



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO
DE MÉXICO**



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CONDUCTA

**IMAGINARIO CORPORAL Y ESTADOS DE ÁNIMO
EN DEPORTISTAS. ANÁLISIS DE GÉNERO**

TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN EDUCACIÓN**

PRESENTAN:

**Génesis Xochiketzalli García Hernández
Claudia Linares López**

No. Cuenta:

0611856
0925748

Asesor

Dra. Carolina Serrano Barquín

Toluca, México, enero 2015

ÍNDICE

	Pág.
Resumen.....	7
Presentación.....	10
Introducción.....	12

CAPÍTULO I.- CORPORALIDAD

1.1 Breve historia de la belleza corporal.....	22
1.2 Imaginario corporal.....	27
1.3 Identidad sexual y el consumo del cuerpo.....	32

CAPÍTULO II. DEPORTE UNIVERSITARIO

2.1 El deporte en la Universidad Autónoma del Estado de México.....	43
2.2 El deporte en los universitarios.....	50
2.3 El deporte y la corporalidad.....	58

CAPÍTULO III. CUERPO Y GÉNERO

3.1 Estereotipos de género.....	62
3.2 Depresión y ansiedad.....	68
3.3 Estados de ánimo en deportistas universitarios.....	72

CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y RESULTADOS

4.1 Análisis de resultados.....	77
4.2 Discusión.....	98
4.3 Conclusiones.....	100
BIBLIOGRAFÍA.....	105
ANEXOS.....	113

Resumen

El imaginario corporal es la percepción de la imagen del cuerpo humano, cuya significación está definida por la cultura. El proceso de significación implica la asignación de significados a un cuerpo y es el principio de la identidad de los sujetos. La imagen corporal se gesta particularmente en una interacción compleja de determinantes físicos, biológicos, psicológicos y sociales. En este sentido, resulta complejo el análisis del imaginario corporal que tienen los jóvenes en general y los deportistas en particular ya que a ellos se les atribuye mayor preocupación por su cuerpo, lo cual, podría estar relacionado con algunos estados de ánimo como la depresión o la ansiedad, entre otros.

La percepción del cuerpo que tienen los estudiantes deportistas en las universidades es relevante ya que parece ser que en la mayoría de ellos, se presentan estados de ánimo patológicos por una insatisfecha corporalidad o bien, por la idealización del cuerpo, la cual es frecuentemente manipulada por los medios de comunicación. Ya que la imagen corporal se configura a partir de un proceso ritual en el que se van delineando los significados o evidencias sobre el cuerpo que contienen sentido cultural y que se “anclan” en el cuerpo a partir de la experiencia, todo ello, involucra la sensación, la percepción, su afectividad y su proceso cognitivo; es decir, su corporalidad. En esta concepción los procesos culturales son siempre inclusivos de los procesos físico-orgánico-biológico y psicológicos.

En esta investigación se analizará la percepción corporal que tienen las y los deportistas universitarios, se parte de la idea de que el imaginario corporal también en una construcción cultural, como el género, influenciadas por roles, estereotipos y por los medios de comunicación. Es importante diferenciar entre el concepto de sexo y de género, entendiendo por sexo las características físicas, morfológicas, biológicas y fisiológicas que distinguen a hombres y mujeres, y por género, nos referimos a la construcción del rol que cada sociedad le ha dado al significado de pertenecer a uno u otro sexo. Dentro de los estudios a nivel general, el sexo ya es un dato epidemiológico tomado en cuenta, por lo que el objetivo de

esta investigación no va dirigido a la influencia de ser hombre o mujer, lo que se pretende en realidad, es conocer la influencia del rol femenino o masculino sobre los diversos estados de ánimo de los jóvenes deportistas y su vinculación con su percepción corporal.

La corporalidad en los deportistas se encuentra íntimamente relacionada con sus diversos estados de ánimo, ya que acorde a investigaciones realizadas en diferentes contextos se ha observado que tanto la autoestima como la imagen corporal en adolescentes varones tiene mejor percepción sobre sí mismo que en las adolescentes mujeres, esto atribuido a que es más común que los varones se concentren en actividades atléticas; y este rechazo que muestran algunas mujeres ante su apariencia física puede ser muchas veces el origen de trastornos alimenticios y/o depresión.

Existen muchos estados de ánimo patológicos, sin embargo en esta investigación y dentro de los diversos estados de ánimo, la depresión y la ansiedad cobran mayor importancia ya que tienen efectos secundarios múltiples que afectan directamente el comportamiento en las personas y de los estudiantes universitarios en particular.

La presente investigación versa sobre el imaginario corporal que tienen los deportistas y su vínculo con estados de ánimo que presentan estos jóvenes de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMex).

El imaginario corporal que tienen los jóvenes, es probable que se pueda deducir por la manifestación de síntomas de los diversos estados de ánimo en jóvenes deportistas, así como determinar si existe diferencia o no entre la presencia de patologías anímicas respecto al género. En esta investigación se realizó un análisis del imaginario corporal a partir de la aplicación de una entrevista semiestructura a hombres y mujeres inscritos oficialmente y preparados para competir en la Universiada 2013 de la Universidad Autónoma del Estado de México.

Se partió de la hipótesis de que “No existen diferencias estadísticamente significativas en el imaginario corporal y estados de ánimo en deportistas que fueron seleccionados para participar en la competición “Universiada 2013”,

respecto al género” y cuyo propósito general fue: Realizar un análisis comparativo entre el género masculino y el femenino en jóvenes deportistas de la Universidad Autónoma del Estado de México para determinar si existen o no diferencias significativas en distintos estados de ánimo y su relación con su imaginario corporal.

Presentación

El imaginario corporal se puede entender como la idea o percepción de la imagen ideal de un cuerpo humano estéticamente bien definido entre los jóvenes en general y los deportistas en particular, por lo que los estados de ánimo como la depresión o la ansiedad, entre otros llegan a estar relacionados con este tema del imaginario corporal.

El imaginario corporal también es una construcción cultural como el género, la influencia del rol femenino o masculino sobre los diversos estados de ánimo de los jóvenes deportistas, ya que estos son los que se les atribuye más el tema de corporalidad.

Los estados de ánimo principalmente la ansiedad y la depresión son trastornos del estado de ánimo y de melancolía prolongada que aparece sin ninguna reacción aparente, se presentan de manera crónica o de gravedad

Por lo anterior este documento se conformó por cuatro capítulos que se describe en seguida:

El primer capítulo se abordan tres temas importantes que son: una breve historia de la belleza corporal, que da paso e introducción al tema de mayor interés que es nuestro segundo tema, el imaginario corporal, para finalizar este capítulo con Identidad sexual y el consumo del cuerpo.

En el segundo capítulo se desarrollan los temas que hacen más referencia a la investigación que son: El deporte en la Universidad Autónoma del Estado de México, el deporte en los universitarios y por último el deporte y la corporalidad, donde además se muestran algunas estadísticas y datos acerca del deporte que se realiza en la universidad.

El tercer capítulo aborda los temas en relación con el cuerpo y los estados de ánimo y que son: Estereotipos de género, Depresión y ansiedad y Estados de ánimo en deportistas universitarios, tales temas son los que dan cierre a la investigación de una manera teórica, y argumentado así los resultados que por último se verán el cuarto capítulo.

Y el ultimo capitulo que es el cuarto se hace un análisis de resultados un discusión acerca de estos, y para finalizar con las conclusiones obtenidas de dicha investigación.

Introducción

La cultura es una mediación, un filtro, a través de la cual percibimos la realidad. Ésta, va determinando entre muchos otros aspectos de la vida del ser humano, también su estructura psíquica, lo cual contribuye aunque no es determinante, a procesos psicopatológicos como los diversos estados de ánimo. La cultura es resultado de la forma en que interpretamos nuestro entorno, incluyendo nuestro cuerpo. Existe una diferencia corporal entre hombres y mujeres, más notablemente en los genitales. La interpretación permite; percibir esta diferencia, la manera en que se simbolizan los roles de género, la identidad sexual y cómo elaboramos la satisfacción, o la angustia, o el miedo que nos genera la percepción de nuestro cuerpo entre otros aspectos. A partir de ello, es que se propone investigar en torno al imaginario corporal que tienen los deportistas y su vínculo con estados de ánimo que presentan estos jóvenes de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMex).

El imaginario corporal se puede entender como la idea o percepción de la imagen del cuerpo humano, cuya significación está definida por la cultura. Según Aguado (2004), a través de este proceso se le asigna significado a un cuerpo y que es el principio de la identidad de los sujetos, es típicamente un proceso ideológico. “En el caso de la imagen corporal es particularmente claro que se gesta en una interacción compleja de determinantes físicos, biológicos, psicológicos y sociales. En un movimiento a la vez intrasujeto e intersujeto” (p.47). En este sentido, resulta complejo el análisis del imaginario corporal que tienen los jóvenes en general y los deportistas en particular ya que a ellos se les atribuye mayor preocupación por su cuerpo, lo cual, podría estar relacionado con algunos estados de ánimo como la depresión o la ansiedad, entre otros.

Es así que el imaginario corporal, puede relacionarse con estados de ánimo que se manifiestan en la “expresividad corporal”, es decir, con un lenguaje corporal que utilizamos. Este lenguaje implica emociones y/o respuesta a determinadas

situaciones, de tal modo que, entre los deportistas existe un imaginario corporal, una forma de expresividad con el cuerpo y determinados estados de ánimo que pueden incidir, o no, en las actividades que realizan estos jóvenes.

El enfoque antropológico de los trastornos mentales, según hacen referencia Stein y Hollander (2010), están determinados fundamentalmente por la cultura; nuestra nosología nos indica que son artefactos culturales. Estos trastornos están vinculados con la cultura inevitablemente y se expresan y experimentan en un contexto sociocultural concreto. Para entender las formas psicológicas es necesario conocer los factores ambientales e históricos que configuran una cultura.

En esta investigación se analizarán la percepción corporal que tienen las deportistas y los deportistas, es decir, si el imaginario corporal también es una construcción cultural como el género. Es importante diferenciar entre el concepto de sexo y de género, entendiendo por sexo las características físicas, morfológicas, biológicas y fisiológicas que distinguen a hombres y mujeres, y por género, nos referimos a la construcción del rol que cada sociedad le ha dado al significado de pertenecer a uno u otro sexo. Dentro de los estudios a nivel general, el sexo ya es un dato epidemiológico tomado en cuenta, por lo que el objetivo de esta investigación no va dirigido a la influencia de ser hombre o mujer, lo que se pretende en realidad, es conocer la influencia del rol femenino o masculino sobre los diversos estados de ánimo de los jóvenes deportistas y su vinculación con su percepción corporal.

De los diversos estados de ánimo, se eligió trabajar principalmente con la ansiedad y la depresión ya que si se presentan de manera crónica o de gravedad llegan a ser altamente discapacitantes tanto en las esferas laborales, familiares, personales y sociales (Halgin y Krauss, 2009). Para el caso que nos ocupa en el ámbito deportivo de jóvenes estudiantes universitarios.

Es por ello, que a través del análisis de los resultados obtenidos en la aplicación del instrumento: Inventario de depresión y síntomas de ansiedad, que por sus siglas en inglés IDAS (Inventory of Depression and Anxiety Symptoms) (Watson, 2007), se le conoce comúnmente, de tal modo que se podrá valorar la presencia de sintomatología ansiosa y/o depresiva, principalmente, tanto en hombres como en mujeres (López, 2014), aunado a este análisis se realizará una entrevista sobre el imaginario corporal a los mismos deportistas. Más adelante se abordará la situación en la cual, la mujer a lo largo de la historia ha sufrido una represión en diferentes ámbitos por pertenecer a un supuesto rol femenino menospreciado, tal es el caso de algunos deportes donde se privilegia la participación masculina. Sin embargo, también el hombre ha tenido que enfrentar fuertes presiones para demostrar culturalmente su virilidad, otorgada a su rol social y que también se reprime pero de forma diferente, particularmente el varón deportista al que se le ha estereotipado.

La ansiedad tiene un carácter universal como parte de la condición humana que se remonta a sus orígenes según sostienen Stein y Hollander (2010). Incluso los médicos la omitían de la lista de enfermedades mentales. Los griegos de la época clásica contaban con términos para la manía, la melancolía, la histeria y la paranoia pero no disponía de ningún término para la ansiedad.

La epidemiología acerca de los Trastornos de Ansiedad nos dice que esta patología es más frecuente en mujeres que en hombres (aproximadamente entre el 50% y el 60% de los casos corresponde al sexo femenino), sin embargo, hay que tomar en cuenta que se calcula que solo 1/3 de la población global que vive con este problema acude a solicitar ayuda médica, por lo tanto, no sabemos si la parte de la población que no busca ayuda profesional, en su mayoría sean hombres (Leal y *et al*, 2010). El libro de Stein y Hollander (2010), refiere que las mujeres corren más riesgo de padecer trastornos de ansiedad que los varones; los mecanismos psicobiológicos y socioculturales de esta predisposición merecen un

mayor análisis. Es por ello, que esta investigación pretende indagar sobre estos temas tan polémicos.

En estudios realizados en España por el Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos (López, 2014) se afirma que los estereotipos sexistas van a influir en la construcción de la identidad de la persona, en su interdependencia, y en las estrategias de afrontamiento adquiridas, el sexismo limita y reprime el repertorio de estrategias emocionales para el hombre, provocando más problemas emocionales de internalización para los niños que para las niñas, las cuales tienen una mayor permisividad de estrategias emocionales activas como es la rumiación de sus problemas.

También se afirma que la socialización de las emociones refleja diferencia en los estilos de afrontamientos entre varones y mujeres, a ellos se les permite externalizar ira y hostilidad y a ellas expresar empatía y sentir tristeza, esto tiene sus ventajas y desventajas para cada uno de los sexos, así como el hombre sufre la represión de sus emociones, la mujer se aleja de la independencia esperada en la edad adulta. Una fuerte consecuencia ante la limitación de la externalización de las emociones para el varón es que éste, elige estrategias de distracción y acción para afrontar sus problemas; estos afrontamientos pueden ir desde las adicciones, los abusos sexuales, actos violentos, hasta el suicidio, las cuales son menos efectivas y más graves que llorar o pedir ayuda.

Método

El imaginario corporal que tienen los jóvenes, es probable que se pueda deducir por la manifestación de síntomas de los diversos estados de ánimo en jóvenes deportistas, así como determinar si existe diferencia o no entre la presencia de patologías anímicas respecto al género. Esta investigación se realizará acorde a un análisis comparativo de los resultados obtenidos de la aplicación del instrumento denominado: Inventario de depresión y síntomas de ansiedad (IDAS)

aplicado a hombres y mujeres inscritos oficialmente y preparados para competir en la *Universiada* 2013 de la Universidad Autónoma del Estado de México, asimismo se elaboró y aplicó una entrevista sobre su imaginario corporal a los mismos deportistas.

Hipótesis

No existen diferencias estadísticamente significativas en el imaginario corporal y estados de ánimo en deportistas que fueron seleccionados para participar en la competición “Universiada 2013”, respecto al género.

Objetivos

a). General:

Realizar un análisis comparativo entre el género masculino y femenino en jóvenes deportistas de la Universidad Autónoma del Estado de México para determinar si existen o no diferencias significativas en distintos estados de ánimo y su relación con el imaginario corporal

b). Particulares:

- Contribuir con el diagnóstico de diversos estados de ánimo en los deportistas para detectar psicopatologías por género.
- Identificar si existen estados psicopatológicos en los jóvenes dependiendo del tipo de deporte que practican.

Planteamiento del problema

La percepción del cuerpo que tienen los estudiantes deportistas en las universidades es relevante ya que parece ser que en la mayoría de ellos, se presentan estados de ánimo patológicos por una insatisfecha corporalidad o bien, por la idealización del cuerpo, la cual es frecuentemente manipulada por los medios de comunicación. Ya que según afirma Aguado (2004) la imagen corporal se configura a partir de un proceso ritual en el que se van delineando (significando) evidencias sobre el cuerpo que contiene sentido cultural y que se “ancla” en el cuerpo a partir de la experiencia, por ello involucra la sensación, la percepción, su afectividad y su proceso cognitivo; es decir, su corporalidad. En esta concepción los procesos culturales son siempre inclusivos de los procesos físico-orgánico-biológico y psicológicos.

Aunado a lo anterior, se percibe una crisis sociocultural y la educación lo reciente, la crisis también está relacionada con la cultura y una crisis de valores éticos (Gutiérrez y González, 2010). El equilibrio entre la formación científica, tecnológica y humanística es difícil pero al menos no debiera ser tan desproporcionado. La formación humanística es un tema que no ha dejado de preocupar y ocupar a los grandes pensadores a través del tiempo. Si bien, los valores humanísticos son cambiantes, existe en ellos, una parte relativamente perenne, estática, transtemporal, principios fundamentales o valores universales y una parte flexible, cambiante, que deriva del contexto histórico-cultural. Dentro de estos valores que debiera fomentar el sistema educativo, estaría la educación sexual y la equidad de género.

Lo cual resulta importante si se relaciona con lo que dijera Ortega y Gasset en 1968 (citado en Serrano, Zarza y Serrano, 2013): Una institución no puede constituirse en buenos usos, si no ha acertado con rigor a determinar su misión,... una institución en que se finge dar y exigir lo que no se puede exigir, ni dar es una institución falsa y desmoralizada. Las imperantes tendencias hacia la

homogenización, la competitividad voraz y la supremacía de la tecnología entre otras características de la globalización, proporcionan elementos suficientes para crear nuevos modelos educativos que incluyan la formación ética, estética y deportiva entre otras.

La educación enfrenta grandes retos no solo estructurales y de contenidos sino de aspectos subjetivos generalmente hechos a un lado, por ello, la problemática de la escasa información sobre la situación que enfrentan los jóvenes deportistas en cuanto a sus estados de ánimo, fundamentales para la convivencia del individuo tanto en la vida familiar, la institución educativa, como en la sociedad misma, resulta impostergable. De tal forma que podrían percibirse algunas patologías que tal vez, se evitaran, o al menos se pudiera orientar al estudiante deportista para disminuirlas.

Preguntas de investigación

¿Los jóvenes deportistas tienen una percepción satisfactoria de su cuerpo?

¿El imaginario social influye sobre la percepción personal del cuerpo en los deportistas?

Tipo de Estudio o investigación

La presente investigación es cualitativa y cuantitativa, pues tal como lo señala Hernández, Fernández y Baptista (2010), el enfoque cuantitativo utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente, y confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población.

Comparativo, derivado de la aplicación del instrumento IDAS para reconocer los diversos estados de ánimo que presentan los deportistas, complementado con un estudio cualitativo sobre la percepción que tienen dichos jóvenes deportistas de su propio cuerpo, según los resultados que arrojaron las entrevistas semiestructuradas aplicadas a los jóvenes estudiantes participantes en esta investigación.

Delimitación temporal y espacial

El Universo de Estudio está conformado por los deportistas registrados para participar en la Universiada 2013 de la Universidad Autónoma del Estado de México.

Diseño de instrumento

El instrumento que se aplicó fue el IDAS para detectar estados de ánimo y posteriormente se elaboró una entrevista semiestructurada de elaboración propia para aplicarla a la misma muestra, con la finalidad de obtener información que ayude a elaborar juicios a partir de las respuestas o comentarios emitidos por los entrevistados.

Procesamiento de la información

Con los resultados del IDAS y después de aplicar las entrevistas, con las respuestas obtenidas se vaciaron en una base de datos (EXCEL) que permitió manejar la información, ordenarla y graficarla.

Por lo antes mencionado, resulta de primordial importancia, investigar sobre los estados de ánimo de la población universitaria, para el caso que nos ocupa de los jóvenes deportistas ya que se pueden detectar ciertas problemáticas

fundamentales para la convivencia del individuo tanto en la vida familiar, la institución educativa, como en la sociedad misma. De tal suerte que al poderse percibir algunas patologías, también se pueden evitar o al menos orientar al estudiante universitario.

