



MONOGRAFÍA

Nombre y apellidos del estudiante:
VERÓNICA KARINA GUZMÁN HUANCAS

Año y sección:
3° "A"

Tema del trabajo:
Factores de riesgo predisponentes individuales que incidieron en el desarrollo de la anorexia nerviosa en mujeres adolescentes en España entre los años 1995 y 2015.

Docente:
Ángel Esteban Chiri Cabrera

DECLARACIÓN DEL ESTUDIANTE

El trabajo no se evaluará si la declaración no está firmada por el alumno.

Bajo mi honor y responsabilidad, declaro que este trabajo ha sido realizado exclusivamente por mí, sin haber recibido ayuda no autorizada.

Cuando las palabras, ideas o gráficos usados no son míos, lo he hecho constar citando las fuentes (escritas u orales) en detalle, según el modelo del colegio.

Firma del estudiante:

Fecha:



Este trabajo debe ser citado de la siguiente manera:

Guzmán, V. (2016). *Factores de riesgo predisponentes individuales que incidieron en el desarrollo de la anorexia nerviosa en mujeres adolescentes en España entre los años 1995 y 2015*. (Trabajo de investigación. Monografía). Centro Educativo Particular San Agustín, Lima, Perú.



RESUMEN

El tema de la monografía trata sobre los factores de riesgo predisponentes individuales que incidieron en el desarrollo de la anorexia nerviosa en mujeres adolescentes en España entre los años 1995 y 2015. De este, se desarrolló la pregunta o problema: ¿Cuáles son los factores de riesgo predisponentes individuales que incidieron en el desarrollo de la anorexia nerviosa en mujeres adolescentes en España entre los años 1995 y 2015? El objetivo general de la investigación fue analizar los factores de riesgo predisponentes individuales que incidieron en el desarrollo de la anorexia nerviosa en mujeres adolescentes en España entre los años 1995 y 2015. Por otro lado, los objetivos específicos fueron explicar y distinguir estos factores. La metodología empleada en esta investigación documental en cuanto al enfoque ha sido cualitativa y en lo que concierne al tipo de investigación fue explicativa.

Hemos concluido que la anorexia nerviosa es un trastorno de la conducta alimentaria que posee etiología multifactorial, es decir que las causas y factores de riesgo que influyen en ella pueden ser de carácter individual, familiar y sociocultural. Además, que los factores predisponentes individuales más estudiados y de mayor importancia son la edad, género, insatisfacción corporal, baja autoestima, perfeccionismo.

Se espera que esta investigación sea de su agrado y exprese medios que permitan resolver cuestiones concretas en esta realidad y señalar los impactos para implementar una futura solución.



ÍNDICE

Introducción	06
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO	
1.1. Antecedentes del estudio	
1.1.1. Concepción de anorexia nerviosa en el siglo XX	07
1.1.2. Concepción de anorexia nerviosa en el siglo XXI	07
1.1.2.1. Concepto de la anorexia nerviosa según Alfonso Chinchilla	07
1.1.2.2. Concepto de la anorexia nerviosa según la OMS	08
1.1.3. Definición de factor de riesgo	09
1.2. Análisis del contexto	
1.2.1. Psicológico	
1.2.1.1. Causas de la anorexia nerviosa	09
1.2.1.1.1. Factores predisponentes	10
1.2.1.1.1.1. Edad	10
1.2.1.1.1.2. Genero	11
1.2.1.1.1.3. Baja autoestima	11
1.2.1.1.1.4. Perfeccionismo	12
1.2.1.1.1.5. Insatisfacción personal	12
1.2.2. Sociocultural	
1.2.2.1. Creencias acerca de la delgadez	13
1.2.2.2. La moda en la actualidad	13
1.2.2.3. El cuerpo en la publicidad	14



CAPÍTULO II: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DEL PROBLEMA

2.1. Psicológico

1.1.1.1. Causas de la anorexia nerviosa.....	15
1.1.1.1.1. Factores predisponentes	15
1.1.1.1.1.1. Edad	15
1.1.1.1.1.2. Genero.....	16
1.1.1.1.1.3. Baja autoestima	16
1.1.1.1.1.4. Perfeccionismo	17
1.1.1.1.1.5. Insatisfacción personal	17

2.2. Sociocultural

1.1.1.1. Creencias acerca de la delgadez	18
1.1.1.2. La moda en la actualidad.....	18
1.1.1.3. El cuerpo en la publicidad.....	19
Conclusiones	20
Referencias	21



INTRODUCCIÓN

El tema de la siguiente monografía es la “Los factores de riesgo predisponentes individuales que incidieron en el desarrollo de la anorexia nerviosa en mujeres adolescentes en España entre los años 1995 y 2015.”. El problema es ¿Cuáles son los factores de riesgo predisponentes individuales que incidieron en el desarrollo de la anorexia nerviosa en mujeres adolescentes en España entre los años 1995 y 2015?

