

Estereotipos en los medios y su relación con la anorexia.

Valeria Barajas Arcila
Karen Concha Arciga
Karen Acevedo Cremayer
Bianca Medina Magallanes
Mauricio Miranda Irigoyen
Profesores: Karina Bravo Carranco
José Luis Olguín Toledo

Categoría: Ciencias áreas biológicas, químicas y de la salud. De campo
Centro Universitario Anglo Mexicano
México, Distrito Federal

Antecedentes

Los trastornos alimenticios son problemas que involucran una irregularidad en la conducta alimentaria, generalmente son causados por tratar de tener una buena imagen, tratar de seguir las nuevas modas que implican estar demasiado delgado, otras veces son por la crítica de otras personas, presión social o porque tienen distorsiones sobre su imagen, puede que estén en una buena condición pero ellos no se ven así. Estos trastornos afectan sobre todo a la población adolescente debido a que es un momento vulnerable de desarrollo e identificación en el cual suele importar mucho la opinión de los demás y su aceptación.

Objetivo

Deseamos promover una atmósfera en nuestra preparatoria: CUAM México sin estos estereotipos que causan problemas y un gran daño a los adolescentes, mediante la propuesta de estilos de vida saludables, buena alimentación y la divulgación de imágenes que permitan la identificación a un modelo saludable.

Marco teórico

Trastornos alimenticios

Son irregularidades en la alimentación, se presenta comúnmente en adolescentes, ya que para los adolescentes es muy importante tener una buena imagen corporal debido a las modas que se han impuesto en la sociedad, por los cambios que sufren en la adolescencia tanto físicos como emocionales, problemas familiares, psicológicos, sociales, etc.. Estos trastornos son graves ya que cambian repentinamente de peso, tienen una autoestima muy baja y empiezan a tener bastantes problemas de salud que pueden llegar a quedar de por vida.

Los trastornos alimenticios implican factores como baja autoestima, depresión, ansiedad, enojo, en algunos casos el haber sido abusado físico o sexualmente, o haber sufrido de burlas sobre su condición física o peso, las presiones culturales, etc.

Han elaborado investigaciones en las cuales las personas con este tipo de trastornos tienen un desbalance en los neurotransmisores que controlan el apetito, el hambre y la ansiedad. También investigaciones han demostrado que las personas que tienen el Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad son más susceptibles a tener trastornos alimenticios.

Los trastornos más comunes en la población adolescente de México son la anorexia y la bulimia. Según la RCG Noticias: "En México los casos de anorexia son de 4.9 por cada 100000 habitantes." Y este problema a nivel mundial "Se calcula que la anorexia

nerviosa afecta entre el 0.5% al 3% de la población mundial de adolescentes, convirtiéndose en la tercera enfermedad crónica más común entre este grupo de personas”(1)

Anorexia

Las personas anoréxicas tienen miedo a subir de peso, para evitar esto dejan de comer por demasiadas horas, hacen dietas excesivas, ejercicio excesivo, toman laxantes o diuréticos, tienen una obsesión por medir las calorías que están consumiendo, empiezan eliminando los carbohidratos y grasas y continúan hasta llegar a un punto en que eliminan las proteínas e incluso los líquidos en su dieta alimenticia. Esto provoca caída del cabello, descalcificación de los huesos y dientes, sensación de frío, obsesión por pesarse, estreñimiento, deshidrataciones, dolor abdominal, la frecuencia cardíaca se reduce, anemia, producen más vello, deshidratación de la piel, ausencia de la menstruación, etc. Es característica del trastorno de Anorexia la distorsión en su percepción de sí misma y de la imagen corporal por lo cual buscan bajar de peso hasta verse como una imagen estereotipada de belleza.

Es muy recomendable que el paciente tenga ayuda profesional, porque puede llegar a casos muy extremos como perder hasta el 50% de su peso, tener desnutriciones de mayor grado, alteraciones en los signos vitales, tener muchos problemas con la gente que los rodea y problemas psicológicos.

En cuanto al rol de los medios de comunicación:

Los medios de comunicación son capaces de generar un entorno de imitación, admiración e identificación en una sociedad. Los estereotipos crean una imagen sociedad no tan realista, donde la mujer debe estar dedicada a labores de la casa y además ser atractiva y delgada.

