

Imagen corporal en la mujer víctima de violencia psicológica de género en las relaciones de pareja: un estudio de caso. ¹

Body image in women woman of gender psychological violence in relationships: a case study.

Mariana Valdés Moncada²

Luisa Fernanda Valencia Posos³

Alexandra Sánchez Parra⁴

Universidad Católica de Pereira

mariana.valdes@ucp.edu.co

luisa.valenciap@ucp.edu.co

Resumen

El presente artículo es el resultado de un proceso de revisión y análisis de la percepción de la imagen corporal de una mujer víctima de violencia psicológica de pareja, abarcando con ello las distintas dinámicas personales y sociales referentes a la imagen corporal, a partir de una investigación de tipo cualitativo-fenomenológico, que metodológicamente recurrió al análisis de contenido del discurso, a través de un estudio de caso que aborda la problemática planteada en torno a los auto esquemas, específicamente desde la imagen corporal afectada.

¹ Práctica investigativa III, programa de psicología, facultad de ciencias sociales, humanas y de la educación.

² Estudiantes de noveno semestre del programa de psicología de la Universidad Católica de Pereira.
mariana.valdes@ucp.edu.co

³ Estudiantes de noveno semestre del programa de psicología de la Universidad Católica de Pereira.
luisa.valenciap@ucp.edu.co

⁴ Psicóloga de la universidad Católica de Pereira, con Maestría en psicología Jurídica y forense de la Universidad Santo Tomás.

Palabras clave: Imagen corporal, autoesquemas, pareja, micromachismos, violencia, violencia de pareja.

Summary

This article is the result of a process of review and analysis of the perception of the body image of a woman victim of psychological partner violence, thus encompassing the different personal and social dynamics related to the body image of women, starting from of a qualitative-phenomenological type research, that methodologically resorted to the content analysis of the discourse, through a case study that addresses the problematic raised around the self-schemas, specifically from the corporal image affected or not by the violence of partner.

Keywords: Body image, self-schema, couple, micromachismos, violence, couple violence.

El presente artículo es el resultado de una investigación anidada en el contexto de la violencia de pareja y las posibles implicaciones de las diversas vivencias violentas en la construcción de la imagen corporal, para ello se estudió, desde el caso; la configuración de estructuras internas (cognitivo/afectivo y conductual) y estructuras externas relacionadas al medio social y cultural enfocadas en satisfacer las necesidades y/o expectativas de la pareja.

De manera que el presente artículo realiza una análisis de las dinámicas de violencia psicológica en las relaciones de pareja para con ello examinar su incidencia en la percepción de la imagen corporal, identificando finalmente la forma en que los recursos de la mujer se orientan a la satisfacción de las necesidades o intereses de su pareja.

I. Imagen corporal y concepto de belleza

Se da inicio a este documento, hablando de la imagen corporal, toda vez que el tema hace parte de las categorías de la investigación, así pues la imagen corporal es definida según Castañeda, I; Londoño, C, Cabarcas, K; Arenas, A; Cortes, A; Gonzalez, S; Mayorga, M & Medina, M. (2013) y Vaquero,C; Alacid, F; Muyor, J, & López, P. (2013) como la forma en que la mente percibe al propio cuerpo, en términos de forma, peso y atractivo, este último determinado por la deseabilidad sexual y el agrado proyectado, ya que procesa información que concuerda con las experiencias relacionadas con la belleza.

Sánchez & Pratts (2003) & Slade (1994) proponen que la imagen corporal es una representación mental de la propia figura corporal, determinada por vivencias personales y

experiencias sociales que parten de múltiples factores intervinientes, como históricos, culturales, individuales y biológicos, que crean aprendizajes que influyen en la consolidación de la personalidad y de la percepción de la propia imagen corporal.

Cash & Pruzinsky (2002) caracterizan la imagen corporal en variables internas y externas, las cuales están en constante interacción; por un lado, la cognición, las emociones y los comportamientos y por otro, los procesos de adaptación con el medio tanto social como cultural. Vaquero, C; Alacid, F; Muyor, J, & López, P. (2013) atribuyen una estructura diferente a este concepto clasificándose en cuatro componentes, el perceptual el cual es la percepción del cuerpo en su totalidad o de alguna de sus partes, el cognitivo que refiere a las valoraciones del propio cuerpo, el afectivo que se describe cómo las actitudes o sentimientos frente al propio cuerpo y el conductual, que son las acciones y comportamientos que derivan de la percepción.

A través de la historia, según Gómez, B & Vázquez, M. (2015) la representación del cuerpo y lo que se conoce acerca del cuerpo se ha determinado como atributos con respecto a una determinada situación social, de una visión del mundo y dentro de esta última de una definición de la persona, así pues la imagen corporal ha permeado toda clase de ámbitos sociales y personales, siendo las valoraciones culturales de la misma inherentes a una época y a una sociedad, aun cuando los estándares de belleza difieren unos de otros, este aspecto ha sido clave a la hora de determinar la identidad e inclusive de aportar un valor socio-económico al individuo.

La imagen corporal según Flores, Kamego, Zapata & Alvarado (2017) es una construcción psicosocial reconocida desde la sociedad, los compañeros sentimentales y la imagen que la persona tiene de acuerdo a su imagen ideal.

La imagen corporal hace parte del autoconcepto, este último se relaciona con los autoesquemas como autoestima, determinada en el ser humano como amor propio y la autoeficacia como seguridad en sí mismo, que según Triana, (2017) son definidos como conceptos vinculados directamente con la conducta que se desarrolla frente a ciertos aspectos aprendidos del ambiente social y cultural.

Los autoesquemas se construyen a partir de experiencias pasadas y tienden a influir tanto en el procesamiento de la información, como en el comportamiento, creencias y creación de ideas; según Triana (2017) suelen alterarse en mujeres después ser expuestas a situaciones de violencia de género como auto descalificativos afectando la salud mental.

III. El género y la consolidación de las relaciones de pareja.

Según Bowlby (1995) la consolidación de las relaciones de pareja genera cambios en el diseño y ejecución del proyecto de vida, cuando se inicia el vínculo afectivo es consolidado el acoplamiento mutuo, aunque en el proceso de acoplamiento también se generan cambios en el sistema de seguridad emocional individual, dado que incrementan los índices de ansiedad, miedo a la pérdida, fracaso y tristeza.