Se espera contar con información general sobre el estado de ánimo de los deportistas universitarios y su vínculo con la percepción que ellos tienen sobre su cuerpo para poder prevenir a diagnosticar y en el mejor de los casos poder orientar a los deportistas sobre la presencia de posibles patologías. Asimismo se pueden generar espacios de reflexión sobre esta temática y ampliar la investigación a otros estudiantes o a la comunidad.

CAPÍTULO I

CORPORALIDAD

1.1 Breve historia de la Belleza corporal

La historia del cuerpo ideal en Occidente tiene tradicionalmente su origen en el mundo clásico, sin embargo, el papel definitivo que desempeña la construcción egipcia de la figura, es la primera resolución apolínea de la representación corporal. En Egipto es donde se crea por primera vez la representación abstracta y matemática del cuerpo, según afirma Issa Benítez (1998), y comenta que es un sistema de proporciones basado en una retícula plana. Este tipo de imágenes solucionará conceptualmente el problema de la belleza como la manera de dar forma y límite a lo informe, al caos y al desorden de la naturaleza.

El arte, pues, se vuelve la manera en que nos separamos física y mentalmente del mundo. El cuerpo ideal en Occidente es el que condiciona la posibilidad de concebir el mundo como un objeto que se ofrece a la mirada. Las consecuencias de esta fragmentación son notorias. Primero reconocemos al otro, de donde podemos también vernos a nosotros mismos como un otro y, así, juzgar las apariencias –nuestra propia apariencia– por medio del ejercicio de la comparación. A partir de ese modelo ideal –con todo y las variaciones que va sufriendo a lo largo del tiempo– se fueron construyendo no sólo los caracteres físicos, sino también morales y espirituales que integran la figura perfecta imaginada –hecha imagen, conformada– y para siempre ausente, incansable, deseada (Benítez, 1998: 122).

El imaginario corporal está íntimamente relacionado con el concepto de belleza corporal: social, biológica y psíquica del individuo. Dentro de esta autoconcepción, la erotización del cuerpo guarda relación con la erotización de la vida, así como la deserotización, el desprecio al cuerpo o la insatisfacción corporal. Desde una perspectiva estética; Serrano, Serrano y Zarza (2012), comentan que el cuerpo erotizado motiva la creación; el cuerpo erotizado de la persona creativa seduce y cautiva convocando al otro que también podría estar erotizado/hechizado al compartir el objeto deseado. En esta relación hay placer del momento incierto, de

la experiencia sensual que provoca este vínculo. El erotismo no es visible, no es epidérmico, es sensación pura. En el deporte, como en el arte, la búsqueda de placeres trasciende del imaginario individual al colectivo, al deseo social, el cuerpo es un tema recurrente en la estética de todos los tiempos, que con enorme potencia reduce o sintetiza las ideas colectivas de un cuerpo erotizante a un cuerpo exhibido, en una defectuosa materialización del deseo y de la libido; aunque conviene aclarar que desde la óptica de los estudios de género, se construye el cuerpo femenino para ser representado y consumido sólo por el género dominante, dejando de lado la capacidad erotizante del cuerpo masculino dentro del deseo de la mujer o, al menos, de lo que se puede deducir de miles de cuerpos desnudos femeninos contra una ausencia evidente de cuerpos masculinos erotizados que han sido producidos por artistas mujeres en los últimos tiempos.

Si la belleza se encuentra en la mirada del observador, el erotismo se encuentra en su mente. Lo que gobierna nuestras reacciones, no es únicamente lo que miramos o leemos, sino la forma en que lo percibimos. La imagen o el texto pueden estimular, ofender o provocar ambas cosas de manera simultánea. Por lo menos desde el siglo XIX a la fecha, la cultura occidental muestra una larga historia de atentados oficiales por suprimir el erotismo (Lucie-Smith, 2003), generando formas de censura y satanización del cuerpo como el caso de la Santa Inquisición.

La mera actividad sexual es diferente del erotismo, para Bataille (2000), la primera se da en la vida animal y es tan sólo en la vida humana que se muestra una actividad que determina lo que denominamos erotismo. Humanamente, la unión de amantes o esposos sólo tuvo un sentido, el deseo erótico: el erotismo difiere del impulso sexual animal en que es, en principio, de la misma forma que el trabajo, la búsqueda consciente de un fin que es la voluptuosidad. Es cierto, la búsqueda del placer, considerado como un fin en nuestros días, es a menudo mal juzgada. En una reacción primitiva, que no cesa de operar del todo hoy día, la

voluptuosidad es el resultado previsto del juego erótico. Así pues, el resultado del erotismo es considerado en la perspectiva del deseo, independientemente del posible nacimiento de un hijo.

El mismo Bataille, hace un recorrido histórico sobre el erotismo. Su origen precedió a la división de la humanidad en hombres libres y en esclavos, pero en parte, el placer erótico dependía del estatus social y de la posesión de riquezas. En las condiciones primitivas se ensalza el encanto del hombre, su fuerza física y su inteligencia; en la mujer, su belleza y su juventud. Para éstas, la belleza y la juventud continuaron siendo decisivas, incluso en nuestros días, pero la sociedad derivada de la guerra y de la esclavitud aumentó la importancia de los privilegios. Los privilegios hicieron de la prostitución el cauce normal del erotismo, colocándolo bajo la dependencia de la fuerza o de la riqueza individual, condenándolo finalmente a la mentira.

En la antigüedad, el erotismo tuvo un sentido y, por ello, desempeñó su papel en la actividad humana, aunque no fueron siempre los aristócratas o dicho de otra forma, los que podían consagrarse a los privilegios de la riqueza, los que representaron este papel. Ante todo, quien decidía en la sombra era la agitación religiosa de los indigentes. Evidentemente, la riqueza intervenía siempre que se tratara de formas estabilizadas: el matrimonio y la prostitución tendían a hacer depender del dinero la posesión de las mujeres. Pero en esta referencia al erotismo antiguo, se debe considerar, en principio, el erotismo religioso, sobre todo, el culto orgiástico de Dionisos. Los que tomaban parte en las orgías de Dionisos eran a menudo gente pobre, incluso, a veces, esclavos.

Al principio, en Grecia, según parece, la práctica de las bacanales tuvo un sentido de superación del placer erótico. Esencialmente, el culto de Dionisos fue trágico y, al mismo tiempo, erótico y estuvo sumido en una delirante promiscuidad, pero sabemos que, en la medida en que el culto de Dionisos fue erótico, fue también

trágico. El erotismo, en cierta manera, es risible, la alusión erótica es siempre capaz de provocar la ironía.

En la historia del erotismo, la religión cristiana desempeñó una función clara: su condena. En la medida en que el cristianismo rigió los destinos del mundo, intentó privarlo del erotismo. En cierto sentido, el cristianismo fue favorable al mundo del trabajo, valoró el trabajo en detrimento del placer. Hizo del paraíso el reino de la satisfacción inmediata y también eterna, pero entendido como última consecuencia o recompensa de un esfuerzo previo. Desde la perspectiva cristiana, el erotismo comprometía o, al menos, retardaba la recompensa final.

Bajo esta perspectiva, la Edad Media otorgó un lugar al erotismo en la pintura: ¡lo relegó al infierno! Los pintores en esta época trabajaban para la Iglesia y, para la Iglesia, erotismo significaba pecado. Sólo podía ser introducido en la pintura bajo el aspecto de la condenación, de tal forma que únicamente fue permitido en representaciones del infierno o, como máximo, simbolizando repugnantes imágenes del pecado.

Las cosas cambiaron a partir del Renacimiento y cambiaron –en Alemania principalmente, incluso antes del abandono de las formas medievales- desde el momento en que algunos coleccionistas compraron obras eróticas. Las obras de Alberto Durero, Lucas Cranach o Baldung Grien a pesar de tener un cierto componente erótico, todavía reflejan la incertidumbre de aquella época y por eso su componente erótico es de alguna manera angustioso.

Entrar en este mundo de un erotismo lejano y a menudo brutal, nos enfrenta ante la horrible concordancia entre el erotismo y el sadismo que se vinculaba, en cierta forma, a la brujería. Más adelante estas asociaciones desaparecerían, aparentemente el manierismo liberó la pintura, pero el erotismo verdaderamente libertino no se abrió paso, seguro de sí mismo, hasta el siglo XVIII. Un cambio radical se produjo con la Francia libertina del siglo XVIII que poco a poco fue

transformándose de un erotismo desmesurado a un erotismo consciente (Bataille, 2000). Actualmente se podría decir, que el erotismo se ha diluido, o es acaso una suerte de erotismo-pornografía posmodernos que forman parte de la vida cotidiana.

Dentro de esta vida cotidiana se puede apreciar como el cuerpo erotizado o deserotizado forma parte de una infinita masificación de imágenes estereotipadas de género, mismas que seguramente actúan en el aparato psíquico del individuo y que se manifiestan en sus estados de ánimo. Las presiones sociales por las que transitan los jóvenes, les imponen ciertas formas corporales, particularmente en deportistas.

1.2 Imaginario corporal

El imaginario corporal se puede entender como la idea o percepción de la imagen del cuerpo humano, cuya significación está definida por la cultura. Según Aguado (2004), a través de este proceso se le asigna significado a un cuerpo y es el principio de la identidad de los sujetos, lo cual es un distintivo ideológico. En el caso de la imagen corporal es especialmente claro que se gesta en una interacción compleja de determinantes físicos, biológicos, psicológicos y sociales. Ya que como dice Martínez (2008: 4) “La concepción del cuerpo como percepción, imagen y su utilización, hace referencia tanto a los aspectos globales como aquellos otros referidos a partes del cuerpo”. De tal suerte que se puede afirmar que el imaginario corporal también es una construcción cultural como el género.

Es posible que desde una perspectiva estética, el imaginario corporal esté vinculado con el atractivo físico que individual y socialmente se exige a la persona, por ello, su relación con lo erótico. Según afirman Serrano, *et al* (2012), el cuerpo erotizado quizá motiva la creación, es decir se relaciona con el fogoso Eros; el cuerpo erotizado de la persona creativa seduce y cautiva convocando al otro que también podría estar erotizado/hechizado al compartir el objeto deseado. En esta relación hay placer del momento incierto, de la experiencia sensual que provoca este vínculo. El erotismo no es visible, no es epidérmico, es sensación pura y probablemente una sensación que experimentan con mayor frecuencia los jóvenes en etapa universitaria.

El erotismo para Morin (2003) es la relación entre la mente y el sexo, desborda las partes genitales, se apodera del cuerpo que deviene todo entero excitante, perturbador, apetitoso, emocionante, provocador, exaltador, y puede sublimar aquello que, fuera de la lubricidad, parece inmundo. De tal suerte que el Eros, “que nunca ha conocido ley”, transgrede reglas, convenciones, prohibiciones. La mente perturbada por el sexo y perturbándolo (en la cabeza-a-cola psique-falo) se erotiza. El Eros va a proyectarse y expandirse por todas partes, incluidos los

éxtasis religiosos; va a extraviarse en los fetichismos. La atracción erótica deviene fuente de complejidad humana, desencadenando encuentros improbables entre clases, razas, enemigos, amos y esclavos. “El eros irriga mil redes subterráneas presentes e invisibles en cualquier sociedad, suscita miradas de fantasmas que se levantan en cada mente. Opera la simbiosis entre la llamada del sexo, que procede de las profundidades de la especie, y la llamada del alma que busca adorar” (Morin, 2003: 45). Sin embargo, algunos jóvenes universitarios entrevistados (Serrano, *et al*, 2012), no parecen distinguir entre, erotismo y relaciones sexuales.

Dentro de la gran gama de actividades relativas al sexo, el cuerpo y el erotismo en el ámbito sociocultural, llama la atención que el arte erótico según Döpp (2006), se encuentra sumido en una enrarecida atmósfera de términos ambiguos. “El arte y la pornografía, la sexualidad y la sensualidad, la obscenidad y la moralidad están relacionados hasta tal punto que parece casi imposible llegar a una definición objetiva, lo cual es muy común en la historia del arte...” (p.19). Ya que la pornografía es un término moralizador difamatorio. Lo que para una persona es arte, para otra es un trabajo diabólico. La mezcla entre cuestiones estéticas y ético-moralistas impide la aclaración o diferenciación entre ambos términos. Asimismo, este autor, refiere el término pornografía, que en griego significa “escritos de prostitutas” (o sea, un texto con contenido sexual), por tanto la pornografía estaría construida por las fantasías sexuales y las fantasías eróticas serían el tema del arte erótico, de tal suerte que se podría decir que el erotismo es una condición psíquica. De tal suerte que los jóvenes deportistas universitarios también tienen este tipo de confusiones, así como se fantasías, mismas que afectan sus estados de ánimo.

La construcción de una cultura es propia de los individuos y grupos que la conforman. La imaginería constituye todo el aparato que apropia procesos de producción visual y sensorial que exploran la técnica y la materia para determinar ciertos parámetros instituidos en el medio, se asimila, se adopta y se adapta a

toda manifestación globalizada, apropiando y enajenando aspectos que nutren y a su vez deforman la percepción individual y colectiva, identidades destituidas por formas de representación violentas y vacías, redundando en lo real y los absurdos, en lo imaginario y lo superficial.

El imaginario corporal está fundamentado en procesos que van desde lo psíquico individual hasta patrones o arquetipos socioculturales. Al volver la vista hacia el pasado reciente, a las enseñanzas de historia de la educación básica, al imaginario modelado entre los dogmas y a la inevitable regresión a los orígenes de la humanidad, de donde parte la idea del arquetipo, Jung se refiere a toda aquella manifestación que permea en el inconsciente, que a partir del reconocimiento del individuo es transmitido a otro para volverse colectivo, "... a los contenidos del inconsciente colectivo los denominamos arquetipos" (Jung, 1970: 11), origen y necesidad de representar, para generar el conocimiento, como símbolo y unidad de conexión social, en las cuestiones primordiales del devenir y los fenómenos naturales.

Entre la cosmogonía primitiva, el imaginario corporal, particularmente las representaciones de lo femenino tienen presencia de suma importancia, se vuelca en un dogma que se universaliza, entre las analogías a la fertilidad y la naturaleza, establecen vínculos con cualquier signo que sugiera movimiento y sensualidad inserta en la voluptuosidad de cuerpos redondos, suaves, haciendo referencia al sol, a la luna y estrellas, como signos del pleroma de donde surge la vida, el óvulo. Así pues, se genera el arquetipo de la madre y que el propio Jung se refiere: como los múltiples símbolos que se categorizan en elementos positivos-negativos, diosas de día y de noche, mujeres blancas y negras, asumiendo la binariedad eterna. A esta binariedad, generalmente se le ha atribuido la desigualdad e inequidad de género. He aquí la importancia de estudiar cuál es el imaginario corporal de los y las estudiantes, si este imaginario es propio o solamente una apariencia influida por otros.

El cuerpo es el portador de símbolos sociales en donde concurren las nociones culturales y sobre el que recaen los límites que expresan las instituciones sociales que frecuentemente han interpretado de manera dispar la anatomía de hombres y mujeres; en ese espacio de socialización, es donde se inserta la noción de identidad y corporalidad de cada individuo, pero su expresión hacia la erotización toma caminos diferenciados, no sólo desde los géneros, sino desde posiciones que incluyen la clase, la raza, el poder, la represión religiosa y otros factores que determinan que un cuerpo erotizado o erotizante pueda concebirse en unas culturas como una manifestación humana *natural* o bien por otras como un tabú o un vínculo hacia fuerzas demoniacas.

El cuerpo, moldeado por el contexto social y cultural en el que se sumerge el individuo, es ese vector semántico por medio del cual se construye la evidencia de la relación con el mundo, de tal manera que las actividades perceptivas, pero también la expresión de los sentimientos, las convenciones de los ritos de interacción, gestuales y expresivos, la puesta en escena de la apariencia, los juegos sutiles de la seducción, las técnicas corporales, el entrenamiento físico, la relación con el sufrimiento y el dolor, en suma, la existencia misma del individuo es, en primer término, corporal. En este sentido, Le Breton (2007), considera que el hombre pone en juego en el terreno de lo físico, un conjunto de sistemas simbólicos, es decir, que del cuerpo nacen y se propagan las significaciones que constituyen la base de la existencia individual y colectiva, de tal manera que el proceso de socialización de la experiencia corporal es una constante de la condición social del hombre que, sin embargo, tiene sus momentos más fuertes en ciertos períodos de su existencia como son los de su ejercicio de su sexualidad.

Bajo esta perspectiva, la organización genérica de la sociedad es una construcción social basada en marcas corporales, ya que en el centro de la organización genérica del mundo, como sistema de poder basado en el sexo, se encuentra el cuerpo subjetivado. Es decir que en una cultura como la nuestra el cuerpo se considera decisivo para asignar identidades. De tal forma que tanto la

masculinidad como la feminidad se asocian o emergen de los cuerpos, pues se asume que es algo inherente al cuerpo o que expresa algo sobre su naturaleza, ya sea bajo la creencia de que el cuerpo impulsa, dirige o limita la acción. Es así que se considera al cuerpo como portador de símbolos sociales en donde concurren las nociones culturales y sobre el que recaen los límites que expresan las instituciones sociales que han interpretado de manera dispar la anatomía de hombres y mujeres (Jiménez, 2003; Butler, 2001).

Por lo tanto, es a través de diferentes manifestaciones corporales que los individuos expresan su pertenencia social y cultural, reflejan las imágenes sociales sobre el cuerpo y las relaciones de poder, es decir que el cuerpo posee una cantidad de potencialidades y representaciones simbólicas en diferentes ordenamientos sociales y culturales. En palabras de Le Breton (2007), el cuerpo se impone como el lugar predilecto del discurso social. Es a través del cuerpo que se construye y representa el significado de la masculinidad o la feminidad de tal forma que el cuerpo encarna un código con el que se producen mensajes y se da acomodo al aparato perceptivo e interpretativo, empleando diversos medios tales como el porte o estilo con que se presentan y actúan los agentes, la gestualidad corporal, entre otros. Es decir, en este discurso social está implícito el imaginario corporal.

1.3 Identidad sexual y el consumo del cuerpo

El cuerpo tiene una relación directa con la sexualidad, pues, según lo afirman Vendrell (2004) y Rivas (1998), la sexualidad está sostenida en la materialidad corporal, es decir, en la existencia de una capacidad física que se manifiesta mediante prácticas, actividades y acciones en las que interviene el cuerpo, pero también una serie de argumentaciones, discursos, premisas y significaciones que connotan las acciones de los individuos, califican sus deseos, orientan sus tendencias y restringen sus elecciones placenteras o amorosas. Es decir que la sexualidad no se limita a un aspecto instintivo del ser humano, más bien se le concibe como una “construcción social” que involucra nuestras creencias, ideologías e imaginación, tanto como el cuerpo físico. La sexualidad es fundamentalmente un objeto “cultural”, un producto de la cultura.

Los comportamientos, identidades, creencias, definiciones y convenciones sexuales han sido moldeados en medio de relaciones de poder en las cuales se han desvalorado la sexualidad femenina y se ha definido en función del hombre. Siendo que la sexualidad está en la base del poder, tener una u otra definición genérica implica para los seres humanos ocupar un lugar en el mundo y tener un destino más o menos previsible de integración en la jerarquía social (Vendrell, 2004; Weeks, 1998; Lagarde, 1990). En este sentido, el modelo de sexualidad general que domina en las diferentes culturas del mundo es aquél en el que los hombres han sido los agentes sexuales activos y principales promotores de los procesos de erotización del cuerpo femenino, mientras que las mujeres históricamente han sido los agentes sexuales pasivos y “sensibles” que despiertan a la vida sexual gracias al hombre, convertidas en simples objetos del deseo, convirtiendo su corporalidad en agente de libidinización masculina, sin posibilidad por lo menos hasta el siglo XX de reciprocidad.

Dependiendo principalmente del nivel de estudios y el nivel socioeconómico al que se pertenece, se ha evidenciado, en lo relacionado al cuerpo y la sexualidad, que existe cierto consenso en la literatura sobre la permanencia de conductas hegemónicas que conservan prácticas e ideales tradicionales que refuerzan los privilegios masculinos y la opresión de las mujeres y de las minorías homoeróticas, como lo demuestra la literatura grecorromana, es decir, que se percibe la permanencia de una construcción social de poder entre lo masculino y lo femenino en el nivel del cuerpo y la sexualidad. Esto, se puede apreciar notablemente en el cuerpo de los deportistas griegos, que es quizá el origen occidental por el culto al cuerpo perfecto, es decir, por una estética corporal eurocéntrica.

