

**MACROPROYECTO**  
**MUJERES, MALNUTRICION Y CALIDAD DE VIDA: UN ABORDAJE DESDE LA**  
**PARTICIPACION COMUNITARIA, QUE CONTRIBUYE AL LOGRO DE LA**  
**SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL DE LOS HOGARES DE**  
**GIRARDOT CUNDINAMARCA**

**INVESTIGADORES PRINCIPALES**

FRANCISCO JAVIER LAGUNA

GERMAN IGNACIO PINZON

**AUXILIARES DE INVESTIGACION**

ANYELA VALERIA PATAQUIVA MORENO

**UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**PROGRAMA ENFERMERIA**  
**GIRARDOT**  
**2019**

**MACROPROYECTO**  
**MUJERES, MALNUTRICION Y CALIDAD DE VIDA: UN ABORDAJE DESDE LA**  
**PARTICIPACION COMUNITARIA, QUE CONTRIBUYE AL LOGRO DE LA**  
**SEGURIDAD ALIMENTIARIA Y NUTRICIONAL DE LOS HOGARES DE**  
**GIRARDOT CUNDINAMARCA**

**AUTOCONCEPTO Y AUTOPERCEPCION DE LAS MUJERES CON OBESIDAD**  
**Y SOBREPESO ENTRE 18 Y 37 AÑOS DE LOS ESTRATOS 1 Y 2 DE LAS**  
**COMUNAS DE LA CIUDAD DE GIRARDOT.**

**FASE II**

**INVESTIGADORES PRINCIPALES**

FRANCISCO JAVIER LAGUNA

GERMAN IGNACIO PINZON

**AUXILIARES DE INVESTIGACION**

ANYELA VALERIA PATAQUIVA MORENO

**UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**PROGRAMA ENFERMERIA**  
**GIRARDOT**

2019

Nota de Aceptación

---

---

---

---

---

---

---

Presidente del Jurado

---

Jurado

---

Jurado

---

Jurado

Girardot, .....2019

## **AGRADECIMIENTOS**

El presente trabajo investigativo lo dedicamos principalmente a Dios, por darme la fuerza para sacar adelante dicho proyecto cuya idea surgió de la conversación de un par de amigas basadas en una experiencia común.

A nuestros padres, por su amor, trabajo y sacrificio en todos estos años, y que hoy en día se ven los frutos del esfuerzo y amor sembrado en cada uno de nosotros.

A nuestros hermanos por estar siempre presentes, acompañándonos y por el apoyo moral, que nos brindaron a lo largo de esta etapa de nuestras vidas.

A nuestros docentes por su colaboración, orientación y paciencia para enseñarnos a desarrollar otras facetas en nuestras vidas y por encaminarnos en dirección a la investigación.

Por último a todas las mujeres que nos apoyaron y colaboraron en esta investigación ya que cada una nos abrió las puertas de su casa y de su vida al tenernos la confianza de hablar de si mismas.

## TABLA DE CONTENIDO

Titulo .....	6
Formulación del problema .....	7
Introducción .....	8
Justificación .....	11
Objetivo general.....	12
Objetivos específicos .....	12
Planteamiento del problema .....	13
Marco teórico .....	18
Marco legal .....	22
Marco ético .....	24
Marco geográfico .....	29
Cuadro de categorías .....	31
Metodología.....	32
Instrumento .....	35
Ejecución del instrumento .....	43
Prueba piloto .....	45
Entrevista n°1 .....	51
Entrevista n°2 .....	56
Entrevista n°3.....	61
Entrevista n°4.....	64
Entrevista n°5.....	68
Análisis general .....	71
Conclusiones .....	74
Recomendaciones .....	78
Bibliografía .....	79

## **TITULO**

**AUTOCONCEPTO Y AUTOPERCEPCION DE LAS MUJERES CON OBESIDAD Y SOBREPESO ENTRE 18 Y 35 AÑOS DE LOS ESTRATOS 1 Y 2 DE LAS COMUNAS DE LA CIUDAD DE GIRARDOT**

## **FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cómo afecta la autopercepción y auto concepto la obesidad y sobrepeso en las mujeres entre 18 y 35 años de los estratos 1 y 2 de las comunas de la ciudad de Girardot?

## INTRODUCCION

Actualmente en Colombia la obesidad se ha constituido como una de las principales problemáticas de salud pública que va en ascenso, esta se empieza a desarrollar desde edades tempranas y representa un factor de riesgo para el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles que altera la calidad de vida del individuo.

Según “FUNCOBES” la Fundación Colombiana de Obesidad advierte que el 51% de la población colombiana presentan sobrepeso y obesidad, de igual manera encuestas recientes de ENSIN (encuesta nacional de la situación nutricional en Colombia) que realiza el instituto colombiano de bienestar familiar y que permite visibilizar la situación nutricional de la población entre los 0 y 64 años afirma que el 52% de la población colombiana es obesa y se estima que el 26% de esta prevalece en mujeres.

Sin embargo se ha evidenciado que la obesidad no solo tiene repercusiones físicas, si no que de igual manera se ve alterada la salud mental y emocional de la persona lo cual representaría cambios en el concepto y percepción que se tiene de sí mismo como ser humano que convive en una sociedad que plantea ciertos estereotipos e imaginarios ideales del cuerpo en relación a su peso.

En consecuencia, esta investigación quiere trascender, y no solo visibilizar la obesidad como un problema físico, si no conocer las consecuencias sociales y emocionales que esta tiene en el individuo interpretando la autopercepción y auto concepto de las mujeres en edad fértil (18 a 37) que presenten exceso de peso, referente a sí mismas, la seguridad alimentaria y nutricional, en las comunas urbanas de la ciudad de Girardot; por medio de una entrevista abierta que nos permita conocer la experiencia de vida del individuo con esta condición. Todo este enmarcado en la ruta integral de atención en salud: promoción y mantenimiento de la salud.

.

El proyecto se basa en un estudio del paradigma interpretativo o comprensivo, ya que no se busca generalizar una población, si no busca interpretar el concepto que cada una de estas mujeres tiene acerca de si misma, cuales son las repercusiones a nivel mental, emocional y social que ha generado el exceso de peso al convivir en su entorno, puesto que no se puede abarcar un solo concepto ya que es una experiencia única e individualizada, dándole así una perspectiva y un enfoque diferente relacionado con su vivencia.

Está basada en un enfoque cualitativo, Fenomenológico puesto que pretende observar de forma directa y exploratoria las experiencias y emociones de las mujeres obesas de las comunas de Girardot mediante la recolección de datos a través de entrevistas exhaustivas, cuestionarios abiertos, lenguaje no verbal directamente con la persona; que pretenden analizar las vivencias y realizar una descripción ideográfica. Estableciéndose una muestra de 5 mujeres que cumplen con los criterios de inclusión.

La información se recolecto mediante un instrumento de Entrevista abierta flexible estructurada con la asesoría de los investigadores y docentes German pinzón y francisco Javier laguna para dar validez al proyecto, la actividad de las entrevistas se realizó entre en el año 2019.

Así mismo la enfermería como disciplina cobra fuerza a nivel investigativo y aplica La teoría de Marjory Gordon, que propone el modelo de valoración integral y holística de la persona donde por medio de 11 patrones funcionales se evaluara el estado de salud del paciente. Fraccionándolo no solo en lo físico si no abarcando los aspectos psicológicos y emociones de la persona. Dentro de estos patrones la investigación se sitúa dentro del séptimo patrón Autopercepción- Autococepto donde se define como “describe la percepción del estado de ánimo allí se incluye las actitudes del individuo hacia sí mismo la percepción de sus habilidades tanto cognitivas, afectivas y físicas, imagen corporal, el sentido general de su valía y

componente emocional en general” permitiendo idealizar y crear una estrategia clara en la que le permita al investigador idear técnicas para evaluar este patrón.

De esta manera se pueden integrar los hallazgos de la investigación de tal modo que faciliten por medio la entrevista la interpretación de los factores internos y externos que alteren la salud mental y emocional de la persona y conocer a profundidad el impacto que tiene el exceso de peso en su vida cotidiana.

## **JUSTIFICACIÓN**

Este proyecto busca Interpretar el exceso de peso no solo como un problema de salud físico, si no una condición que puede llevar a las mujeres a cambiar el auto concepto y autopercepción que tienen de sí mismas y afectarlas mental y emocionalmente causando un cambio de conductas consigo mismas y su entorno social.

Busca lograr identificar factores extrínsecos e intrínsecos que puedan alterar tanto su patrón alimenticio como emocional y cambiar el concepto que tienen en sí mismas y como este cambio repercute en sus conductas de autocuidado, esta investigación busca visibilizar el sobrepeso como una problemática que altera en conjunto la salud de la persona y que requiere de una intervención multidisciplinaria y holística para encontrar la verdadera solución a la problemática más allá de un problema que altera la salud física se deben contar con herramientas y soluciones encaminadas a mejorar la salud mental y emocional de esas persona para llegar a un estado de bienestar.

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo General:**

Interpretar la autopercepción y auto concepto de las mujeres que presenten exceso de peso, referente a sí mismas, la seguridad alimentaria y nutricional, en las comunas urbanas de la ciudad de Girardot.

### **Objetivos Específicos:**

- Indagar sobre los imaginarios de belleza, salud y estética que tienen las mujeres con obesidad de las comunas de la ciudad de Girardot
- Comprender los conceptos de autopercepción en aspectos como imagen corporal y auto concepto, de las mujeres con obesidad entre un rango de edad 18- 35 años.
- Interpretar los testimonios de las mujeres sobre si mismas como factor determinante del auto concepto

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Es necesario tener en claro que es la obesidad según la OMS (organización mundial de la salud) “se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud.”<sup>1</sup>, este problema de salud tiene como causa un desequilibrio energético entre calorías consumidas y gastadas, las mujeres como los hombres son propensas adquirir esta enfermedad, pues están dispuestos naturalmente al consumo de calorías en altas cantidades para reponer el gasto calórico que acarrea un día laboral o un día realizando labores domésticas

Para los colombianos y colombianas no es desconocido que nuestro país está compuesto por un sin número de culturas que tienen costumbres folclóricas y gastronómicas basadas en la preparación y consumo de comidas con altos contenidos grasos. No siendo poco esto; se puede observar el fácil acceso a comidas nada saludables, que contienen altas cantidades grasas saturadas y componentes poco favorables para la consecución de una vida sana y saludable.

“FUNCOBES la Fundación Colombiana de Obesidad advierte que el hecho de que el 51% de la población colombiana –es decir, más de la mitad de los habitantes– presentan sobrepeso y obesidad confirma que esta epidemia, ya es el principal problema de salud pública del país, con tendencia al aumento, de igual manera encuestas recientes de ENSIN ( encuesta nacional de la situación nutricional en Colombia) que realiza el instituto colombiano de bienestar familiar afirma que el 52% de la población colombiana es obesa y se estima que el 26% de esta prevalece en mujeres.

---

<sup>1</sup> MORENO, G. Manuel. Definición y clasificación de la obesidad. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 2012, vol. 23, no 2, p. 124-128

Pese a los múltiples esfuerzos que las sociedades científicas y el propio gobierno realizan para detener las cifras en Colombia con la ley 1355 del 2009 donde se establece el sobre peso como problema de salud pública “reconociendo el sobrepeso y la obesidad como serios problemas de salud pública que requieren acciones inmediatas para su control y prevención”<sup>2</sup>.

Por otra parte, datos expuestos en el XII congreso colombiano de obesidad llevado a cabo del 11 al 13 de agosto de 2016. demuestran que las mujeres en Colombia son más del 45% de la población obesa del país y esta se presenta mayormente en los estratos más bajos de la sociedad. Donde la falta de oportunidades laborales, educación y atención médica adecuada son parcialmente nulas e inexistentes.

Desde un punto de vista social la obesidad es más que un problema de estética o de imagen es un problema de salud grave; En el departamento de Cundinamarca según el ministerio de salud en conjunto con el ENSIN el departamento de Cundinamarca dice que el 18% de la población presenta obesidad prevaleciendo en las mujeres, en la ciudad de Girardot no existen datos concretos del índice de obesidad que se presenta sin embargo, de forma autónoma y de observación se puede resaltar la problemática de obesidad existente en el municipio.

¿Por qué en la mujer hay más tendencia a sufrir obesidad? Bien sea por:  
Factores biológicos.

En comparación con los hombres, el mayor porcentaje de masa grasa en las mujeres lo cual indica un gasto menor energético y es más complicado perder peso, Los embarazos favorecen la obesidad, La menopausia tiene efectos desfavorables

---

<sup>2</sup> MARTINEZ, Rocio Robledo; DÍAZ, Fabio Alberto Escobar. Las enfermedades crónicas no transmisibles en Colombia. *Boletín del observatorio en salud*, 2010, vol. 3, no 4.

en la composición corporal que conduce a un aumento en la obesidad entre los 40 y 60 años.

existen factores psicológicos donde Las mujeres tienen mayor prevalencia de trastornos de la conducta alimentaria. Algunos estudios muestran mayor prevalencia de depresión y ansiedad entre las mujeres con obesidad. Estos factores psicológicos son a la vez causa y consecuencia de la obesidad.

Pero realmente ¿cuáles son las consecuencias de este trastornó?, no solo desde un punto de vista metabólico, si no a la vez la afectación en la salud mental de la persona, según la OMS “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”<sup>3</sup>, según estudios, el 90% de la población mundial padece de enfermedades psicológicas derivadas del sobrepeso y obesidad, el daño psicológico que conlleva esta situación es bastante amplio, ya que sufren de rechazo social, laboral y familiar por su sobrepeso.