El género femenino frente a las relaciones de pareja, ha sido invadido de forma más sutil en cuanto a las expectativas y roles acerca del amor, el compromiso, la fidelidad, la belleza y el cuidado ofrecido a sus parejas. Triana (2017) plantea que el patriarcado actual tiene diferentes formas de dominación determinadas como micromachismos dado que son una especie de violencia de género silencioso que se manifiesta en actos de daño físico, psicológicos o sexual, con asimetría constantes con las relaciones de poder y las prácticas cotidianas filiales y que logran menoscabar su seguridad personal, el respeto por sí misma o disminuir sus capacidades físicas o mentales, así como también promoviendo factores de riesgo y vulnerabilidad a la hora de construir el sujeto social.

Las relaciones de pareja son un complejo sistema de relaciones sociales que según Fernández (2008) permiten la construcción y el desarrollo de aspiraciones personales, familiares, sociales y profesionales, que están en gran parte mediados por jerarquías que parten de oportunidades o restricciones de acuerdo a su condición de género.

De acuerdo a esto, la construcción personal y social de la mujer en las relaciones de pareja es determinada por conceptos establecidos principalmente en el deseo masculino tal como lo plantea Bourdieu (2000), pues es este criterio cultural de deseo, el que abarca generalmente los procesos de adquisición de autoestima y las pautas de clasificación para belleza, edad y salud femenina. Comprometiendo además, según Triana (2017) ejes centrales que afectan el crecimiento psicológico de cada persona, tales como sentimientos de minusvalía, indefensión, desesperanza, ansiedad, entre otros.

Respecto a la violencia psicológica, Fernández (2008) la determina como la capacidad de influir en una persona y emplear el poder sobre ciertas esferas de la vida, en el caso de la violencia de género contra la mujer, el cuerpo es posiblemente un factor generador de violencia

psicológica, ya que es determinado como un objeto de deseo que debe cumplir ciertas características y además estar dispuesto en pro del hombre ya sea para procrear o para la servidumbre que satisface el placer.

IV. Concepto de belleza en la relación de pareja; Micromachismos e identidad personal.

El problema de la búsqueda de belleza actual es que según Arboleda (2016) se enfoca en la necesidad de convertirse en un objeto de deseo para otro, de satisfacer las necesidades de la pareja sentimental, con la creencia de que de esa manera va a conseguir ser digno de amor, deseo o van a mejorar sus relaciones interpersonales, por eso es común que las mujeres realicen prácticas de cualquier índole que indiquen un mejoramiento físico, pero la realidad es que la modificación del propio cuerpo no significa que automáticamente va a convertirse en un ser más respetado, deseado o valorado por su pareja.

Se observa una gran relevancia en investigaciones en torno a la apariencia y las preocupaciones que esto conlleva, como temas relacionados a la imagen corporal y trastornos de la conducta alimentaria, la influencia de la imagen corporal en preadolescentes y adolescentes, o en procedimientos quirúrgicos; Aunque su interés principal no es detectar las afectaciones de las relaciones interpersonales o la idealización de género en la mujer, si se destacan por ser variables que están presentes y que influyen en gran medida en la construcción de la imagen corporal, lo que es de gran importancia para esta investigación.

Por ejemplo, Blanco, R (2010), Narvaez, A; Rubiños, C; Cortés, F; Gómez, R & García, A (2008) y Schlebusch, L & Levein, A. (1983) Analizan la situación de algunas mujeres con dificultades para estructurar su imagen corporal debido a la realización de mastectomías, refieren además que someterse a estos procedimientos genera cambios en las dinámicas con las parejas sentimentales, generando afectaciones a nivel personal e interpersonal, como por ejemplo el deterioro en la comunicación de pareja y la disminución en las relaciones sexuales.

Calderón, T (2013) determina una gran influencia del género masculino en las decisiones de las mujeres respecto a su cuerpo y a realizarse algún procedimiento estético, según el análisis de su investigación cualitativa, las decisiones con respecto a la belleza dependen más de la percepción que tienen de sí mismas ante su pareja sentimental, lo que quiere decir una gran necesidad por sentirse deseada y admirada por el otro.

Por otro lado, la investigación cualitativa de Solvi, Foss, von Soest, Roald, Skollebor y Holte (2010) identifica factores motivacionales tales como el ideal de femineidad, la imagen de belleza y el atractivo, además de aspectos provocadores tales como la pareja sentimental, familiar o medios de comunicación, que impulsan a las mujeres candidatas a realizarse procedimientos estéticos quirúrgicos. Una investigación cuantitativa de Nair & Baboo (2017) expone que la población que más se realiza cirugías con el objetivo de mejorar la imagen corporal en la india, son las mujeres entre los 20 y 40 años, esperando mejorar la calidad de vida y cuando no logran los resultados esperados, no dudan en someterse nuevamente a cualquier procedimiento de esta índole.

V. Violencia psicológica en Colombia

Según Lozano, Natalia (2017). el Boletín epidemiológico: violencia de género en Colombia, los anteriores agentes sociales y culturales tales como la familia y las relaciones de pareja han determinado distintas cuestiones conductuales, emocionales y físicas, con mayor impacto en las mujeres, 18.968 colombianas entre los 20-29 años han sufrido violencia física y/o psicológica; por otro lado, afirma que el 26% de las mujeres dicen haber sido maltratadas verbalmente teniendo en cuenta aspectos como la intimidación, manipulación, amenazas y/o humillación por parte de su pareja, y la violencia de género ha afectado al 74% de las colombianas.

En Pereira, Risaralda según Luz Elena Gallego (2017) psicóloga de comisaria de familia, afirma que las mujeres que han sido víctimas de violencia psicológica por parte de su pareja presentan un alto grado de dependencia emocional y económica y pueden presentar frustración, inseguridad y depresión afectando directamente a la perspectiva de sí mismas, “una persona violentada deja de ser ella misma para ser alguien más, lo que la otra persona quiere que sea”. En 6 meses solo en esta comisaría se presentaron 230 denuncias por violencia de género, de las cuales aproximadamente 110 fueron por violencia psicológica.

VII.Pregunta orientadora

¿Como se configura la percepción de imagen corporal de una mujer que ha vivenciado violencia psicológica de género en sus relaciones de pareja?

VIII. Metodología

La investigación desarrollada fue de carácter cualitativo fenomenológico según Rodríguez, Gil & García (1996) este tipo de investigación permite la descripción de los significados existenciales inmersos en la vida cotidiana, intentando capturar la forma en que los sujetos en contextos naturales experimentan su vida y los significados que les otorgan.