La sexualidad no obedece ni es la manifestación de un impulso biológico y natural, tampoco se restringe a formas universales y generalizables de expresión (Rivas, 1998). Por el contrario, se le entiende como un entramado diverso y particular de prácticas, acciones, técnicas, placeres y deseos en los que interviene el cuerpo, pero también una serie de argumentaciones, discursos, premisas y significaciones que connotan las acciones de los individuos, califican sus deseos, orientan sus tendencias y restringen sus elecciones de pareja.

De tal modo que el cuerpo, la sexualidad y el erotismo representan un vínculo. *Eros* es el término con el que los griegos designaron al Dios Amor; *Eros* significa el “deseo sensual”, que en Grecia tuvo diferentes representaciones según la época, comenta Aristizábal (2007). En la teoría psicoanalítica, *Eros* es el nombre genérico que Freud da al conjunto de las pulsiones de vida relacionadas con la sexualidad, a las que se opone el impulso de muerte, designado con otro nombre igualmente mitológico: *Tánathos*. El adjetivo erótico designa, en este sentido, lo relativo al amor y especialmente al amor físico, así como a lo que suscita el deseo y el placer sexual. El erotismo varía de acuerdo con las épocas y las culturas; así, lo que en una época pudo tener un contenido altamente erótico, puede no tenerlo en otros momentos. Para Octavio Paz el erotismo es un hecho social, un acto

interpersonal que exige la presencia de un actor y de un objeto. Sin el otro no hay erotismo; es su mirada, como el reflejo en el espejo, lo que hace posible la tensión del erotismo. Como lenguaje indescifrado que se comunica al “otro”, el erotismo espera siempre respuestas de tipo sexual: “El erotismo –según comenta Paz– es sexual. La sexualidad no es erotismo. El erotismo no es simple imitación de la sexualidad: es su metáfora. El lenguaje erótico se sirve de todas las formas de expresión para reproducir lo imaginado, sublimándolo: la pintura, la literatura, la escultura, la fotografía, la caricatura, el cine, son a un tiempo fuentes de restitución erótica de la mirada, opciones de un discurso fragmentado donde la insinuación erótica no se deja reducir a un principio, regla o norma (Aristizábal, 2007). Es así, que este vínculo; cuerpo, sexualidad y erotismo, ofrece entre otras las dimensiones de género.

Tanto en las redes sociales como en el arte, la búsqueda de placeres trasciende del imaginario individual al colectivo, al deseo social, como sería el caso del desnudo femenino, un tema recurrente en la estética de todos los tiempos, que con enorme potencia reduce o sintetiza las ideas colectivas de un cuerpo erotizante a un lienzo, una escultura, una imagen, o bien, para el caso que nos ocupa “la imagen de una joven deportista” en una defectuosa materialización del deseo y de la libido; aunque conviene aclarar que desde la óptica de los estudios de género, se construye el cuerpo femenino para ser representado y consumido sólo por el género dominante, dejando de lado la capacidad erotizante del cuerpo masculino dentro del deseo de la mujer o, al menos, de lo que se puede deducir de miles de cuerpos desnudos femeninos contra una ausencia evidente de imágenes de cuerpos masculinos erotizados que han sido producidos en los últimos tiempos. Así se aprecia, por ejemplo en el campo histórico de la representación de los cuerpos, en donde ha existido tradicionalmente una inequidad en la cantidad y forma de mostrar el cuerpo femenino y el masculino, generalmente bajo esquemas que tienden a cosificar a la mujer y que por ello se convierten en evidencia clara de violencia simbólica.

Sorprendentemente, las imágenes corporales que se perciben en las representaciones históricas, no se alejan mucho de las existentes en algunos otros consumos culturales de nuestra época, tales como las imágenes que aparecen en artes plásticas, publicidad, música, revistas y sobre todo en las redes sociales, tan utilizadas por los estudiantes universitarios.

Dado que cada mirada hacia la imagen corporal es cambiante al paso del tiempo, también ha quedado contenida en ella la identidad sexual del que mira, con lo que se condicionan y modifican sus modos “naturales” de mirar u observar. En cada imagen en que ha sido representada la mujer y particularmente en la práctica del desnudo, subyace un complejo simbolismo en el que, por encima de cualquier cosa, el desnudo es una provocación sexual. El cuerpo está colocado de tal modo que se exhiba lo mejor posible ante el hombre que mira el cuadro. El cuadro está pensado para atraer *su* sexualidad”, ya que solamente la sexualidad masculina ha adquirido la condición de observadora o espectadora permanente, es decir, históricamente se ha privilegiado al público de varones dentro de la producción de obras visuales de occidente. Y es que, según la misma fuente, para estar en condiciones de cumplir con el orden social establecido y, desde luego, con la moralidad vigente en la época, habría que “girar” la imagen en torno al gusto masculino. Esta situación cosifica a la mujer en objeto sexual, situación que altera su autoestima y puede conllevar problemas serios su autopercepción corporal, que en algunos casos son el origen de anorexia, entre otras patologías.

Por lo anterior, surge la reflexión sobre la resignificación contemporánea del cuerpo femenino a partir de tanto tratamiento “natural” o habitual del mismo o bien la posibilidad de que después de milenios, el tratamiento, exposición, visualización desde la histórica y unilateral mirada masculina, esta corporeidad, ahora menos sensualizada, —que no en la publicidad o en la pornografía—, también ha dejado de ser un tabú y es apreciado indistintamente por hombres y mujeres.

Definitivamente, cabe cuestionarse si existe una realidad erotizante masculina y otra femenina, una inconsciente y otra consciente, una interna y otra externa que nos remita a pensar paradójicamente si es real la realidad. Con ello, se plantea la idea probable de un cuerpo deserotizado, no libidinizado con relación a {eros-vida-objetos}. Un acercamiento se puede encontrar en las formas depresivas, melancólicas, entre otras muchas enfermedades mentales, rasgos o síntomas en la psicopatología. “En algunas “creaciones” de neurosis, perversión o psicosis se puede manifestar un cuerpo sufriente, y a la vez en goce inconsciente, que exhibe la deserotización, simultáneamente con la ¿libidinización? de la pulsión de muerte, Thánatos” (Serrano *et al*, 2011: 332). He aquí la importancia de indagar sobre el imaginario corporal de las y los deportistas universitarios, con el fin de relacionarlo con su autoconcepción y sus estados de ánimo.

La construcción de ideas y valoraciones de género en nuestra sociedad, forman parte del imaginario corporal, se encuentran inmersas en escenarios históricos con complejas relaciones de poder cuya principal característica probablemente es, según lo afirma Bourdieu (2003), que no siempre se imponen con la evidencia de la obviedad debido a su carácter simbólico. Es decir que, debido al adoctrinamiento o ideologización que han recibido por diversos medios, las mismas mujeres aplican a cualquier realidad y, en especial, a las relaciones de poder en las que están atrapadas, unos esquemas mentales que son el producto de la asimilación de estas relaciones de poder que reflejan lo que el autor denomina la violencia simbólica, violencia amortiguada, insensible, e invisible para sus propias víctimas, que se ejerce esencialmente a través de los caminos puramente simbólicos de la comunicación y del conocimiento.

Este imaginario corporal, asimila procesos tanto placenteros como violentos. Así como existe la violencia simbólica, existe el intercambio simbólico de objetos, poder y afectos es una forma de interacción de la sociedad, “En el intercambio subsisten dos lógicas principalmente que se estorban mutuamente: una lógica *fantasmática*, que se refiere principalmente al psicoanálisis, sus identificaciones,

proyecciones y todo el reino imaginario de la trascendencia, el poder y la sexualidad que actúan en el nivel de los objetos y el entorno, con un privilegio concedido al eje casa/automóvil (inmanencia/trascendencia); y una lógica social *diferencial* que efectúa distinciones refiriéndose a una sociología, ella misma derivada de la antropología (el consumo como la producción de signos, diferenciación, posición social y prestigio). Detrás de estas lógicas, en cierto modo descriptivas y analíticas, estaba ya el sueño de intercambio simbólico, un sueño de la condición del objeto y el consumo más allá del intercambio y el uso, más allá del valor y la equivalencia. En otras palabras una lógica *sacrificial* de consumo, regalo, gasto, grandes convites y - la parte maldita- " (Baudrillard, 1988: 187). Este intercambio de objetos, poder y afectos consolida la inequidad de género.

El imaginario corporal está fuertemente cargado de simbolizaciones. Desde una perspectiva psicoanalítica la simbolización hace referencia a procesos psíquicos que tienen un pasado particular, según Silvia Blechmer (2009), en un sentido clásico: "Un símbolo solo puede pensarse desde a partir de una regla que permite la interpretación de un *representamen*, de un elemento de la realidad que hace signo" (p.345), y en una interpretación al estilo perciano el *representamen* es la parte sígnica más abstracta, es la parte emotiva o cualia.

Desafortunadamente, las actuales representaciones del cuerpo aterrizan en la objetualidad: usar, desechar, renovar, remodelar. Los medios fomentan un culto actual al cuerpo que lo aterriza en la concepción de ser mercancía y moneda de cambio. Los medios han inducido la idea que el ser "más" mujer va en relación directa con el tamaño de los senos y el ser "mas" hombre con el tamaño del pene. Lo que apunta a la exagerada estética de los cuerpos trabajados en el gimnasio e imposibles por naturaleza, al menos en nuestra cultura; razón por la que el recorte espacial en los planos de visualización en los medios apunta a una concepción de los individuos a partir de la remarcación de estos indicadores sexuales, una imagen indicial. "La mirada... es obscena por su inmediatez,...son fragmentados y convertidos en fetiches para servir de alimento a la voracidad escópica masculina"

(Gimenez Gatto, 2008: 100). Maximizando la sexualidad y minimizando la sensualidad y el erotismo.

Ya no se contempla al cuerpo en su totalidad, sino a partir de lo fragmentario, las mujeres son grandes senos, los hombres son penes y vientres marcados, tal es el caso de la imagen con tintes eróticos y sexuales, lo cual se opone en gran medida al planteamiento del “hombre de Vitruvio”, aquel conceptualizado desde la totalidad mas allá incluso de sus propios límites, es decir, una totalidad que lo hacía extensible incluso a una relación directa con el universo, a un nivel superior al mero plano de representación. “Un lenguaje de la proximidad, una obsesión por la visibilidad del sexo que se expresa, a nivel formal, en el plano cerrado y en sus sinónimos porno, una mirada genital y clínica del sexo... una mirada fragmentaria y fálica sobre unos cuerpos sin rostro, objetivados y reducidos a la carnalidad...” (Gimenez Gatto, 2008: 97). Es quizá la exposición de esos fragmentos corporales los que provocan a la gente joven.

Históricamente las religiones han impuesto censura a la visibilidad del cuerpo y más aun, a la posibilidad de erotizarlo; en el caso de la religión católica (la que domina en Latinoamérica), la tecnología del pecado denominada así por Michel Foucault (2001), resume los esfuerzos de una sociedad para ejercer el control social de los cuerpos, en particular de aquellos que pueden cumplir la función reproductora de la colectividad otorgando cargas y sentimientos de culpa a quienes ejecutan prácticas sexuales sin la aprobación general. En lo individual, la disponibilidad de los cuerpos femeninos se ejerce desde las jerarquías del poder; en el ámbito privado, el *pater familias* ha sido quien elige las formas de practicar dichas relaciones para las integrantes del claustro familiar.

Por otra parte, el cuerpo humano, desde los estudios de género es el producto resultante de un conjunto de construcciones culturales tanto desde el imaginario social como desde el individual, pues no se circunscribe a su dimensión física o biológica; por lo tanto, el cuerpo es parte de una realidad fáctica y está delimitado

a su corporeidad. El cuerpo también se concibe desde su dimensión simbólica y por ello es portador de múltiples significados, que resultarán cambiantes y móviles constantemente, en tanto no son una constante en el tiempo, sino que éstos se enlazan a un particular momento socio-histórico; estos cuerpos socialmente contruidos son un “efecto de la actividad cultural e histórica” (Fuente, 2009: 667). Asimismo, el cuerpo es también un reducto para las expresiones de esos controles del poder y la censura religiosa, o las formas de recato¹, donde el consumo cultural de los cuerpos femeninos sensualizados promueven la fragmentación corporal que deviene en la violencia ejercida a la carnalidad, el deseo o cualquiera de las formas de erotizar la imagen del cuerpo femenino. Es también el modo mismo del ultraje a la carne y el ámbito donde la forma primordial de la unidad se pone en cuestión.

La desnudez del cuerpo, y su exhibición para la mirada masculina, ha sido considerada un aspecto que forma parte del proceso de erotización; esto queda demostrado desde la antigüedad con la filosofía y arte griegos, donde la idealización del cuerpo requería como su detonador la belleza corporal hecha canon: “Entre los griegos la belleza encierra virtud, y la virtud se expresa en la belleza. Se ha construido la imagen genérica del hombre perfecto. El desnudo se ha convertido en un vestido” (Sánchez, 2005: 22), donde belleza e ideal corporal se entienden en su unidad, en su integridad física y se excluye la fragmentación...“si el cuerpo se fragmenta, por las razones que sean, si las figuras nacen de su propia carne, ¿por qué ésta se destruye y se disuelve?” (Barrios, 1998: 173), una respuesta podría ser en el sentido de que la imagen del cuerpo desnudo es superada por la fuerza del deseo o como resultado del ejercicio del poder; su fragmentación o acercamiento (zoom) a las zonas erógenas, para el caso de la fotografía y el vídeo, es más efímera aun y se disuelve en la medida en que el deseo se satisface.

¹ Silvia Navarrete asegura que: “Hoy, a pesar de la diversidad cultural, de las vanguardias artísticas y de la contracultura de los años sesenta; a pesar de las herramientas modernas del conocimiento, llámese psicoanálisis, cultura cibernética o teorías posmodernas, nos sigue dominando el pudor” (Navarrete 1998, 159).

La disponibilidad del cuerpo femenino tanto en las formas tradicionales de apareamiento² como mediante la oferta de la prostitución o la pornografía, deja ver la posesión del cuerpo femenino como una manifestación del poder económico, político o simplemente como ejercicio de la superioridad de fuerza o producto de las jerarquías sociales. En palabras de Sara Martín “el modelo femenino que se ofrece se basa en la viejísima idea de que la mujer acapara poder a través de la sexualidad” (Martín, 2005: 183), por lo que una de las primeras formas de empoderamiento de la mujer en tiempos antiguos, fue acercarse a los varones en el poder mediante sus posibilidades de erotizarlos.

El proceso de construcción de esa imagen parte de la visión masculina que la erige convirtiendo el cuerpo femenino en un producto, en un objeto dispuesto para ser contemplado y gozar en ello. El entramado con el que juegan los videos musicales, en este aspecto, es que el cuerpo femenino es atendido y tendido tanto por/para hombres como por/para mujeres. En el caso del sector masculino se puede apuntar a una especie de placer *voyeur* donde el espectador puede sentirse como si estuviera en un pase privado y las imágenes estuviesen puestas y dispuestas sólo para él (Faciabén, 2009: 623).

Para las mujeres, en cambio, el cuerpo presentado adopta la categoría de discurso modélico de triunfo y éxito sin olvidar el hecho de que una mujer mire a otra mujer no está penado bajo condena de homosexualidad como sí sucede en el ámbito masculino. En esto la ley es clara: si ellas miran, son envidiosas; si lo hacen ellos son homosexuales. Por tanto y aunque pueda parecer una contradicción, la fuente de discurso es una y la misma para ambos sectores. En un caso porque el cuerpo femenino sirve de placer y ayuda a reforzar el andamiaje con el que se sustenta el bastidor cultural heterosexista que lo envuelve. Por otra

² Silvia Navarrete habla de modo determinista sobre la falta de permisividad social para las relaciones extramaritales: “La libertad de expresión es relativa y sólo se tolera, en lo que concierne a la figuración del cuerpo, si se limita a la sexualidad lícita. El hombre tiene que seguir cumpliendo su papel de sacrificador, con una mujer que no puede dejar de ser víctima” (Navarrete 1998, 159).

parte, ese discurso se asienta, cuando ellas lo acogen y lo asumen en sus vidas y prácticas más cotidianas. Es mediante este proceso que la mujer somete a una mirada masculinizada el cuerpo femenino y la feminidad, convirtiéndolo igualmente en producto y, por tanto, (im)poniendo el mismo discurso del hombre-sujeto que toma el cuerpo femenino como un bien de consumo más (Faciabén, 2009, pp. 623-624). Otra vez el cuerpo y el erotismo como consumo cultural.

La integración del cuerpo física y emocionalmente permite la recuperación del ser humano en su totalidad, en su posibilidad erotizante y sensualizante. Como ya se mencionó, Vitruvio conceptualiza el cuerpo como una totalidad, aquello que va más allá, incluso de sus propios límites, una totalidad que lo hace prolongable inclusive con una relación que lo conecta directamente al universo.

Por lo antes mencionado, es menester investigar cual es el imaginario corporal de los deportistas universitarios para poder detectar algunos estados de ánimo patológicos que posiblemente sean resultado del consumo corporal al que están expuestos y del autoconcepto de su imagen en la que están inmersos ya por influencia de los medios o del mismo contexto en el cual su cuerpo es parte que se exhibe socialmente.

CAPÍTULO II

DEPORTE UNIVERSITARIO

2.1 El deporte en la Universidad Autónoma del Estado de México

En 175 años de historia como institución dedicada al fomento de la educación, la ciencia y la cultura, uno de los hechos más relevantes de la Universidad Autónoma del Estado de México es precisamente la conquista de un régimen de autonomía que hoy le da carácter y presencia ante la sociedad y el sector público. El programa conmemorativo del 175º aniversario de la fundación del Instituto Literario en 1828, conmemoró también la promulgación de la autonomía institucional llevada a cabo el 15 de enero de 2004, cumpliendo así 60 años de dicha autonomía, de manera que ambas efemérides se enlazaron en la Universidad actual.

La Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMex), sensible al fomento del deporte, en su actual administración, ofrece a su comunidad; estudiantil, académica, de investigación y administrativa pleno acceso, mediante el arte y la cultura, a los patrimonios tangibles e intangibles de la universidad, el estado y el país. Se tiene la convicción de que los universitarios habrán mejorado su calidad de vida al incorporar a sus prácticas cotidianas las actividades físicas y el deporte; asimismo, se dirige hacia el ámbito nacional por su nivel competitivo en disciplinas que cuenten con infraestructura deportiva de calidad. Para lograr ello, existe La Dirección de Actividades Deportivas (DAD) cuyos objetivos son: Procurar e incrementar la calidad de vida de la Comunidad Universitaria a través de la práctica del deporte, adoptándolo como un estilo saludable de vida. Establecer el deporte como punto fundamental en la educación integral del estudiantado. Masificar el deporte recreativo y la actividad física como fuente de salud. Desarrollar el deporte de alta competencia.

La Universidad Autónoma del Estado de México cuenta actualmente con una

matrícula de 65516 alumnos, que forman parte de todos los planteles y unidades académicas con las que cuenta dicha universidad, de los cuales se tiene el registro que 689 alumnos son deportistas universitarios, y el 29 % de los alumnos practican deporte (UAEMex, 2013), de esta manera y, a partir de los resultados que arrojados en el instrumento seleccionado, así como de las entrevistas, se investigó la existencia de diferencias estadísticamente significativa antes y después de una competencia nacional en deportistas representantes de la Universidad Autónoma del Estado de México. Esta competencia, motivo de estudio fue la “Universiada 2013” en la cual participaron solamente los deportes y los deportistas seleccionados y de ello se da cuenta en los siguientes gráficos.

La Dirección de Actividades Deportivas de la UAEMéx, es una dependencia de la Secretaría de Rectoría

El Director es el responsable del funcionamiento, conservación y mantenimiento de las instalaciones; coordinando, estimulando y desarrollando la actividad deportiva, tanto competitiva, formativa y recreacional para todos los miembros de la Comunidad Universitaria.