Hoy día cuando hablamos de las grandes epidemias de la sociedad actual, estamos Hablando de Obesidad y baja autoestima, no deja de resultar paradójico, cada vez más personas se sienten insatisfechas con sus vidas, pues actualmente la mayoría de vestuarios, la presión de la sociedad, el hecho de que los accesorios son para gente de talla baja, creando inseguridades y llevándolos a pensar que no están dentro del mismo estándar de la sociedad.

Hay que entender que hay determinados casos que están relacionados con la tristeza (rupturas amorosas, problemas familiares, fallecimientos etc.) escases de recursos, el pos parto, falta de auto estima, estrés, en este caso la obesidad generan un factor de causa y efecto, que la situación cambia de acuerdo a las personas,

---

<sup>3</sup> WORLD HEALTH ORGANIZACIÓN. *Oficial records of the World Health Organización*. Unite Nations, World Health Organization, Interim Commission, 1975.

ocasionando en algunas desórdenes alimenticios, ansiedad y expondrá a mayores factores de riesgo que disminuirán su calidad de vida generando aspectos negativos en su entorno hasta llegar a afectar su salud mental

Además, muchas personas que padecen sobrepeso desde la niñez, se han sentido marginadas. Por ello pueden haber experimentado un gran rechazo, su autoestima va bajando hasta llegar, en algunos casos, a llegar encontrar sentimientos negativos hacia sí mismo.

La mujer actualmente a través de los años ha adoptado diferentes roles en la sociedad además de madre y esposa, En la actualidad las mujeres están sometidas a presiones y exigencias que juegan un papel importante en el desencadenamiento de la angustia. En la medida en que la mujer va ganando un lugar, muchas veces más destacado, en áreas de estudio y trabajo, el temor al fracaso y al rechazo por parte de la sociedad y las etiquetas que comprende en ella tiende a incrementarse el ir abriendo brechas difíciles.

El nivel de exigencia en general tiende en la actualidad a ser mucho más elevado en la mujer que en el hombre. En la sociedad actual los conceptos de belleza y de imagen corporal tienden a ser sobrevalorados por diferentes personas, donde creen que la obesidad no es parte de ella, juzgando a las personas que lo son, Creando inseguridades en sí mismas, dudas, e inconformismo por su estética, que por consiguiente afectara su auto concepto y autoestima de una manera negativa

Esta ansiedad puede llevar a algunos pacientes a ingerir alimentos en exceso repercutiendo y prolongando la obesidad, asociado a la falta de actividad física serán la causa y efecto del otro

Esta investigación es importante ya que interpretara como la obesidad es factor de una baja autoestima, alterando la autopercepción y autoconcepto de estas mujeres

en las mujeres de las comunas de la ciudad de Girardot, dando una perspectiva desde las experiencias de algunas de ellas. Permitiendo la identificación de la necesidad de que se abarque esta problemática

## MARCOS DE REFERENCIA:

### MARCO TEORICO:

Marjory Gordon propone una teoría de enfermería donde se propone un modelo de valoración integral y holística de la persona donde por medio de 11 patrones funcionales se evaluará el estado de salud del paciente. Fraccionándolo no solo en lo físico si no abarcando los aspectos psicológicos y emociones de la persona

Dentro de estos patrones la investigación se sitúa dentro del séptimo patrón Autopercepción- Auto concepto donde se define como “describe la percepción del estado de ánimo allí se incluye las actitudes del individuo hacia sí mismo la percepción de sus habilidades tanto cognitivas, afectivas y físicas, imagen corporal, el sentido general de su valía y componente emocional en general”<sup>4</sup> permitiendo idealizar y crear una estrategia clara en la que le permita al investigador idear técnicas para evaluar este patrón.

Algunos factores además de los propios interfieren en el auto concepto de la persona y en este caso si se refiere a su estética e imagen corporal abarcando no solo su valía hacia sí mismo sino además de esta los factores psicosociales y culturales que establecen unos patrones de belleza no congruentes con la realidad de estas mujeres que tienen una condición de obesidad y que influyen de manera tanto positiva o negativa en su imagen corporal y por ende su auto concepto.

La teoría del yo espejo desarrollada por Charles Coocley (1902) refiere que en “vernos a través de los ojos de los demás como si estuviéramos mirando un

---

<sup>4</sup> GORDON, Marjory. Manual de diagnósticos enfermeros. 2003.

Espejo”<sup>5</sup> , propone que la construcción del auto concepto no solo depende de la propia visión si no a demás de la forma en la que nos perciben los demás.

El exceso de peso afecta a más de un tercio de la población mundial trayendo consigo no solo problemas físicos y alteraciones en su metabolismo sino además se encuentran todas las implicaciones psicológicas que conlleva esta condición, la OMS define el exceso de peso como “una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud” <sup>6</sup>

Donde nos dice que salud es “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedad”<sup>7</sup>, significa que esta acumulación anormal o excesiva de grasa afecta al ser humano en todos sus componentes y si se habla de una alteración a nivel mental secundario a esta condición física ya directamente se afecta el estado de salud general de la persona.

Señalando además el impacto que tiene los patrones establecidos por la sociedad “La literatura señala que dicha imagen corporal depende, en gran medida, de los ideales de belleza que imperan en la cultura. Así, los modelos socioculturales que idealizan, hasta el extremo, una figura femenina delgada genera un modelo estético difícil, si no imposible, de conseguir por medios naturales y con una alimentación sana y equilibrada. Por ello, un número importante de chicas, al compararse con ese modelo inalcanzable, se sienten insatisfechas” <sup>6</sup>.

---

<sup>5</sup> COOLEY, Charles Horton. El yo espejo. CIC. Cuadernos de Información y Comunicación, 2005, no 10

<sup>6</sup>.World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Geneve: WHO. 1998.

<sup>7</sup> MORENO, G. Manuel. Definición y clasificación de la obesidad. Revista Médica Clínica Las Condes, 2012, vol. 23, no 2, p. 124-128.

Se evidencia que la influencia cultural y psicosocial altera dicho estado de salud sino que además el género femenino se ve sometido a una mayor afectación y presión psicológica al tratar de encajar en los estándares de belleza establecidos, allí se puede apreciar la relación que tiene el autoestima y el peso donde se afirma que “En cuanto a la relación entre la autoestima y las alteraciones emocionales, diversos estudios ponen de manifiesto que la autoestima baja juega un papel fundamental para entender la presencia de sintomatología ansiosa y depresiva en la evolución del TCA”<sup>8</sup>

Lo cual puede generar en el paciente un estado bien sea ansioso o depresivo creando un círculo vicioso al querer ingerir mayor cantidad de alimentos dándole evolución y continuidad a su trastorno alimentario, Afectando los imaginarios del cuerpo, en los cuales tratan de encajar. Una investigación por parte de la universidad central de Colombia afirma desde un punto epistemológico que “Como sujetos reflexivos, podríamos entonces cuestionar y analizar las políticas del cuerpo que en nuestra cultura nos definen a través del género, la singularidad, los modelos de identidad y los protocolos que utilizamos para inscribirnos dentro de un contexto social”<sup>9</sup>

Esto lleva a pensar ¿de qué magnitud es el impacto negativo de la autoestima de quienes padecen obesidad por no seguir esos modelos que define nuestra cultura?

---

<sup>8</sup> ASUERO FERNÁNDEZ, Ruth, et al. Preocupación por la apariencia física y alteraciones emocionales en mujeres con trastornos alimentarios con autoestima baja. *Escritos de Psicología* (Internet), 2012, vol. 5, no 2, p. 39-45.

<sup>9</sup> CÁCERES, Gigiola. Imaginarios del cuerpo y lenguajes expertos. *Aproximaciones a la imagen del cuerpo, entre el arte y la medicina. Nómadas* (Col), 2007, no 26.

, partiendo desde el género siendo la mujer más juzgada en su entorno y predisponente a ser la más afectada por las mismas críticas. Alejándose a sí mismas de sus propios imaginarios sociales, y por consecuente disminuyendo su autoestima y cambiando su auto concepto.

Por otro lado es importante analizar el papel de la enfermería frente a la subjetividad del paciente, teorías como las de Jean Watson plantea la importancia del rol del enfermero, ubicando su postulado como una teoría existencial, fenomenológica y espiritual rescatando la enfermería como ciencia humana basándose en conceptos como la inteligencia emocional, donde describe las capacidades que el enfermero debe tener explicándolo minuciosamente en diez factores donde analiza las habilidades del enfermero para cumplir sus objetivos donde ella lo define como un cuidado transpersonal con el fin de restaurar la armonía entre la mente-cuerpo y alma en su totalidad.

A la vez se pretende con esta investigación demostrar que las enfermeras pueden mejorar la calidad de los cuidados a las personas si se abren a dimensiones tales como la espiritualidad y la cultura e integran los conocimientos vinculados a estas dimensiones

En su teoría Jean Watson<sup>10</sup> incentiva en el cuarto factor el desarrollo de la relación de ayuda, fomentando la confianza entre enfermero y paciente logrando la expresión de sentimientos positivos y negativos lo cual implica congruencia empatía y comunicación eficaz que es necesaria durante la realización de las entrevistas, en el octavo factor recalca la importancia que debe dar el enfermero tanto al entorno interno y externo del paciente y como esto afecta su salud esto se tomara en cuenta

---

<sup>10</sup> URRÁ, Eugenia; JANA, Alejandra; GARCÍA, Marcela. Algunos aspectos esenciales del pensamiento de Jean Watson y su teoría de cuidados transpersonales. *Ciencia y enfermería*, 2011, vol. 17, no 3, p. 11-22

al analizar el impacto que tienen dichos entornos en la autopercepción y autoconcepto de la persona

Para poder brindar un cuidado individualizado el enfermero debe tener la capacidad de percibir y afirmar la subjetividad del otro basándose en la manifestación de acciones, actitudes, palabras y demás que permite clarificar la experiencia personal de la persona e interpretar sus sentimientos

### **MARCO LEGAL:**

Las bases legales en las que se fundamenta el estudio, parten desde 2 leyes fundamentales la primera la Ley 1616 del 2013 donde define la salud mental como “un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción que generaran recursos emocionales, cognitivos y mentales” ubicándose dentro de la investigación en las repercusiones que la interacción con su entorno, sus relaciones individuales y colectivas podrían tener un impacto negativo definiéndose este fenómeno como un trastorno mental contemplado en el punto 5 del artículo 5 de la presente ley.

De igual manera el punto 4 del artículo 5 diseña una estrategia de Atención integral e integrada en salud con el fin de responder a las necesidades de salud mental de la población, incluyendo la promoción, prevención secundaria y terciaria, diagnóstico precoz, tratamiento, rehabilitación en salud e inclusión social de la población.

Por otro lado la ley 1355 del 2009 por medio de la cual “se define la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles asociadas a esta como una prioridad de salud pública y se adoptan medidas para su control, atención y prevención” 1 Dentro del artículo 1 refiere que “La obesidad como una enfermedad crónica de

Salud Pública, la cual es causa directa de enfermedades cardiacas, circulatorias, colesterol alto, estrés, depresión, hipertensión, cáncer, diabetes, artritis, colon, entre otras, todos ellos aumentando considerablemente la tasa de mortalidad de los colombianos.”

Argumentando la investigación ya que considera la obesidad como desencadenante de repercusiones en la autoestima y auto concepto de la de la persona haciendo notable la problemática.

## **MARCO ETICO**

En la disciplina de enfermería existen unos principios éticos que están encaminados a restablecer la salud de los individuos, basadas en el conocimiento mutuo y con respeto de la dignidad de los cuales se tomaron 3 en cuenta para la realización de la investigación, la beneficencia, autonomía y fidelidad, teniendo todos en común un impacto positivo en la persona.

La Beneficencia se define como “benevolencia o no-maleficencia, principio ético de hacer el bien y evitar el daño o lo malo para el sujeto o para la sociedad. Actuar con benevolencia significa ayudar a los otros a obtener lo que es benéfico para ellos, o que promueva su bienestar, reduciendo los riesgos maléficis, que les puedan causar daños físicos o psicológicos”, nuestra investigación propone crear estrategias que van promover la reflexión individual de estas mujeres fortaleciendo sus debilidades e inseguridades con el fin de mejorar el bienestar de la persona y evitar daños emocionales y físicos

La Autonomía: “principio ético que propugna la libertad individual que cada uno tiene para determinar sus propias acciones, de acuerdo con su elección. Respetar a las personas como individuos autónomos significa reconocer sus decisiones, tomadas de acuerdo con sus valores y convicciones personales. Uno de los problemas en la aplicación del principio de autonomía en los cuidados de enfermería, es que el paciente puede presentar diferentes niveles de capacidad de tomar una decisión autónoma dependiendo de sus limitaciones internas (aptitud mental, nivel de conciencia, edad o condición de salud) o externas (ambiente hospitalario, disponibilidad de recursos existentes, cantidad de información prestada para la toma de una decisión fundamentada, entre otras)” durante el desarrollo de cada uno de los objetivos específicos de la investigación se respetara la libertad de la persona

frente a la decisión de participar o no en el proyecto basadas en las razones personales que considere.

La Fidelidad: “principio de crear confianza entre el profesional y el paciente. Se trata, de hecho, de una obligación o compromiso de ser fiel en la relación con el paciente, en que el enfermero debe cumplir promesas y mantener la confiabilidad. La expectativa del paciente es que los profesionales cumplan las palabras dadas. Solamente en circunstancias excepcionales, cuando los beneficios de la ruptura de la promesa son mayores que su mantención, es que se puede quebrarla. La confianza es la base para la confidencia espontánea, y los hechos revelados en confidencia hacen parte del secreto profesional del enfermero”

Este principio se verá reflejado durante el desarrollo de toda la investigación ya que desde el inicio de la ejecución se debe generar un ambiente cálido y confianza que le permita a la persona establecer una óptima relación de ayuda con el enfermero, donde se cumplirán los acuerdos de confidencialidad y se implementara el uso del consentimiento informado para el uso de la información proporcionada llevando a cabo el cumplimiento de las normas establecidas en mutuo acuerdo previamente.