Se consideró pertinente hacer uso de este método de investigación respecto de la mirada de la concepción de sujeto de Heidegger citado por De Souza (2010) “Ser ahí” y “ser en el mundo” se estudió el sujeto en el contexto, para el caso; aquel que ha posibilitado la aparición de la violencia psicológica y la consecuencia de esta en la concepción de la imagen corporal, además de permitir la comprensión consciente del fenómeno desde la propia vida, la temporalidad y los procesos atinentes a la acción humana y el pensamiento.

Técnicas

En esta investigación se implementó la técnica de conversación asociada a la entrevista el cual según Alonso, (1995) como se cita en Ramírez & Zwerg (2012) es un proceso de comunicación por el cual se extrae cierta información necesaria para los investigadores, contenida dentro de la biografía de los entrevistados, en este caso la entrevista tendrá un modelo a profundidad el cual contará con subgrupos de preguntas, la secuencia de las mismas y la duración aproximada de la entrevista.

Por lo tanto, se pretende implementar en las entrevistas el uso de historias de vida que busca según Ramírez & Zwerg (2012) identificar e interpretar los fenómenos de acuerdo con los significados que tienen para los sujetos implicados, además provee una historia diacrónica lo que significa que investiga los hechos del pasado, agentes culturales y sociales que han movilizad al sujeto pero con un sentido de la realidad actual sin olvidar que es una historia subjetiva pues depende totalmente de la forma en que el individuo la recuerda y la plantea.

Unidad de Análisis: La percepción de la imagen corporal de una mujer expuesta a violencia psicológica de género en sus relaciones de pareja.

Unidad de observación: El relato en un estudio de caso de una mujer de 45 años de edad de la ciudad de Pereira que asistió al Centro de Atención Psicológica de la Universidad Católica de Pereira (CAPSI) para iniciar un proceso psicoterapéutico por problemas entre pareja o esposos Z63.0.

Estrategias

Se desarrolló una entrevista a profundidad que contuvo aspectos claves a observar dentro de la sesión, con el fin de recolectar información relevante para la investigación, de manera que se direccionó la entrevista desde las dimensiones expuestas anteriormente en las teorías de la imagen corporal: internas y externas, y preguntas que permitieron hacer un registro de los aspectos emocionales, cognitivos, perceptuales y conductuales que constituyen conceptualmente la imagen corporal.

Para el análisis de datos cualitativos recogidos en las entrevistas se hizo uso del programa Atlas Ti, el cual es un sistema de gestión cualitativa de bases de datos.

Resultados

El primer insumo de análisis que entrega la mujer con quien se desarrolló la entrevista que en adelante se denominará “A”, es su línea de tiempo biográfica, la cual se presenta a continuación:

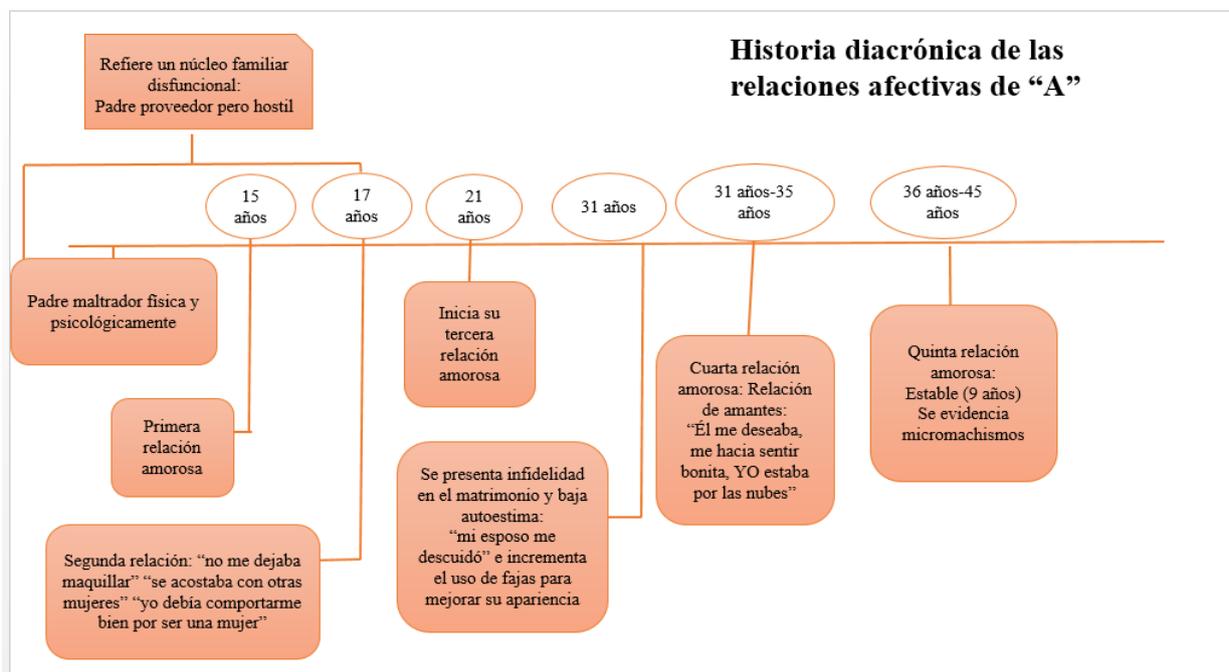


Figura 1. Historia diacrónica de las relaciones afectivas. Elaboración propia (2018)

Teniendo como referente ésta información, se desarrolló el análisis correspondiente a la información adicional suministrada por ella, atendiendo inicialmente a las interpretaciones que ésta hace sobre sus vivencias personales configuradas en referencia a las dinámicas familiares, toda vez que los sujetos estructuran las experiencias en función de una construcción de carácter interaccional, tal como lo plantean Fernandez-Alvarez, H (1992) todo significado

se constituye intersubjetivamente, es decir los signos que configuran los contenidos mentales son siempre de carácter social.(pp. 144)

Referente a la vida familiar sus relaciones y vínculos “A” expresa:

“Mi mama con tal de tener una situación económica estable se dejaba pegar, yo con tal de tener un esposo y a la familia de mi esposo al lado y no tener que conseguir un hombre a los 45 años permití eso, por tener un hombre al lado que me quiera”

“Yo vivía en un entorno machista, mi papá era maltratador, me pegaba a mí, a mi mamá, amenazaba con dejarnos en la calle, yo siempre tuve que ver como la agredía de diferentes maneras y ella lo aguantaba”

“Siento que he sido muy carente de familia y cuando uno carece de un núcleo familiar bonito, uno da lo que tiene que dar con tal de sostenerlo y mantenerlo”

Con relación a la identificación con la posición del género femenino en una relación sentimental que “A” pudo interiorizar e identificar en la entrevista se indica lo siguiente:

“Somos mujeres criadas en una generación donde tenemos que sufrir porque como que eso hace parte, como que si no sufres pues cómo así, el sufrimiento hace parte de las relaciones y eso tiene que continuar, yo por ejemplo crecí viendo que le pegaban a mi mamá.”