De esta forma estructuralmente se encarga de: administrar, dirigir, controlar y supervisar, para ello, está integrado por los siguientes:

- Departamento Administrativo
- Departamento de Gestión Académica.
- Departamento de Fomento Deportivo.
- Departamento de Desarrollo Deportivo.
- Departamento de comunicación y mercadotecnia
- Coordinación de Deporte Profesional.

Objetivos:

- Procurar incrementar la calidad de vida de la Comunidad Universitaria a través de la práctica del deporte, adoptándolo como un estilo saludable de vida.
- Establecer el deporte como punto fundamental en la educación integral del estudiantado.
- Masificar el deporte recreativo y la actividad física como fuente de salud.
- Desarrollar el deporte de alta competencia.

Funciones:

1. Promover el deporte y la actividad física dentro del estudiantado, así como la coordinación, supervisión y la constante actualización en el mejoramiento profesional del área.
2. Promover, masificar, orientar y mejorar las prácticas deportivas dentro de la Institución.
3. Coordinar y supervisar la participación de la representación universitaria en eventos deportivos, organizados por entes deportivos a nivel nacional e internacional.
4. Administrar y controlar el cuidado de las instalaciones deportivas de la Universidad.
5. Supervisar, evaluar y controlar las actividades de las Unidades Organizativas adscritas.
6. Formular el Plan Operativo Anual (POA) de la Dirección de Actividades Deportivas de la UAEMéx.
7. Planificar, ejecutar, evaluar y controlar el presupuesto anual de la Dirección de Actividades Deportivas de la UAEMéx.
8. Rendir cuentas mediante la presentación de los Planes Operativos a la Secretaría de Rectoría

9. Evaluar dinámicamente y optimizar el recurso económico.
10. Rendir informe trimestralmente de la situación real de los proyectos realizados, los logros obtenidos y los problemas presentados a lo largo del trimestre académico al órgano Rector.

Características Académicas:

Tiene por objetivo planear, interactuar, promover, ejecutar y evaluar las políticas en materia deportiva, recreativa y de salud que sean necesarias para la optimización de recursos que garanticen la integralidad académica y deportiva.

1.2.3. Características Deportivas

Las características deportivas son de dos tipos:

Fomento Deportivo:

Tiene por objetivo fomentar el deporte para contribuir al desarrollo integral de los estudiantes a través de la práctica de actividades individuales y de conjunto y la instrumentación de talleres recreativos para abatir el sedentarismo, logrando con ello mejorar su calidad de vida.

Desarrollo Deportivo:

Tiene por objetivo desarrollar una cultura deportiva, con un profundo sentido humano, preparando al deportista representativo de nuestra institución, en busca de un equilibrio académico-deportivo, integrando conocimientos, hábitos, valores cívicos y espíritu de competencia en los individuos.

Antecedentes del Departamento de Desarrollo Deportivo de la UAEMéx:

El Deporte Universitario surge de la fortaleza y el vigor de los institutenses, que

dieron lo mejor de su esfuerzo para representar dignamente al instituto, superando obstáculos, los cuales supieron enfrentar y superar. Es de admirarse el empeño que pusieron para llevar en alto, con gallardía y orgullo el nombre y representación del Instituto Científico y Literario del Estado de México.

Los deportistas destacados en la primera mitad del siglo XX, son el antecedente mas remoto del deporte universitario, son los que representan el orgullo deportivo de nuestra Alma Mater y todos ellos fueron y seguirán siendo ejemplo a seguir para las futuras generaciones.

El 21 de marzo de 1956, el Instituto Científico y Literario Autónomo (ICLA), se transforma en la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEM); en ese entonces, el deporte contaba con un solo maestro, Guillermo Ortega Vargas, quien estaba a cargo de las clases de educación física, iniciando así nuestro deporte universitario con cinco disciplinas conocidas como deportes básicos: Atletismo, Básquetbol, Fútbol, Natación y Voleibol y el deporte que más le agradaba al Prof. Ortega Vargas, el box, siendo su mejor pupilo Ezequiel Carrillo.

En 1957, participó por primera vez una delegación deportiva universitaria en los juegos nacionales estudiantiles, se participó en: atletismo, básquetbol, béisbol, fútbol asociación y voleibol. Este evento tuvo como sede a la UNAM.

Los responsables del deporte universitario, han sido de 1956 a la fecha:

- Prof. Guillermo Ortega Vargas;
- Prof. Javier Garciamoreno Requenez;
- Prof. Roberto Barraza García;
- Ing. Gustavo Pozos Labardini;
- Lic. Alfonso Chávez López;
- Maestro Ramiro Ramírez Arellanes;
- Lic. Crisóforo Zarate Machuca;

- L.A.E. José Antonio Contreras Camarena;
- C.D. Francisco Montiel Conzuelo; y
- M. en G. D. Edgar Victoria Ramírez actualmente.

Tomando como referencia el proceso deportivo de los últimos años de competencia nacional universitaria del CONDDE, estos son los datos obtenidos directamente en campo, en el número total de participación por género y disciplina.

Cuadro 1: Registro Proceso CONDDE 2012-2013.



ESTADÍSTICA PROCESO CONDDE 2012 - 2013

ESTADÍSTICA UAEMéx													
	Nacional 2013		TOTALES		Regional 2013		TOTALES		Estatad 2013		TOTALES		
	Femenil	Varonil	2013	2012	Femenil	Varonil	2013	2012	Femenil	Varonil	2013	2012	
1 Tenis	1	0	1	0	7	3	1	2	7	3	10	17	
2 Judo	1	1	2	2	1	9	10	10	1	14	15	16	
3 Handball	0	0	0	0	14	14	28	28	14	19	33	31	
4 F. Asociación	20	20	40	20	20	20	40	40	28	36	64	58	
5 Ajedrez	1	0	1	2	3	1	4	5	4	5	9	8	
6 V. Sala	0	0	0	0	12	12	24	12	14	23	37	33	
7 Triatlón	0	3	3	3	2	4	6	4	2	4	6	7	
8 Tiro con Arco	1	2	3	2	6	5	11	12	8	8	16	11	
9 V. Playa	0	0	0	0	3	3	6	3	8	7	15	10	
10 TKD	0	1	1	0	2	3	5	4	14	14	28	14	
11 Tenis de Mesa	1	0	1	0	4	2	6	4	4	3	7	9	
12 F. Rápido	14	0	14	0	14	14	28	28	28	26	54	55	
13 Gimnasia A.	4	3	7	7	5	3	8	7	5	4	9	13	
14 Karate Do.	5	5	10	7	8	9	17	16	16	15	31	28	
15 Basquetbol	0	0	0	0	12	12	24	0	19	16	35	24	
16 Halterofilia	3	1	4	2	3	6	9	9	3	13	16	10	
17 Atletismo	3	3	6	17	16	19	35	47	27	52	79	77	
18 Beisbol	0	0	0	0		0	0	0		19	19	19	
19 Esgrima	8	7	15	10	8	7	15						
20 Ciclismo	0	0	0	0	6	6	12						
TOTALES	62	46	108	72	146	152	289	231	202	281	483	440	

Fuente: DAD-UAEMex, 2013.

Por lo anterior, la hipótesis que se planteó para esta investigación fue que no existen diferencias estadísticamente significativas en el imaginario corporal y

estados de ánimo en deportistas que fueron seleccionados para participar en la competición “Universiada 2013”, respecto al género.

2.2 El deporte en los universitarios

Las instituciones educativas en general y sobre todo las universidades, necesariamente tienen entre sus funciones sustantivas, la docencia, la investigación y la difusión del conocimiento, particularmente este trabajo de tesis retoma del Plan de Desarrollo de la Facultad de Ciencias de la Conducta (FACICO) 2014-2018, la importancia de la ciencia en el desarrollo integral del ser humano, entre lo cual, la salud física tiene una gran relevancia como se puede apreciar a continuación:

La ciencia ha probado que es el mejor recurso que la humanidad tiene para comprender la naturaleza. Complementariamente, la aplicación humanista del conocimiento científico es el mayor reto para nuestra disciplina. Formar científicos de la conducta que asuman la posición ética que percibe al ser humano como un fin y nunca como un medio, que busca moldear su conducta para combatir la patología y la violencia y promover la salud, la productividad y la solidaridad, para apoyar la creación de riqueza social y combatir la inequidad, para integrar a la humanidad en una sociedad común, para respetar la naturaleza y dejar a las nuevas generaciones un mundo mejor que el que recibimos. En fin, aplicar la ciencia para hacer crecer lo mejor del hombre en su comportamiento psicosocial con una visión totalitaria y holística, para contribuir en la satisfacción de sus necesidades sociales y a su realización en un plano de dignidad humana, contribuir a la identificación, análisis y búsqueda de alternativas de solución de los problemas y necesidades educativas, y conocer y aplicar los principios, métodos, procedimientos de las ciencias del movimiento humano en la actividad física, orientada a la promoción, conservación y atención de la salud en la población (Plan de Desarrollo FACICO, 2014-2018: 14).

Al ser considerada la salud un aspecto relevante en la comunidad universitaria, es menester no sólo considerar la salud física sino también la psíquica, ya que ésta repercute directamente sobre la primera.

Asimismo, dentro de este Plan de Desarrollo FACICO 2014-2018, se consideran las Actividades deportivas, dentro de las cuales se observa los siguientes aspectos:

Las actividades deportivas y la actividad física actualmente son de suma importancia para el desarrollo integral y salud de la comunidad universitaria. Se ha demostrado que a través de estas actividades se mejora la autoestima, disminuye el estrés, mejoran capacidades como las cardíacas, respiratorias y metabólicas, además de reducir la aparición de enfermedades crónico-degenerativas. Durante Administraciones pasadas los alumnos de la facultad han participado en eventos deportivos, tanto estatales como nacionales, orgullo que se seguirá fomentando, mediante la exhortación y apoyando a los estudiantes deportistas. También se seguirá fomentado las actividades deportivas entre el personal administrativo, quienes en años anteriores han participado en ligas y copas que organizan los sindicatos. En el último periodo se participó en 17 disciplinas deportivas, entre ellas, básquetbol, atletismo, ciclismo de montaña, frontón, fútbol rápido, handball, judo, karate do, natación, entre otros, con el concurso de 168 alumnos, obteniéndose 1° lugar en handball, rama femenil; tae kwon do, rama femenil y varonil; 2° lugar en básquetbol femenil; karate do en las ramas varonil y femenil; en voleibol de playa, rama femenil; y 3° lugar en frontón varonil y tae kwon do rama femenil en combate.

En el torneo FAAPA los docentes y administrativos obtuvieron el 1° lugar en voleibol mixto y 2° lugar en básquetbol varonil. La facultad cuenta con el Centro de la Medicina Física y del Deporte lo que contribuye al desarrollo deportivo e impulsa a nuestros jóvenes a ser parte de los logros en este ámbito.

Fomentar la participación no sólo en eventos locales, regionales o estatales, sino internacionalmente. Necesitamos pulir todo ese talento que existe dentro de nuestras aulas y motivarlos para que sean personas integrales y deportistas (Plan de Desarrollo FACICO, 2014-2018).

En los deportistas existen diversos estados de ánimo que van desde sencillos cambios de conducta, cambios en sus hábitos alimenticios, de salud... hasta patologías que pueden llevar a la muerte, para esta investigación se analizaron

principalmente la ansiedad y la depresión ya que pueden ser los más comunes pero no por eso menos importantes ya que son sumamente discapacitantes y provocar efectos secundarios muy negativos.

La depresión y la ansiedad anteriormente se entendían como padecimientos exclusivamente psicológicos, ahora se les relacionan con las manifestaciones o expresiones corporales, como síntomas del sistema anímico, o tal vez, ya no como enfermedades sino crisis... “La irrealidad de la persona deprimida se manifiesta claramente en el grado en que ha perdido contacto con su cuerpo” (Lowen, citado en López, 2014: 19). Este autor comenta que algunos pacientes pueden anular su cuerpo, pero no se pueden escapar de él.

Uno de los debates más acalorados al día de hoy es si existe una depresión en singular o son las depresiones en plural. Teóricos con una basta experiencia clínica como es el caso de Benzión Winograd, reconoce el fenómeno de la depresión como múltiple y la singularidad de cada caso. La problemática depresiva es un campo que se encuentra vinculado a: las vicisitudes del narcisismo, la relación con los ideales, las complejizaciones inconscientes, los procesos identificatorios y la modalidad de procesamiento de las pérdidas, entre otras, lo cual, hace que estas operatorias se entiendan como fuera del campo de la consciencia, en el marco de una estructura psíquica que se puede llamar inconsciente ampliado (Winograd, citado en López, 2014). Por ello, busca respuestas variadas a problemáticas diversas.

En su sentido más común y más popular, la depresión es un síntoma anímico, aunque también puede ser un síndrome, es decir, un conjunto de síntomas aunados al del bajo estado de ánimo; los típicos síntomas acompañantes son insomnio, falta de apetito, pérdida de peso, etc....; y “en su sentido más restrictivo, “lo que entendemos como trastorno depresivo no es sólo un síndrome depresivo sino un *cuadro clínico completo* con una duración determinada, con un patrón de síntomas exigibles para su diagnóstico...” (Ortiz, citado en Padilla, 2011 p.142).

Mientras que la ansiedad se entiende como un estado emocional presente en todas las culturas, es decir, es una experiencia universal, “de ahí quizá su raíz biológica, aunque debe también añadirse que es relevante en determinadas dinámicas sociales generales y muy significativa en ciertas situaciones específicas” (Luengo citado en Padilla, 2011). La depresión la puede acompañar.

La ansiedad es una cuestión natural y necesaria para la persona, así como lo es para el resto de los seres vivos, ya que forma parte del repertorio de conductas de adaptación al entorno, cuando dicho entorno es vivido como algo amenazante. “Las manifestaciones ansiosas, se hallan ya descritas por Hipócrates con el término de “histeria”, atribuyendo su causa a las migraciones del útero, que comprime los vasos aferentes al cerebro” (Vallejo, citado en Padilla, 2011: 3). Sin embargo, los siglos han pasado, y diversas teorías se han formulado en torno a la ansiedad, de la misma manera que se han vivido procesos socioculturales intensos, lo cual nos lleva a la comprensión de cómo la ansiedad ha sufrido históricamente un cambio paradigmático desde el miedo por la supervivencia, de entidad biológica, hasta el miedo por el bienestar, de entidad psicosocial.

En los jóvenes deportistas existen comportamientos y diversos estados de ánimo que generalmente se caracterizan por el sometimiento a fuertes competencias. Las emociones, sentimientos y estados de ánimo que tiene el ser humano lo conducen hacia la plenitud, el hundimiento e incluso al rescate de sí mismo. Los síntomas anímicos más importantes en los últimos tiempos debido a las consecuencias y sus efectos, así como a su acrecentado padecimiento, son por un lado la ansiedad, y por otro, lo que se ha denominado depresión. Asimismo, estos jóvenes se ven afectados por el goce conseguido por el esfuerzo realizado.

La satisfacción con el rendimiento obtenido es una variable motivacional determinante en muchas de las conductas, cogniciones y sentimientos afectivos que desarrollan los sujetos en un entorno de logro como el deportivo[...] , es por tanto una variable comportamental que al incidir de manera directa e indirecta sobre la persistencia en la realización de las actividades, favorece el incremento del nivel de aprendizaje mejorando con

ello las habilidades (Cervelló, Escartí y Guzmán, citados en Santos Rosa *et al*, 2007).

Los seres humanos en general y los jóvenes deportistas en particular, presentan la tendencia a perseverar aquellas actividades que son divertidas e inherentemente interesantes y desafiantes. Santos, Jiménez y Cervelló (2007) ofrecen una serie de reflexiones, en torno a ello: “Los patrones conductuales adaptativos son típicos de sujetos implicados a la tarea [...] los patrones motivacionales desadaptativos son propios del individuo que evita los desafíos, atribuyen el fracaso a la falta de habilidad y reduce la persistencia ante la dificultad”, así también comentan que las personas que están orientadas al ego tienen dificultades para mantener el sentimiento de competencia en la actividad, presentan patrones de conducta inadaptada y abandonan la actividad cuando la percepción de la competencia es baja y en cambio, cuando la percepción de competencia es alta presentan conductas adaptativas, es decir, las personas con una orientación dispocisional a la tarea se esfuerzan en la actividad y persisten en la práctica independientemente de la percepción de competencia, sin embargo, “los determinantes de la satisfacción y la diversión que experimenta el jugador en los contextos de entrenamiento y de competición pueden variar dependiendo de la meta de logro adaptada en los mismos” (Lochbaum y Roberts, 1993; Roberts, Hall, Jackson, Kimiecik y Tonymon, 1995; Treasure y Roberts, 1994, citados en Santos-Rosa *,et al*, 2007).

Tanto el ansioso como el depresivo presentan dificultades en su trabajo, con su rendimiento escolar, en su grupo social y así mismo en el deporte. Tienen pérdida de la capacidad de experimentar placer (intelectual, estético, alimentario o sexual). “El depresivo es un agobiado en busca de estímulo. Un ansioso en busca de calma. Un insomne en busca de sueño” (Hornstein, 2006: 18). Hay una realidad innegable en la vida de toda persona y es su existencia física y corporal. Su ser, su individualidad, su personalidad están determinadas por su cuerpo. Nada existe separado de su cuerpo. El concepto de enfermedad mental es una ilusión. No existe perturbación mental que a la vez no lo sea física (Lowen, citado en López,

2014). Aunado a esto, la enfermedad del individuo produce también enfermedades sociales.

La teoría de la Multidimensionalidad de la Ansiedad considera que ésta, es un constructo múltiple en el que se deben distinguir tanto aspectos somáticos como cognitivos, siendo independientes entre sí, e influyen de forma distinta sobre el comportamiento. Asimismo, estos autores afirman que “aquellos jugadores que se autoevalúan en función de haber mejorado su ejecución deportiva independientemente del resultado final, tienden a sentirse más satisfechos con el rendimiento obtenido, pues comprenden que ganar o perder está fuera de su control, mientras que mejorar la ejecución partido a partido sí está bajo su control” (Santos-Rosa, *et al*, 2007). Por ello, la competencia deportiva puede inducir hacia la depresión o la ansiedad, entre otros padecimientos.

Las competencias producen diversos estados de ánimo que de no ser controlados afectan directamente la salud del individuo. El estrés y la emoción deben ser examinados como un mismo tema para entender y explicar el rendimiento en el deporte de competición (Lazarus, citado en Cervantes, Rodas y Capdevila, 2009). Sin embargo; cada deportista tiene su propio nivel de ansiedad y de activación, así como una zona individual de intensidad. Así el nivel óptimo de intensidad precompetitiva puede ser alto o bajo dependiendo de las características individuales y situacionales.

Los mejores rendimientos están asociados con las intensidades de la ansiedad cognitiva y somática que caen dentro de la zona individual de funcionamiento óptimo. “La ansiedad somática se ve influenciada por la situación competitiva en pruebas de corta duración, ya que la intensidad es mayor en la fase de competición que en la fase de entrenamiento” (Rodas, citado en López, 2014). De tal suerte que cada deportista tiene un rendimiento óptimo en función de la intensidad particular, ya sea cognitiva, fisiológica, afectiva principalmente.

Aunado a lo anterior, el tipo de pruebas a las que se enfrenta el joven deportista también influye en el estado de activación precompetitivo (Abinaga y Caracuel, 2005), pero “Unas adecuadas estrategias para regular el nivel de activación facilitan y preparan al atleta para optimizar el rendimiento” (Gould y Udry, citados en Pozo, 2007: 37).

Esta autora, retoma el desglose de la ansiedad precompetitiva como una reacción cognitiva que “es el componente mental de la ansiedad y está causado por expectativas negativas sobre el éxito o por auto evaluación negativa”, y una reacción fisiológica o somática que son los elementos afectivos y fisiológicos de la experiencia de ansiedad derivados directamente de la activación autonómica, es así que la ansiedad cognitiva tiene una relación lineal negativa con el rendimiento y la ansiedad somática se relaciona con los buenos resultados, mientras que la autoconfianza tiene relación lineal positiva afirma Burton (citado en Pozo, 2007). Además de la auto-confianza, la ansiedad cognitiva se relaciona significativamente con el rendimiento de la competición deportiva.