La hipótesis propuesta a partir del problema fue que conociendo los factores de riesgo predisponentes individuales de la anorexia nerviosa, comprenderíamos su desarrollo en mujeres adolescentes en España entre los años 1995 y 2015, la cual fue confirmada. Ya que al realizarse la investigación muchos de los factores de riesgo se relacionaban directamente con el desarrollo de este trastorno. La investigación se justifica en razón de un interés social y práctico. Resulta social porque aportará beneficios para la sociedad, comunidad, empresas, gobierno y otros actores; y práctico porque permitirá la resolución de un problema concreto. La investigación es viable y fiable ya que se cuenta con la bibliografía y fuentes necesarias.

En el siguiente trabajo se desarrollarán dos capítulos. En el capítulo I, abordaremos el Marco Teórico y en el capítulo II, trabajaremos el Análisis y la Interpretación del problema. En primer capítulo se exponen los Antecedentes y los Contextos Psicológico y Sociocultural; en el segundo capítulo se presentan los cuestionamientos, críticas y postura de lo expuesto por los autores. Los autores que respaldan este trabajo de investigación son Chinchilla (2003) en su obra “Trastornos de la conducta alimentaria: anorexia y bulimia nerviosas, obesidad y atracones”; López y Salles (2005) cuyo título es “La prevención a la anorexia y bulimia”; González, Hidalgo, Hurtado, Nova y Venegas (2002) con su investigación sobre la Relación entre factores individuales y familiares de riesgo para desórdenes alimenticios en alumnos de enseñanza media, Loran y Sánchez (2013) con su obra “Comprender la anorexia, bulimia y el trastorno por atracón”.

Agradezco a todas las personas que contribuyeron directa o indirectamente con sus aportes para la consecución de este trabajo, y espero que la investigación resulte un acicate para resolver algunas de sus dudas, o en caso contrario, genere más preguntas relevantes sobre este tema.



CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

1.3. Antecedentes del estudio

1.3.1. Concepción de anorexia nerviosa en el siglo XX

¿Anorexia o anorexia nerviosa? Durante este siglo, los psicólogos nos describen esta enfermedad ligeramente diferente. En el siguiente párrafo, daré algunos detalles de esta patología.

Durante el siglo pasado no se hablaba de anorexia nerviosa, los psicólogos nos la describían únicamente como anorexia y se distinguían dos tipos. En el primero, llamado anorexia obsesiva, existía constantemente una sensación de hambre y según López y Salles (2005) *“el enfermo conseguía controlar gracias a una gran fuerza de voluntad para no comer”* (p. 15). En el segundo, llamado anorexia histérica, la pérdida de apetito era real, por lo cual López y Salles (2005) indicaron que *“los enfermos no se enfrentaban a una permanente necesidad de comer”* (p.15). A pesar de tener algunas diferencias, ambos tipos de anorexia tenían como núcleo la pérdida de peso.

En conclusión, si bien los avances tecnológicos y científicos eran menos avanzados, se puede decir que la concepción existente entre el ahora y el antes, es casi la misma. Aunque, es innegable que la pérdida de apetito involuntaria es la menos patentada.

1.3.2. Concepción de anorexia nerviosa en el siglo XXI

1.3.2.1. Concepto de la anorexia nerviosa según Alfonso Chinchilla

¿Anorexia nerviosa, necesidad enfermiza? Alonso chinchilla define a esta patología como una “necesidad”. En seguida, explicare el concepto que le da este autor a la anorexia nerviosa.

La anorexia nerviosa se puede definir como el conjunto de comportamientos procedentes del temor absurdo y obsesivo a engordar. Inicialmente esta patología surge de un control de peso intencionado y a medida que avanza se torna en un comportamiento obsesivo y compulsivo, por lo que Chinchilla (2003)



indica que *“Las anoréxicas desarrollan una serie de conductas selectivas, restrictivas y de manipulación alimentaria, procedentes de una necesidad y obsesión”* (p.2). La anorexia nerviosa no es un síntoma, sino conductas y preocupaciones referidas de la percepción errónea de la imagen corporal que si no son controladas a tiempo pueden llegar a ser una necesidad y hasta transformarse, como ellas lo llaman en un “estilo de vida”

Como conclusión, si bien la anorexia es un temor, conforme avanza, se vuelve una necesidad de gran magnitud. Por esto, es muy importante comprenderla y evitar llegar a tal punto. ¿Qué realmente necesitamos? ¿Un cuerpo sano o extremadamente delgado?

1.3.2.2. Concepto de la anorexia nerviosa según la OMS

“La anorexia nerviosa es el temor intenso a la obesidad”. En esta cita la OMS resume su concepto de anorexia nerviosa. En el siguiente párrafo, explicare detalladamente el concepto de esta entidad mundial.

La Organización Mundial de la Salud define a la anorexia como un trastorno mental caracterizado por la pérdida de peso extrema del paciente. Además, indica que *“esta pérdida de peso procede de un temor intenso a la obesidad y tiene como objetivo conseguir el ideal de cuerpo perfecto”* (s.f). El temor, no es más que un juego mental, en el que si pierdes tienes que vivir con las consecuencias de la derrota.

Por último, es de gran consideración tener en claro este concepto, pues se podrá comprender el tema fácil y rápidamente. La anorexia nerviosa es realmente un trastorno preocupante, porque es notorio que procede de un miedo transmitido por la sociedad.