“Yo creo que todas las mujeres hemos bajado la autoeficacia, la autoimagen, la autoestima, todo eso se ha visto deteriorado es innegable pero no es solo el resultado de una violencia psicológica o física, es también la ausencia de muchos valores, valores inculcados desde la infancia, ausencia de oportunidades laborales, son la ausencia de un tejido más humano en la sociedad que obviamente repercute en el núcleo familiar porque es ahí donde más cerca estamos”.

“Igual si se sale de un maltratador, va a caer en otro maltratador.”

Por otra parte se presentan los resultados evidenciados en los relatos de “A”, aspectos considerados como constituyentes de la Violencia Psicológica-Micromachismos en las relaciones de pareja.

En relación a la violencia de pareja:

“Yo creo saber de la violencia psicológica cuando yo empecé a asistir hace muchos años al primer proceso psicoterapéutico, porque sentía que estaba siendo víctima de violencia por parte de mi pareja actual, porque yo lo hacía culpable a él de decirme cosas malucas pero ya he entendido que yo soy la que le doy poder a lo que él dice.”

“ Pienso que sí tengo un hombre maltratador psicológicamente pero que yo me tome lo que él dice depende de mi no de él”

“La primer psicóloga con la que consulté me dio una solución mas fácil dejalo, pero yo me pongo a pensar que si fuera así no habría ninguna pareja, en todas hay maltrato”

“Si me remito a la primera relación de mi vida había maltrato psicológico, en la segunda relación había maltrato psicológico, con la tercera también. El punto es que tan preparada está la persona para permitir que tanto le afecte el maltrato o no”

“Entonces si hay violencia emocional psicológica, el es un maltratador sino que yo siento que ya no me hace tanto daño”

“Él a veces es un charlatán muy pesado de los que se dicen cosas que a veces no se deben decir. Por ejemplo ayer me dijo esa camisa no se plancha sola y yo me pare enojada y me tocó plancharla”.

“Este año decidí tener una nueva relación con él desde febrero, la situación es más manejable, el asunto ha sido progresivo a recuperar mis derechos pero se los entregue por 7 años.”

“¿Ha sentido temor a expresar sus ideas?: -Si, porque no me gustan los problemas con él, entonces las evito al máximo.”

En relación a la Idealización de género:

“Yo no sé si será que las mujeres que somos maltratadas, terminamos justificando el maltrato en que no tienen una cantidad de cosas, pero como yo he aprendido que como que el maltrato también depende de hasta donde lo deje llegar”

“En este país lo que debemos hacer es fortalecer a las mujeres en sus capacidades, sus habilidades, su forma de tomar decisiones. En ese momento el maltrato hacia la mujer se va a reducir de una manera impresionante.”

“¿Por qué la mujeres se dejan pegar? porque sienten que no se van a conseguir algo mejor; porque consideran que el mundo no ofrece las posibilidades para autosostenerse, que no hay fuentes de empleo. Hay que trabajar otras temáticas, porque en la mayoría de los casos hay maltrato, así no sea físico o psicológico, hay muchos maltratos que las mujeres no van a denunciar. Por ejemplo decir: mi esposo dice que soy una mala empleada, o considerar también maltrato lo que disparan por todos los medios..

Conforme a lo evidenciado en el caso se identifica una alteración en los auto-esquemas cognitivos por las diversas vivencias radicadas en los factores sociales, tales como la familia, las amistades, los medios, y las relaciones sentimentales que se fueron desarrollando en la medida en que “A” fue creciendo y adquiriendo nuevos aprendizajes.

A continuación como resultados se presentan los relatos en los cuales “A” refiere como contribuyentes para la construcción sobre su propia imagen corporal en relación a los factores externos y a la perspectiva del otro:

En relación a su matrimonio:

“Mi decisión para empezar cuidar mi cuerpo no fue autonoma fue porque sentía que mi esposo ya no me quería, ya no me miraba, ya no me deseaba”.

“Eso fue lo que me terminó de apañar porque él me dijo de frente “es que usted está muy gorda”.

“Realmente no tuve muchas relaciones sexuales antes y con él estaba teniendo 4 relaciones en el año y yo le decía a él ¿que qué pasaba?y él me decía nada gorda, nada gorda y ya él me bautizó gorda, inclusive hoy por hoy me dice gorda y yo nunca volví a ser el “amor” ni el “mi vida”. yo me quedé la gorda, entonces yo lo asimilé: entonces yo soy gorda - “la gorda”.

“Él se consiguió una noviecita, la noviecita tenía un cuerpo divino, un cuerpo 90-60-90, un cuerpo escultural y tenía 3 hijos y yo justificaba el mio por una niña, entonces obviamente la justificación era que no me cuidé”.

“Uno termina como haciendo una deducción como que de pronto no me hubiera dejado si yo hubiera sido más juvenil”.

“El papa de mi hija dejaba que yo hiciera lo que se me diera la gana pero si era violentador con la apariencia física, el es superficial quería que todo se viera bien incluso fue por eso que se le perdió el amor.”

“Si estuviera con el papá de mi hija, seguramente ya estaría operada sobre todo por el medio en el que él se mueve, yo creo que todo eso depende del hombre con el que uno comparte su vida, como él lo ve a uno físicamente así mismo se ve uno”

En referencia a sus relaciones sociales:

“Hace poco fui a comprar ropa con una amiga y el esposo; ella es tres tallas menos que yo. y ella salió de medirse el vestido cuando él la vio le dijo: a las gorditas no las quiere sino la mamá, hoy no es día para comprar vestidos. eso me hizo pensar - Dios mío entonces yo como estoy”

“Yo acudía a mis amigas les contaba lo que me pasaba y ellas me decían, todas el concepto de estas linda, estas fea, estás flaca”

“Yo siento que la seguridad de él está en que yo esté gorda”

“Ya se que separarme no es la solución porque lo quiero, ya sé que llorar no porque me da migraña, ignorarlo no porque me da gastritis pensar en todo lo que tengo para decirle pero para llegar a esto tuvo que soportar mucho mucho maltrato a esto no se llega de un día para otro”

En relación al factor mediático:

“Los medios, llámese comercio, llámese lo que uno ve internet, la televisión. Todas las formas en las que nos comunicamos, eso es muy tenaz, porque estamos en una sociedad donde por todos los medios nos están metiendo unos patrones son muy fuertes. Entre la propaganda de gorditas, hay 50 de flacuchentas entonces que va a primar en el concepto general de una sociedad: pues es ser flaco”.