De tal modo que el mismo nivel de ansiedad puede ser percibido por un deportista como facilitador de un buen resultado, mientras que otro deportista puede considerarlo perturbador, favorable o desfavorable, para alcanzar un buen rendimiento. Asimismo, el tipo de deporte influye en la intensidad de la ansiedad, ya que los practicantes de deportes de contacto, deportes individuales y los que son juzgados subjetivamente en la competición presentan mayor ansiedad cognitiva y menor auto-confianza que los deportistas que no compiten en deportes de contacto, los que son juzgados objetivamente y los que juegan en equipo (Pozo, 2007). Es decir, influye en los estados de ánimo del deportista, el tipo de modalidad deportiva.

La psicología aplicada al deporte es la ciencia que se ocupa de todos los aspectos psíquicos presentes en toda actividad física o deportiva. Por ello, sin contar con un plan intelectual no es posible obtener el máximo rendimiento. La

preparación psicológica conlleva la elaboración de un plan de mentalización para ser utilizado antes, durante y después de la actuación competitiva (González, 1996). He aquí uno de los motivos por lo que resulta importante la investigación de los estados de ánimo de los deportistas.

2.3 El deporte y la corporalidad

La corporalidad en los deportistas se encuentra íntimamente relacionada ya que acorde a investigaciones realizadas en diferentes contextos se ha observado que tanto la autoestima como la imagen corporal en adolescentes varones tiene mejor percepción sobre sí mismo que en las adolescentes mujeres, esto atribuido a que es más común que los varones se concentren en actividades atléticas; y este rechazo que muestran algunas mujeres ante su apariencia física puede ser muchas veces el origen de trastornos alimenticios y/o depresión. Estas investigaciones han demostrado que las estudiantes son más dependientes de la percepción y retroalimentación que de su cuerpo tienen los demás, por tanto, más vulnerables ante las evaluaciones negativas acerca de su físico, esta influencia de la sociedad sobre la autoestima de los jóvenes se vincula a las cualidades sobrevaloradas atribuidas a los varones.

Dentro de los diversos estados de ánimo, la depresión y la ansiedad cobran mayor importancia ya que tienen efectos secundarios múltiples. Tanto la depresión como la ansiedad anteriormente fueron considerados padecimientos exclusivamente psicológicos, de acuerdo a lo comentado por Lowen (citado en López, 2014), sin embargo, ahora se han relacionado con manifestaciones o expresiones corporales, como síntomas del sistema anímico, o tal vez, ya no como enfermedad sino crisis. Hay una realidad innegable en la vida de toda persona: su ser, su individualidad, y su personalidad están determinadas por su cuerpo. Nada existe separado de su cuerpo por lo que se puede decir que el concepto de enfermedad mental es una ilusión ya que no existe perturbación mental que a la vez no lo sea física.

Asimismo, la nutrición y la imagen corporal afectan los estados de ánimo de los deportistas, tal como refieren algunos estudiosos del tema, según Varela y Castello (2010) se aprecia que:

Son muchas las investigaciones que señalan una incidencia elevada de alteraciones del comportamiento alimentario de los deportistas. Diversos estudios han mostrado que las personas que hacen deporte tienen mayor riesgo de desarrollar algún cuadro de alteración en la conducta alimentaria debido al propio ambiente deportivo, que puede precipitar este tipo de desordenes en las personas con cierta predisposición (p.122).

Estos investigadores descubrieron que existen datos de prevalencia de las alteraciones en la percepción de la imagen corporal en deportistas, los cuales son limitados y susceptibles de diferentes interpretaciones, por lo que pueden resultar equívocos. Sin embargo, parece que la proporción de deportistas que sufren trastornos del comportamiento alimentario es superior a la hallada en la población general, especialmente en algunas especialidades deportivas, lo cual se podrá apreciar en los resultados de esta investigación.

Entre otros aspectos que impactan la corporalidad de los deportistas son sus niveles energéticos, de lo cual, Molina (1991) comenta que: "El cuerpo es energía visible, con las emociones, los pensamientos, nuestra voluntad, nuestro campo energético, nuestros chakras y nuestra espiritualidad, es en cada uno lo que se refleja en el cuerpo físico, tanto lo consciente como lo inconsciente y, también como funciona lo voluntario y lo involuntario, si funcionan o no en armonía todas las polaridades de nuestro ser están allí" (p163). Es decir, la energía vital requerida por todo ser humano, se vuelve un aspecto más importante en los deportistas, situación que se refleja en el cuerpo.

En este sentido Lindomar (2008), comenta que la insatisfacción con la imagen y masa corporal está estrechamente asociada a la autoestima principalmente de las mujeres. Las descontentas con su cuerpo presentaron una menor autoestima, mientras que las satisfechas con su delgadez, tienen una preocupación con la masa corporal y, en consecuencia, son más susceptibles a las actitudes negativas. Sin embargo, se encontró que actualmente los varones también están preocupados por su cuerpo.

Por lo anterior, se puede confirmar que la corporalidad, especialmente en los deportistas tiene mayor importancia, es decir la imagen corporal de los jóvenes que realizan algún deporte tiene grandes implicaciones sociales, Abinaga (2008) comenta que “Un aspecto sobre el que hay que llamar la atención, en el contexto de la imagen corporal, es la ansiedad que se manifiesta ante la valoración que pudieran realizar sobre el cuerpo de uno en el marco de las interacciones sociales” (p.78). De tal suerte que los deportistas presentan con más frecuencia estados de ansiedad relacionados con su corporalidad.

CAPÍTULO III

CUERPO Y GÉNERO

3.1 Estereotipos de género

El género como una construcción cultural, implica asimismo la construcción de los estereotipos masculino y femenino. El rol que ha construido la sociedad para la mujer ha contribuido fuertemente al desarrollo de la depresión, según López (2014) en este rol se presentan diversas funciones que reprimen y limitan a la mujer en varios aspectos de su vida. Entre las funciones que forman parte del rol femenino se encuentra el de ama de casa, y a pesar de que existen mujeres contentas de no salir a trabajar, hay mujeres que se deprimen por sólo dedicarse al hogar, ya que el trabajo doméstico es muy valioso, pero muchas veces estas tareas no son reconocidas ni apreciadas por los demás miembros de la familia, ni de la sociedad. Las tareas domésticas son muy pesadas, según afirman Lara, Acevedo, Pego, Luna y Villareal (1997) no tienen una paga económica, ni un horario, ni vacaciones o descansos. Las mujeres que se dedican al hogar no conviven, ni platican con otros adultos, en los que podrían encontrar sustentáculo, en caso de necesitar algún tipo de ayuda.

Estos autores afirman que cada vez es mayor el número de mujeres que trabajan fuera de casa, algunas de ellas lo hacen por necesidad económica, y otras por gusto; pero a pesar de que trabajan, la responsabilidad de que todo marche bien en casa, sigue siendo de ella, no comparte los labores domésticos y aunque, el trabajo de la mujer beneficia a la sociedad, muchas veces son vistas como malas madres por “abandonar a los hijos”, y aún se dan casos en el que el pago que recibe la mujer por su trabajo es menor a la de un hombre, porque, a éste se le considera el proveedor del hogar. A menudo las mujeres son tratadas en su ambiente laboral con inferioridad y en ocasiones sufren de acoso sexual. Muchas madres que laboran viven con la preocupación de cómo están siendo cuidados sus hijos, a pesar, de que con su labor contribuyen a una mejor salud y educación para ellos. Estas preocupaciones en ocasiones provocan alteraciones anímicas. Asimismo, estos autores comentan que el aspecto sexual es otro ámbito en el que las mujeres han sufrido de discriminación por parte de la sociedad, esta represión

de su sexualidad fomenta tanto la ansiedad como la depresión, la cultura le permite al hombre más libertad de decidir cómo, cuándo y con quién mantiene relaciones sexuales y las mujeres deben limitarse a un sólo hombre, muchas veces se les enseña que la sexualidad es sólo con el fin de reproducción, sin considerarse como un placer para su cuerpo. A muchas mujeres se les obliga por medio de la fuerza, coerción o amenazas a tener relaciones sexuales, lo cual genera un sentimiento de frustración e ira, sintiéndose un instrumento para el placer sexual del hombre. Es decir, son cosificadas y utilizadas como instrumento de placer masculino, provocando así la violencia de género.

Otros aspectos que influyen en la psiquis de las mujeres que debemos tomar en cuenta, son, la maternidad y la menopausia. En la primera se considera que la mujer es la responsable principal de la crianza y educación de los hijos, por ello, se culpabiliza de los problemas que los hijos puedan tener. Es así, que no es de extrañar que acaben deprimidas con tanta responsabilidad y tan poco apoyo. Se les ha enseñado un ideal de madre que consiste en ser abnegada y perfectas y esto es imposible de cumplir. En cuanto a la menopausia es importante destacar que es un proceso de fuertes cambios hormonales, personales y familiares, lleno de angustia por el envejecimiento y todo esto provoca en la mujer madura sentimientos de ansiedad, devaluación y depresión (Lara, Medina-Mora, Borges y Zambrano, 1997). Estos autores afirman que la manera en que se educa a la mujer desde niña tiene mucho que ver con que sea propensa en la edad adulta a la depresión, se le enseña a ser pasiva, sumisa y dependiente, a vivir para los demás, tiene poca libertad y se les exige mayor responsabilidad y no se les permite expresar abiertamente el enojo. Es común que al hombre se le considere más valioso, fuerte e inteligente, incluso, es más celebrado el nacimiento de un varón que el de una niña. La niña debe colaborar en las tareas del hogar y el cuidado de los hermanos menores, comenzando a tener desde entonces responsabilidades de adulta, limitando su infancia, por lo regular las madres preparan a la hija para tener una vida igual a la de ellas. A partir de la adolescencia se fortalece la creencia de que la mujer únicamente vale si es

querida por un hombre, las decepciones amorosas en mayores ocasiones, le afectan más a la mujer por la idea de que si no encuentra pareja a una edad adecuada, se quedará para “vestir santos”.

El hombre también ha tenido que cumplir con un rol determinado en la sociedad, y aunque, los estudios de género se han interesado más por lo femenino que por lo masculino, esto no quiere decir, que el hombre no sufra una presión social por cumplir un papel que le exige una demostración de virilidad. Los mitos populares sostienen que la mujer es el sexo débil; fue quizá el hombre quien inventó esto basándose en su mayor fuerza muscular o quizás fue la astucia femenina quien lo fomentó para adular al varón y someterlo a sus deseos, sin embargo, evidencias fisiológicas y psicológicas, favorecen la tesis de que en realidad el hombre es el sexo más débil. El macho tiene que luchar durante toda su vida, con las expectativas sociales y que éstas se acomoden con sus ambiciones personales, así como la mujer tiene que cumplir con presiones sociales, como, casarse, tener hijos, organizar un hogar, el hombre joven también tiene que renunciar a su libertad para lograr expectativas, alcanzar la madurez, para empezar a irrumpir seriamente su psique. El hombre debe adquirir el compromiso paterno que requiere autodisciplina a fin de cumplir un rol de apoyo. Para Moore (1994), la confianza del hombre se basa en su éxito externo, en competir y penetrar, una misión activa, biológicamente está programado para fecundar a todas las hembras que pueda. El éxito y la confianza lo mide en términos de status institucional y adquisición de riqueza, por lo que esta confianza está bajo una creciente amenaza por la pérdida de poder o impotencia sexual.

La masculinidad, según Gilmore (1995), es la forma aceptada de ser un varón adulto en una sociedad, esta noción pertenece tanto a culturas y tradiciones occidentales como no occidentales. Los hombres tienen que cumplir criterios de su papel que le genera una preocupación generalizada por su virilidad. Podemos tomar como ejemplo la imagen masculina española, muy similar a la mexicana, es decir, el machismo, palabra que ha pasado incluso a la lengua inglesa, y existe en

cierto grado en muchas sociedades, la idea de la masculinidad no es solamente de la psicología individual, sino, es parte de una cultura pública, una representación colectiva. Debe haber motivos tanto socioculturales como psicodinámicos. El individuo tiene que responder tanto a conflictos psicológicos propios como a exigencias para la aceptación cultural. La virilidad es problemática, los muchachos deben cruzar pruebas impuestas por cada sociedad. En la literatura estadounidense contemporánea. La virilidad es también a menudo una confabulación mítica, un Santo Grial que debe conquistarse tras largas y arduas pruebas. El macho debe realizar una gran hazaña, superar pruebas, romper las cadenas con su madre. La lucha por lo masculino es una batalla contra deseos y fantasías regresivas, renunciar a los anhelos del idilio infantil, ya que, tanto varones como hembras, establecen una identidad primaria y un lazo social con el progenitor que les alimenta, es decir, la madre.

Todas las sociedades diferencian lo femenino de lo masculino y proporcionan papeles sexuales aprobados para los hombres y mujeres en edad adulta. Papeles convencionales, según los cuales los individuos son juzgados dignos de uno u otro sexo, y evaluados como actores motores. Gilmore (1995) afirma que tales condiciones ideales, se convierten en ancladas psíquicas o identidades psicológicas en la que a menudo los individuos basan su percepción de sí mismo y amor propio. Convirtiéndose así en estereotipos de género.

De acuerdo a este autor, Freud y Jung admitían una mezcla inherente de masculinidad y femineidad en la psique humana, es decir, la masculinidad o femineidad pura no existe, ni siquiera en sentido psíquico o biológico. Los antropólogos biológicos están de acuerdo en que las hormonas y anatomía influye en la conducta humana, por ejemplo, la testosterona (principal hormona masculina) predispone al varón a la agresividad, pero aún así la biología no determina toda la conducta, las culturas determinan papeles y tareas a seguir para cada sexo, no permite improvisar los roles, e ideales sexuales, las sociedades tienden a exagerar los potenciales biológicos, diferenciando la conducta correcta

del hombre y de la mujer. La visión psicoanalítica sostiene que los hombres tienden a protegerse del miedo a la castración debido a los propios traumas edípicos de su desarrollo psicosexual. Las normas de la masculinidad se proyectan hacia afuera, desde la psique individual hasta la pantalla cultural. Los hombres son forzados, mediante sanciones sociales a emprender esfuerzos hacia una masculinidad definida culturalmente. Por lo tanto, la explicación no puede basarse únicamente en proyecciones psíquicas.

La diferencia sexual, según Lamas (2002), nos va a estructurar psíquicamente y la simbolización cultural de la misma diferencia, el género, no sólo marca los sexos también la percepción de todo lo demás, tal es el caso de lo social, lo político, lo religioso y lo cotidiano. Esta autora, comenta que el psicoanálisis estudia la forma en que el sujeto elabora en su inconsciente, las diferencias sexuales y la manera en que a partir de esto, se posiciona un deseo sexual y su asunción de la masculinidad y feminidad. Es precisamente la teoría psicoanalítica la que ofrece el recuento más detallado, de la constitución de subjetividad y de la sexualidad, así como el proceso por el cual el sujeto se resiste o se somete al código cultural. El psicoanálisis ve al sujeto como un ser sexuado y hablante que se constituye a partir de cómo se imagina la diferencia sexual y sus consecuencias serán expresadas a través de la forma que se aceptan o rechazan los atributos y prescripciones del género. Por lo antes mencionado, es que resulta importante realizar un análisis comparativo entre personas, —estudiantes universitarios, para el caso que nos ocupa—, sobre síntomas de depresión y ansiedad que podrían manifestarse, desde los estudios de género, particularmente en deportistas. De tal suerte que se puedan vincular los estados de ánimo al imaginario corporal.

Actualmente los estudios de género se han transformado y hasta cierto punto se han complejizado, ya que no solo se investigan las relaciones particulares o compartidas de hombres y mujeres, ya se puede hablar de los géneros en plural, lo que incorpora no solo la feminidad y la masculinidad sino que se hace referencia a las feminidades, a las masculinidades o neom masculinidades, el género

“X”, “Otro género”, entre otras. Lo anterior, con base en la incorporación no solamente del sexo masculino y del femenino y por ende de la heterosexualidad y la homosexualidad, sino de la intersexualidad, bisexualidad, altersexualidad, transexualidad, entre los principales.

3.2 Depresión y ansiedad

La palabra depresión deriva del latín *deprimere*, que significa presionar o empujar hacia abajo; este término se utiliza en el campo de la psicología compartiendo este sentido de función reducida, contracción y aplanamiento o nivel inferior, según Haddad y Gunn (2013). La depresión se ha derivado como un problema para el ser humano y la sociedad desde la antigüedad, pero la conciencia de profesionales sobre esta problemática ha aumentado notablemente en las últimas décadas.

La depresión es considerada actualmente como la tercera más grande carga de enfermedad en el mundo, y se calcula que para el 2030 sea la principal causa a nivel global de discapacidad. La aparición de la depresión se relaciona con una combinación de factores genéticos, psicológicos, biológicos y ambientales, entre estos factores se incluye, los antecedentes familiares de depresión, abuso de alcohol o sustancias, violencia o abuso, pobreza, apoyo social, entre otros. Según estos autores, entre los principales efectos que se han observado de la depresión se encuentran:

- Sufrimiento individual, angustia y pobre calidad de vida
- Aumento en el riesgo de suicidio
- Reducción del bienestar de las familias y amigos
- Ausentismo y productividad laboral reducida
- Aumento en los costos de atención médica
- Interacciones negativas con problemas de salud (empeoramiento en la evolución de la enfermedad, mayor discapacidad y mortalidad)
- Aumento de la mortalidad por cualquier causa
- Aumento de la discapacidad económica
- Mayor exclusión social del deprimido

Un diagnóstico de depresión se basa en un conjunto de síntomas desagradables que afectan el estado de ánimo, el pensamiento, motivación y funciones físicas de manera persistente y con efectos en la capacidad de la persona para realizar su vida normal (Haddad y Gunn, citados en López, 2014).

La definición de ansiedad que aporta la versión de 1994 del DSM-IV es la siguiente: “anticipación aprensiva de un daño o desgracia futuros acompañada de un sentimiento de disforia o de síntomas somáticos de tensión”. En este mismo manual, como afirma Padilla (2011), se incluyen requisitos para diagnosticar un trastorno de ansiedad, tales como la anticipación ansiosa, o el comportamiento de evitación con el que se asocia, interfiriendo acusadamente en las relaciones familiares, laborales, académicas o sociales del sujeto, o bien le provocan un malestar clínicamente significativo.

La palabra ansiedad proviene del latín *anxietas/atis* haciendo referencia a inquietud, agitación o nerviosismo. Muchas veces se confunde el término de ansiedad con el de angustia, pero este último se refiere a opresión en el pecho o sensación de falta de aire, cada vez se utiliza más en la clínica psicológica el concepto de ansiedad incluyendo en él los síntomas de angustia (Moreno, citado en López, 2014). Podemos definir la ansiedad como un estado del organismo en el que éste se sitúa en alerta debido a una amenaza a su integridad física o psicológica, con el fin de obtener un suplemento de energía para poder huir o luchar, sin embargo, es de suma importancia diferenciar entre ansiedad “normal” y ansiedad patológica, diferenciando la primera como reacciones normales de la persona ante un peligro y la segunda como reacción excesiva. Asimismo, este autor menciona que dentro de la ansiedad normal, las reacciones de adaptación, las acciones eficaces para afrontar dificultades, el problema es cuando ese mismo mecanismo de alerta se pone en marcha sin que haya un peligro real, siendo entonces este un mecanismo anormal. Hablando de la ansiedad patológica el autor se refiere a una inadecuación entre el estímulo y la respuesta de nuestro organismo, a una señal que no es adaptativa ni señal de alarma útil, e interfiere en los rendimientos y funcionamientos psicomotores, psicosociales, toma de decisiones y a nivel fisiológico.

Los síntomas ansiosos más frecuentes según este mismo autor son:

- Inquietud o excitación nerviosa, desasosiego, tensión muscular, cefalea, movimientos constantes en manos, pies, muecas o tics.
- Dificultad para concentrarse.
- Dolores erráticos que han sido analizados medicamente sin dar ningún motivo real.
- Parestesia (sensación de hormigueo).