1.3.3. Definición de factor de riesgo

Al igual que una fuga de gas aumenta la probabilidad de un incendio, los factores de riesgo lo hacen con la anorexia. Así, estos conducen de manera más rápida a esta enfermedad. En seguida, daré a conocer algunos detalles de estos.



Un factor de riesgo puede ser conceptualizado como cualquier cualidad, rasgo o exposición de un individuo que aumente su probabilidad de sufrir una enfermedad o trastorno. Según Loran y Sánchez (2013) *“Existen diversidad de factores de riesgo de la anorexia nerviosa, entre ellos están los individuales, familiares, sociales y culturales”* (p.7). Es un hecho que esta enfermedad es de origen multicausal y que se ve afectada por diferentes factores que agravan la condición del paciente.

En síntesis, un factor de riesgo es aquel que aumenta la probabilidad de padecer un trastorno. Por esto, es realmente importante durante el desarrollo de esta enfermedad.

1.4. Análisis del contexto

1.4.1. Psicológico

1.4.1.1. Causas de la anorexia nerviosa

Al igual que un ladrón, la anorexia nerviosa no toca la puerta de tu vida para robarte. Próximamente daré a conocer las diferentes causas y los factores de riesgo por los cuales se ven más afectados.

Las causas de esta patología resultan innumerables porque poseen una etiología multifactorial. Es casi imposible reconocer todas las causas que predisponen y precipitan el desarrollo de esta. Según López y Salles (2005) *“Hay muchas causas tanto genéticas como personales, familiares y socioculturales”* (p.17). Al presentarse como una enfermedad multicausal, se pueden precisar interrelaciones entre varios agentes causantes, es decir que es posible asociarlas entre sí. Además, González et al (2002) indican que *“literatura especializada ha establecido una distinción entre factores de riesgo, predisponentes, desencadenantes y de mantención”* (p.101). Esto quiere decir que actualmente se trabaja con un modelo etiopatogénico multicausal en el que también es posible distinguir los distintos tipos de factores que afectan esta enfermedad.

Resumiendo, a pesar de que las causas de esta resulten innumerables, los especialistas siguen realizando estudios para determinarlas y evitar más muertes tanto de jóvenes como adultos.

1.4.1.1.1. Factores predisponentes

Al igual que el matrimonio, la anorexia te predispone a una vida llena de "felicidad". Los factores predisponentes son nada más y nada menos que el comienzo de la caída al abismo. Próximamente daré a conocer la definición de este.

Los factores predisponentes, como lo dice su nombre, son aquellos que te predisponen a contraer esta enfermedad. Pueden conocerse como iniciadores o más aun como "detonantes". Según López y Salles (2005) *"la especificidad de cada persona, familia o entorno sociocultural, puede suponer la vulnerabilidad de la paciente"* (p.17). En efecto, el entorno social y familiar, son determinantes en el desarrollo los factores predisponentes tanto individuales como externos de la anorexia nerviosa.

Para terminar, es realmente importante tener conocimiento de los factores predisponente de la anorexia nerviosa, debido a que básicamente son las causas de esta.

1.4.1.1.1.1. Edad

La adolescencia es una etapa de cambios y desarrollo biológico, psicológico, sexual y social, es de hecho una etapa donde el adolescente se encuentra susceptible a todo tipo de acontecimiento. A continuación, explicare como la edad es un factor importante para el desarrollo de este trastorno.

Estudios científicos afirman que los adolescentes, sobre todo si son mujeres, son más propensos a padecer de anorexia nerviosa. Esto debido a que, al estar en un periodo de desarrollo y construcción de identidad, cuestionan mucho su personalidad y físico. Buscan ser aceptados y pertenecer al grupo social, por lo cual muchas veces se ven afectados por la presión que los mismos amigos ejercen. Por ello, según Chinchilla (2003) *"es poco común que en la primera década de vida o pasada la treintada se presente este trastorno; sin embargo, con relativa frecuencia encontramos en nuestro que hacer clínico casos en prepuberes"* (p.16). Es cierto que la adolescencia es una edad crítica para



el desarrollo de trastornos alimenticios, pues los adolescentes se muestran vulnerables y susceptibles ante los conflictos y adversidades de la vida.

En conclusión, la edad es un factor predisponente directo en el desarrollo de este trastorno, por esto es relevante recordar la importancia del rol de la familia y personas cercanas en la rehabilitación de estos pacientes.

1.4.1.1.1.2. Genero

La mujer más hermosa no es aquella que tiene un cuerpo escultural, sino la que tiene un gran corazón y una bella sonrisa. Y es que, a lo largo de estos siglos, las mujeres se han mostrado más propensas a padecer este trastorno.