Aplicando así los principios bioéticos establecidos en la disciplina, enfocados hacia el fin de conservar, preservar, y mejorar el estado de salud en el paciente desde una perspectiva holística con un trato humanizado manteniendo la dignidad humana durante el proceso

Para la ejecución de este proyecto de investigación centrado en la interpretación del auto concepto y autopercepción de las mujeres con obesidad y sobrepeso, entre 18 y 37 años de los estratos 1 y 2 de las comunas de la ciudad de Girardot, en el que

se desarrollan aspectos éticos y legales que defiende la importancia de la profesión de enfermería en el desarrollo de la investigación.<sup>11</sup>

Por tal razón la investigación desarrollada por estudiantes de enfermería tiene como base la ley 266 de 1996 la cual define la enfermería como una profesión liberal y una disciplina de carácter social, cuyos sujetos de atención son la persona, la familia y la comunidad, con sus características socioculturales, sus necesidades y derechos, así como el ambiente físico y social que influye en la salud y en el bienestar. En el desarrollo de esta investigación se ejecutará teniendo en cuenta los principios de la práctica profesional:

- Integralidad: con un visón unitario para el desarrollo de la caracterización en el acercamiento con la población teniendo en cuenta las dimensiones física, social, mental y espiritual de las mujeres estudiadas.
- Individualidad: realizar una aproximación a la población investigada teniendo en cuenta características socioculturales, históricas y los valores. Permite comprender el entorno y las necesidades individuales para brindar una intervención de enfermería humanizada, con el respeto debido a la diversidad cultural y la dignidad de la persona.
- Dialogicidad: Fundamenta la interrelación enfermera paciente, familia, comunidad, elemento esencial del proceso del cuidado de enfermería que asegura una comunicación efectiva, respetuosa, basada en relaciones interpersonales simétricas, conducentes al diálogo participativo en el cual la persona, la familia y la comunidad expresan con libertad y confianza sus necesidades y expectativas de cuidado .
- Responsabilidad. Actuar con profesionalismo y rigor científico en el proceso investigativo, esto es: concepción, diseño, evaluación, ejecución y divulgación de los resultados del proyecto de investigación. Hacer un uso adecuado de los recursos.

---

<sup>11</sup> MINISTERIO DE SALUD ; normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud; Colombia ,resolucion numero 8430 de 1993 (octubre 4)

- Imparcialidad. Ejercer las actividades investigativas del proceso sin general consideraciones subjetivas de la información suministrada.
- Respeto. Promover el cuidado por las diferentes formas de vida, reconocer la propiedad intelectual y la información privilegiada, sin detrimento de quienes participan en la investigación, ni de los que sean depositarios de los resultados de la investigación.

El manejo de la información de la investigación se llevará dentro del marco del Código deontológico de la ley 911 de 2004, que contempla que la información se debe salvaguardar, se conservara la dignidad y la integridad de las personas que participen y se le respetaran sus derechos , también se implementa el consentimiento informado por tratarse de una investigación en con seres humanos, esto se encuentra sustentado bajo la resolución 8430/1993 la cual en su artículo 14 define “Se entiende por Consentimiento Informado el acuerdo por escrito, mediante el cual el sujeto de investigación o en su caso, su representante legal, autoriza su participación en la investigación, con pleno conocimiento de la naturaleza de los procedimientos, beneficios y riesgos a que se someterá, con la capacidad de libre elección y sin coacción alguna”

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente y de acuerdo al tipo de investigación realizada en la comunidad se define que para el desarrollo de este trabajo en el cual no se realiza ninguna intervención o modificación intencionada de las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los individuos que participan en el estudio, entre los que se consideran: revisión de historias clínicas, entrevistas, cuestionarios y otros en los que no se le identifique ni se traten aspectos sensitivos de su conducta se cataloga entonces este trabajo como una investigación sin riesgo.

Las normas que regulan a nivel internacional la investigación con seres humanos son de aplicación para el territorio nacional, éstas se centran en el bienestar de las personas que participan como sujetos de investigación.

Dentro de las principales normas regulatorias internacionales se encuentran: Código de Núremberg (1945): Publicado el 20 de agosto de 1947, después de los juicios a los criminales nazis en la ciudad de Núremberg, Alemania. Este documento recogió los principios mínimos que debían tenerse en cuenta al momento de hacer investigación - experimentación con seres humanos-, como una respuesta al testimonio que dieron algunos de los investigados en el juicio por el tratamiento .

Se debe resaltar también Declaración de Helsinki (1964). Producto de la 18ª Asamblea Médica Mundial de Helsinki (Finlandia), recoge disposiciones para guiar a los médicos y a otras personas en la investigación biomédica que involucre seres humanos. Se incluye la investigación de material humano o de información identificables.

En esta declaración se constituyó en la piedra angular de referencia internacional en ética de la investigación. La introducción en la versión de 1975 de la revisión de las investigaciones por comités de ética, así como la inclusión de resguardos para el uso de placebos en la versión de 1996, y finalmente, las garantías de continuidad de tratamiento en la versión del año 2000.

## **MARCO GEOGRAFICO**

El municipio de Girardot cuenta con una extensión de 129 km<sup>2</sup> y dentro de esta la extensión conurbación de: 354 km<sup>2</sup>, además de eso cuenta con una Población de: 150.178 habitantes (según estadísticas del DANE para el año 2005).

Dentro de su estructura interna se encuentra subdividida por 5 comunas de las cuales se tomaran 2 mujeres por cada comuna para el desarrollo de la investigación, dichas comunas son:

**Comuna 1 Centro:** Acacias, Bavaria, Blanco, Bogotá, Centro, Granada, La Magdalena, Los Almendros, Miraflores, Murillo Toro, San Antonio, San Antonio, San Miguel, Santander y Sucre.

**Comuna 2 Sur:** Alto de la Cruz, Alto del Rosario, Alto de las Rosas, Bocas del Bogotá, Diez de Mayo, Divino Niño, El Porvenir, Parques B. del Bogotá, Puerto Cabrera, Puerto Mongui, Puerto Montero, Santa Mónica, Urbanización Tocarema y Veinte de Julio.

**Comuna 3 Occidente:** Arrayanes, Buenos Aires, Cambulos Etapa 1 y 2, Cambulos Etapa 3, Centenario, El Paraíso, Estación, El Nogal, El Portal de los Almendros, El Portal de los Cauchos, Gaitán, Gólgota, Guadalquivir, La Arboleda, La Esperanza, La Esperanza Etapa 4, La Colina, La Colina Campestre, La Colina Real, La Maravilla, Las Quintas, Las Mercedes, Los Mangos, Madeira, Meneses, Nuestra Señora del Carmen, Parques de Andalucía, Pozo Azul, Quinto Patio, San Luis, Santa Helena, Santa Isabel, Santa Paula, Santa Paula Resort II, Urbanización

Hacienda Girardot, Urbanización Hacienda Girardot Etapa 2, Urbanización Villa Cecilia, Villanpis, Villa Alexander y Vivisol.

**Comuna 4 Norte:** Alcatraz, Algarrobos Etapa 3, Algarrobos Etapa 4, Alicante, Altos del Peñón, Altos del Chicalá, Balcones, Bello Horizonte, Bosques del Norte, Brisas de Girardot, Ciudad Montes, Corazón de Cundinamarca, Condominio Montana, Diamante Central, Diamante Nororiental, Diamante Etapa 5, Esmeralda I Sector, Esmeralda Etapa 2, Esmeralda Etapa 3, Esperanza Norte, El Edén, El Refugio, Juan Pablo 2, La Tatiana, La cuarenta, Los Naranjos, Los Rosales, Madrigal, Mi Futuro, Palmeras del Norte, Parque Central, Ramón Bueno, Rosablanca, Rosablanca II Sector, San Fernando, Santa Rita, Solaris, Talisman, Tejares del Norte, Volver a Vivir I – II, Zarzuela.

**Comuna 5 Oriente:** Brisas del Bogotá, Cedro Villa Olarte, Corozo, Girasol, El Cedrito, El Cedro, El Peñón, Kennedy, Kennedy III Sector, Lagos del Peñón, La Campiña, La Carolina, La Magdala, La Trinitaria, La Victoria, Los Bungabiles, Guadales, Magdalena III, Obrero, Portachuelo, Primero de Enero, Salsipuedes, San Jorge, Santa Fe, Santa Lucía, Santa María del Peñón, El Triunfo, Villa Kennedy, Villa Paola, Villa Olarte y Villa Yaneth.

El objetivo de este es tomar mujeres de diferentes comunas con el fin de buscar una perspectiva diferente en cada una, y así mismo identificar si su entorno o factor socioeconómico es uno de los prediponentes o factor de riesgo que pueda afectar su autoconcepto, buscando abarcar a la mujer desde su zona de confort y abarcar la ciudad de Girardot en una forma completa.

### CUADRO DE CATEGORÍAS:

CONCEPTO	DEFINICIÓN	DIMENSIONES	AUTORES
<b>EXCESO DE PESO</b>	El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. <sup>12</sup>	(IMC) es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la obesidad en los adultos. Se calcula dividiendo el peso de una persona en kilos por el cuadrado de su talla en metros (kg/m <sup>2</sup> ).	OMS.
<b>AUTOPERCEPCIÓN</b>	Describe, básicamente, cómo percibe el propio individuo la salud y el bienestar, y cómo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salud</li> <li>• Bienestar</li> <li>• Individuo</li> </ul>	GORDON, Marjory. Manual de diagnósticos

<sup>12</sup> GONZÁLEZ-CHÁVEZ, Antonio, et al. Prevalencia del síndrome metabólico entre adultos mexicanos no diabéticos, usando las definiciones de la OMS, NCEP-ATPIIIa e IDF. *Rev Med Hosp Gen Mex*, 2008, vol. 71, no 1, p. 11-19.

	<p>maneja todo lo relacionado con su salud, respecto a su mantenimiento o recuperación. Por tanto se incluye en él, las prácticas preventivas de todo tipo (hábitos higiénicos, vacunaciones, auto exploraciones recomendadas.</p> <p>13</p>		<p>enfermeros. 2003.</p>
<p>BELLEZA, IMAGEN CORPORAL</p>	<p>actualmente, el significado de belleza que tenemos se encuentra relacionado a una armonía física y emocional. Una persona que se sienta bella, logra exteriorizarlo y el resto de la gente puede percibirlo. Además, mantenerse bello se ha convertido en un indicador de salud mental y física.<sup>14</sup></p>	<p>Cuerpo Estética</p>	<p>HEREDIA, Nicolás; ESPEJO, Gladys. Historia de la belleza. <i>Acta de Otorrinolaringología &amp; Cirugía de Cabeza y Cuello</i>, 2018, vol. 37, no 1, p. 31-36.</p>
<p>MUJER</p>	<p>“Una característica que se presenta de manera general en los esquemas estereotípicos de género es el que hace referencia a la</p>	<p>Femenino Cuerpo Estética Madre</p>	<p>VILLAGRÁN, Paula Soto; YISSI, María Julia Fawaz. Ser mujer microempresaria en el medio rural. Espacios, escalas y</p>

<sup>13</sup> GORDON, Marjory. Manual de diagnósticos enfermeros. 2003.

<sup>14</sup> HEREDIA, Nicolás; ESPEJO, Gladys. Historia de la belleza. *Acta de Otorrinolaringología & Cirugía de Cabeza y Cuello*, 2018, vol. 37, no 1, p. 31-36.

	maternidad, hecho que se presenta de manera recurrente en los relatos, siendo visto ello como una bendición de Dios, por el hecho de ser quienes mantienen en su vientre a sus hijos y la relevancia que manifiestan explícitamente por ello,” <sup>15</sup>		redes. <i>Cuadernos de Desarrollo Rural</i> , 2016, vol. 13, no 77, p. 141-165.
<b>IMAGINARIOS DEL CUERPO</b>	Cada sujeto es artífice y actor social de su propio mundo. La forma en que se percibe la realidad, se le da un sentido y una razón de ser se presenta como natural y permanente, sin embargo es una construcción histórica social de la cual los individuos son productos y productores. Los mitos, ritos, ideologías, valores, procedimientos y métodos, entre otros múltiples elementos, englobados todos ellos en la noción de Significaciones Imaginarias Sociales. <sup>16</sup> Son el resultado de una labor colectiva en un tiempo y espacio	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sociedad</li> <li>• Cuerpo</li> <li>• Imaginarios</li> <li>• Individuo</li> </ul>	VELÁZQUEZ, María Eugenia. Cuerpo e imagen: Acerca de la construcción de imaginarios sociales sobre cuerpo, derechos e infancia. <i>Anuario de investigaciones</i> , 2011, vol. 18, p. 447-454.

<sup>15</sup> VILLAGRÁN, Paula Soto; YISSI, María Julia Fawaz. Ser mujer microempresaria en el medio rural. Espacios, escalas y redes. *Cuadernos de Desarrollo Rural*, 2016, vol. 13, no 77, p. 141-165.

	determinado, las cuales mantienen unidas a una sociedad, y permite que siga siendo la misma a pesar de sus múltiples mutaciones y periodos de crisis. <sup>17</sup>		
--	---	--	--

## METODOLOGIA

### PARADIGMA

#### INTERPRETATIVO O COMPRENSIVO

Nuestra investigación abarca un paradigma interpretativo comprensivo ya que no se busca generalizar una población si no busca entender el concepto que cada una de estas mujeres tiene acerca de si misma cual es la afectación mental a la que la ha llevado su obesidad , puesto que no se puede abarcar un solo concepto ya que es una experiencia única de cada una de estas mujeres dándole así una perspectiva y un enfoque diferente relacionado con la vivencia en la que se encuentran y sus condiciones.