- Sensación de opresión torácica, falta de aire, sensación de ahogo, o sensación de opresión en abdomen o nudo en el estómago, diarreas, eructos o vómitos.
- Palpitaciones, taquicardia, hipertensión, temblores.
- Oleadas de calor, sudoración.
- Anorexia o aumento de apetito, sequedad en la boca.
- Insomnio. Irritabilidad e hiperestesia a ruidos o luces.
- Sensación de miedo, temores difusos, miedo a volverse loco o perder el control.
- Mareos.
- Ansiedad anticipatoria, conductas de evitación ante estímulos que lo provocan.
- Preocupaciones hipocondríacas.
- Preocupaciones exageradas por acontecimientos cotidianos.

Las clasificaciones descriptivas actuales de los trastornos de ansiedad han sido de gran avance, sin embargo, la comprensión del paciente con ansiedad necesita ir más allá de los criterios diagnósticos, ya que estos por sí solos privan al síntoma de su significado. Las concepciones psicoanalíticas vinculan la predisposición biológica de la ansiedad, a acontecimientos vividos en la infancia, a desencadenantes externos y a mecanismos de defensa específicos (Leal, Barca, Cervera, Vallejo, Giner y Cuenca, citados en López, 2014).

La tesis presentada por López (2014), sirvió de base o continuación de los estudios relacionados con estudiantes universitarios en Estados Unidos y México, particularmente en la Universidad del Norte de Texas y la Universidad Autónoma del estado de México, derivando de ella, la apreciación del imaginario corporal de los estudiantes universitarios que realizan deportes. Según esta autora, en algunas investigaciones se calcula que cada año por lo menos seis millones de hombres en los Estados Unidos sufren de un síndrome depresivo, revelan que tanto los hombres como las mujeres pueden desarrollar los síntomas típicos de la depresión. Sin embargo, a menudo los hombres y las mujeres sienten la depresión de manera distinta y pueden enfrentar los síntomas de formas diferentes. Los hombres por lo general se quejan de fatiga, irritabilidad, pérdida de interés en el trabajo o pasatiempos favoritos y problemas de sueño, y no se quejan tanto de otros síntomas como sentimientos de tristeza, falta de autoestima y culpabilidad excesiva. En lugar de reconocer sus síntomas, pedir ayuda o solicitar el tratamiento apropiado, los hombres pueden recurrir al alcohol o a las drogas cuando están deprimidos. Otros

hombres enfrentan la depresión dedicándose de manera compulsiva a su trabajo, tratando de ocultar la depresión a sí mismos, a la familia y los amigos. Ahora bien, en deportistas se puede apreciar también estas situaciones, es decir, tanto en hombres como mujeres deportistas se presentan estados de depresión y ansiedad.

3.3 Estados de ánimo en deportistas universitarios

De acuerdo a los resultados obtenidos después de la aplicación del instrumento IDAS en estudiantes de la UAEMex, López (2014), la depresión seguida por la ansiedad se consideran las patologías mentales más discapacitantes, disfuncionando frecuentemente en la dinámica social, familiar y económica del individuo que la sufre; ya que estos trastornos afectan el organismo, el estado de ánimo, la manera de comer, dormir, la percepción que uno tiene de sí mismo y la manera de pensar (Lara y otros, 2007). Incluso Haddad y Gunn (2013), refieren que la depresión es considerada como la tercera más grande carga de enfermedad en el mundo y calculan que para el 2030 será la principal causa de discapacidad a nivel global. Estiman que actualmente 151 millones de personas sufren esta patología en el mundo. Los trastornos de ansiedad son la patología más común en Estados Unidos, 16.4% de la población presenta algún tipo de estos trastornos y el 25% de la población en algún momento muestra algún síntoma ansioso (Puchol, 2003, citado en López, 2014). En América Latina los trastornos mentales más comunes son los depresivos.

En esta investigación se observó una alta significancia en estas dos patologías, pues como lo mencionan Balanza, Morales y Guerrero (2009), la elevada prevalencia de depresión y ansiedad en estudiantes ha sido objeto de estudio de las ciencias de la salud y se ha mostrado que el contexto familiar, la falta de libertades, las altas expectativas de los padres, los problemas parentales y las situaciones estresantes están fuertemente correlacionadas con estas patologías.

La epidemiología según Leal y otros (2010) refiere mayor frecuencia tanto de ansiedad como de depresión en mujeres que en hombres, mencionando incluso que entre el 50% y 60% de los casos es en mujeres. En los resultados obtenidos por López (2014) de la UAEMex sigue habiendo mayor concentración de síntomas ansiosos y depresivos en mujeres. Existe una fuerte comorbilidad entre ambos tipos de trastornos, muchos de los síntomas atribuidos a la ansiedad también se

presentan en la depresión y viceversa, sin embargo existen diferencias que permiten identificarlos (Agudelo y otros, 2007). Se puede decir que la depresión se definiría en función de un bajo nivel de afecto positivo y alto nivel de aspecto negativo; mientras que la ansiedad aparece con un alto nivel de aspecto negativo. Esto se puede apreciar muy claramente en los factores atribuidos a la depresión y a la ansiedad del instrumento utilizado en esta investigación (IDAS). La importancia de diferenciar estas patologías radica en la necesidad de una adecuada orientación del tratamiento.

No se encontraron resultados significativos en el factor de tendencias suicidas; sin embargo, es importante tener en cuenta que el aumento de probabilidades de suicidio es más del doble para personas con depresión (Haddad y Gunn, 2013). En México el suicidio es la tercera causa de muerte en jóvenes de entre 15 y 24 años de edad y en la mayoría de los casos existe una comorbilidad con depresión (Osornio y Palomino, 2009). Se observa a través de las medias mayor presencia de síntomas de la categoría tendencias suicidas en mujeres, a pesar de ello, de acuerdo a esta literatura la muerte por suicidio es cuatro veces más frecuente en hombres que en mujeres de Estados Unidos, esto se debe que a pesar de que las mujeres tienden a tener más intentos los hombres usan métodos más letales.

En el caso de la psicología, los estudios de género proporcionan una amplia área de investigación para identificar los problemas que requieren de estrategias de intervención (Aragón y Silva, 2002). Acuñar el concepto de género ha permitido distinguir las formaciones culturales (socialización) de la formación natural (nacer con genitales de mujer o de hombre) y por este hecho adjudicar derechos, obligaciones, conductas y características que deben adoptar los varones y otras las mujeres (Lamas, 2005). Aceptar el género se refiere a aceptar las prácticas, creencias, representaciones y prescripciones sociales que una cultura establece acorde a diferencias anatómicas entre hombres y mujeres (Garaigordobi, 2013). Todas las sociedades se enfrentan a un hecho: existe una diferencia corporal

entre hombres y mujeres notables en los genitales; sin embargo, será la cultura la responsable de la simbolización de estas diferencias (Lamas, 2005). Por ello, resulta importante hablar de las diferencias obtenidas en los estudiantes de la UAEMex.

En este estudio se asocia la mayor presencia de depresión y ansiedad en mujeres que en hombres estudiantes, ya que con el rol que la sociedad les ha creado a las mujeres a lo largo de la historia y hasta la actualidad, la mujer ha sido desvalorizada y considerada como el sexo débil, viviendo con mayor sumisión y represión. Las mujeres amas de casa no son reconocidas por sus tareas domésticas, no tienen pago económico, vacaciones o descanso, no conviven con otros adultos, que es el caso de muchas madres de las estudiantes universitarias y de cierta forma esta desvalorización les acompaña. Las mujeres que trabajan fuera de casa siguen teniendo la responsabilidad de que todo marche bien en el hogar y en ocasiones son vistas con inferioridad en el ambiente laboral e incluso son menos retribuidas económicamente, tal es el caso de algunas estudiantes que son madres solteras (Lara y otros, 1997). La sociedad también ha reprimido su sexualidad, permitiéndole al hombre más libertad que a la mujer. La violencia de género es la forma más grave de discriminación sobre las mujeres, con fuertes consecuencias físicas y psicológicas. Estos autores refieren que la manera en que se educa a la mujer desde niña, la hará propensa en la edad adulta a la depresión; se le enseña ser pasiva, sumisa y dependiente. Es posible que el hombre se considere más valioso, más inteligente e incluso se celebre más el nacimiento de un varón.

La diferencia entre estudiantes varones, es que se obtuvieron resultados más significativos en depresión que en las mujeres, esto lo podemos asociar a que es más frecuente en este país las “nuevas masculinidades” que plantean expectativas más positivas en igualdad de género, disminuyendo las tradiciones machistas; sin embargo, definir la identidad para el hombre hoy en día es más difícil, el niño macho se ve condenado, pero para hacer valer su identidad

masculina deberá convencer a los demás de que no es mujer y no es homosexual, así el hombre de este siglo no sabe cómo definirse.

El género masculino en estudiantes de la UAEMex muestra mayor presencia de sintomatología ansiosa que la mujer, asociando esto con un rol que no se salva de reglas y exigencias sociales. El ideal de la virilidad ha hecho al hombre vulnerable a la presencia de síntomas depresivos y/o ansiosos ya que la virilidad es problemática; el macho debe superar pruebas, luchar contra deseos y fantasías (Gilmore, 1995). El varón debe cumplir con expectativas sociales y ajustarlas a sus propias ambiciones, tiene que adquirir compromiso paterno, cumplir con un rol proveedor. Para el hombre la confianza en sí mismo está basado en el éxito externo, en status institucionales y adquisición de riqueza, está en constante amenaza de pérdida de poder o impotencia sexual (Moore, 1994) y para el caso que nos ocupa, debe tener un cuerpo musculoso y atractivo.

La represión de las emociones es una característica del constructo social de lo masculino, el varón aprende a reprimir afectos y emociones para distinguirse de las niñas, pero la gama de emociones no desaparece sólo se frena (Kaufman, 1989). La falta de vías de expresión se transforma en conductas patológicas contra los demás o contra sí mismo.

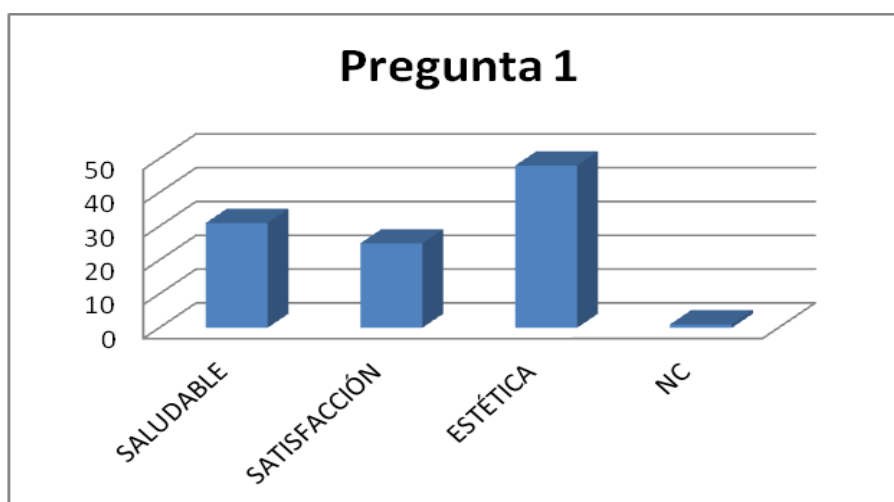
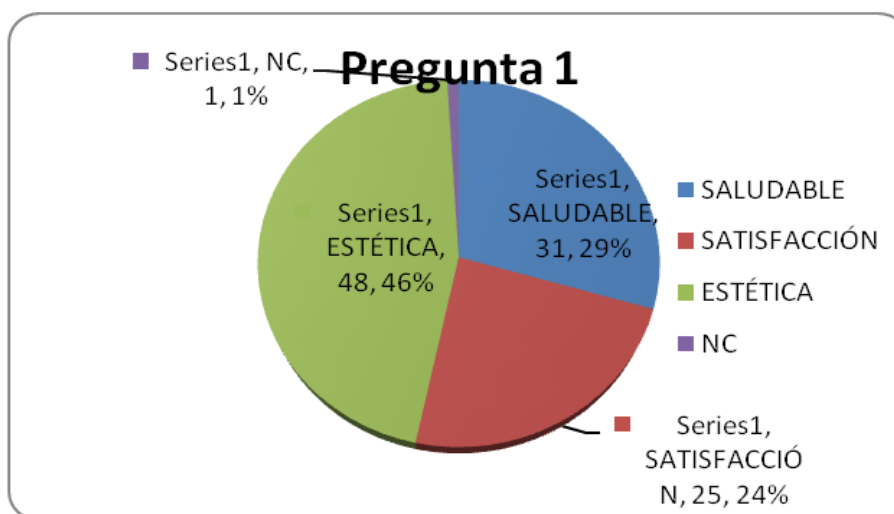
CAPÍTULO IV

DISCUSIÓN Y RESULTADOS

4.1 Análisis de resultados

A continuación se presentan los resultados obtenidos después de la aplicación de la entrevista semiestructurada que se aplicó a los jóvenes deportistas. Asimismo de la base de datos obtenida, se exponen los comentarios más relevantes o de interés para esta investigación.

Gráfica 1: Concepto de belleza corporal



1. ¿Qué concepto tienes de belleza corporal?

Los resultados obtenidos son los siguientes: el 46% de la población encuestada opinaron que la belleza corporal es más bien una cuestión de estética que cada

ser humano posee, el estar atractivo o en forma, tener un cuerpo bonito y cara bonita; el 29% de la población consideran que el estar saludable tanto física como mental, eso es la belleza corporal. Mientras que el 24% de la población consideraron que la belleza es satisfacción, es decir, el estar y sentirse bien consigo mismos implica la confianza de ser lo que son. El 1% no contestó.

Por lo anterior, se deduce que los estudiantes deportistas en su mayoría le dan mayor peso al aspecto estético, es decir, que quizá entrenan para conservar una imagen corporal atractiva y saludable, que les brinde mayor seguridad ante la competencia y socialmente se vean aceptados físicamente.

Algunos comentaron la importancia de verse bien ante la mirada de los otros. Así como: “Es cuando te ves, te sientes y estás bien contigo mismo y eso lo pueden notar otras personas” (ES-M-5). Denota cierta preocupación por lo que opinen los demás de él.

Esta misma gráfica en barras permite apreciar con más nitidez los porcentajes, resaltando de ello, la importancia que se manifiesta en la corporalidad visual, sin embargo, uno de los varones entrevistados valora el aspecto interno, es decir, no solo la fachada física del cuerpo: “Dar a ver por fuera lo que eres por dentro” (ES-M-7).

Otro entrevistado inclusive habla del funcionamiento interno del cuerpo “Homeostasis que se tiene de los diferentes sistemas y órganos que comprenden el cuerpo humano en las esferas biopsicosociales y políticas (TM-M-43). Que bueno que no todos se preocupen por su envoltura corporal.

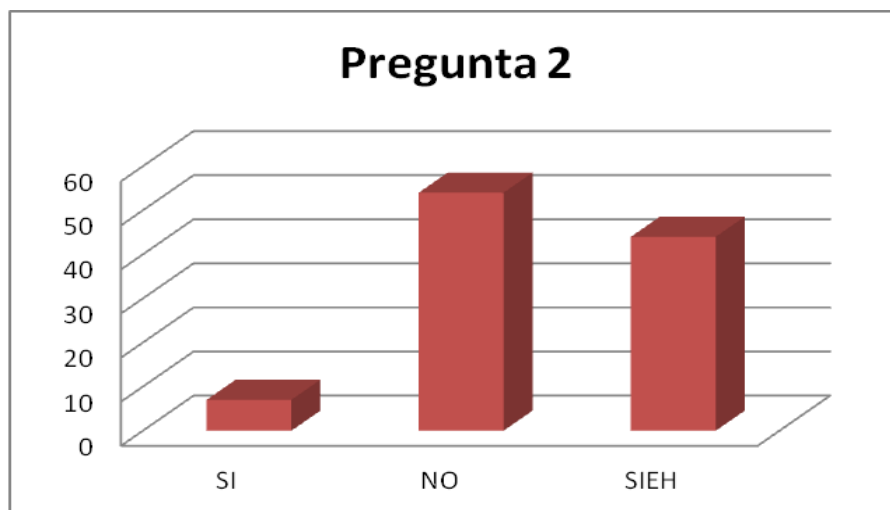
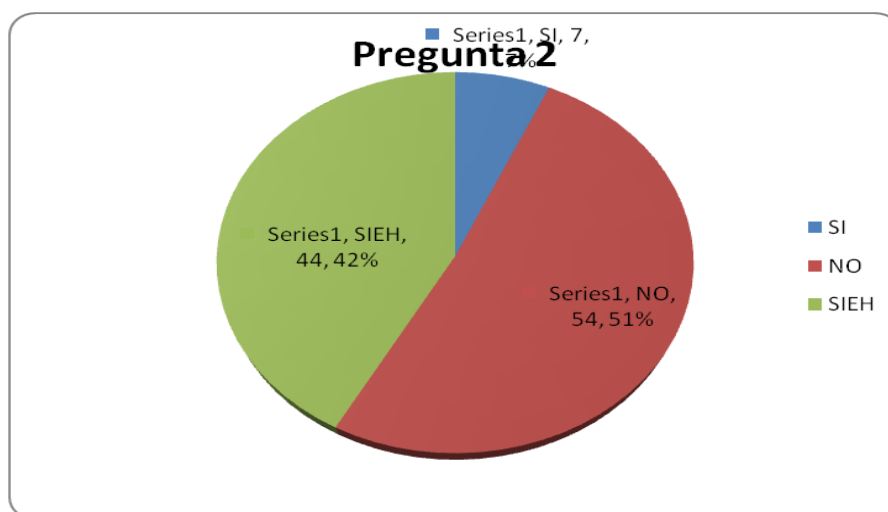
Asimismo, se encontró un comentario: “De belleza corporal más que nada es estar bien contigo mismo sin excederse, sin caer en el maltrato físico como es el tomar pastillas, proteína de la que te venden en los gimnasios; yo creo que cada quien tenemos diferentes cualidades o aspectos físicos que se deben de dar a notar y

pues no es necesario excederse, por algo somos seres humanos y nadie es perfecto” (TK-M-26).

Con ello, se infiere que no todos están obsesionados por un cuerpo “ideal socialmente clasificado”, ni toman sustancias para contornear su cuerpo artificialmente. Por otro lado una entrevistada, menciona que: “Podría ser que el cuerpo de la persona, bueno, mi cuerpo sea el que yo espero con las proporciones que me gustaría tener” (TK-F-31), es decir que para ella el tener un cuerpo torneado sea más importante. Sin embargo es solo una etiqueta o bien un cascarón el cual da presencia ante la sociedad.

Tener un concepto como tal sobre la belleza corporal sería entrar en una discusión, pero como se ha mencionado con anterioridad, la belleza corporal es el tener un cuerpo estéticamente bien, proporcionado simétricamente, que de presencia a la sociedad y el mundo del deporte, además de la buena condición física y sin dejar atrás la salud mental y física, ahora bien la corporalidad estética, es estar bien contigo mismo sin importar los estereotipos que los medios de comunicación nos ponen, y que en algún momento podrían poner en riesgo nuestra salud tanto física como mental, tener seguridad de nosotros mismos y evitar la imitación de personajes que podrían no ser reales, hacer deporte y comer sanamente para no solo un cuerpo bello sino además buena salud.

Gráfica 2: Hábitos alimenticios



2. ¿Tienes hábitos alimenticios de acuerdo al deporte que practicas?

El 51% de población encuestada contestaron que no tienen los hábitos de alimentación que su deporte requiere, sin embargo se alimentan con proteínas y tratan de evitar las grasas. El 42% de la población si especificaron sus hábitos alimenticios mientras que solo un 7% contestaron que sí, sin especificar cuáles eran.