El ser mujer, es casi por excelencia, el factor de riesgo principal para padecer estos trastornos. Esto se debe a que al vivir en una sociedad que se jacta de ser moderna e igualitaria, se hace evidente la asociación entre la condición femenina y el papel sexual de la mujer para contraer esta enfermedad. Según Chinchilla (2003), *“En un estudio realizado entre estudiantes de centros de bachillerato de Madrid se encontró que el 49% de las chicas estaban preocupadas por adelgazar y la mayoría eran partidarias de hacer una dieta”* (p.18). Hay más mujeres que hombres que se sienten insatisfechas con su físico, muchas se sienten gordas (sin estarlo) y quieren perder peso.

En conclusión, la sociedad ha sido un agente influyente en las decisiones de la mujer actual, la exigencia y metas que le propone a esta han llegado a un punto verdaderamente extremo. Como dijo Jean-Jacques Rousseau “el hombre es bueno, la sociedad lo corrompe”

1.4.1.1.1.3. Baja autoestima

Porque el peor enemigo que puedes tener, eres tú mismo. La baja autoestima en adolescentes es más dolorosa que la herida de una bala. Seguidamente definiré a este factor predisponente y sus consecuencias en la anorexia nerviosa.



La baja autoestima es un factor de riesgo determinante durante la adolescencia. Esta plantea dudas sobre el aspecto físico, creando una pugna entre la imagen corporal ideal y real. Según López y Salles (2005) afirma que *“la joven con baja autoestima buscará continuamente la aprobación en los demás, persiguiendo para ello la perfección que marca la sociedad”* (p.22). Al sentirse inconformes en su entorno social se ven inmersas en un mundo lleno de dolor llamado, anorexia nerviosa.

En resumen, la baja autoestima interviene directamente en el desarrollo de la anorexia nerviosa, de ahí su envergadura. Aceptarse, valorarse y amarse son la cura, y aún más, la salvación.

1.4.1.1.1.4. Perfeccionismo

¿Y si nunca lo consiguen? El perfeccionismo en la anorexia nerviosa es la llave a un mundo de esclavitud. A continuación, daré a conocer algunos efectos de esta cualidad en los adolescentes con anorexia nerviosa.

El perfeccionismo es un trastorno de personalidad que tiende a buscar una mejora indefinida y extrema. Las mujeres anoréxicas buscan alcanzar una imagen “ideal” de delgadez, mediante la imposición de metas muy elevadas y que según González et al (2002) nunca consiguen, porque *“la anoréxica jamás se verá a si misma corporalmente perfecta”* (p.101). En esta cita, González et al nos exponen en pocas palabras, el día a día de estas mujeres, que, a pesar de sus esfuerzos por salir adelante, siempre retroceden un paso.

En síntesis, la trascendencia de este factor recae en la magnitud de sus consecuencias. Pues el perfeccionismo no es más que un crimen que te puede dejar preso toda la vida.

1.4.1.1.1.5. Insatisfacción personal

“No dejes que las medidas de tu cuerpo, midan la amplitud de tu sonrisa”- Susana Miyar. Y es que esta problemática de la insatisfacción corporal



resulta realmente preocupante. Próximamente, brindare más información acerca de este factor.

Uno de los factores de riesgo más estudiados es la insatisfacción corporal, el cual se ve agravado por los marcados estándares sociales. En la actualidad, la sociedad no solo impone una errónea imagen de “belleza”, sino que como consecuencia origina en las adolescentes un acentuado descontento corporal. Según González et al (2002) *“El erróneo concepto de delgadez, sumado a la presencia de estos estados de ánimo negativos, pueden conducir al uso y abuso anormal de los alimentos”* (p.101). La insatisfacción corporal es realmente un factor predisponente peligroso, pues nos abre la puerta a un “estilo de vida” totalmente radical.

En conclusión, es vital tener conocimiento de esta temática pues resulta importante en el estudio de la etiología de la anorexia nerviosa. Si amas tu vida, entonces amas tu cuerpo, no dejes que nadie te diga lo contrario.

1.4.2. Sociocultural

1.4.2.1. Creencias acerca de la delgadez

Al igual que un niño le tiene miedo a la oscuridad, los anoréxicos lo tienen al rechazo social. Y es que vivimos en una sociedad que critica la anorexia e idolatra la delgadez como símbolo de belleza. En los siguientes párrafos, explicare las creencias que poseen los adolescentes anoréxicos acerca de la delgadez.

Las adolescentes anoréxicas tienen la creencia de que sus interacciones y autovaloración, están mediadas por la percepción que otros tienen de su cuerpo. A través de esto, creen obtener estima y aprobación social, por lo que según González (2002) *“sus esfuerzos están destinados a alcanzar el ideal de belleza corporal deseado”* (p.102). Las anoréxicas se ven vulnerables ante una sociedad que idolatra la delgadez, por ello deciden cambiar su cuerpo, sin medir los efectos que tiene sobre su salud.



En síntesis, es crucial tener conocimiento del pensamiento de las adolescentes, pues nos ayuda a comprender este trastorno de mejor manera. Sin embargo, ¿qué es mejor? ¿tener salud o aprobación social?

1.4.2.2. La moda en la actualidad

Nos encontramos en una sociedad en la cual los estereotipos matan más personas que la delincuencia. La moda en este siglo ha sido el acompañante estrella de la anorexia nerviosa, sobre todo en adolescentes. Seguidamente daré a conocer el desarrollo e influencia de la moda sobre esta enfermedad.