“Por todos los medios lo que nos han disparado qué es ser flaca, operada...”

Por otro lado, el análisis de datos dio cuenta de la estructura interna de la entrevistada en relación a la estructuración y evolución que realiza sobre su imagen corporal:

A nivel cognitivo:

“Yo pienso que como él lo vea a uno físicamente, así mismo se ve uno”

“Hace años yo tenía un concepto de mamá muy tradicional muy dedicada a mi marido, para nada me parecía importante cuidar el cuerpo cuando tenía 25 años porque yo era delgada y tenía carne donde era necesario y esa tendencia se mantuvo hasta los 33, cuando menos pensé fue porque me di cuenta que me había engordado, estaba gorda, y no sabía que hacer con eso”.

“Yo no creo que me veo linda como él me dice, es más por su propia seguridad. él cree que me voy a conseguir a otro.”

“Yo me veía horrible, un montón de las estrías y de celulitis”

A nivel conductual:

“(...)yo empecé a cuidarme a hacer dietas y a hacer masajes para verme aun mas linda para él, que él siguiera pensando que yo era hermosa porque eso me había cambiado la vida.”

“Yo si tuviera la plata me compraria batidos, me meteria a masajes y someterme a dietas”

“En dos oportunidades le pague a una amiga para que me hiciera maderoterapia, me hacía una cosa para la grasa, a mi me encanta todo eso”

“No he tomado pastillas lipo blue o advance pero porque no he tenido plata, yo lograría eso si viviera sola pero estar en compañía de alguien es muy difícil, he realizado dietas muy estrictas, gracias a Dios nunca me enfermado. “

A nivel afectivo:

“A mi el tema de sobrepeso me tiene muy achantada.”

“Yo me siento horrible cuando tengo que vestirme, siento que cuando él me dice que me ponga algo escotado, siento que se está burlando de mí, no se si es que estoy muy predispuesta por mi sobrepeso”.

Conclusiones

Por medio del discurso de “A” se da cuenta de la posición que adquirió como mujer en una relación de pareja, como consecuencia de sus experiencias tempranas relacionadas a dinámicas familiares ciertamente disfuncionales, tal disfuncionalidad, según ella; le ha permitido comprender sus dinámicas de pareja, pero del mismo modo la instan a la búsqueda de satisfacer al otro haciendo cambios en su imagen, lo que configura además una disonancia cognitiva que le genera malestar emocional.

Respecto al esquema relacional que se evidencia en la entrevistada tal como el que plantea Planap (Berscheid, 1994) como se cita en Maristany, M. (2008) y que describe cómo las personas pueden formar esquemas que representen interacciones en vínculos, así mismo los esquemas pueden representar las expectativas sobre la propia conducta, la conducta del otro y la forma de interacción probable que tome lugar entre ambos.

De esta manera las experiencias tempranas de “A” influyeron en la consolidación de las creencias sobre sí misma y su conducta frente al otro, creencias que fueron determinadas a partir de un ideal materno y en ocasiones sacrificial formado por la dinámica evidenciada en la relación de sus padres, donde se podía reflejar una notoria preocupación de su madre por satisfacer al otro a pesar de ser víctima en repetidas ocasiones de violencia física y psicológica, de manera que podría entenderse también que la relación Violencia- Dependencia emocional genera en la persona la necesidad de agradar y en torno a ello se altera la imagen corporal y la imagen de sí.

Estos aprendizajes pueden relacionarse con lo que según Beck, J (2009) define como esquemas, los cuales son construcciones mentales subjetivas, más o menos estables, que actúan como filtros a la hora de percibir el mundo por parte del individuo. Estos esquemas contribuyen a la formación de la identidad, que se construye a partir de patrones de interacción que se van conformando en función de los significados sobre sí mismo, los otros y el mundo.

De aquí entendemos que la construcción social que “A” ha adquirido frente a la familia, ha invisibilizado sus prácticas cotidianas, siendo estas negativas hacia la pareja como se evidencia en su relato. Los medios, el contexto laboral y social privilegian el mantenimiento

de las violencias sutiles, incrementando patrones socialmente aceptados y cambios en las dinámicas de las relaciones actuales. Frente a esto, Botella, L, Ribas, E., & Ruiz, J. (2009) realiza un acercamiento a estas creencias persistentes, aquellas que se originan durante la infancia y se van elaborando a lo largo de la vida del individuo siendo disfuncionales en grado significativo, lo que conlleva a que el sujeto repita patrones, seleccionando inconscientemente y permaneciendo en situaciones y relaciones que activan y perpetúan la creencia desadaptativa frente al ideal de mujer en las relaciones de pareja.

Las creencias disfuncionales referentes a las relaciones sentimentales en “A” se refuerzan a partir de una construcción social, desde la cual identifica la violencia sutil de su primer noviazgo como un precursor de conductas violentas en las relaciones de la vida adulta, ubica de nuevo a los hombres tal como a su padre en posiciones de agresividad y dominancia, configurando ella misma un escenario de violencia que articulado con lo anterior; se establece esa mezcla entre violencia y dependencia emocional, fomentando disonancias cognitivas en torno a la imagen corporal como estrategia de prevención ante un riesgo de pérdida emocional.

La construcción social y cultural introduce en “A” según García, F & Ilabaca, D (2013) también un ideal estético que se relaciona con la autoestima, el atractivo y la competencia personal, a ello se suman sus dinámicas individuales en las relaciones de pareja que han sido mediadas por violencia psicológica tal como se pudo ver en la configuración de su primera relación emocional.

De esta manera Bowlby (1995) considera que si en la fase del ciclo vital denominada adolescencia se presentan micromachismos asociados a la imagen corporal, es posible que la construcción de la imagen corporal se de en razón a una identificación referente a las pautas o conductas del otro, tales como las experimentadas por “A” en sus relaciones como no poder maquillarse o usar cierta vestimenta con el fin de mantener la deseabilidad sexual o el agrado proyectado.