Esta investigación se basa en realizar una descripción ideográfica (ideas) en profundidad, observando la experiencia individualizada y a que dimensión su condición las ha llevado, comprender como esta afectación mental ha disminuido su autoestima creando complejos que la han afectado tanto en su rol de madres como en su núcleo familiar y su interacción social para así poder hacer un análisis profundo de los factores que relacionan su obesidad con su parte emocional y en rol parental, en las mujeres de las comunas de la ciudad de Girardot con un

---

<sup>17</sup> CASTORIADIS, Cornelius. Lo imaginario: la creación en el dominio histórico social. *Los dominios del hombre: las encrucijadas del laberinto*, 1988, p. 64-77.

orientación personalizada de la experiencia constructivista de cada una de estas mujeres

### **ENFOQUE: CUALITATIVO**

Nuestra investigación tiene un enfoque cualitativo puesto que pretende observar de forma directa y exploratoria las experiencias y emociones de las mujeres obesas de las comunas de Girardot mediante la recolección de datos a través de entrevistas exhaustivas, cuestionarios abiertos, lenguaje no verbal directamente con la persona; que pretenden analizar las vivencias y realizar una descripción ideográfica. Observando de manera directa ciertos criterios como: ¿Cuáles son sus cualidades? ¿Cómo es su relación en su entorno social? ¿Cómo afecta su condición actual en su autoestima?

realizando un análisis de los datos subjetivos obtenidos para así describir y entender las situaciones y los hechos en si desarrollando una interpretación de los datos obtenidos y dar una conclusión acerca de las experiencias de vida de dichas mujeres.

### **TIPO DE ESTUDIO:**

Fenomenológico con 5 casos, no pretende generalizar, si no que se toma una muestra específica, buscando hacer un análisis intensivo de un grupo en específico (mujeres obesas madres de las comunas de Girardot) debido a sus cualidades

### **MUESTRA:**

Mujeres entre los 18-37 años que son madres con obesidad y sobrepeso de las comunas urbanas de la ciudad de Girardot

**INSTRUMENTO:**

Entrevista abierta flexible

CONCEPTO	PREGUNTA	JUSTIFICACION
<p><b>EXCESO DE PESO</b></p>	<p>1. <b>¿Consideras que el peso ha afectado o te ha impedido desarrollarte en algún ámbito de tu vida?</b></p>	<p>Se realizará con el fin de indagar si en algún momento de su vida siente que su peso le ha impedido desarrollarse en un ámbito social, laboral y familiar y que la ha llevado a pensar que esta problemática se debe a su exceso de peso</p>
<p><b>AUTOPERCEPCIÓN</b></p>	<p>1. <b>¿Qué es la imagen corporal? Como describes la tuya</b></p> <p>2. <b>¿Qué es salud? ¿Consideras que tu estado de salud es óptimo?</b></p>	<p>Lo que busca comprender por medio de preguntas de aspecto general, pero que conllevan un trasfondo en cada una de ellas, es identificar posibles experiencias pasadas o actuales que hayan</p>

	<p><b>3. ¿Qué cosas consideras valiosas en el ser humano?</b></p> <p><b>4. ¿Qué consideras que es valioso en una mujer?</b></p> <p><b>5. ¿Qué persona admiras y por qué?</b></p> <p><b>6. ¿Qué personas son importantes en tu vida y por qué?</b></p> <p><b>7. ¿Cuál es tu sueño más grande?</b></p> <p><b>8. ¿Qué es la familia y por qué es importante en la vida de una persona?</b></p> <p><b>9. ¿Crees en el amor? ¿Hay tipos de amor? ¿Cuál considera que es el que la rodea?</b></p> <p><b>10. ¿Cómo defines la belleza? Que tan importante es para ti?</b></p> <p><b>11. Te sientes feliz de quién eres? O te gustaría cambiar algo de ti</b></p>	<p>impactado positiva o negativamente y como la interacción con su entorno indirectamente haya podido afectar su auto valía y concepto de si misma y lo que representa</p> <p>Además de ello busca comprender los conceptos de belleza, imagen corporal, estética que tiene la persona y como se ubica en ellos, y si de los mismos se desprender sus miedos, o si adopta una actitud autocritica severa por su condición física y además de su lenguaje verbal, observar en su lenguaje no verbal y como esto refleja el que tan conforme se siente ella con su vida su entorno y condición.</p> <p>Analizar si la forma en la cree que los demás la perciben se relaciona con su exceso de peso y si este concepto que se da ella misma ha interferido en su</p>
--	---	--

	<p><b>12. ¿Cuáles crees que son tus mejores cualidades y por qué?</b></p> <p><b>13. ¿Cuáles crees que son tus defectos?</b></p> <p><b>14. Como han sido tus relaciones amorosas? (por qué crees que han fracasado)</b></p> <p><b>15. ¿cómo te hace sentir? ¿Qué es lo que te gusta del?</b></p> <p><b>16. ¿por qué no tienes pareja amorosa? ¿Te gustaría tener pareja?</b></p> <p><b>17. ¿Qué crees que te lo impide?</b></p> <p><b>18. ¿Qué consideras que es importante en un hombre para establecer una relación?</b></p> <p><b>19. Si tuvieras la oportunidad de decirles algo sin que pasara nada a las personas que te han lastimado, que les dirías?</b></p>	<p>patrón emocional y su desarrollo personal, y el mantenimiento de su salud</p>
--	--	--

	<p>20. ¿Como crees que te ven los demás?</p> <p>21. ¿Podrías hacer una descripción de ti misma? ¿Hablas contigo misma?</p> <p>22. ¿Si tuvieras la oportunidad de cambiar algo de tu pasado, que sería?</p> <p>23. ¿Cuándo te paras frente a un espejo que es lo que ves?</p>	
<p><b>BELLEZA, IMAGEN CORPORAL</b></p>	<p>1. ¿Cómo defines la belleza? Que tan importante es para ti?</p> <p>2. ¿Cuáles crees que son tus defectos?</p> <p>3. ¿Podrías hacer una descripción de ti misma? ¿Hablas contigo misma?</p> <p>4. ¿Cuándo te paras frente a un espejo que es lo que ves?</p>	<p>Se realiza esta pregunta con el fin de conocer los conceptos que tiene la persona sobre belleza y que tan importante es este aspecto físico y estético para ella, conocer dentro de estos mismos estigmas sociales o comparativos donde se ubica dentro de sus propios conceptos e imaginarios sociales.</p>

		<p>Además de esto se quiere indagar que tanto se conoce a ella misma y cuáles son sus principales defectos y cualidades para así tener un conocer más a profundidad el autoconcepto que tiene frente a sí misma y que tiempo se toma para conocerse.</p>
<p><b>CONFIANZA</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. <b>¿Sientes que en algún momento te han discriminado?</b></li> <li>3. <b>¿Cuál es tu mejor y peor recuerdo?</b></li> <li>4. <b>¿Cuál es tu mayor miedo?</b></li> <li>5. <b>¿Qué es confianza y seguridad? ¿Se siente segura, en su hogar, en su familia, con usted misma?</b></li> <li>6. <b>¿Qué te hace sentir bien? ¿Cómo te diviertes?</b></li> </ol>	<p>En cuanto confianza se quiere abarcar todos los miedos de si misma y de su entorno, los prejuicios que creen que ha sido sometida y como estos han afectado su confianza en sí misma o la confianza en las personas que la rodean que no le han permitido desarrollarse satisfactoriamente en su entorno social y que tampoco le han permitido sentirse cómoda con la idea de sí misma.</p>

	<p><b>7. ¿Qué y quien te hace sentir bonita?</b></p> <p><b>8. Te sientes feliz de quién eres? O te gustaría cambiar algo de ti</b></p> <p><b>9. ¿Cuáles crees que son tus mejores cualidades y por qué?</b></p> <p><b>10. ¿Podrías hacer una descripción de ti misma? ¿Hablas contigo misma?</b></p> <p><b>11. ¿Cuándo te paras frente a un espejo que es lo que ves?</b></p> <p><b>12. ¿Como te sientes con esta entrevista?</b></p>	<p>Conocer que experiencias le han generado inseguridad o por el contrario refuerza esa seguridad en sí misma en su apariencia en su auto concepto y por qué, además realizar un paralelo entre estas experiencias y su autopercepción actual de su vida y entorno</p>
<p><b>MUJER</b></p>	<p><b>1. ¿Qué consideras que es valioso en una mujer?</b></p>	<p>Interpretar el concepto que tiene y que es lo más importante y relevante que se debe tener en cuenta cuando se habla de una mujer y si cree que ella hace parte de este</p>

<p><b>IMAGINARIOS DEL CUERPO</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Qué y quien te hace sentir bonita?</li> <li>2. ¿Cómo defines la belleza? Que tan importante es para ti?</li> <li>3. ¿Cuáles crees que son tus defectos?</li> <li>4. ¿Qué consideras que es importante en un hombre para establecer una relación?</li> </ol>	<p>Interpretar los imaginarios sociales y culturales y de qué manera impactan estos en su vida</p>
<p><b>ESTILOS DE VIDA</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿A qué te dedicas?</li> <li>2. que acciones tomas para mantener tu salud, te gustaría mejorarla?</li> <li>3. ¿Qué momento tienes un rato para ti misma? ¿Cómo lo usas?</li> <li>4. Tienes una relación amorosa en este momento?</li> <li>5. ¿Te gustaría?</li> <li>6. ¿Como es la relación con tu familia?</li> </ol>	<p>Que actitudes y comportamientos adopta la persona para preservar conservar su salud o por el contrario actitudes de riesgo pueden afectar la misma, que tanto conoce ella de su salud y de que actitudes podrían afectar su estilo de vida</p> <p>Conocer si la persona tiene la suficiente información de la situación por la que está</p>

	<p><b>7. ¿Asistes a los controles médicos) (si, no) por que</b></p> <p><b>8. ¿Qué te ha comentado al médico acerca de tu estado de salud?</b></p>	<p>atravesando y la importancia de tomar medidas para mejorar la misma, que percepción y valor tiene esta de su salud</p>
--	---	---

## **EJECUCIÓN DE INSTRUMENTO**

### **ESTUDIO PREVIO DE SONDEO**

Se realizó un análisis para determinar la población que se seleccionara para realizar el proyecto dentro del cual se definió que para dicha participación se buscara que cumplan con los siguientes criterios de inclusión:

- Mujeres en edades entre 18 y 37 años.
- factor socioeconómico 1 y 2.
- En condición de obesidad y sobrepeso
- Buena expresión oral.

## **DISEÑO DE LA MUESTRA**

**Universo:** mujeres en edad fértil de las comunas de la ciudad de Girardot (50.000)

**Población:** mujeres entre 18 y 35 años con los estratos 1 y 2 con obesidad y sobrepeso de las comunas de la ciudad de Girardot (2000)

**Muestra:** 5 mujeres

## **MATERIALES:**

**Recursos financieros:** transporte

**Recursos humanos:** investigador, población (mujeres), docente asesor

**Recursos físicos:** grabadora, agenda

## **EQUIPO DE TRABAJO:**

- Entrevista abierta flexible
- Docentes asesores
- Auxiliar de Investigación

## **SELECCIÓN Y ENTRENAMIENTO**

Entrenamiento del investigador por parte del equipo de docentes asesores y profesionales como psicólogos para llevar a cabo la entrevista abierta y flexible de tal manera que no se sienta como un cuestionario, si no que por lo contrario se sienta como una conversación basada en la relación de ayuda enfermera paciente generando confianza en el entrevistado para que se abra de tal manera que le permita al investigador analizar y encontrar información útil para el proyecto

## **RECOLECCIÓN DE LOS DATOS**

Primarios: se realizó una entrevista abierta con una de las mujeres seleccionadas para la prueba piloto, la entrevista empezó con algunas dificultades ya que había incertidumbre por parte de la entrevistada a medida de que iba avanzando la entrevista se fue indagando a manera general aspectos de sí misma y el entrevistador a su vez hacia lo mismo para generar un ambiente de empatía y

confianza con ella, ella refería que hubieron momentos de su vida en los que tuvo dudas de si misma con respecto a su peso que la habían hecho desconfiar de sus propias capacidades se logró avanzar un poco más respecto a este aspecto donde se identificó fascias de tristeza durante su relato comentando que ha sido difícil superar este aspecto de sí misma que la han llevado a enfrentarse a diferentes pruebas atreves de su vida inclusive con ella misma se pudo identificar en la entrevistada que se sentía baja de ánimo cada vez que hablaba de su peso y respecto a las experiencias