La moda fomenta de manera indiscutible la anorexia nerviosa. Los modelos extremadamente delgadas son lo que se ve en la mayoría de los anuncios y en pasarelas internacionales, Chinchilla (2003) nos dice que *“algunas incluso con cuerpos claramente anoréxicos”* (p.32). Estos modelos atentan contra su salud con el fin de conseguir ciertos “estándares de belleza”.

En resumen, la moda ha jugado un papel relevante en esta sociedad, ya que ha abierto las puertas a muchas adolescentes para contraer esta enfermedad, reclamando más víctimas que la misma muerte.

1.4.2.3. El cuerpo en la publicidad

En lo que concierne a los medios y el “marketing”, han sido excelentes “aliadas” para el desarrollo de esta enfermedad. Esto debido a la gran influencia que tienen sobre los adolescentes que lo padecen. En las siguientes líneas explicare como el cuerpo es mostrado en la publicidad.

La publicidad en la actualidad está destinada a crear y presentar un arquetipo ideal de belleza. Esto quiere decir, según Chinchilla (2003) que *“la publicidad nos muestra un prototipo que debemos compartir, buscar y alcanzar”* (p.33). A partir de esto, se ha creado un ambiente social en el que constantemente somos evaluados por nuestro aspecto físico y no por nuestra personalidad.

Para concluir, vivimos en una sociedad en la que es susceptible vender y comprar. Pero, ¿porque vender enfermedad y comprar la muerte, es totalmente innecesario?



CAPÍTULO II: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DEL PROBLEMA

2.1. Psicológico

1.1.1.2. Causas de la anorexia nerviosa

Conuerdo con López y Salles (2005) al decir que la anorexia nerviosa es un trastorno de origen multicausal, pues en muchos casos se ha podido apreciar que esta ha sido generada por distintos factores, entre ellos, genéticos, familiares, sociales e individuales. Por esto, primero es importante precisar el origen de esta, para poder proponer un tratamiento adecuado a las características psicológicas del paciente.

Por otro lado, también estoy de acuerdo con González et al (2005) en que, en busca de una mejor comprensión del origen y desarrollo de esta enfermedad, la literatura especializada ha podido establecer cierta categorización entre factores de riesgo que la afectan.

1.1.1.2.1. Factores predisponentes

1.1.1.2.1.1. Edad

Los adolescentes son como mariposas, quiere volar tan alto como puedan, quieren ver hasta por el más pequeño orificio del mundo, quieren experimentar nuevos retos y cosas, pero, sobre todo, quieren ser alguien. En esa búsqueda por ser alguien o en otras palabras por conseguir identidad propia, se ven expuestos a la vida y a lo que esta implica.



Muchas veces siguen el camino equivocado y es aquí donde se encuentran inmersos en preocupaciones vanas y pensamientos equivocados. Por esto, es que muchos de ellos llegan a contraer trastornos alimenticios como la anorexia nerviosa. Están confundidos y faltos de luz, pero ¿Cómo no estarlo, si es lo que la sociedad provoca? En vez de reconocer tus fortalezas interiores, critican tus debilidades exteriores, se guían netamente de lo superficial.

La misma sociedad, es la que te encarcela y no te libera hasta darse cuenta de tu inocencia. No obstante, es muy tarde, y esa inocencia que emanaba de ti ha desaparecido por completo al igual que tú.

1.1.1.2.1.2. Genero

¿Porque la mujer? Es una pregunta realmente difícil de contestar, sin embargo, es cierto que la sociedad actual es un agente que influye directamente en su preocupante comportamiento.

Lo que la familia, amigos e incluso medios dicen del ideal de mujer perfecta pueden repercutir gravemente en las jóvenes. Frases como “Deja de comer, que pareces un chanchito” o “no ves cuantas calorías tiene ese chocolate”, pueden llegar producir sentimientos de insatisfacción e impotencia. Por lo cual, al ir creciendo pensarán que están gordas y que deben bajar de peso para poder ganar valoración por parte de los demás.

Sí, es cierto, tal vez no se las haya maltratado físicamente, pero ¿no es el maltrato psicológico más fuerte que un golpe? Sí, es cierto que ellas suelen ser las más débiles y sensibles, pero aun sabiendo eso, ¿Por qué seguimos dañándolas con nuestros prejuicios y críticas? Empecemos cambiando nosotros y luego hagamos el mismo cambio en estas personas y por qué no en todo el mundo.

1.1.1.2.1.3. Baja autoestima

Nosotros como seres humanos estamos luchando constantemente por alcanzar nuestra felicidad, pero ¿qué es felicidad? Sin duda estar



contento contigo mismo, con tu cuerpo y tu forma de ser. No obstante, ser feliz en la actualidad se ha convertido en un verdadero para las mujeres y sobre todo para las adolescentes, quienes le dan el significado de felicidad a tener el cuerpo perfecto.

El verdadero efecto de este factor, no solo recae sobre los más débiles, a veces es tan fuerte que hasta el más valiente cae. Esos pensamientos de preocupación sobre el que dirán o pensarán los demás, parecen ser más letales que el veneno de una víbora y dañan gravemente la integridad de una persona.