Como se puede observar en la gráfica la mayor parte de los deportistas no llevan una dieta balanceada en relación a las necesidades que el deporte que practican requiere, ya que todos los deportes son muy diferentes y por eso las necesidades. Los pocos que respondieron que si nos dicen que: “Sí, hago una dieta específica de pasta, verduras y carne para hacer crecer los músculos y tener una buena condición física” (ES-M-2). Esto demuestra que nuestro entrevistado hace la dieta no los para mantener buena condición física, además no se olvida de la belleza corporal, en el comentario de tener músculos. Una chica comenta que: “Sí, me alimento sanamente para evitar enfermedades, sobre todo no estar gorda” (FuF-16), y nuevamente se hace notar la importancia de una buena figura corporal, dejando en segundo plano la salud.

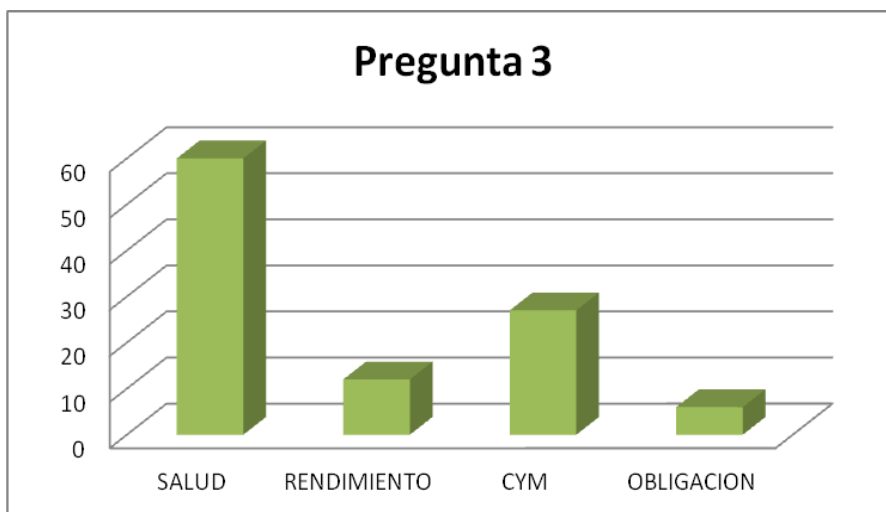
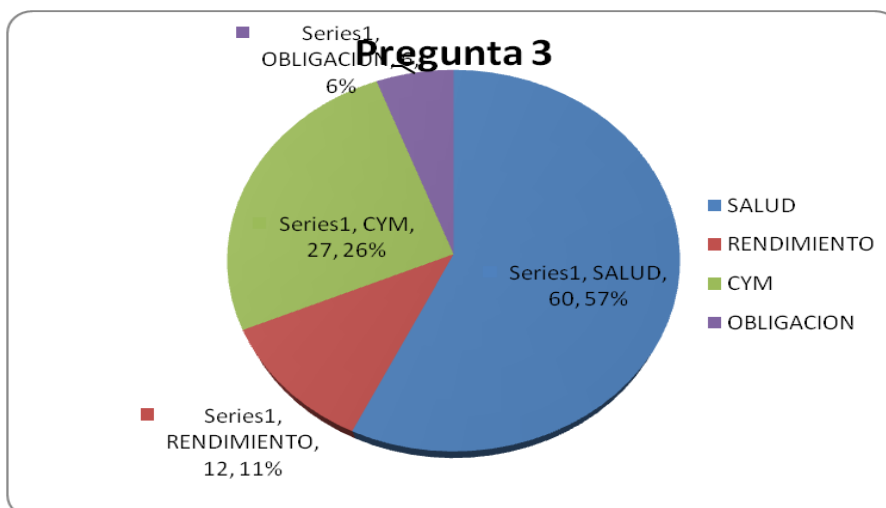
Mientras que para otros deportistas la alimentación si es indispensable para su desempeño deportivo: “Mi deporte si requiere ciertos hábitos que sean más que nada saludables, es decir, no exceder en comida chatarra, y pues, consumir frutas y verduras que es lo que nos da energía y todo lo necesario para poder llevar a cabo correctamente el tae kwon do. Lo llevo a cabo cuando puedo” (TK-F-31), así podemos definir, que ante la falta de tiempo o posibilidades de tener una dieta balanceada, los hábitos alimenticios se pretenden llevar, teniendo una alimentación ajena a las grasas para mejorar el rendimiento físico que el deporte requiere.

Otro comentario alude que: “No realmente, por lo general no sigo ningún tipo de estándares de dieta o algo por el estilo, sin embargo los días de entrenamiento procuro comer menos de lo normal antes de ejercitarme para sentirme ligera pero con fuerzas suficientes para la rutina de ejercicio. Normalmente los horarios en los que me alimento no suelen ser muy específicos, pero cuando debo entrenar, procuro hacerlo mínimo una hora antes del ejercicio físico” (T-F-44). Como denota el siguiente comentario, el cuidado de la alimentación no es parte de una dieta balanceada, simplemente el cuidado de la alimentación corre por cuenta propia.

Sin embargo otro entrevistado nos comenta que: "Sí, como nuestro deporte es de resistencia, en este caso es fondo, la mayoría de nuestra alimentación son carbohidratos, un 60% carbohidratos, 25 proteínas y el resto de grasas" (AT-M-52), esto demuestra que una alimentación balanceada requiere de las características que el deporte requiere, es decir algunos deportes no necesitan grasas y/o carbohidratos, sino hidratación, como: "Sí, hay ciertas guías que ayudan a conformar una dieta para el ajedrez, lo básico es que en la competencia se minimicen los carbohidratos y se tenga una buena hidratación" (AJ-M-58), ahora bien las diferentes necesidades alimenticias dependen del deporte que se practica.

Un punto importante acerca de la alimentación balanceada es tener buenos hábitos y reconocer las necesidades que el deporte requiere, y no solo enfocarse en una figura cuya expectativas cumplan con la aceptación social, sino más bien una salud física y rendimiento deportivo.

Gráfica 3: razón del cuidado del cuerpo



3. ¿Por qué razón cuidas tu cuerpo?

El 57% de la población encuestada opinaron que el cuidar su cuerpo es más bien una cuestión de salud, el 26% el equilibrio entre el cuerpo y la mente, el 11% para mejorar su rendimiento deportivo, mientras que el 6% simplemente por obligación.

La imagen es la forma en como nos percibimos a nosotros mismos, tanto como individuos, como seres que forman parte de una sociedad y por tal motivo pensamos en la importancia de la opinión de la gente, a la que posiblemente le

damos demasiada importancia, y además valoramos lo que digan otros de nosotros, perdiendo poder y autoridad sobre nuestra propia persona.

El cuidado del nuestro cuerpo además de ser importante simple y sencillamente porque solo tenemos un cuerpo al que durante toda la vida está dando un espacio y presencia ante la sociedad, ahora bien el cuidar el cuerpo tiene varios estereotipos y diferentes puntos de vista acerca de la mejor estrategia del cuidado de cuerpo, sin embargo esto depende del punto de vista de las distintas personas y es ¿por qué? De la razón por el cuidado personal del cuerpo.

Si bien el mayor número de la población entrevistada cuida su cuerpo por salud pero sin embargo también está acompañado de verse bien ante la sociedad.

Como lo mencionan: “Para verme y sentirme bien, para estar satisfecha conmigo misma” (FuF-21), “Por salud y verme bien” (ES-M-13), “Porque es importante estar saludable para practicar el deporte que te gusta y además el lucir bien” (ES-M-12), como se muestra en las respuestas de los anteriores, el cuidado del cuerpo es para mostrar una etiqueta ante la sociedad, un cascaron que permita la aceptación de las personas a un grupo social de amigos, familia, escuela o simplemente la satisfacción de uno mismo por su físico corporal, claro que sin dejar de lado la importancia de la salud y la condición física que se pretende tener para la práctica del deporte.

Diferente punto de vista acerca de la importancia del cuidado corporal menciona que: “Porque me gusta verme bien, porque la imagen que das por fuera es lo que las personas piensan de ti, entonces pues lo más importante es la imagen de afuera para que después las personas quieran conocer la de adentro” (TM-M-36).

Ahora bien se puede denotar que existe una mayor preocupación por la apariencia física ya que es uno de los factores cruciales que provocan que los jóvenes traten de mantener un cuerpo que este posiblemente estandarizado por

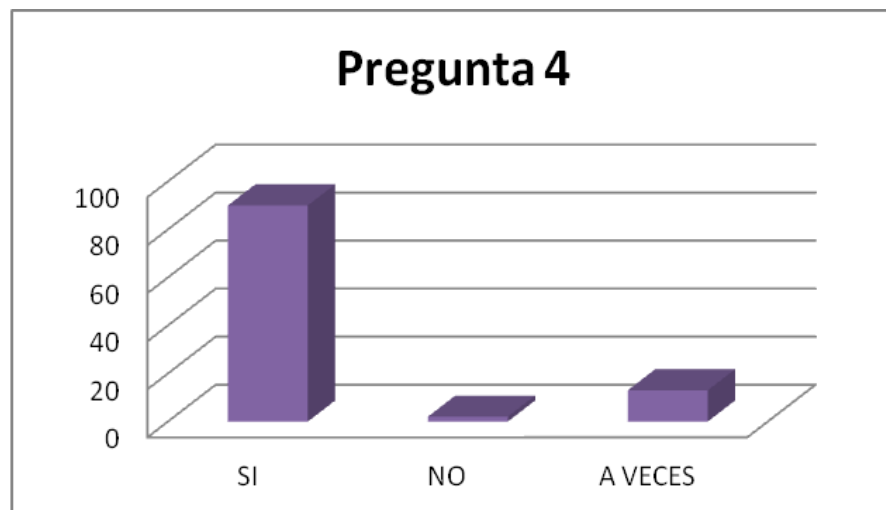
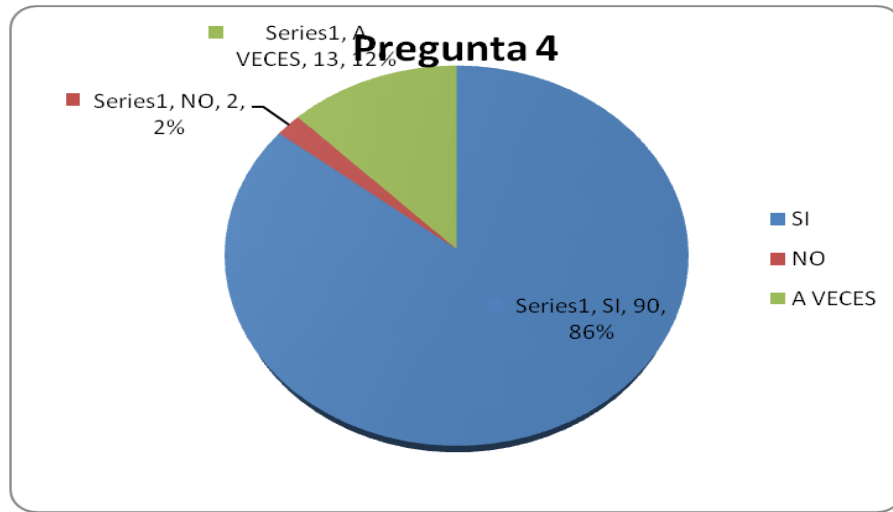
los medios de comunicación. Al ser estos posiblemente más sensibles a temas enfocados a la nutrición o aspectos estéticos ocasiona el fanatismo de un modelo a seguir con el objetivo final de lograr tener una buena apariencia física. Y es ahí cuando pueden ocurrir trastornos alimenticios, consumo de sustancias que alteren el crecimiento de la masa muscular, o exceso de ejercicio que provoque daños irreversibles en nuestro cuerpo y mente.

Como bien se ha mencionado la importancia de la apariencia física es un tema al que posiblemente la mayoría de la gente le da mayor interés ya que el cuidado del cuerpo es más una relación con la apariencia física que tiene un papel muy importante en nuestra sociedad. Los medios de comunicación, la televisión, interfiere en este tema.

Ser flaco, alto, estar fuerte, tener músculos o una figura bien torneada simétricamente, ser guapo son temas de interés para la gente. Y más cuando el ejercicio o los deportes son lo que imponen un tipo de apariencia física, sin embargo lo que de verdad debería de importar al practicar algún deporte es el tema de la salud y la capacidad que se tenga para poder enfrentarse a las competencias, una buena condición física al momento de competir una buena alimentación y la confianza que se tiene de uno mismo ante los estereotipos de la sociedad es a lo que le deberíamos de dar mayor importancia antes que a los medios de comunicación.

Estar bien y sentirse bien son los dos únicos aspectos que interesan dejando en un segundo plano el verse bien aunque dejarlo en segundo plano no quiere decir que no hay que darle importancia, si no hay que trabajar en la cuestión física por el simple hecho de una vida con calidad, que genera seguridad ante la sociedad; sin duda un tema complicado pero lo más importante ahora es el tema de la salud.

Gráfica 4. Constitución física



4 ¿Crees que la constitución física que tienes te ayuda al deporte que practicas?

Hemos concluido que el 86% de los deportistas ha considerado importante la forma de su cuerpo, ya que les permite desarrollarse y aumentar su nivel deportivo. De acuerdo al deporte que practican su cuerpo se va moldeando lo que es favorable para su rendimiento.

Por otro lado el 12% de estos deportistas se encuentran en un punto medio donde no les afecta la forma de su cuerpo (si son altos, bajos, complexión media etc.) pero que deben de aprender técnicas que les ayude a desarrollar su disciplina, para no verse afectados.

Y el 2% de los entrevistados dicen no ser afectados por su físico, han podido desempeñarse y han podido tener un buen rendimiento de acuerdo a su disciplina.

Para la mayoría de los jóvenes deportistas han considerado importante la constitución de su cuerpo, unos de ellos menciona “Si, me ayuda mucho mi constitución física” (ES-M-3), posiblemente esta característica sea una de las más importantes como deportista. Y para otro deportista aluden en que no es tan importante sin embargo añade que se tiene que esforzarse, “No mucho, pero me esfuerzo” (ES-M-4), aparentemente no le da importancia a la constitución física de su cuerpo, tal vez se tiene que esforzar mas si es que no tiene un cuerpo acorde a su deporte.

Un joven que practica esgrima nos manifiesto lo siguiente; “Si, al principio era algo difícil por la estatura pero poco a poco fui desarrollando técnicas que me han hecho más hábil” (ES-M-13), a pesar de que su estatura no le ayudaba mucho él tuvo que mejorar su técnica para tener un desarrollo mejor, podemos inferir de que sí considera importante la constitución del cuerpo a pesar de que no le impide practicar dicho deporte.

En el caso de una chica de futbol estar gorda un impedimento para rendir en su deporte ya que ella nos dice; “Si, de estar gordita me costaría mucho trabajo realizarlo” (FuF-14) en este caso para esta chica, tal vez estar delgada es mejor, que estar gorda, otra señorita de futbol añade; “Algo, pero es complementario con mi alimentación y ejercicio” (FuF-23) para ella además de ejercicio es importante la alimentación, tal vez combina estas dos partes para tener la constitución física

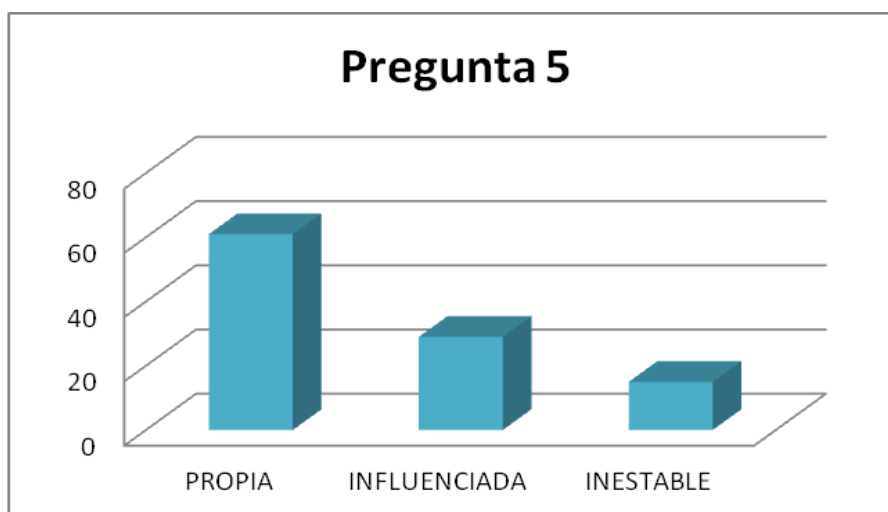
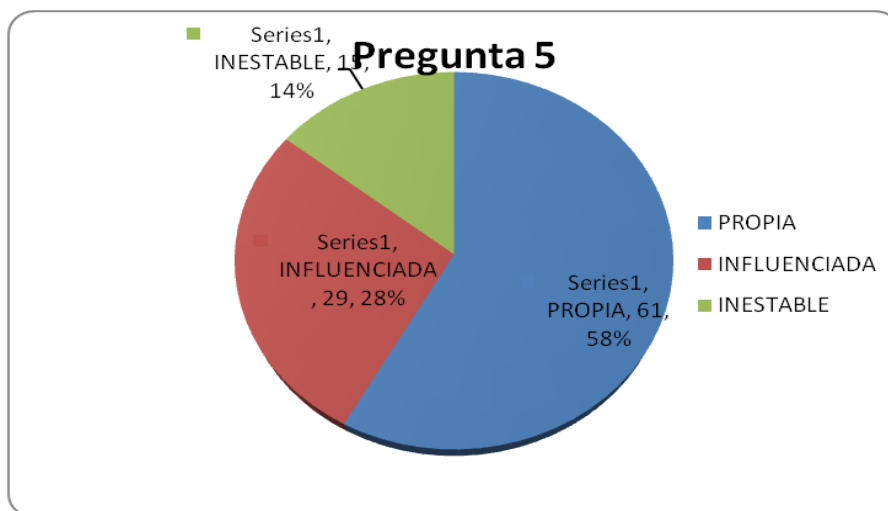
que ella quiere, lo que podemos decir que ambas mujeres cuidan mucho su complexión física.

También existe influencia por figuras deportistas ganadoras, donde se puede decir que si alguien quiere ganar en “x” deporte tengo que parecerme en lo que más se pueda a aquel que gano; como lo menciona un chico,” Si claro, de hecho los famosos cuerpos perfectos para el deporte, si es. Pero yo creo que cualquier constitución física mientras haya entrenamiento, disciplina y ganas de hacer las cosas, no tiene gran ciencia el factor que dices” (TK-M-26), a pesar de que dice que la constitución del cuerpo no es importante nos hace mención de entrenamiento y de disciplina lo que sutilmente es moldear tu cuerpo, para permitir lograr lo que quieres.

Por otro lado un chico de gimnasia nos dice: “Estoy trabajando en eso, pero sí. Me hace falta más masa muscular y quemar un poquito más de grasa pero la condición la tengo” (GA-M-35), para este joven su cuerpo es importante y valora mucho la forma que el pueda tener al querer aumentar masa muscular y quemar grasa, y dejo en segundo término la condición, en cambio una chica le da mayor peso lo que podría llegar a ser una obsesión ya que ella nos menciona: “Sí, porque independientemente del deporte que hago, hago más ejercicio para tener más condición aquí” (TM-F-40), aparte del deporte que practica, que es aproximadamente 2 hrs diarias hace mas ejercicio.

Por lo cual hemos llegado a la conclusión que la mayoría de los deportistas Universitarios le da mayor valoración a la constitución física de su cuerpo aunque no lo mencione de forma directa, ya que muchos de ellos nos menciona aspectos importantes como bajar de peso, quemar grasa, estar delgados, ser alto, etcétera con la finalidad de ser más rápidos, mas agiles, desarrollar habilidades y en muchos de los casos tener mayor condición física y tener un alto rendimiento.

Gráfica 5. Imagen corporal



5. ¿La imagen corporal que tienes es propia o consideras que está influenciado por los medios de comunicación?

El 58% de nuestra población comenta que poco a poco han ido adquiriendo su propia imagen pero hacen mención de que sí han sido influenciados por figuras que ellos mismos admiran, la mayoría de ellos son personajes que han destacado deportivamente y que los ven a través de la televisión. Admiran su esfuerzo y dedicación al deporte, su cuerpo, su estilo, etcétera son características que los

hacen verse bien y que nuestros entrevistados también desearon o desean algo similar.