Puede que mi historia de vida me haya hecho muy vulnerable y muy dependiente de lo que dicen las otras personas, entonces no es un mandato pero una persona con una historia similar a la mía donde hay mucha dependencia emocional y maltrato, obviamente que tener una relación donde el tipo es con unos criterios tan imponentes y egoístas eso termina afectando todo. Porque uno en su afán de tener todo bien; de renunciar a las cosas que le hacen bien a uno y es tanto el nivel de percepción de que

soy menos: que resulta uno siendo menos buen trabajador, menos buena mama, menos buena mujer, menos buena hija, eso le termina afectando a uno mucho.

Conforme al caso se puede confirmar lo que Cash & Pruzinsky (2002) explican sobre la imagen corporal como un constructor evolutivo, así pues en diferentes etapas de la vida se interioriza la vivencia del propio cuerpo, que en el caso de las mujeres sufre variaciones importantes con el paso del tiempo, manifiestan además que el nivel afectivo de la imagen corporal es construido a partir de las percepciones, sentimientos y emociones hacia sí misma con relación a los auto esquemas como autoestima, autoconcepto y autoeficacia, en “A” esta construcción evolutiva presenta actualmente insatisfacción y sentimientos negativos en relación hacia su cuerpo, percepción que en gran medida se compone por la forma como a través del tiempo constituye sus relaciones de pareja, ya que como ella refiere es el otro quien le da la perspectiva de sí misma.

Se evidencia en “A” que sus relaciones han sido desarrolladas como plantea Bourdieu (2000) bajo dinámicas de control, sumisión y violencia psicológica, además de las pocas estrategias funcionales adquiridas para identificar las situaciones de violencia que han generado malestar en el transcurso de su vida, los principales patrones conductuales y cognitivos han sido motivados por el deseo masculino implicando cambios de manera directa en la construcción social y personal.

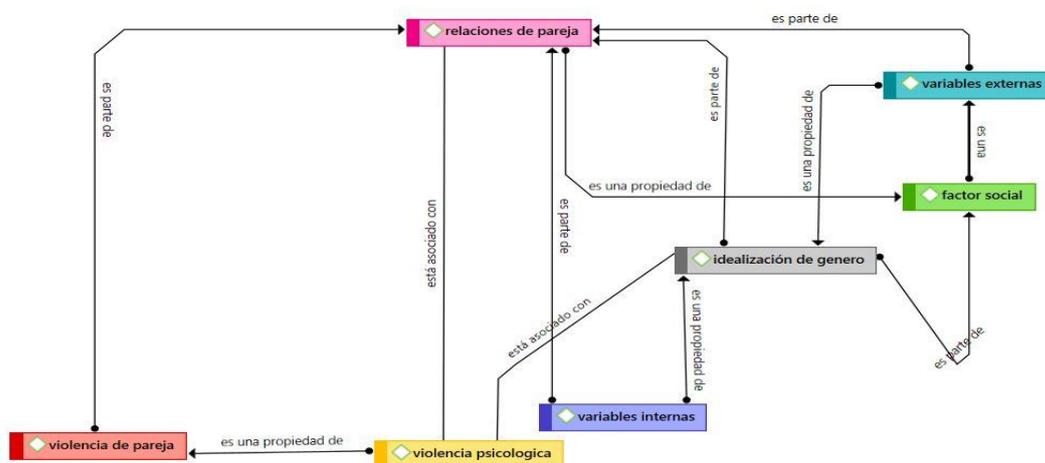


Figura 2. *análisis relacional violencia psicológica / relaciones de pareja. Elaboración propia (2018)*

La figura 2. Presenta una relación entre los micromachismos de forma que generan violencia psicológica y esta a su vez configura la violencia de pareja, que para el caso es percibida entendiéndose la relación de pareja como parte de una idealización de género.

En este sentido A se introduce en un discurso disonante, es decir; que por un lado no se logra ver inmersa en escenas de violencia, como efecto propio del micromachismo, entiende las dinámicas de género como expectativas de la pareja por las cuales debe realizar determinadas acciones y desarrolla modos de conducta afines con la idealización de la pareja; configurando, en principio transformaciones cognitivas y con ulterior impacto sobre los auto esquemas, y con ello cambios comportamentales de modo que la violencia de pareja, para el caso estudiado, generó variaciones en la imagen corporal de la mujer quien a su vez asume ello como una necesidad de la pareja, siendo en realidad parte de un micromachismo y así mismo parte de la propia violencia psicológica.