Sinceramente, el amor es la clave para salir adelante, la familia y amigos de estas jóvenes deben estar dispuestas a ayudarlas y brindarles confort, para evitar que recaigan en tal infierno.

1.1.1.2.1.4. Perfeccionismo

Las mujeres desde que nacen, son educadas con las ideas que la sociedad impone, deben ser las más guapas, jóvenes, preparadas, eficientes y organizadas. Tanto es el interés por cumplir estos regímenes de perfección, que olvidan su verdadero propósito de vida, ser feliz.

Es cierto que es una sociedad competitiva, pero nos exigen, incluso cuando no les debemos nada, nos controlan cuando dicen crear leyes que nos hacen “libres” y lo peor es que no se dan cuenta del error que cometen hasta cuando ya es muy tarde.

Olvidemos ser perfectos, no se necesita una figura excepcional para ser felices, realmente agradezcamos que por lo menos no nos falta una pierna o brazo. Cada uno tiene el derecho a ser feliz y si algo se interpone en el camino, está permitido caerse, pero no levantarse está prohibido.

1.1.1.2.1.5. Insatisfacción personal



Como lo he venido mencionando, vivimos en una sociedad que sobrevalora la delgadez. Sin embargo, la problemática de la insatisfacción corporal no solo es un factor externo, muchas veces el enemigo se encuentra más cerca de lo que parece.

Desde madres excesivamente preocupadas por la estética corporal, hasta “amigas” que persiguen un ideal erróneo de cuerpo perfecto. Los comentarios o críticas provenientes de estos dos grupos muchas veces originan en las adolescentes descontento y baja autoestima, conllevándolas a tomar decisiones radicales.

Presentando un cuadro de insatisfacción corporal y unido a ciertos factores como el perfeccionismo, se esclavizan al punto de que, aun estando extremadamente delgadas, siguen sintiendo sentimientos de inferioridad e insatisfacción.

¿Cómo es posible llegar a esto? Gandhi dijo ojo por ojo y el mundo se quedará ciego, pero yo digo que kilo a kilo y el mundo estará lleno de cadáveres. Dejemos de criticar a las personas por cómo se ven y empecemos a amarlas por lo que son.

2.2. Sociocultural

1.1.1.4. Creencias acerca de la delgadez

El entorno le pone el caramelo en la boca a las adolescentes para contraer este trastorno. Pues, se encuentran en una etapa de cambios no sólo físicos, sino psicológicos, donde todo posee una repercusión así sea mínima.

Las adolescentes se muestran extremadamente susceptibles ante comentarios ofensivos sobre la percepción de su cuerpo. Por ello, es crucial evitar llamarlas por adjetivos humillantes e hirientes como "gorda" o "llenita", ya que no sabemos hasta dónde llegará para probar que estamos equivocados. Realmente es preocupante estas acciones que toman las adolescentes ante estos comentarios, pues ha sido comprobado que absueltamente radicales.



Por otro lado, la sociedad impone la idea de que nuestras relaciones interpersonales están mediadas por nuestro aspecto físico, pero ¿acaso la belleza interior no es la que cuenta?

1.1.1.5. La moda en la actualidad

Que la moda y la anorexia nerviosa van de la mano es una realidad indiscutible, realidad que no afecta a una, sino a muchas personas.

Actualmente, es común abrir las páginas de una revista y encontrarse con una modelo bellísima de cuerpo “perfecto”, sobre todo si cuelgan prendas de ensueño diseñadas por algún gran modisto que ayudan a darle volumen y forma. Sin embargo, lo que realmente se puede observar por debajo de esas prendas no es belleza, sino costillas y huesos que demuestran la gravedad de esta enfermedad.

Los modelos de este siglo, persiguen un sueño, sueño que muchas veces puede volverse una pesadilla. A pesar, de que no entran a este infierno voluntariamente, al mismo tiempo, sin darse cuenta promueven en adolescentes un erróneo concepto de belleza y las incitan a seguirlas como modelos de persona.

La moda no lo es todo en esta vida, y a pesar de que vivir incluya tener preocupaciones mundanas, no significa que cada uno tenga que darle importancia a cosas tan banales como esta.

Para concluir, pienso que la moda es efímera y nos da un mal concepto de lo que significa ser bello. ¿Es acaso la belleza externa más importante que la belleza interior?

1.1.1.6. El cuerpo en la publicidad

Día a día, observamos infinidad de avisos publicitarios en la televisión y calle, cada uno cumple un propósito, transmitir valores y modelos. Sin embargo, ¿es la anorexia nerviosa un modelo a seguir? Cada vez más la publicidad nos aleja de la realidad y nos sumerge en un mundo de castigo y dolor.

La belleza que nos infunde la publicidad, no es más que la viva imagen de la anorexia nerviosa. Mujeres extremadamente delgadas, que exponen su cuerpo y no se dan cuenta o simplemente ignoran el hecho de ser el espejo y modelo de millones de adolescentes.