<b>- CONCEPTOS ENTREVISTA ABIERTA</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>obesidad</b></li> <li>- <b>historia de vida</b></li> <li>- <b>sobrepeso</b></li> <li>.</li> <li>- <b>relacion</b></li> <li>- <b>escuchar</b></li> <li>- <b>reconocer</b></li> <li>- <b>problema.</b></li> <li>- <b>empeoran do mi salud</b></li> <li>- <b>cambios</b></li> <li>- <b>problemas de salud.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nunca</li> <li>- barreras</li> <li>- comentarios</li> <li>- detallar</li> <li>- personas</li> <li>- confianza</li> <li>- comprensión</li> <li>- acomplejada</li> <li>- imagen</li> <li>- mujer</li> <li>- aspecto físico.</li> <li>- estereotipo</li> <li>- cuerpo</li> <li>- cuidarme</li> <li>- alimentarme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- felicidad</li> <li>- tiempo</li> <li>- no me importa</li> <li>- mirarme</li> <li>- ignorarlo</li> <li>- costumbr e</li> <li>- crecimiento</li> <li>- sola</li> <li>- religión</li> <li>- propensa s</li> <li>- dejarse a si mismo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- conexión</li> <li>- satisfaccion</li> <li>- jean</li> <li>- depresivo</li> <li>- sus problemas</li> <li>- percibe</li> <li>- bonita</li> <li>- atractiva</li> <li>- físico</li> <li>- sensación</li> <li>- paz</li> <li>- concepto</li> <li>- definir</li> <li>- valentía</li> <li>- carácter</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>problemas familiares</b></li> <li>- <b>depresión</b></li> <li>- <b>emociones</b></li> <li>- <b>separación</b></li> <li>- <b>relación tóxica</b></li> <li>- <b>guardarme emociones</b></li> <li>- <b>ansiedad</b></li> <li>- <b>llorar</b></li> <li>- <b>problemas para dormir</b></li> <li>- <b>estrés</b></li> <li>- <b>cambios de humor</b></li> <li>- <b>pesadez</b></li> <li>- <b>asociados</b></li> <li>- <b>experiencia</b></li> <li>- <b>reconocer</b></li> <li>- <b>significado</b></li> <li>- <b>atención</b></li> <li>- <b>importancia</b></li> <li>- <b>médico</b></li> <li>- <b>enferma</b></li> <li>- <b>horarios de comida</b></li> <li>- <b>comer</b></li> <li>- <b>problemas emocionales</b></li> <li>- <b>adolescencia</b></li> <li>- <b>interactuar</b></li> <li>- <b>sociable</b></li> <li>- <b>momentos tristes</b></li> <li>- <b>aislamiento</b></li> <li>- <b>pena</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- mejorar</li> <li>- enfermedades</li> <li>- salen de control</li> <li>- ayuda</li> <li>- amigas</li> <li>- representaren</li> <li>- problemas psicológicos</li> <li>- autoestima</li> <li>- decisiones</li> <li>- afectar</li> <li>- mártires</li> <li>- juzgar</li> <li>- afectar</li> <li>- comportamiento</li> <li>- amor</li> <li>- pareja</li> <li>- expectativa</li> <li>- respeto</li> <li>- espacio</li> <li>- madre</li> <li>- sueños</li> <li>- futuro</li> <li>- enfermera</li> <li>- empleo</li> <li>- mamá</li> <li>- papá</li> <li>- apoyo</li> <li>- hermanos</li> <li>- familia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- valdría la pena</li> <li>- impacto</li> <li>- grave</li> <li>- consciente</li> <li>- acciones</li> <li>- actualmente</li> <li>- descuido</li> <li>- posibilidad</li> <li>- controles médicos</li> <li>- sistema de salud</li> <li>- deteriorado</li> <li>- reflexión</li> <li>- complicado</li> <li>- sano</li> <li>- reducir</li> <li>- compulsiva</li> <li>- ocultar</li> <li>- hormonal</li> <li>- compañía</li> <li>- esposa de mi papá</li> <li>- ambiente</li> <li>- tatuajes</li> <li>- contraste.</li> <li>- etapa</li> <li>- consumía marihuana</li> <li>- alejarme</li> <li>- depender</li> <li>- frustrada</li> <li>- estudiar</li> <li>- edad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nobleza</li> <li>- fortaleza</li> <li>- virtud</li> <li>- característica</li> <li>- elogiarnos</li> <li>- cuestionarnos</li> <li>- derrumbada</li> <li>- juzgarme</li> <li>- solución</li> <li>- respuesta</li> <li>- discriminado</li> <li>- exagerados</li> <li>- problemática</li> <li>- tristeza</li> <li>- resignación</li> <li>- apariencia física</li> <li>- saludable</li> <li>- viajar</li> <li>- desordenes emocionales</li> <li>- psicólogo</li> <li>- superar</li> </ul>
---	--	---	---

<ul style="list-style-type: none"><li>- negativism</li><li>o</li><li>- actuar</li><li>- mantener</li><li>- positivism</li><li>o</li><li>- impedimen to</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>- exigirme</li><li>- estrés</li><li>- alterar</li></ul>	
--	--	---	--

## ANALISIS E INTERPRETACION

ANALISIS Y AGRUPACION DE CONCEPTOS

SALUD	FAMILIA	COMPORTAMIENTOS Y EMOCIONES	IMAGINARIOS DE BELLEZA	AUTOSUPERACION
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ obesidad</li> <li>➤ sobrepeso.</li> <li>➤ empeorando mi salud</li> <li>➤ cambios</li> <li>➤ problemas de salud.</li> <li>➤ depresión</li> <li>➤ ansiedad</li> <li>➤ para dormir</li> <li>➤ estres</li> <li>➤ cambios de humor</li> <li>➤ médico</li> <li>➤ enferma</li> <li>➤ horarios de comida</li> <li>➤ problemas emocionales</li> <li>➤ adolescencia</li> <li>➤ enfermedades</li> <li>➤ problemas psicológicos</li> <li>➤ controles médicos</li> <li>➤ sistema de salud</li> <li>➤ deteriorado</li> <li>➤ reflexión</li> <li>➤ saludable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ relacion</li> <li>➤ separación</li> <li>➤ interactuar</li> <li>➤ confianza</li> <li>➤ amor</li> <li>➤ mamá</li> <li>➤ papá</li> <li>➤ apoyo</li> <li>➤ hermanos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ aislamiento</li> <li>➤ escuchar</li> <li>➤ depresión</li> <li>➤ emociones</li> <li>➤ guardarme emociones</li> <li>➤ ansiedad</li> <li>➤ llorar</li> <li>➤ problemas para dormir</li> <li>➤ estres</li> <li>➤ cambios de humor</li> <li>➤ aislamiento</li> <li>➤ negativismo</li> <li>➤ comprensión</li> <li>➤ complejada</li> <li>➤ autoestima</li> <li>➤ amor</li> <li>➤ expectativa</li> <li>➤ felicidad</li> <li>➤ crecimiento</li> <li>➤ descuidado</li> <li>➤ compulsiva</li> <li>➤ consumía marihuana</li> <li>➤ alejarme</li> <li>➤ depender</li> <li>➤ frustrada</li> <li>➤ estudiar</li> <li>➤ edad</li> <li>➤ exigirme</li> <li>➤ estrés</li> <li>➤ derrumbada</li> <li>➤ tristeza</li> <li>➤ resignación</li> <li>➤ desordenes emocionales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ historia de vida</li> <li>➤ cambios</li> <li>➤ complejada</li> <li>➤ imagen</li> <li>➤ mujer</li> <li>➤ aspecto físico.</li> <li>➤ estereotipo</li> <li>➤ juzgar</li> <li>➤ no me importa mirarme</li> <li>➤ percibe</li> <li>➤ bonita</li> <li>➤ atractiva</li> <li>➤ físico</li> <li>➤ sensación</li> <li>➤ paz</li> <li>➤ concepto</li> <li>➤ definir</li> <li>➤ valentía</li> <li>➤ carácter</li> <li>➤ nobleza</li> <li>➤ fortaleza</li> <li>➤ virtud</li> <li>➤ apariencia física</li> <li>➤ saludable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ historia de vida</li> <li>➤ reconocer</li> <li>➤ problema.</li> <li>➤ relación tóxica</li> <li>➤ experiencia</li> <li>➤ cuidarme</li> <li>➤ alimentarme</li> <li>➤ mejorar</li> <li>➤ decisiones</li> <li>➤ sueños</li> <li>➤ apoyo</li> <li>➤ crecimiento</li> <li>➤ consciente</li> <li>➤ exigirme</li> <li>➤ viajar</li> <li>➤ superar</li> </ul>

## **INTERPRETACION**

### **PRUEBA PILOTO**

#### **AUTOPERCEPCIÓN**

la autopercepción la describe como el concepto que tiene acerca de si misma y como se siente respecto a diferentes áreas de su vida, ella considera que la percepción de su salud se encuentra alterada ya que ella se define como una persona enferma debido a los problemas de salud tanto físicos como emocionales que ha venido desarrollando debido a su condición de sobrepeso y culpa a estas condiciones de cambiar su estilo de vida y limitar diferentes procesos en su desarrollo personal, así mismo esto la hace sentir mal con ella misma ya que no encuentra soluciones ante esta problemática debido a que considera que el sistema de salud es limitado y demorado, refiere sentir frustración ante esto y sensación de que pierde tiempo al intentar encontrar el debido tratamiento y cambian sus planes de vida.

#### **EXCESO DE PESO**

El exceso de peso lo define como una condición que no es saludable y que ha cambiado muchos aspectos de su estilo de vida y que esta la hace sentir enferma todo el tiempo, ya que ha repercutido de manera negativa no solo en su salud física, si no en su salud mental y que ha alterado sus emociones y comportamientos, refiere sentir que estas afecciones se le salen de control ya que no sabe cómo abarcarlas , considera que es una situación que puede ser generada por estresores externos del entorno en el que convive y que sin darse cuenta esta va progresando hasta, y que así como ella es consciente de esto hay personas que no lo están y no se dan cuenta de la gran problemática que es

## **BELLEZA, IMAGEN CORPORAL**

Según lo que refirió la entrevistada, para ella el concepto de la belleza es subjetivo no considera que la belleza se defina bajo patrones de estética, aunque fue repetitivo dicha afirmación más de 5 veces que no consideraba que el cuerpo fuera un factor importante considerándose esto como un mecanismo de defensa, interpretándose que para ella este es un factor importante mayor de lo que ella cree en sí misma, hubieron varias afirmaciones de ambivalentes como esta durante la entrevista, sin embargo ella se considera una persona positiva a la que no le afectan los comentarios.

## **MUJER**

Durante la entrevista se le pidió que definiera que era mujer para ella, a lo que contesto que la mujer era un ejemplo de nobleza, valentía, carácter, fortaleza, virtud y delicadeza, se le pregunto que si ella creía que contaba con estas características a lo que respondió que si ya que en su familia eran la mayoría mujeres así que ella las tomaba como referencia estas de las cuales adopto dichas virtudes

## **IMAGINARIOS DEL CUERPO**

Acerca de los imaginarios del cuerpo, ella afirmaba que era consciente que en la sociedad en la que vive las personas crean estigmas y etiquetas en donde creen que la belleza se define con un cuerpo, en lo cual ella no está de acuerdo ya que los comentarios hirientes de las personas puede que en algunas mujeres se interprete de mala manera y empiecen a adoptar conductas en las que se juzgan mucho a ellas mismas y esto se convierte en un mártir para ellas, sin embargo cree que esta actitud e imaginarios se encuentran más frecuentes en las mujeres que en los hombres, para ella la belleza no se define bajo parámetros a lo que considera sentirse bien con eso.

Se realizaron 5 entrevistas a mujeres pertenecientes a diferentes comunas de la ciudad de Girardot, bajo el contexto del principio de confidencialidad del código deontológico de enfermería solo se dará a conocer el análisis respetando la privacidad de los datos personales del sujeto de la entrevista, estas fueron realizadas con el fin de obtener la información primaria de la investigación.

El primer paso para realizar el análisis de una entrevista, es seleccionar los conceptos que se encuentran durante la narración, posterior a esto se agruparan dentro de los conceptos definidos en el cuadro de categorías de la investigación para buscar el hilo conductor y realizar la interpretación de los mismo según el relato de cada una. a continuación, se plasmará el análisis e interpretación de las entrevistas.

## ENTREVISTA N°1

- Selección de conceptos:

CONCEPTOS DE LA ENTREVISTA		
- Estereotipo	- Sedentarismo	- Juzgar
- Belleza	- Exceso de peso	- Comentarios hirientes
- Cuerpo	- Dolor articular	- Gorda
- Redes sociales	- Fatiga	- Ropa inapropiada para el peso
- Cuidado personal	- Conductas	- Auto criticas
- Comportamientos	- Economía	- Culpa
- Actitudes	- Ama de casa	- Desórdenes alimenticios
- Feminidad	- Rutina	- Inconformidad
- Medidas	- Estrés	- Envidia
- Prototipos	- Ansiedad	- Auto concepto
- Imagen	- Familia	- Humillación
- Peso	- Pereza	- Calorías
- Salud	- Motivación	- Red de apoyo
- Déficit de autocuidado	- Consulta medica	- Limitaciones
- Comidas Rápidas	- Nutrición	
- Hijos	- Embarazo	
- Ejercicio	- Planificación familiar	
- asociadas al peso		

- **Análisis y agrupación de conceptos del cuadro de categorías:**

<b>AUTOPERCEPCIÓN</b>	<b>EXCESO DE PESO</b>	<b>BELLEZA, IMAGEN CORPORAL</b>	<b>CONFIANZA</b>	<b>MUJER</b>	<b>IMAGINARIOS DEL CUERPO</b>	<b>ESTILOS DE VIDA</b>
Cuerpo Salud Imagen Déficit de autocuidado Hijos Conductas Ama de casa Juzgar Comentarios hirientes Gorda Auto críticas Culpa Inconformidad Envidia Humillación Red de apoyo Limitaciones asociadas al peso	Comportamientos Peso Ejercicio Comidas Rápidas Exceso de peso Dolor articular Fatiga Estrés Ansiedad Familia Embarazo Planificación familiar Calorías Limitaciones asociadas al peso	Estereotipo Belleza Cuerpo Redes sociales Cuidado personal Comportamientos Actitudes Juzgar	Cuidado personal Actitudes Juzgar Gorda Auto críticas Culpa Inconformidad Envidia Humillación	Cuerpo Feminidad Ama de casa Hijos madre	Estereotipo Belleza Cuerpo Redes sociales Cuidado personal Medidas Prototipos Familia Juzgar Ropa inapropiada para el peso	Peso Déficit de autocuidado Comidas Rápidas Hijos Ejercicio Sedentarismo Conductas Economía Rutina Estrés Familia Pereza Motivación Desórdenes alimenticios

- **Interpretación:**

#### **Autopercepción:**

- Cuerpo, Salud Imagen, Déficit de autocuidado, Hijos, Conductas, Ama de casa, Juzgar, Comentarios hirientes, Gorda.