“El cuerpo y la apariencia externa son los ejes que dan dimensión a los estereotipos sobre mujeres”(2), influyen para que las personas tengan una figura imitable que suele ser delgada haciendo que la apariencia física se convierta en lo que más importa.

Metodología

Esta investigación fue realizada en búsqueda de saber las diferentes causas que provocan los trastornos alimenticios. Fue por eso que investigamos en libros y en la red que factores contribuyen para desarrollar un trastorno alimenticio, uno de ellos es la carga de estereotipos delgados en los medios de comunicación y la publicidad. Se complementó la investigación con una encuesta a nuestras compañeras de CUAM México para conocer que tipo de imagen las podría identificar y que estilo de alimentación manejan, esto nos permitirá conocer cuál sería la atmosfera deseada y que nos permita un entorno más saludable y que nos identifique y represente.

Resultados

Mediante esta investigación logramos conocer los trastornos alimenticios con mayor influencia en la sociedad mexicana y en la población adolescente, como es la anorexia, para promover una atmósfera de vida saludable y conocer la autoimagen de algunos alumnos(as) realizamos una encuesta en CUAM. Por otra parte, México ha alcanzado el primer lugar en obesidad, este dato es lamentable ya que las personas que tienen este tipo de trastornos es porque no se aceptan como son y esto es una muestra de una autoestima baja.

Se realizaron 100 encuestas a mujeres adolescentes de la preparatoria CUAM México.

Los resultados están siendo procesados y serán entregados como anexo posteriormente.

Conclusiones

Al realizar esta investigación, logramos comprender que los medios de comunicación promueven una sociedad cargada de estereotipos que afectan a los individuos ya que tratan de identificarse con estos. Podemos concluir que las personas más afectadas son del género femenino ya que los medios se dirigen a ellas de una forma más exigente creando un estereotipo femenino inalcanzable y esto provoca muchos problemas de autoestima que pueden llevar a enfermedades como los trastornos de conducta alimentaria, un ejemplo es la anorexia como una de las principales enfermedades que causa este problema de inseguridad.

La población adolescente es la más vulnerable a esta situación por el momento desarrollo que se atraviesa y la importancia de la imagen frente a los demás, adicionalmente, encontramos que las personas que caen en estos trastornos, son las que tiene la autoestima baja, esta también puede ser por falta de atenciones adecuadas o simplemente por comentarios que puedan llegar a hacer las personas que los rodean, por lo tanto tienden a caer en estos trastornos, los mas comunes son la anorexia.

También sabemos que estos trastornos se pueden solucionar, para esto se necesita un gran apoyo emocional, estos trastorno disminuyen el desempeño físico y mental. se dan mayormente en adolescentes ya que en esta etapa creamos la identidad, es mayormente probable que cualquier comentario les afecte, la mayor parte de las personas que sufren estos trastornos son las mujeres, aunque también hay casos que lo sufren los hombres.

Consideramos que promoviendo una alimentación adecuada y saludable en nuestra cafetería y la divulgación de las ventajas de hacer ejercicio se conseguiría tener una atmósfera más saludable. También es importante que las imágenes publicitarias que se coloquen en los periódicos murales del CUAM promuevan una identificación a imágenes y estereotipos más saludables.

Bibliografía

1. http://anorexia-wwwtrastornoalimenticiocom.blogspot.mx/2012/06/normal-0-21-false-false-false-es-mx-x_2343.html
2. Herrero Aguado, C. Mujer y Medios de Comunicación: Riesgos para la salud, pg.11. Sevilla 2005.
<http://vivirsalud.imujer.com/2011/06/09/consecuencias-de-la-bulimia-para-la-salud>
<http://adolescentes.about.com/od/Salud/a/Lo-Que-Debes-Saber-Sobre-La-Bulimia.htm>
<http://www.webconsultas.com/categoria/salud-al-dia/bulimia>
<http://www.dmedicina.com/enfermedades/psiquiatricas/anorexia>
http://kidshealth.org/parent/en_espanol/emociones/eating_disorders_esp.html
<http://desordenesjovenes.blogspot.mx>
<http://trastornosalimentarios.org/anorexia-nerviosa>