Es claro que cuerpo en la publicidad es tratado como un objeto, manipulado como un títere y finalmente destruido como basura, no nos brindan un ideal de belleza, nos brindan un camino directo a la muerte.

En resumen, podemos ver que la gravedad de las consecuencias de la publicidad en el cuerpo es letal. Y parece realmente imposible hablar de anorexia nerviosa, sin antes explicar el rol de la publicidad, y es que parecen ser grandes “amigas”.

CONCLUSIONES

1. La anorexia nerviosa es un trastorno de la conducta alimentaria que posee etiología multifactorial, es decir que las causas y factores de riesgo que influyen en ella pueden ser individuales, familiares y socioculturales.
2. La adolescencia responde a un factor predisponente de esta enfermedad, ya que es una etapa de cambios, desarrollo y construcción individual.
3. La mujer ha sido el género más afectado por este trastorno, debido a la exigencia y control de la sociedad.
4. La baja autoestima como factor predisponente crea una pugna entre la imagen real e ideal.
5. El perfeccionismo esclaviza al adolescente, debido a la imposición de metas muy elevadas e imposibles.
6. La insatisfacción corporal es un factor predisponente muchas veces originado por los comentarios y estereotipos del entorno social.



REFERENCIAS

1. González, L., Hidalgo, M., Hurtado, M., Nova, C., y Venegas, M. (2002). *Relación entre factores individuales y familiares de riesgo para desórdenes alimenticios en alumnos de enseñanza media*. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/264/264111107.pdf>
2. Chinchilla, A. (2003). *Trastornos de la conducta alimentaria: anorexia y bulimia nerviosas, obesidad y atracones*. Madrid: Masson
3. Loran, M. y Sanchez, L. (2013). *Comprender la anorexia, bulimia y el trastorno por atracon*. Madrid: Amat.
4. Lopez, J. y Salles, N. (2005). *Prevención de la anorexia y la bulimia*. Madrid: Nau Llibres



Rúbrica de evaluación para la monografía

Criterio A: Formulación del problema de investigación

Con este criterio se evalúa la precisión y claridad con que se ha formulado el problema de investigación.

Nivel de logro	Descriptor
0	El problema de investigación no se ha formulado en la introducción o no se presta al tipo de investigación sistemática que requiere una monografía en la asignatura en la que se presenta.
1	El problema de investigación se ha formulado en la introducción pero no se ha expresado con claridad o es demasiado amplio para permitir un tratamiento eficaz dentro del número límite de palabras.
2	El problema de investigación está bien definido y se ha formulado de manera clara en la introducción, por lo que permite un tratamiento eficaz dentro del número límite de palabras.

Criterio B: Introducción

Con este criterio se evalúa en qué medida en la introducción se deja en claro la relación entre el problema de investigación y los conocimientos existentes sobre el tema, y se explican su importancia y las razones que justifican su estudio.

Nivel de logro	Descriptor
0	No se ha ubicado el problema de investigación en un contexto, o apenas se ha intentado hacerlo. No se ha explicado la importancia del tema, o apenas se ha intentado hacerlo.
1	Se ha intentado ubicar el problema de investigación en un contexto. Se ha intentado explicar la importancia del tema y las razones que justifican su estudio.
2	El contexto del problema de investigación se indica claramente. La introducción explica con claridad la importancia del tema y las razones que justifican su estudio.

Criterio C: Investigación

Con este criterio se evalúa cómo se planificó la investigación, si se utilizó una gama de fuentes adecuadas y si se recopilaron datos pertinentes al problema de investigación.

Nivel de logro	Descriptor
----------------	------------



0	No se aprecian muestras de que el alumno haya consultado fuentes o haya recogido datos y de que haya planificado la investigación, o las pruebas de ello son mínimas.
1	Se han consultado fuentes que no son apropiadas, o se ha obtenido información inadecuada, y las muestras de que se haya planificado la investigación son mínimas.
2	Se han consultado algunas fuentes apropiadas o se ha obtenido cierta información, y se han seleccionado algunos materiales pertinentes. Se aprecian algunas muestras de que se planificó la investigación.
3	Se ha consultado una variedad adecuada de fuentes o se ha obtenido información suficiente, y se han seleccionado materiales pertinentes. La investigación se planificó de forma satisfactoria.
4	Se ha consultado una variedad de fuentes apropiadas o se ha obtenido gran cantidad de información adecuada, y se han seleccionado materiales pertinentes cuidadosamente. Se llevó a cabo una buena planificación de la investigación.

Criterio D: Conocimiento y comprensión del tema

Con este criterio se evalúa el conocimiento, comprensión del tema y el contexto.

Nivel de logro	Descriptor
0	La monografía no demuestra un verdadero conocimiento o comprensión del tema.
1	La monografía demuestra cierto conocimiento pero poca comprensión del tema, y apenas se considera el análisis de los contextos en la investigación.
2	La monografía demuestra un conocimiento adecuado y cierta comprensión del tema; se considera en cierta medida el análisis de los contextos académicos de la investigación.
3	La monografía demuestra un buen conocimiento y una buena comprensión del tema. Resulta adecuado el análisis de los contextos académicos de la investigación.
4	La monografía demuestra un muy buen conocimiento y una muy buena comprensión del tema. Cuando resulta adecuado, se indica con claridad y precisión el análisis de los contextos académicos de la investigación.