La autopercepción es la capacidad de percibirnos a nosotros mismos, comienza desde la niñez y se fundamenta en la familia, esta se construye a través de las experiencias e información que se recolecta en el entorno en que convive. Por medio de dicha capacidad podemos reconocer en nosotros nuestras cualidades y defectos. Durante la entrevista se identificaron diferentes conceptos que nos

permite realizar una interpretación de la autopercepción en el individuo; la percepción de su imagen corporal fue lo más relevante del relato ya que manifestaba que sentía que no se estaba cuidando bien y que en el transcurso de su vida se ha sentido humillada, juzgada y discriminada por su peso en el ambiente familiar y social ya que ha recibido comentarios acerca del aumento del peso, la ropa que usa no es la adecuada para su figura, estos comentarios ha generado en ella pensamientos de minusvalía ya que no encaja en los estereotipos impuestos por la sociedad , La percepción de la salud es uno de los componentes más importantes ya que el sobrepeso afecta su calidad de vida al desarrollar limitaciones asociadas a este, como el no poder caminar largas distancias sin presentar dolor articular, fatiga y cansancio que altera su rol de madre ya que no tiene la misma capacidad para jugar con sus hijos o realizar sus labores del hogar, durante la realización de las entrevistas se ha encontrado que los hijos son un factor importante en la construcción de la percepción de sí mismo en el caso de la entrevistada refería entregarse por completo a sus hijos y cuidarlos más de lo que se cuida a sí misma, su individualidad y necesidades propias pasa a un segundo plano.

### **Exceso de peso:**

- Comportamientos, peso, ejercicio, comidas rápidas, exceso de peso, dolor articular, fatiga, estrés, ansiedad, familia, embarazo, planificación familiar, calorías, limitaciones asociadas al peso, déficit de autocuidado, comidas Rápidas, sedentarismo, conductas, economía, desórdenes alimenticios.

El exceso de peso es la acumulación anormal de grasa que puede impactar negativamente en la salud de la persona, la entrevistada relataba que este se empezó a desarrollar desde su primer embarazo lo cual es uno de los factores biológicos por los cuales la mujer tiende a ser más propensa a aumentar de peso de igual manera el uso de métodos de planificación familiar, la ansiedad generada por el estrés en su rol como madre, trabajadora independiente, esposa, ama de

casa. Fueron factores que influyeron en el desarrollo de la condición que le genera repercusiones en su salud.

El estilo de vida son las conductas que adopta el individuo para el cuidado de sí mismo, sin embargo, estas conductas se pueden ver alteradas o no estar presentes y desarrollar factores de riesgo tales como: el sedentarismo, mal nutrición, no tener un horario para comer, estrés, falta de motivación etc. lo cual impacta negativamente en la salud y confort de la persona ya que en la entrevistada existe la creencia que para llevar un correcto estilo de vida requiere del factor económico y que al no tener un estatus alto en este no podrá llevar una alimentación balanceada, la falta de motivación es otra de las razones por las cuales no sigue las pautas recomendadas para el cuidado, ya que manifiesta que aunque quiere mejorar su estado de salud y hábitos de vida no hace nada para lograrlo y buscar solución a ello porque considera que es más importante estar pendiente de la salud de sus hijos que la propia

### **Belleza, imagen corporal:**

- Estereotipo, belleza, cuerpo, redes sociales, cuidado personal, comportamientos, actitudes, juzgar.

La belleza e imagen corporal son fenómenos que se han desarrollado en la sociedad,

Actualmente se han impuesto diferentes estereotipos de belleza que han forzado a las personas a tratar de cumplir con estos sin embargo este concepto es subjetivo y varía cada quien. Para la entrevistada la belleza trasciende de lo físico y esta se ve reflejada en las actitudes, comportamiento y pensamiento de la persona que no se limita a encajar en un cuerpo, ubica a las redes sociales como uno de los factores más influyentes en la construcción los estereotipos impuestos a la imagen de una mujer y la presión social a la que es sometida para encajar en ellos, comenta que

en diferentes oportunidades que se ha sentido vulnerable a dichas críticas que la han afectado emocionalmente por parte su familia y amigos, estas la han llevado a juzgarse a sí misma, culpabilizarse y sentirse inconforme con su cuerpo, sin embargo se apoya en su red familiar para mejorar afrontar dichas críticas.

### **Mujer:**

- Cuerpo, feminidad, ama de casa, hijos, madre.

La mujer desempeña diferentes papeles en su vida cotidiana, uno de ellos es ser madre, en el caso de la entrevistada el rol más importante que ocupa actualmente es el del hogar y madre, como mujer se define como, entregada al cuidado, femenina y son las bases de un hogar.

### **Imaginarios del cuerpo:**

- Estereotipo, belleza, cuerpo, redes sociales, cuidado personal, medidas, prototipos, familia, juzgar, ropa inapropiada para el peso

Dentro del marco social y cultural , el “imaginario” contribuye a la construcción de la subjetividad en este caso del cuerpo, durante la entrevista se manifestaba inconformidad con las cuerpos inalcanzables que se promueve actualmente y a los comparativos a los que están expuestas las mujeres, considera que el cuerpo y su salud es el resultado de diferentes conductas que el individuo adopta en su cotidianidad y que no debería ser juzgado o puesto a consideración de otras persona ya que actualidad es difícil encontrar la aceptación por parte de la población.

## ENTREVISTA N°2

- **Selección de conceptos:**

CONCEPTOS DE LA ENTREVISTA	
- Transformación	- Vergüenza de su cuerpo
- Negocio	- Intimidación
- Aparentar	- Apoyo familiar
- Excesos	- Salud
- Amor propio	- Complicaciones de salud
- Aprobación social	- Sobrepeso
- Feminidad	- Dieta
- Presentación personal	- Economía
- Vanidad	- Autocritica
- Rechazo laboral	- Autoestima
- Burlas consensuadas	- Mejorar
- Aumento de peso	- Actividad física
- Vida sexual activa	- Sedentarismo
- Planificación familiar	- ego
- Ansiedad	- Falta de tiempo
- Familia	
- Juzgar	
- Criticas	
- Mecanismos de defensa	

- **Análisis y agrupación de conceptos del cuadro de categorías:**

**CONCEPTOS DE LA ENTREVISTA  
ANÁLISIS Y AGRUPACIÓN DE CONCEPTOS**

<b>AUTOPERCEPCIÓN</b>	<b>EXCESO DE PESO</b>	<b>BELLEZA, IMAGEN CORPORAL</b>	<b>CONFIANZA</b>	<b>MUJER</b>	<b>IMAGINARIOS DEL CUERPO</b>	<b>ESTILOS DE VIDA</b>
Amor propio Aprobación social Presentación personal Rechazo laboral Burlas Juzgar Críticas Mecanismos de defensa Vergüenza de su cuerpo Intimidad Salud Complicaciones de salud Autocritica Autoestima	Aumento de peso Sexarquia Planificación familiar Ansiedad Familia Complicaciones de salud Sobrepeso Dieta Actividad física Sedentarismo	Transformación Negocio Aparentar Excesos Vanidad	Aprobación social Presentación personal Rechazo laboral Burlas Intimidación Autoestima ego	Feminidad	Transformación Aparentar Aprobación social Críticas	Complicaciones de salud Economía Falta de tiempo

- **Interpretación:**

**AUTOPERCEPCIÓN:**

- Amor propio, aprobación social, presentación personal, rechazo laboral, burlas, juzgar, críticas, mecanismos de defensa, vergüenza de su cuerpo, intimidad, salud, complicaciones de salud, autocritica, autoestima

La autopercepción es la forma en cada individuo percibe e interpreta su personalidad, comportamientos y acciones, de hecho esta interpretación de construye a partir de las experiencias vividas, de las características de personalidad, autoestima y demás, sin embargo la opinión del entorno en el que convive influye en esta, en este caso la entrevistada refería que el componente más importante que

debería tener una persona era el amor propio manifestaba que ella se sentía “perfecta”, que era una persona que tenía mucho autoestima y ego y que parte de esa resiliencia ante las críticas y opinión pública la había forjado su madre ya que esta es muy crítica con ella ante su peso por lo cual la opinión de las otras personas nunca la afectaban, no obstante se pudo identificar durante la entrevista que este comportamiento hacia parte de su mecanismo de defensa ya que en varios relatos contados por ella misma decía que ocultaba su cuerpo de personas que no la conocían o cuando buscaba trabajo debido a que en varios lugares le negaban la oportunidad porque solo buscaban personas “delgadas”, que no se sentía cómoda estando sin ropa ya que esta disimulaba su figura y en varias solo se tocaba las manos debajo de sus piernas de una manera ansiosa.

En cuanto la percepción de su salud esta expresa que no está del todo bien ya que padece enfermedad de Hansel y sumado a su peso limita la realización de diferentes actividades lo cual la hace sentir como una persona poco saludable y productiva ya que por su condición no puede tener un trabajo estable y no aporta económicamente a su hogar.

#### **EXCESO DE PESO:**

- Aumento de peso, sexo quía, planificación familiar, ansiedad, familia, complicaciones de salud, sobrepeso, dieta, actividad física, sedentarismo

El exceso de peso puede generarse por diferentes factores, según la entrevistada el sobrepeso se dio debido a que inicio su vida sexual a temprana edad, por los métodos de planificación familiar y estrés ya que este último le genera ansiedad que se manifiesta comiendo, exponía que su familia también es un factor que influye en esta ya que al estar todo el día en casa con ellos come todo lo que le ofrecen y normalmente estas comidas son altas en calorías, ella afirma que tampoco hace nada para bajar de peso ya que no quiere estar más delgada porque tiene miedo de perder sus glúteos lo cual es lo que más le gusta de sí misma y tampoco quiere

dejar de comer. Por otro lado no puede cuidarse en la dieta ya que al no aportar económicamente en su hogar debe someterse a lo que toda la familia consume.

### **BELLEZA, IMAGEN CORPORAL:**

- Transformación, aparentar, aprobación social, críticas

La belleza es subjetiva dependiendo de la persona, para muchas esta se limita en un aspecto físico y para otras trasciende más allá, en este caso la entrevistada presenta una posición bastante crítica frente a este concepto ya que esta asegura que actualmente la belleza es un negocio basada en excesos y vanidad para alimentar el ego de las personas, que hoy en día se someten a transformaciones en su cuerpo por medio de procedimientos estéticos para aparentar ante la sociedad y encajar en los estigmas. Ella se considera una persona natural que se expone frente a las personas tal cual es sin buscar la aprobación social.

### **MUJER:**

- Cuerpo, feminidad.

La mujer para ella es el conjunto de cualidades, valores, valentía, fuerza que son características de una mujer, alguien comprometida a su familia y entregada a cuidar de las personas que la rodean, ella como mujer se ubica dentro de su familia como la “enfermera de todos” quien se dedica a cuidar del familiar que lo requiera.

### **IMAGINARIOS DEL CUERPO**

- Transformación, aparentar, aprobación social, críticas

Los imaginarios del cuerpo desde un punto de vista social ejerce en las mujeres presión para cumplir con los estereotipos forjados, al igual crean esa necesidad de encajar o mejorar su imagen corporal constantemente con el estilo que este en tendencia, en la entrevistada parece ser muy reacia a este tema sin embargo

estudio para ser esteticista lo cual es algo contradictorio con su posición, afirma que las mujeres que se someten a este tipo de transformaciones solo buscan la aprobación social por medio de apariencias no obstante durante el relato expreso fuertes críticas a las mujeres siendo participe de ese grupo que impone un prototipo de mujer.

### **ENTREVISTA N°3**

- **Selección de conceptos:**

### CONCEPTOS DE LA ENTREVISTA

- Salud
- Estereotipo
- Fatiga
- Alimentación
- Cuidado personal
- Relación de pareja
- Esfuerzo
- Fortaleza
- Valentía
- Respeto
- Amabilidad
- Carácter
- Hijas
- Familia
- Amor propio
- Estética
- Opinión pública
- Criticas
- Cuerpo
- Juzgar
- Embarazo
- Ansiedad

- **Análisis y agrupación de conceptos del cuadro de categorías:**
- **Interpretación:**

### ANALISIS Y AGRUPACION DE CONCEPTOS

AUTOPERCEPCIÓN	EXCESO DE PESO	BELLEZA, IMAGEN CORPORAL	CONFIANZA	MUJER	IMAGINARIOS DEL CUERPO	ESTILOS DE VIDA
Salud Cuidado personal Relación de pareja Fortaleza Amabilidad	Salud Alimentación Fatiga	Estereotipo Cuidado personal	Cuidado personal Relación de pareja	Esfuerzo Fortaleza Valentía Respeto Amabilidad	Estereotipo	Alimentación

### INTERPRETACION DE LA ENTREVISTA N°3

#### AUTOPERCEPCIÓN:

- Salud, fatiga, cuidado personal, relación de pareja, fortaleza, amabilidad

Dentro de la autopercepción según Marjory Gordon se incluyen “las actitudes del individuo hacia sí mismo, el sentido de su Valia y el componente emocional el general” , Durante la entrevista se evidencio confianza y tranquilidad al hablar de sí misma se describió como una persona entregada a su familia y sus hijos, valiosa en su hogar, fuerte, hermosa, amable y arriesgada que mantiene fuertes lazos con su pareja de quien es la única opinión que tiene relevancia para ella, comenta que no se deja afectar de los malos comentarios y que no les presta importancia ya que ella está segura de quien es y toma la decisión frente a su cuerpo y como se ve. Respecto a su la percepción de salud comenta que el sobrepeso ha percutido bastante en su calidad de vida ya que refiere sentir fatiga al recorrer largas distancias y que le impide el desarrollar diferentes actividades y esto es lo único que la motiva a perder peso, mejorar su estado de salud.