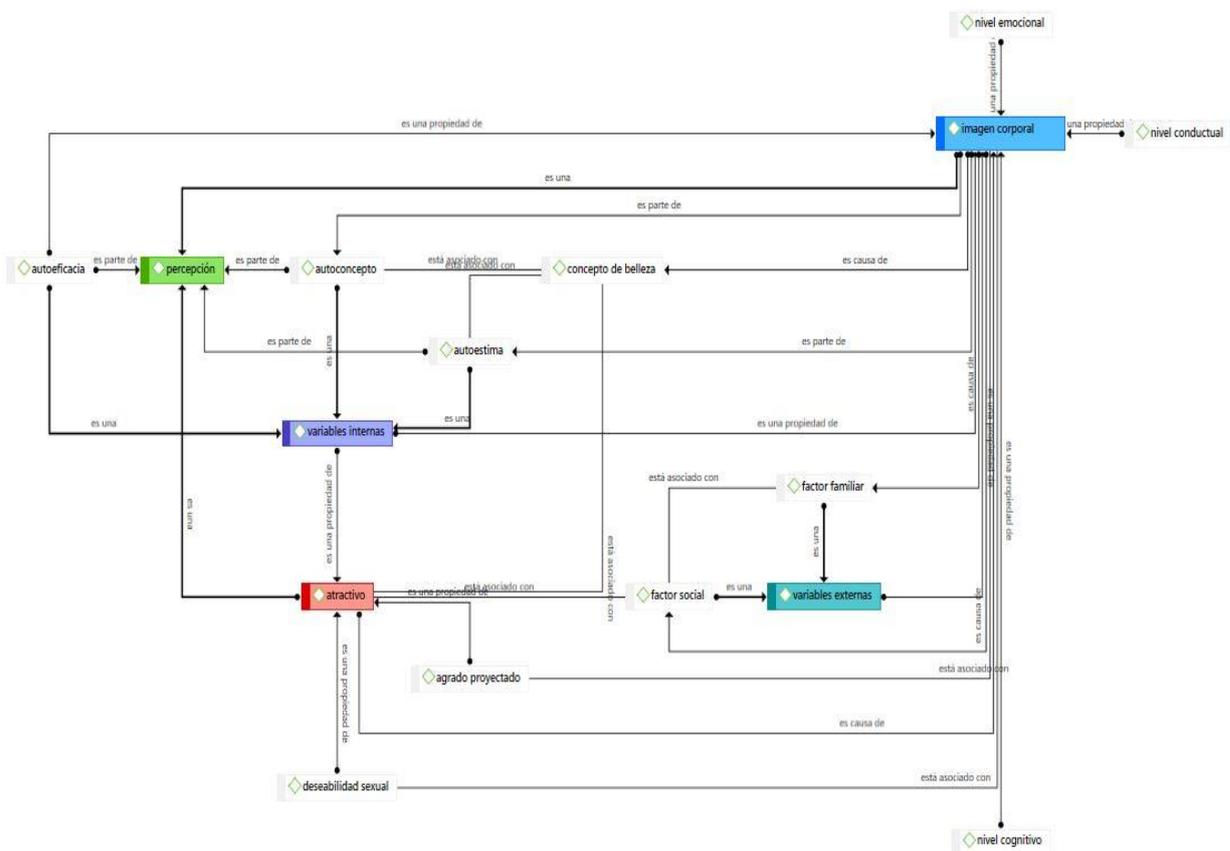


Figura 3. Análisis relacional relaciones de pareja- imagen corporal. Elaboración propia (2018)

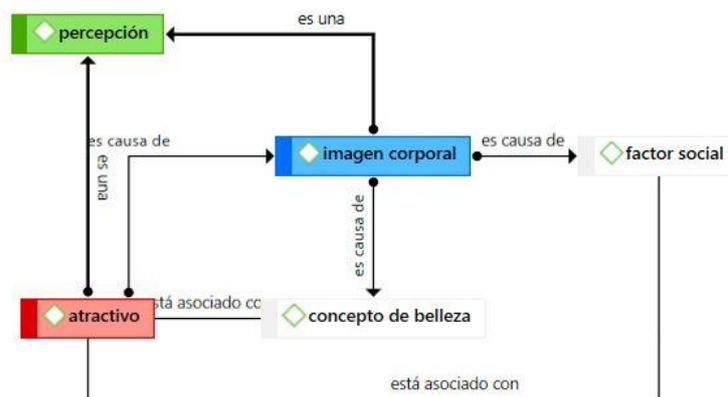
Se encuentra en la figura 3. que la violencia psicológica es una propiedad de las relaciones de pareja, estas a su vez se configuran desde variables internas como los niveles

cognitivos, conductuales, emocionales y las variables externas configuradas a partir de los factores sociales como idealización de género.

Se evidencia en este caso la configuración de los micromachismos, es preciso destacar que “A” no cuenta con herramientas y/o estrategias de afrontamiento adaptativas, lo que representa un riesgo afectivo para ella en el desarrollo de las relaciones de pareja. Triana (2017) refiere que los micromachismos son una violencia silenciosa con el objetivo de mantener formas de dominación constantes tal como se evidencia en la relación actual de “A”.

Si me remito a la primera relación de mi vida había maltrato psicológico, en la segunda relación había maltrato psicológico, con la tercera también. el punto es que tan preparada está la persona para permitir que tanto le afecte el maltrato o no

Figura 4. Análisis relación de la imagen corporal. Elaboración propia (2018)



Es probable que la construcción de la imagen corporal se constituya en este caso a partir de la violencia por parte de la pareja, sin embargo no son comprendidos como conductas de violencia para “A”, los micromachismos evidenciados de manera sutil han propiciado de modo interno y externo cambios en “A”.

Por otra parte vemos cómo en el discurso de “A” se evidencia la necesidad de mantener una relación sentimental, teniendo en cuenta este objetivo, realiza variaciones en su imagen “yo me maquillaba y cuando me iba a ver con él me lo quitaba...” De este modo tal como lo plantea Arboleda (2007) su búsqueda de belleza se enfoca en la necesidad de convertirse en un

objeto de deseo para el otro, con tal intensidad que afirma *“yo sentía que él tenía la razón, sumado a un montón de estructuras de enseñanza”*.

Tal como plantea Triana (2017) Si bien la construcción de la imagen corporal corresponde a experiencias pasadas influye en el procesamiento de la información, comportamiento y creación de ideas futuras, y termina siendo constantemente alterada de manera directa en mujeres expuestas a violencia.

“Mi decisión para empezar cuidar mi cuerpo no fue autónoma fue porque sentía que mi esposo ya no me quería, ya no me miraba, ya no me deseaba.”

Con este texto del caso estudiado se entiende que la relación con la pareja determinó sus variaciones físicas, su búsqueda por satisfacer la necesidad del otro, existió una violencia psicológica ejercida de manera sutil que logró modificar en “A” sus hábitos alimentarios, su forma de vestir y su empoderamiento en las relaciones, adaptándose constantemente a los deseos del otro aunque estos resulten consecuentemente insanos para la construcción propia del modo de ser con su cuerpo. Así como también, algunos factores familiares contribuyentes han beneficiado la construcción de creencias alrededor de las perspectivas de género en las relaciones de pareja.

Tal cual como lo plantean (Maganto, Del Río y Roiz, 2000) se ve evidenciado en “A”:

Un cambiante rol de la mujer, donde se encuentra luchando por encontrar un equilibrio entre diversos ideales de éxito tales como ser autosuficiente, luchadora, competente, eficaz, trabajadora, incorporada al mercado laboral, número uno, ambiciosa, con éxito, delgada... y las expectativas tradicionales de su rol (sumisa, sexualmente complaciente, abnegada, trabajadora, vulnerable, resignada, en segundo plano, sostenedora del hogar, madre y esposa...). Así como también una constante preocupación por el aspecto y la imagen corporal que está relacionado con la apariencia de ser o mantenerse joven y atractiva, y por último pero no menos importante para la mujer la inminente preocupación culturalmente generalizada por el control del peso y la obesidad.

Así pues, gracias a un análisis a profundidad, se pudo dar cuenta de que el concepto de belleza actual en una mujer es afectado en gran parte por la continua percepción externa de los hombres con los que en algún momento ha tenido un tipo de vínculo, y se ha desplazado una constante necesidad enfocada a satisfacer las necesidades de la o las parejas sentimentales y de

esta forma conseguir ser digno de amor y deseo a fin de garantizar bienestar en sus relaciones afectivas pero en asimetría con su imagen corporal, donde se destaca un sacrificio personal por el otro.