Criterio E: Argumento razonado

Con este criterio se evalúa la medida en que se desarrolla un argumento razonado en relación con el problema de investigación y se utilizan los materiales recopilados para presentar ideas de manera lógica y coherente.

Nivel de logro	Descriptor
0	No se intenta desarrollar un argumento razonado en relación con el problema de investigación.
1	Se intenta de modo limitado y superficial presentar ideas de



	manera lógica y coherente y desarrollar un argumento razonado en relación con el problema de investigación.
2	Se intenta presentar ideas de manera lógica y coherente y desarrollar un argumento razonado en relación con el problema de investigación, pero solo se logra parcialmente.
3	Las ideas se presentan de manera lógica y coherente y se desarrolla un argumento razonado en relación con el problema de investigación, aunque con algunas dificultades.
4	Las ideas se presentan de manera clara, lógica y coherente. Se logra desarrollar un argumento razonado y convincente en relación con el problema de investigación.

Criterio F: Aplicación de habilidades de análisis.

Con este criterio se evalúa la aplicación de habilidades de análisis en el desarrollo de la investigación.

Nivel de logro	Descriptor
0	La monografía no demuestra la aplicación de habilidades de análisis.
1	La monografía demuestra una aplicación mínima de habilidades de análisis.
2	La monografía demuestra la aplicación de algunas habilidades de análisis.
3	La monografía demuestra una aplicación competente de habilidades de análisis.
4	La monografía demuestra una aplicación eficaz y sofisticada de habilidades de análisis.

Criterio G: Uso de un lenguaje apropiado para el tema y la asignatura.

Con este criterio se evalúa la claridad y precisión del lenguaje, así como la terminología utilizada.

Nivel de logro	Descriptor
0	El lenguaje utilizado carece de precisión y claridad. No se aprecia un uso eficaz de la terminología apropiada para la asignatura.
1	El lenguaje utilizado a veces comunica las ideas con claridad. La terminología apropiada para el tema y la asignatura se emplea correctamente solo en algunos casos.
2	El lenguaje utilizado comunica las ideas con claridad en la mayoría de los casos. La terminología apropiada para el tema y la asignatura generalmente se emplea correctamente.
3	El lenguaje utilizado comunica las ideas con claridad. La terminología apropiada para el tema y la asignatura se emplea correctamente, aunque ello no se logra en algunos casos aislados.
4	El lenguaje utilizado comunica las ideas con claridad y precisión. La terminología apropiada para el tema y la asignatura se



emplea correctamente, demostrando destreza y comprensión.

Criterio H: Conclusión

Con este criterio se evalúa la medida en que la monografía ofrece una conclusión pertinente al problema de investigación y coherente con las pruebas presentadas en el trabajo.

Nivel de logro	Descriptor
0	No se ofrece o apenas se ha intentado ofrecer una conclusión pertinente al problema de investigación.
1	Se ofrece una conclusión pertinente al problema de investigación, pero no resulta totalmente coherente con las pruebas presentadas en el trabajo.
2	Se formula claramente una conclusión eficaz, que es pertinente al problema de investigación y coherente con las pruebas presentadas en el trabajo.

Criterio I: Presentación formal

Con este criterio se evalúa la medida en que la presentación, la organización y los elementos formales de la monografía siguen un formato estándar. Los elementos formales son: portada, resumen, dedicatoria, índice, introducción, capítulos 1 y 2, conclusiones, referencia bibliográfica y rúbrica, así como la numeración de páginas, material ilustrativo, citas, documentación y apéndices.

Nivel de logro	Descriptor
0	La presentación formal es inaceptable, o la extensión de la monografía supera las 4.000 palabras.
1	La presentación formal es insatisfactoria.
2	La presentación formal es satisfactoria.
3	La presentación formal es buena.
4	La presentación formal es excelente.

Criterio J: Resumen

En el resumen se debe indicar claramente el problema específico sometido a estudio, cómo se realizó la investigación y la conclusión o conclusiones de la monografía.

Nivel de logro	Descriptor
0	La extensión del resumen supera las 300 palabras o faltan uno o más de los elementos requeridos (mencionados anteriormente).
1	El resumen incluye los elementos requeridos pero no se han expresado con claridad.
2	Los elementos requeridos se expresan con claridad.

Criterio K: Valoración global

Con este criterio se evalúa en qué medida una monografía presenta cualidades que la distinguen como un trabajo superior a la media: iniciativa intelectual, profundidad de la comprensión y reflexión perspicaz.



Nivel de logro	Descriptor
0	No se aprecian muestras de las cualidades mencionadas.
1	Se aprecien muy pocas muestras de las cualidades mencionadas.
2	Se aprecian algunas muestras de las cualidades mencionadas.
3	Se aprecian muestras claras de las cualidades mencionadas.
4	Se aprecian muestras abundantes de las cualidades mencionadas.