#### **EXCESO DE PESO:**

- Salud, alimentación, fatiga

El exceso de peso es una problemática que puede generar problemas graves de salud, en este caso el sobrepeso ha afectado la calidad de vida de la entrevistada generándole dificultad respiratoria y motriz en su vida cotidiana, relata que uno de los factores que influyo en el aumento de peso fue su mala alimentación debido a la ansiedad y el estrés que le genero el cambiar de hogar al pasar de vivir con sus abuelos a vivir con su padre, debido a que se sentía sola y triste y trataba de solucionar todo comiendo.

#### **BELLEZA, IMAGEN CORPORAL:**

- Estereotipo, cuidado personal

A lo largo de la entrevista se idéntico que para la persona este tema no tenía gran relevancia en su vida por lo cual lo que dijo respecto a esto fue poco, enfatizo que

la belleza se basa en el cuidado o presentación personal que tenga la persona que tan pulcra se vea y las actitudes que exteriorice mas no en su peso o que tan delgado es su cuerpo ya que para ella estar delgado no es saludable y lo que realmente a ella le interesa es la salud y no la estética.

#### **MUJER:**

- Esfuerzo, fortaleza, valentía, respeto, amabilidad

La mujer según lo dicho por la entrevistada es un ejemplo de esfuerzo, valentía, respeto y amabilidad entregada al cuidado de sus hijos tanto así que se deja a un lado a ella misma y su cuidado personal por atender todo el tiempo las necesidades de su familia, para ella la mujer es el núcleo que sostiene el hogar ya que ella es madre y ama de casa por lo tanto su papel como mujer se desarrolla dentro de este ámbito

#### **IMAGINARIOS DEL CUERPO:**

- Estereotipo.

En el desarrollo de la entrevista no abundo mucho sobre este tema, comenta que si hay un estereotipo fijado en la sociedad frente a los cuerpos “ideales” y que en diferentes ocasiones ha sido atacada por parte de amigos y familiares con comentarios como “estas gorda” y demás sin embargo este tipo de acusaciones no parecen tener mucha importancia en su vida o altera la opinión de sí misma , comentaba con mucha seguridad y tranquilidad que está tranquila con quien es, como se ve y que lo piensen las demás personas no cambia la imagen que tiene de su cuerpo y de sí misma.

### **ENTREVISTA N°4**

- **Selección de conceptos:**

CONCEPTOS DE LA ENTREVISTA	
- Salud	- Inseguridad
- Hijos	- Salud
- Cuidadora	- Cualidades
- Familia	- Defectos
- Descuido	- Inactividad Física
- Hijos	- Amor propio
- Rutina	- Bienestar
- Estereotipo	- Espacio personal
- Discriminación por parte del personal de salud	- Cuerpo
- Ideales perfectos	- Rechazo laboral
- Limitaciones	- Imagen
- Complejos	- Machismo
- Criticas	- Negocio
	- Aprobación social

- **Análisis y agrupación de conceptos del cuadro de categorías:**

### ANALISIS Y AGRUPACION DE CONCEPTOS

AUTOPERCEPCIÓN	EXCESO DE PESO	BELLEZA, IMAGEN CORPORAL	CONFIANZA	MUJER	IMAGINARIOS DEL CUERPO	ESTILOS DE VIDA
Salud Descuido personal Limitaciones Complejos Criticas	Salud Alimentación Rutina Discriminación por parte del personal de salud	Estereotipo Ideales perfectos	Descuido personal	Hijos Cuidadora Familia	Estereotipo Ideales perfectos	Alimentación Rutina

- **Interpretación:**

#### **AUTOPERCEPCIÓN:**

- Salud, descuido personal, limitaciones, complejos, critica.

Durante el acercamiento la entrevista fue algo tímida cuando hablaba de sí misma, manifestó algo de gran importancia y es que la construcción del ser se da desde la niñez, comentaba que en el colegio desarrollo varios complejos respecto a su imagen corporal debido a los comentarios que realizaban y que esto generó varias limitaciones en su desarrollo ya que la hacía sentir insegura de sí misma y más como mujer , ha atravesado por rechazos laborales debido a su condición y afirma que es por qué no cumple con el estereotipo de mujer que buscan, respetó a las críticas a las que se ve expuesta por su peso comenta que si la han afectado emocionalmente pero ha forjado su carácter y resiliencia. En su rol como madre se percibe como una mujer entregada a la familia y el componente principal de esta, no obstante, su entrega total ha hecho que se descuide a si misma y a sus propias necesidades.

La percepción de salud es uno del componente que más se vio afectado ya que no tiene la misma agilidad que tenía antes y esto la indispone en ciertas ocasiones. Se puede concluir que el entorno en el que ha convivido y se ha enfrentado con su condición de sobrepeso ha contribuido a la construcción del concepto que tiene de sí misma y su valía lo cual se manifestó por medio del lenguaje verbal y no verbal en la entrevistada, mostrándose como una persona insegura de si misma que se dedica más al cuidado de otros que al personal.

### **EXCESO DE PESO:**

- Salud, alimentación, rutina, discriminación por parte del personal de salud.

En el momento que se aborda el tema del exceso de peso, la entrevistada comentaba que ha afectado su salud progresivamente y que por esto es que desea bajar de peso, lo asocia a la rutina del hogar y descuido personal. Dentro del relato menciono que en diferentes ocasiones ha sentido discriminación por parte del personal de salud ya que este solo le indica que debe seguir una dieta más y que “esta gorda”, mas no atiende las diferentes necesidades del paciente y no tiene en cuenta que el sobrepeso no solo se ha generado por la mal nutrición si no por otros factores como el estrés.

### **BELLEZA, IMAGEN CORPORAL:**

- Estereotipo, cuidado personal

A lo largo de la entrevista se idéntico que para la persona este tema no tenía gran relevancia en su vida por lo cual lo que dijo respecto a esto fue poco, enfatizo que la belleza se basa en el cuidado o presentación personal que tenga la persona que tan pulcra se vea y las actitudes que exteriorice mas no en su peso o que tan delgado es su cuerpo ya que para ella estar delgado no es saludable y lo que realmente a ella le interesa es la salud y no la estética.

## **MUJER:**

- Hijos, cuidadora, familia.

Dentro de la familia la mujer ocupa un rol esencial, para la entrevistada esto es ser mujer, alguien que se entrega por completo a su familia y al cuidado de su hogar, se describe como una mujer amorosa, fuerte y base de la unión familiar, dentro de su rol como madre y mujer afirma que es más importante mantener el bienestar y equilibrio de quienes ama.

## **IMAGINARIOS DEL CUERPO**

- Estereotipo, ideales perfectos.

Dentro del contexto social la entrevistada afirmaba que actualmente se han creado diferentes estereotipos o ideales de “cuerpos perfectos” respecto a cómo se debe ver una mujer , las modelos, campañas publicitarias de ropa y demás crea en las mujeres la necesidad de verse así en el caso de ella afirma que muchas veces al ingresar a las redes sociales y demás ha deseado poder verse como algunas de ellas.

}

## **ENTREVISTA N°5**

- **Selección de conceptos:**

### CONCEPTOS DE LA ENTREVISTA

- Salud
- Hijos
- Sumisión
- Cansancio
- Estrés
- Ansiedad
- Estereotipos
- Comentarios
- Complejo
- Embarazo
- Sentimientos
- Nobleza
- Cariñosa
- Dependencia
- Bienestar
- Cirugías
- Vanidad
- Machismo
- Prototipo
- Cohibir

- **Análisis y agrupación de conceptos del cuadro de categorías:**

AUTOPERCEPCIÓN	EXCESO DE PESO	BELLEZA, IMAGEN CORPORAL	CONFIANZA	MUJER	IMAGINARIOS DEL CUERPO	ESTILOS DE VIDA
Salud Sumisión Complejo machismo  -	Salud Hijos Cansancio Estrés Ansiedad Embarazo Bienestar	Estereotipo Comentarios hirientes Cirugías Vanidad	Dependencia Sumisión Machismo	Hijos Familia Esposa Sentimientos Nobleza Cariñosa	Estereotipo Ideales perfectos	Alimentación Rutina Estrés

- **Interpretación:**

**AUTOPERCEPCIÓN:**

- Salud, sumisión, complejo, machismo

Al iniciar la entrevista adopto una postura incomoda y tomo una manta para cubrirse el abdomen lo que refleja inseguridad en su apariencia, hablo poco y las respuestas que daba eran muy cortas. Cuando la entrevistada comienza el relato hablando de su salud ya que considera que no es la mejor porque ahora está más cansada y presenta dolor al caminar. En cuanto a si misma se identificó que es una persona muy sumisa y dependiente a su esposo ya que todas las decisiones en el hogar, en su vida o en si misma son tomadas por el, cuando se le preguntaba acerca de ella o de sus cualidades todas iban enfocadas en su esposo y en lo que el manifestaba se puede observar en ella una persona con poca autoestima o confianza en si misma. Manifiesta que en diferentes ocasiones se sintió acomplejada por su cuerpo y los comentarios que su pareja o su entorno hacen respecto a él y lo que se le permite o no hacer, como tal no abundo mucho acerca de ella misma parece ser que aún no se conoce lo suficiente.

### **EXCESO DE PESO:**

- Salud, hijos, cansancio, estrés, ansiedad, embarazo

Cuando se habla del exceso de peso es asociado a diferentes factores en este caso la entrevistada asocia su exceso de peso al estrés y ansiedad que genera el cuidado del hogar y de sus hijos, al embarazo como factor biológico y a su labor como ama de casa ya que al estar todo el tiempo en la casa come todo el tiempo.

### **BELLEZA, IMAGEN CORPORAL:**

- Estereotipo, comentarios hirientes.

Durante la entrevista al abordar este tema no se obtuvo mucha información, considera que aún está presente el estereotipo del cuerpo de una mujer delgada con grandes medidas en busto y glúteo, a lo que ella refiere sentirse bien consigo misma a pesar de los comentarios que las personas hacen respecto a la forma en que se ve, aunque quiere disminuir un poco más de peso. Expone que las mujeres se someten a cirugías y grandes cambios por vanidad y cumplir con dicho prototipo.

### **MUJER:**

Hijos, familia, esposa, sentimientos, nobleza, cariñosa.

La mujer la define como una noble, cariñosa, sensible, al preguntarle cuales son las cualidades más significativas de ella lo hace refiriéndose como apoyo de su esposo, ama de casa y dedicada totalmente al cuidado de sus hijos.

### **IMAGINARIOS DEL CUERPO**

- Estereotipo, ideales perfectos.

Dentro del contexto social la entrevistada afirmaba que actualmente se han creado diferentes estereotipos o ideales de "cuerpos perfectos" respecto a cómo se debe ver una mujer, los modelos, campañas publicitarias de ropa y demás crea en las

mujeres la necesidad de verse así en el caso de ella afirma que muchas veces al ingresar a las redes sociales y demás ha deseado poder verse como algunas de ellas.

## **ANALISIS GENERAL**

La autopercepción es la capacidad de percibirnos a nosotros mismos, comienza desde la niñez y se fundamenta en la familia, esta se construye a través de las experiencias e información que se recolecta en el entorno en que convive. Por medio de dicha capacidad podemos reconocer en nosotros nuestras cualidades y defectos. Durante la realización de las entrevistas se identificaron diferentes opiniones que nos permite realizar una interpretación de la autopercepción en el individuo; La percepción de la salud fue la que más relevancia tuvo ya que en todas las entrevistas hubo manifestación de la preocupación constante que sentían por su salud y las complicaciones que el sobrepeso generó en esta el exceso de peso limita sus actividades diarias e interrumpen su labor como madres, esposas y demás ya que no tienen la misma agilidad para compartir con estos por el dolor y fatiga que presentan, no obstante se identificó que pese a dicha preocupación que altera su calidad de vida física, emocional y social ninguna toma acciones de autocuidado pero si se entregan por completo al cuidado de su familia en especial de sus hijos.

Los factores sociales y ambientales en el que se desarrolla y convive el individuo forjan la percepción de cada quien la mayoría de mujeres entrevistadas son madres y amas de casa quienes al tener dicha labor se definen como base del hogar y cuidadoras, dedican tanto su tiempo a otras personas que poco tiempo dejan para si mismas esto hace que pierdan esa capacidad de reconocerse a si mismas como individuo. En cuanto a la imagen de sí mismas se identificó que la mayoría en su lenguaje no verbal expreso inseguridad y timidez, todas han sido vulnerables ante comentarios, críticas y burlas por su peso por parte de su familia y amigos a lo cual respondían interponiendo mecanismos de defensa afirmando que eso no les importaba o afectaba en su diario vivir, algunas si expresaban que en varias

ocasiones se sentían aludidas por dichos comentarios y que han sentido la discriminación laboral debido a su peso.