El caso da cuenta de que la construcción de la imagen corporal de una mujer está dada tanto por factores externos como internos, en primer lugar la ó las parejas inciden en dicha construcción, la historia personal, su vínculo en las relaciones familiares etc. Por otro lado, son también sus recursos internos los que facilitan la adecuación u oposición de aquellas expectativas sociales, que reconoce como propias y que para el caso de la adecuación a ellos se generan transformaciones en la imagen corporal, de modo que podrán presentarse expectativas sociales y de la pareja en torno al cuerpo, las conductas sociales de género, las conductas en general y la imagen que se espera de la pareja, pero en la medida de los recursos psicológicos, tales expectativas podrán incidir en mayor o menor proporción sobre la construcción propia de la imagen corporal.

A modo de cierre es importante destacar lo preciso que es continuar indagando sobre la violencia y el impacto en la mujer, la prevención y rutas de atención establecidas frente a la violencia psicológica son una herramienta importante, la cual hasta ahora no han sido desarrolladas con el fin de generar estrategias preventivas que permitan el fortalecimiento de los auto-esquemas que insten a la mujeres a visibilizar el potencial riesgo.

Podemos ver también que existen herramientas con relación a la clasificación de la violencia psicológica y que los procesos de reestablecimiento de derechos estarían enfocados a la violencia de manera general pero obviando las necesidades particulares que se puedan encontrar para estos casos, siendo entonces necesario trabajar sobre la víctima, sobre sus propios recursos psicológicos, sobre las decisiones y especialmente sobre la incidencia de ello en las relaciones pareja, insistiendo que podrán permanecer los micromachismos y con ello las idealizaciones del género y la imagen de la mujer, algo a lo que se entiende como las expectativas sociales de género, pero entre tanto existan recursos de afrontamiento en la mujer, tales situaciones no representaran un riesgo sino un escenario de materialización de su propia identidad.

Referencias

- Arboleda, (2017). Belleza, imaginarios contruidos: representaciones sociales que tienen las mujeres de Segovia sobre la belleza. Universidad de Antioquia.
- Botella, L, Ribas E., & Ruiz, J. (2009). Evaluación Psicométrica de la Imagen Corporal: Validación de la versión española del multidimensional body self relations questionnaire (MBSRQ). *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XVIII (3), 253-264.
- Gómez, B & Vázquez, M. (2015) cómo conciben su imagen corporal las estudiantes en la licenciatura en psicología. Universidad Autónoma del Estado de México, *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. Recuperado el 08 de agosto de 2017 de: <http://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2015/epi152g.pdf>
- Beck, J. (2000). *Terapia cognitiva: conceptos básicos y profundización*. Barcelona: Gedisa.
- Blanco, Rafaela. (2010). Imagen corporal femenina y sexualidad en mujeres con cáncer de mama. *Index de Enfermería*, 19(1), 24-28. Recuperado el 08 de agosto de 2017, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000100005&lng=es&tlng=es.
- Bourdieu, P. (2000). *La dominación masculina*. Barcelona, España: Anagrama.
- Bowlby, J. (1995). *Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida*. Madrid: Ediciones Morata.
- Calderón,T (2013). Aproximaciones sobre el cuerpo y la estética: una reflexión psicológica sobre la feminidad. *Revista electrónica de psicología social “poiésis”*.
- Cash, T. & Pruzinsky, T. (Eds.) (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: The Guilford Press.
- Castañeda, I; Londoño, C, Cabarcas, K; Arenas, A; Cortes, A; Gonzalez, S; Mayorga, M & Medina, M. (2013). *Ansiedad, depresión, afrontamiento y TCA como predictores de cirugías plásticas cosméticas*. Suma psicológica, Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Bogotá, Colombia.
- De Souza, M. (2010). *Los conceptos estructurantes de la investigación cualitativa*. Salud colectiva. Buenos Aires.

Fernandez, Lourdes (2008) Género y amor: del éxtasis al dolor. Universidad de la Habana, Cuba.

Fernández-Álvarez, H. (1992). Fundamentos para un modelo integrativo en psicoterapia. Buenos Aires, Ed. Paidós.

Flores, F, Kamego, M, Zapata, M, y Alvarado, F. (2017). Association between body image dissatisfaction and depressive symptoms in adolescents. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, Epub, 23 de marzo de 2017.

García, F. E., & Ilabaca Martínez, D. (2013). Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en adultos jóvenes. *Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana " San Pablo "*, 11(2).

Lozano, Natalia (2017) Boletín epidemiológico: violencia de género en Colombia. Instituto nacional de medicina legal y ciencias forenses.

Maganto, C, Del Río, A. & Roiz. O. (2000) Factores de riesgo de trastornos alimenticios. 1 European Congress of Psychotherapy. La Psicoterapia en una Europa Unificada. Barcelona: Libro de resúmenes.

Maristany, M. (2008). Diagnóstico y evaluación de las relaciones interpersonales y sus perturbaciones.. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XVII (1), 19-36.

Nair, BP, & Baboo, G. (2017). Effect of cosmetic surgery on body image and body image specific quality of life. *Revista de la Academia India de Psicología Aplicada*

Narvaez, A; Rubiños, C; Cortes, F; Gomez, R & García, A (2008) Valoración de la eficacia de una terapia grupal cognitivo- conductual en la imagen corporal, autoestima, sexualidad y malestar emocional (ansiedad y depresión) en pacientes de cáncer de mama .*Psicooncología*. Hospital universitario 12 de octubre.

Ramirez & Zwerg (2012). Metodología de la investigación: más que una receta. Administrador, Universidad EAFIT. Medellín, Colombia.

Rodríguez, Gil & García (1996) Metodología de la investigación cualitativa. Ediciones Aljibe. Granada (España)

Sánchez, L & Pratts, M (2003): Trastornos de conducta alimentaria. En: Introducción a la psicopatología y la psiquiatría. Vallejo, J. (ed). Editorial Massón : 311–337.

Schlebusch, L & Levein, A. (1983). A psychological profile of women selected for augmentation mammoplasty. *Plastic medical journal*, 64, 481-492.

Slade, P. (1994). What is body image? Awareness of body dimensions in anorexia nervosa: Cross-sectional and longitudinal studies. *Psychological Medicine*, 3,188-199.

Solvi, A., Foss, K., Von Soest, T., Roald, H., Skolleborg, K., & Holte, A. (2010). Motivational factors and psychological processes in cosmetic breast augmentation surgery. *Journal of Plastic, Reconstructive & Aesthetic Surgery*, 63(4), 673-680.

Triana (2017). *Eres mía y no serás de nadie más*. Universidad nacional de Colombia. Bogotá, Colombia.

Vaquero, C; Alacid, F; Muyor, J, & López, P. (2013). Body image: literature review. *Nutrición*