La percepción de una red de apoyo las ubica en su pareja ya que estos las motivan a dejarse decaer por los comentarios y fortalecer la confianza en si mismas, ya que en varias ocasiones repetían ser muy críticas consigo mismas y su cuerpo al verse al espejo. Los imaginarios sociales en lo que respecta al cuerpo han interpuesto estándares tan altos de belleza que forjan a estas mujeres a tratar de encajar en ellos, al sentir esa presión social y ser expuestas ante la sociedad como fuera del prototipo ideal son población vulnerable ante las críticas y burlas que afectan la emocionalidad, autoestima, autoconcepto y autopercepción de las mujeres. Al preguntárseles acerca de la belleza brindaban dos definiciones; la primera orientada hacia al estereotipo de mujer delgada y la segunda transcendía más allá de lo físico iba enfocada hacia los valores, actitudes, comportamientos y cualidades que componían a una persona ubicándose a si mismas en la segunda.

En cuanto al exceso de peso todas concluyeron que la familia tenía un papel importante en esto ya que al ser ellas las administradoras del hogar debían cocinar para todos y que estos casi siempre eran alimentos altos en contenidos de grasa, azúcar y carbohidratos porque debían ajustarse al gusto de todos, también el estar en casa todo el día y el estrés y ansiedad generada por los hijos hacen que consuman más alimentos, además al ser ellas las encargadas del cuidado de la familia y mantenimiento del hogar hacen que se descuiden a sí mismas en su salud y apariencia.

A continuación se ilustrara un poco frente a lo que fueron las entrevistas realizadas por medio de unos apartados textuales de estas que sustentan la investigación:

Derly, 35 años, Corazón den Cundinamarca:

*“en las mujeres se han creado un estereotipo de la mujer delgada las referencias de modelo y eso incluso en la medicina el medico dice ay usted está gordo que tiene que dejar de comer y demás, muchas veces no es solo por comer ay muchos factores que lo hacen subir de peso o la mujer dejada lo mismo, el estereotipo es una mujer perfecta que sea delgada y siempre este arreglada”*

*“uno va creciendo así, con limitaciones y complejos de que de pronto ve a niñas mejores y así, entonces uno se sentía mal en ese sentido”*

*“un mujer más delgada con buena referencia de presentación a comparación de una gordita empiezan a hablar de ella y muchas mujeres se ven afectadas por eso”*

Nicol, 29 años, portachuelo:

*“sí, porque pues no falta la persona que lo diga con mala intención que le digan a uno esta gorda o ya no se le ve bien que ande con esa ropa, o que no se ve bien porque la propia familia lo juzga uno”*

*“uno dice a no yo no tenía el abdomen así que no sé qué y uno empieza a culpar otras cosas, los embarazos, si yo me hubiera cuidado si yo hubiera hecho esto”*

*“emocionalmente afecta por los comentarios de la gente y eso”*

## **CONCLUSIONES:**

La enfermera Marjory Gordon<sup>18</sup> propuso una teoría la cual propone valorar al ser humano fraccionándolo en “11 patrones funcionales” los cuales permiten evaluar las

---

<sup>18</sup> SUAREZ, José Luis Álvarez, et al. Manual de valoración de patrones funcionales. Gijón (Asturias): Servicio de Salud del Principado de Asturias, 2010.

necesidades del ser humano desde los diferentes ejes que lo componen para brindar una atención holística encaminadas a la solución de las mismas, ahora bien, estos evalúan los aspectos físicos, emocionales, mentales y sociales de la persona. El séptimo patrón denominado Autopercepción- auto concepto fue el que más tuvo relevancia en la presente investigación de acuerdo a Marjory Gordon<sup>19</sup> este evalúa el auto concepto, percepción, actitudes, imagen corporal, identidad de sí mismo.

Al realizar la investigación se pudo evidenciar en las entrevistadas que este patrón de Autopercepción- auto concepto, se encontraba alterado puesto que expresaban tener problemas con su imagen corporal debido al aumento de peso y que dichos cambios les preocupaban no solo por su imagen si no por su salud; como respuesta humana se evidencio en ellas un sentimiento de angustia por su estado de salud. Tomaban una actitud a la “defensiva” con el entrevistador cuando se hablaba de su cuerpo, como manifestaciones de lenguaje no verbal trataban de ocultar su cuerpo tomando objetos para ocultarse o adoptando posturas encorvadas denotando inseguridades frente a su imagen corporal, parecían estar ansiosas cuando se inician las preguntas.

Frente a la temática tienen una postura bastante crítica frente a los estigmas sociales a los que se enfrentan ya que consideran que en la actualidad los prototipos de belleza son un poco alejados a la realidad y estos generan miedo al rechazo en su entorno social, familiar y social al cual han estado expuestas en diferentes ámbitos de su vida y en el cual ha tenido gran participación las era moderna y las redes sociales pues que se imponen prototipos de belleza “inalcanzables” como lo describen las entrevistadas.

---

<sup>19</sup> SUAREZ, José Luis Álvarez, et al. Manual de valoración de patrones funcionales. *Gijón (Asturias): Servicio de Salud del Principado de Asturias, 2010.*

El prototipo social aceptado de belleza es contradictorio al de ellas, como lo afirman la belleza es subjetiva según quien la ve, entre ellas comentan que la definición de este concepto se ha ido influenciando por la vanidad y los diferentes procesos estéticos que abundan hoy en día entre ellos el maquillaje y demás, las redes sociales son una de las grandes fuentes de transformación de dicho concepto ya que se basa en aparentar cada día “alguien que no son” por demostrar que encajan en la sociedad como manifiestan las entrevistadas.

Un aspecto que se pudo identificar durante la expresión de dichas opiniones era que al mismo tiempo que relataban estas afirmaciones se juzgaban a sí mismas al decir que no encajaban en lo que estaba establecido frente a belleza, estética e imagen corporal. Sin embargo comentaban que no se dejaban desmotivar por los comentarios o burlas a las que estaban expuestas en su comunidad y familia, ya que era algo que ellas ya sabían, sabían que su peso no era el adecuado y les molestaba que en su entorno se lo recalcaran todo el tiempo, tanto así que con el tiempo se acostumbraban y ya no tomaban acciones para cambiar dicha situación.

Una aceptación como mecanismo de defensa que han venido forjándose frente a comentarios ofensivos han contribuido a la construcción de su carácter, personalidad y autoestima creando un “caparazón” que las haga poco vulnerables a los comentarios y contribuya a la aceptación de sí mismas y su cuerpo, hoy día con tantos cambios sociales a los que se enfrentan solo les queda buscar la belleza a su manera a lo cual responden que la belleza se basa en los valores y sentimientos que posea la persona, es decir no se trata de apariencia si no de contenido.

Como mujeres jóvenes, cabeza de hogar, madres, esposas, amas de casa son sometidas a una presión mayor por cumplir con ciertos “estándares” impuestos en cada uno de sus roles, en estas mujeres se ven diferentes factores que pueden influir en su propia valía y determinación, se identificó que no trabajan y la mayoría dependen económicamente de sus esposos así que la figura predominante es la

masculina, muchas quisieran trabajar pero sus esposos no las dejan ya que ellas deben ocuparse de los hijos, vemos la imagen de una mujer tradicional dedicada al hogar y un poco sumisa.

Respecto al tema de los hijos estas referían que eran muy importantes para ellas, no obstante era un factor estresante y la rutina las cansaba un poco, al estar todo el día en la casa con los niños generaban en ellas ansiedad por lo cual comían aún más, dicho esto se podría considerar a la familia como un factor de riesgo en el aumento de peso, tienden a preocuparse más por su familia que por sí mismas hasta llegar al punto de descuidar sus propias necesidades.

El exceso de peso se define según la percepción de cada una como una acumulación de grasa que puede afectar su salud y autoestima, una problemática no solo física, si no con la cual tienen que aprender a vivir para enfrentarse al sistema actual que esta sobrecargado de “cuerpos perfectos”.

Lo cual trae a coalición la necesidad de incluir diferentes factores de riesgos como estos que trascienden más allá de la “mala alimentación” y la “inactividad física” lo que nos quiere mostrar con esto es que para intervenir en la condición de salud y sobrepeso en la persona se deben evaluar los factores externos sociales y familiares que pueden alterar la salud de la persona y llevarla a desarrollar esta problemática.

Durante el desarrollo de las entrevistas se identificó un patrón que tiene participación en la construcción de la autopercepción y auto concepto de las mujeres con exceso de peso, y que tiene gran relación con el séptimo patrón por lo que se requieren evaluar en conjunto. El octavo patrón denominado “Rol-relaciones” el cual evalúa el compromiso y las relaciones con los demás, ellas expresaban que su familia y amigos eran las personas que más las juzgaban y que esto alteraba la confianza y seguridad en sí mismas, esto sumado al rol que desempeñan como

amas de casa, madres, esposas etc. que dificulta su desarrollo personal y laboral ya que a muchas sus esposos no le permiten trabajar.

Respecto al rol del enfermero dentro de esta investigación se toma como referente a la teorista Jean Watson<sup>20</sup> esta incentiva al enfermero a desarrollar una relación de ayuda con su pacientes, en el contexto de la investigación se demostró que es importante esa comunicación efectiva que permite el desarrollo óptimo de las entrevistas y la empatía que debe tener el profesional durante este proceso para interpretar la subjetividad de la persona e identificar sus necesidades, en la investigación se demostró que la empatía establecida con la usuaria y la visita en su hogar permite que se sienta más cómoda y segura para hablar de sí mismas, desarrollándose en su ambiente de confort permite evaluar la situación real de la persona y visualizar el entorno y que efectos tienen en ellas como sus hijos y demás.

Se evidencio que la postura imponente machista a la que están sometidas y al hablar de los estigmas sociales que y su imagen corporal repercutió en el desarrollo de las entrevistas ya que no se facilita con un profesional del género masculino, por el contrario se encuentran más cómodas expresándose con un profesional del género femenino ya que se entabla mayor empatía.

### **RECOMENDACIONES:**

- Se hace énfasis para que en las siguientes fases del macro proyecto se eduque en cuanto a auto reconocimiento, buscando estrategias psicodinámicas con el objetivo y mejorar y fortalecer su salud mental y emocional que se ha visto afectada por su problemática, Brindando una

---

<sup>20</sup> URRÁ, Eugenia; JANA, Alejandra; GARCÍA, Marcela. Algunos aspectos esenciales del pensamiento de Jean Watson y su teoría de cuidados transpersonales. *Ciencia y enfermería*, 2011, vol. 17, no 3, p. 11-22

atención multidisciplinaria con el fin de atender las necesidades mentales y emocionales que se generan en la mujer debido al exceso de peso.

- Las fases siguientes del proyecto en las que se abordarán las problemáticas relacionadas con la imagen, la gobernanza basadas en una conciencia colectiva podrá aportar mucho a la comprensión de ellas y su problemática.
- Metodologías como la Investigación acción participativa pueden aportar al empoderamiento de estas mujeres y un aporte positivo a la imagen de ellas mismas y lo que pueden llegar a ser de si mismas en la solución del problema del exceso de peso.
- Se sugiere abordar al núcleo familiar con el fin de generar conciencia en cuanto a prácticas alimentarias y el gasto de energético y el mejoramiento de los hábitos de vida.

## **BIBLIOGRAFIA:**

1. MORENO, G. Manuel. Definición y clasificación de la obesidad. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 2012, vol. 23, no 2, p. 124-128

2. MARTINEZ, Rocio Robledo; DÍAZ, Fabio Alberto Escobar. Las enfermedades crónicas no transmisibles en Colombia. *Boletín del observatorio en salud*, 2010, vol. 3, no 4.
3. MORENO, G. Manuel. Definición y clasificación de la obesidad. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 2012, vol. 23, no 2, p. 124-128
4. MARTINEZ, Rocio Robledo; DÍAZ, Fabio Alberto Escobar. Las enfermedades crónicas no transmisibles en Colombia. *Boletín del observatorio en salud*, 2010, vol. 3, no 4.
5. WORLD HEALTH ORGANIZACIÓN. *Oficial records of the World Health Organización*. Unite Nations, World Health Organization, Interim Commission, 1975.
6. GORDON, Marjory. Manual de diagnósticos enfermeros. 2003
7. COOLEY, Charles Horton. El yo espejo. CIC. Cuadernos de Información y Comunicación, 2005, no 10
8. World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Geneve: WHO. 1998.
9. MORENO, G. Manuel. Definición y clasificación de la obesidad. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 2012, vol. 23, no 2, p. 124-128.
10. ASUERO FERNÁNDEZ, Ruth, et al. Preocupación por la apariencia física y alteraciones emocionales en mujeres con trastornos alimentarios con autoestima baja. *Escritos de Psicología (Internet)*, 2012, vol. 5, no 2, p. 39-45.
11. CÁCERES, Gigiola. Imaginarios del cuerpo y lenguajes expertos. Aproximaciones a la imagen del cuerpo, entre el arte y la medicina. *Nómadas (Col)*, 2007, no 26.
12. GONZÁLEZ-CHÁVEZ, Antonio, et al. Prevalencia del síndrome metabólico entre adultos mexicanos no diabéticos, usando las definiciones de la OMS, NCEP-ATPIIIa e IDF. *Rev Med Hosp Gen Mex*, 2008, vol. 71, no 1, p. 11-19.

13. GORDON, Marjory. Manual de diagnósticos enfermeros. 2003.
14. CASTORIADIS, Cornelius. Lo imaginario: la creación en el dominio histórico social. *Los dominios del hombre: las encrucijadas del laberinto*, 1988, p. 64-77.
15. SUAREZ, José Luis Álvarez, et al. Manual de valoración de patrones funcionales. Gijón (Asturias): Servicio de Salud del Principado de Asturias, 2010.
16. URRÁ, Eugenia; JANA, Alejandra; GARCÍA, Marcela. Algunos aspectos esenciales del pensamiento de Jean Watson y su teoría de cuidados transpersonales. *Ciencia y enfermería*, 2011, vol. 17, no 3, p. 11-22