A pesar de que su imagen es propia ellos en algún momento tuvieron que tomar la decisión de cómo querían su imagen con respecto al deporte que les gustaba, unos de nuestros entrevistados nos menciona: “Es propia, el deporte es una disciplina y es decisión de uno mismo realizarlo y así ir modelando tu cuerpo” (ES-M-2), este joven deportista puede que haya tenido influencia por medio de su deporte a pesar de que considere ya propia su imagen. Otro joven nos señala: “En su mayoría es propia, pero creo que a veces puedes admirar a personas que vez por el trabajo que le han dedicado a su cuerpo” (ES-M-5), podemos decir que si fue influenciado por alguna figura sin embargo el ya decidió cual iba a ser su propia imagen corporal y la ha ido formando como a él más le gusto y como se siente a gusto.

Uno de ellos alude: “Es propia pero siempre va a haber gente a la que admiras por las cosas que lograron con su cuerpo” (ES-M-7), este deportista a pesar de considerar ya su propia imagen no deja afuera la admiración por otras personas lo que sutilmente es influencia, ya sea en mayor o menor grado, sin embargo cada uno ya va decidiendo como quiere su estilo como ya lo mencionamos anteriormente con todo un joven nos expone: “Es propia, los medios de comunicación pueden llegar a establecerte estilos, Pero el cuerpo que cada quien tiene es propio del esfuerzo que dedica” (ES-M-13) aquí nuevamente podemos ver la influencia que ellos van teniendo de acuerdo al ambiente en que se encuentran.

El 28% de los deportistas han sido influenciados lo que no permite que ellos vayan teniendo su propia imagen, este porcentaje de deportista admiran mas el esfuerzo que hacen por su cuerpo como el físico, la estética, la belleza, el estilo entre otras cosas, y dejan en segundo término el rendimiento deportivo.

Un chico de esgrima nos menciona: “Quizá un poco influenciado, es normal tener una figura que quieres seguir” (ES-M-11) en este caso ser influenciado es algo normal y nos afirma la existencia de influencia sobre él.

En cambio las chicas se van mas por como las ven; una joven de futbol nos comenta: “Considero que si está influenciada y mucho ya que la televisión marca los estándares de belleza y bueno si no los cumples tu misma te sientes mal” (FuF-16) para esta chica la belleza y el sentirse bien con respecto a los estándares de la sociedad es importante, tal vez esta sea una de la razones por la cual ella se deje influenciar por lo que ve.

Otra joven nos explica: “Si, en realidad está un poco influenciada, tú ves la televisión y ves chicas con ropa linda y un tipo de cuerpo que hace que se vea bien, de alguna manera tratas de imitar porque es lo que te dicen que se ve bien o es bonito” (FuF-25), lo que podemos observar es que ambas deportistas están influenciadas por la televisión y que le dan un valor considerable a la belleza, a la estética y al verse bien.

Un chico de Tae Kwon Do nos cita: “Al principio cuando estaba chavo, en la prepa, yo creo que si estaba influenciado porque quería que me pelaran las niñas o etc. La misma situación de adelgazar, no verme obeso, pero no. O sea, yo estoy bien conmigo mismo y así estoy bien. Y si la gente me acepta como soy o no me quiere aceptar como soy, pues es problema de cada quien” (TK-M-26), aquí él ya nos habla acerca de aceptación por parte de otras personas, posiblemente el fue influenciado por personas que lo rodeaban ya que buscaba la aceptación de ellos, el estar delgado tal vez para él es verse bien y por consiguiente será aceptado.

No ser influenciada es casi imposible, vivimos en una sociedad donde la mass media está presente en nuestros días, no podemos rehuir como lo menciona una chica de tae kwon do donde nos expresó: “En parte si está influenciada por los medios de comunicación porque pues es algo que no podemos evadir y nos

bombardean todos los días con eso. Básicamente, las partes de mi cuerpo que están influenciadas son las piernas y mi abdomen, porque aparte también algo muy esencial en el tae kwon do es tener unas piernas fuertes y un abdomen firme, entonces siempre me fijo como que en eso” (TK-F-31), ella nos testimonia que ha sido influenciada y que no lo pudo evitar, también destaca de su imagen corporal dos partes que quizás son las partes que más ha sido influenciada y que desea tener como otras personas.

En conclusión podemos decir que tanto el 28% y el 58% han sido influenciados la diferencia es que unos van tomando sus propias decisiones de cómo quiere formar su imagen corporal y se apropia de eso y los otros están totalmente influenciados por alguna figura en específico. Por un lado las mujeres son más influenciadas en la parte de la estética, de la belleza y de verse bien; los hombres en la forma de su cuerpo o estructura (músculos) y en la fuerza que ellos deben de tener.

Querer parecerse a alguien (hablando deportivamente) es una de las mayores influencias que estos chicos y chicas deportistas tienen, porque han llegado a admirar a alguien, como lo señala un chico de gimnasia: “Pues creo no que por un medio de comunicación, sino por mis modelos, aspiraciones, la gente que admiro y se dedica a este tipo de deportes.

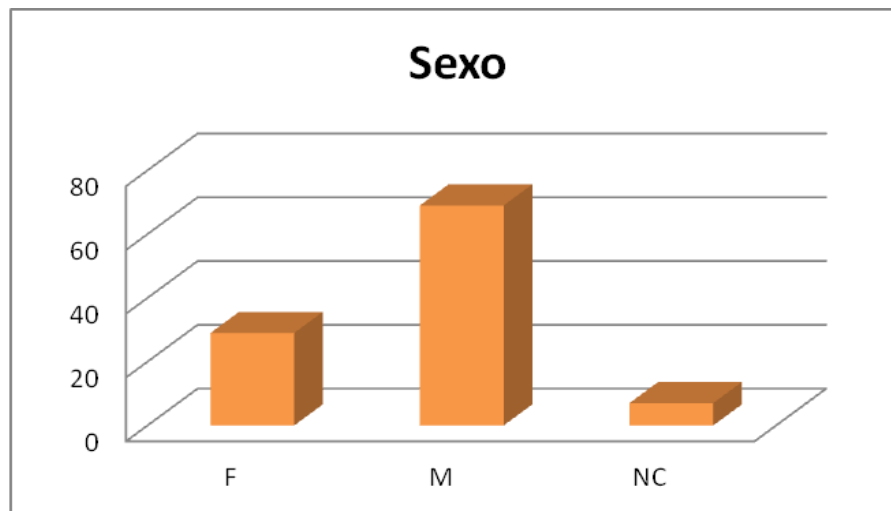
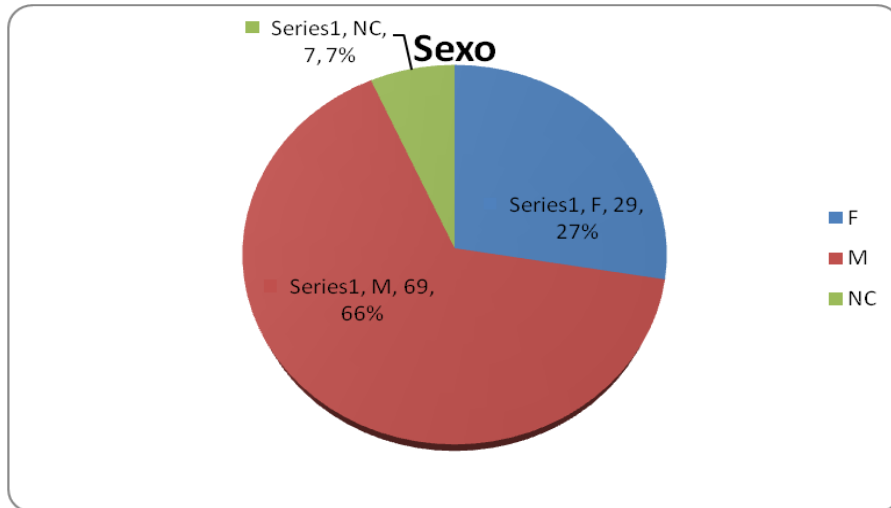
Entrevistador: ¿Quiénes son esas personas?

Entrevistado: Bueno, soy también, practicante de Ballet y entonces hay personalidades como Ivan Vasiliev o Roberto Bolle, Nuréyev por ejemplo” (GA-M-32), la admiración para la mayoría de los varones es uno de los factores principales para que fueran influenciados, y para las mujeres tener el cuerpo deseado (delgadas, bien formadas en las piernas, pecho, abdomen etcétera) y codiciar el cuerpo de otras es su mayor influencia como lo menciona una deportista: “Es propia. Si he visto algunas cosas que digo “yo quisiera tener el cuerpo de esa muchacha”, pero no me llego a obsesionar” (GA-F-34), para las

mujeres verse bien y tener un aspecto que a ellas les agradaba fue la base para dejarse influenciar por los mass media.

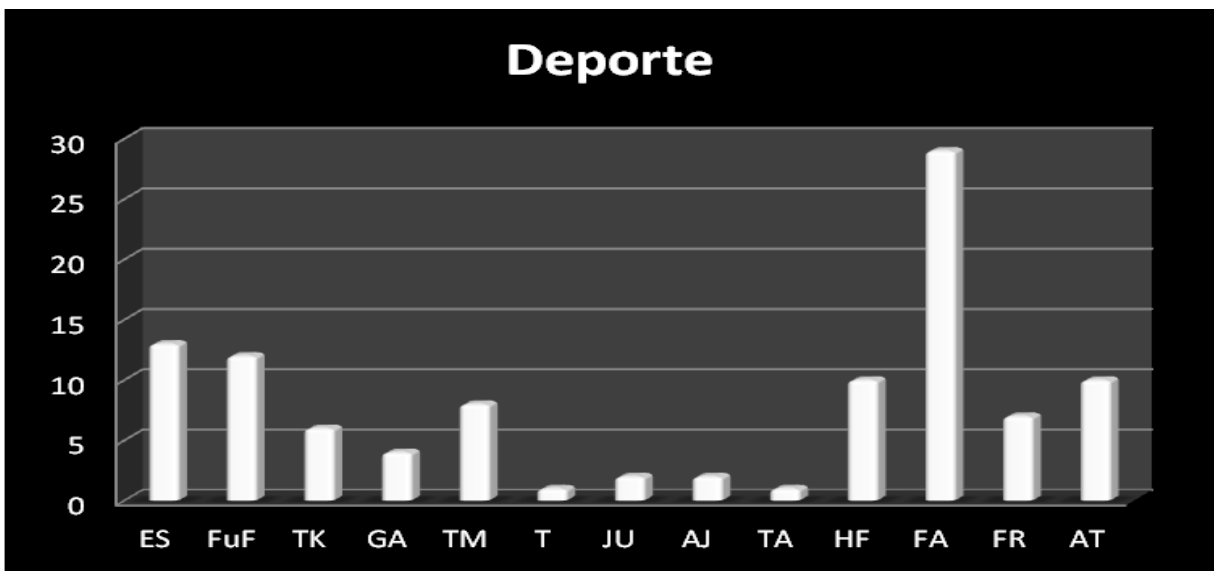
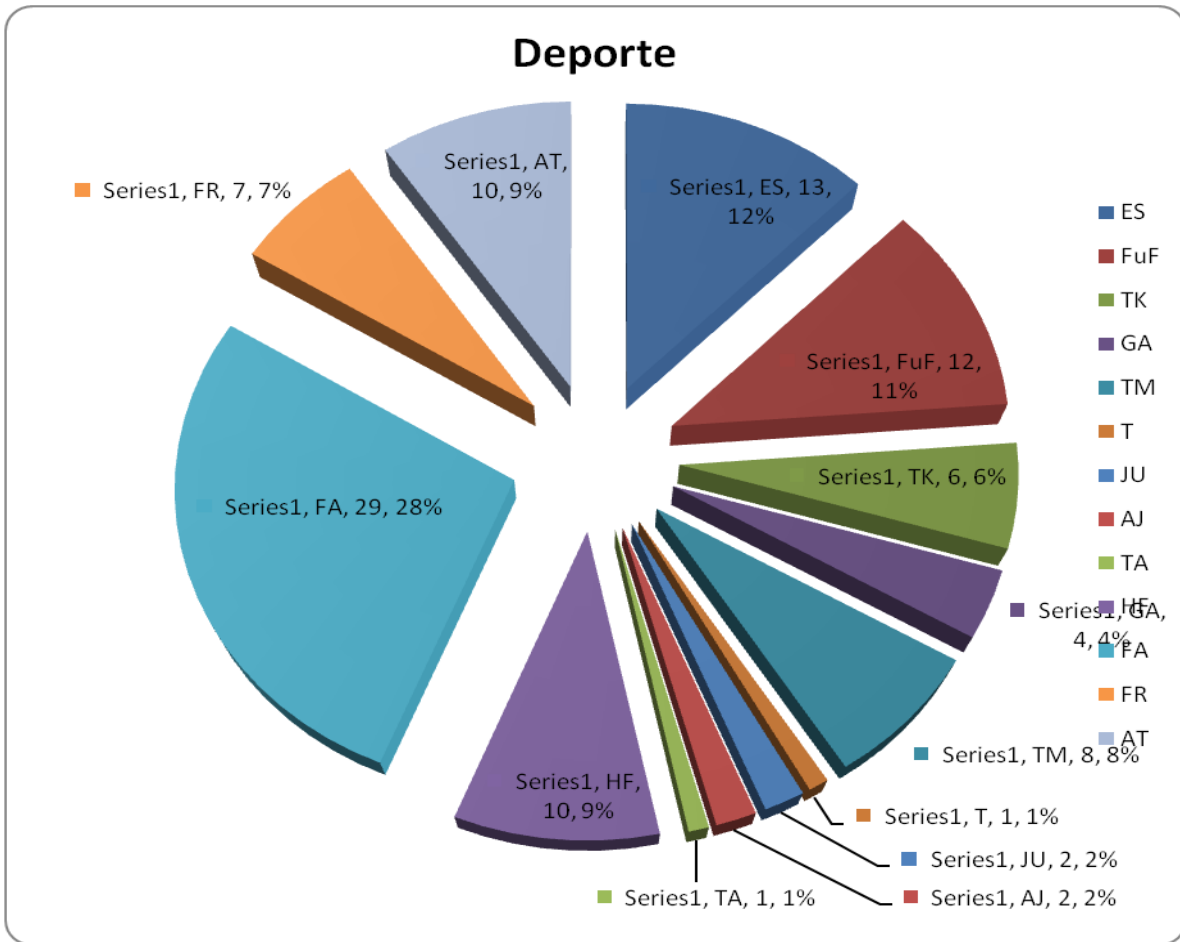
Hemos considerado que no ser influenciados si es muy difícil y más en el medio en el que se encuentran estos jóvenes deportistas, es verdad cada deporte va moldeando a cada deportista, y si a ellos les gusta su deporte es lógico que quieran tener un cuerpo acorde a lo que practican.

Gráfica 6. SEXO



Del 100% de nuestra población, el 66% son del genero masculino , el 27% pertenece al genero femenino y el 7% no contestaron.

Gráfica 7. Deportes



En la mayoría de deportes existe la aplica fuerza y por consiguiente el cuerpo se va moldeando al deporte que se esta practicando, unos desarrollan mas alguna parte del cuerpo que otros, la mayoría de las mujeres prefiere estar delgada mas no robusta (solo por dar un ejemplo) y casi todos los deportes hacen al cuerpo ancho, robusto, fuerte, tosco, etcétera; tal vez esta sea una de las razones por la cual la mayoría de nuestros jóvenes deportistas sean hombres. Sin embargo y considerando lo que nos contestaron las chicas deportitas acerca de su cuerpo la mayoría de ellas prefiere estar delgada, con un cuerpo bien definido y buena apariencia, ellas hacian énfasis en eso y dejaban en ultimo término su redimiento deportivo, su interes eres más estético y belleza que deportivo.

Como podemos ver en la grafica el 28% pertenece al deporte de futbol asociación, el 12 % al deporte de esgrima, el 11% a futbol femenino, el 9% a los deportes de halterofilia y atletismo, el 8% a tenis de mesa, el 7% corresponde a futbol rápido, el 6% a tae kwon do, el 4% al deporte de gimnasia aeróbica, el 2% a los deportes de ajedrez y judo y el 1% a los deportes de tenis y tiro con arco. De acuerdo a estas estadísticas y a los deportes mencionados los hombres son los que más practican algún deporte.

Como ya hemos mencionado anteriormente estos jóvenes deportistas están influenciados por los medios de comunicación como lo es la televisión donde se refleja la moda para ambos sexos, la influencia de los cuerpos perfectos; para las mujeres el estereotipo de una mujer delgada y para el hombre ir al gimnasio para tener un cuerpo varonil. En este sentido Trujano (2010) considera que la moda ha sido también creada para los hombres de una manera misteriosa, ya que se ve el estereotipo del metrosexual donde surge la depilación, los cosméticos, la ropa y la forma ideal entre muchas cosas más. El cuerpo ideal, formado a través del gimnasio para que este delgado, es decir, bien marcado, entre otros aspectos.

Ahora bien, los deportistas además de la salud física y mental el practicar algún deporte una de las principales razones la imagen corporal, como mencionan:

Juracy Filgueiras Toneli, Maria; Galvao Adriaio, Karla y Beiras, Adriano (2009), comenta que "La imagen corporal, para estos jóvenes, está asociada a imágenes e influencias de la moda y de los medios de comunicación nacionales" (p.232). Los medios de comunicación podrían ser o no ser causantes de estereotipos en relación a la imagen corporal, ya que influyen de manera significativa en la mente de los adolescentes que buscan una aceptación al medio social en que se ven relacionados. Tener un cuerpo bien pronunciado que mejore la aceptación de la sociedad.

4.2 Discusión

Después de analizar las respuestas de los entrevistados, resulta indiscutible que la relación entre el imaginario corporal que tienen los estudiantes deportistas de esta universidad con sus estados de ánimo es una constante, quizá se requiera de entrevistas a profundidad para poder conocer a fondo aspectos más determinantes.

De acuerdo a los resultados de las entrevistas realizadas a los 105 deportistas de la UAEMéx, se observa que en relación al concepto de belleza corporal, el 48% de éstos, mencionaron que el cuerpo se relaciona con la estética. Mientras que el 31% dice que el deporte se hace no por belleza corporal, sino por salud física, esto, es importante mencionar, ya que en los deportistas es un elemento importante como parte de su propia disciplina, sin embargo, no es muy coherente con los resultados en cuanto a los hábitos alimenticios que tienen, ya que a la mayoría no les interesa este aspecto.

Los diversos estados de ánimo al que se enfrenta el joven deportista se pueden observar en sus cambios de conducta que indican modificaciones psíquicas y físicas:

Son muchas las investigaciones que señalan una incidencia elevada de alteraciones del comportamiento alimentario de los deportistas. Diversos estudios han mostrado que las personas que hacen deporte tienen mayor riesgo de desarrollar algún cuadro de alteración en la conducta alimentaria debido al propio ambiente deportivo, que puede precipitar este tipo de desórdenes en las personas con cierta predisposición (Varela y Silvestre, 2010: 122).

Asimismo y aunado a lo anterior, la percepción que tienen de la imagen de su cuerpo y el imaginario corporal que difunden los medios de publicidad, afecta directamente al deportista:

Los datos de prevalencia de las alteraciones en la percepción de la imagen corporal en deportistas son limitados y susceptibles de diferentes interpretaciones, por lo que pueden resultar equívocos. Parece que la proporción de deportistas que sufren trastornos del comportamiento alimentario es superior a la hallada en la población general, especialmente en algunas especialidades deportivas (Varela y Silvestre, 2010: 122). (p.123).

En la percepción que se tiene individual y colectiva del cuerpo interviene muchos aspectos. Según afirman Arbinaga y Caracuel (2008): “Un aspecto sobre el que hay que llamar la atención, en el contexto de la imagen corporal, es la ansiedad que se manifiesta ante la valoración que pudieran realizar sobre el cuerpo de uno en el marco de las interacciones sociales” (p.78). De ahí, la importancia del imaginario corporal ya que puede llevar a estados tan alterados que pueden derivar en comportamientos agresivos y hasta letales.

El cuerpo es un lugar fundamental de percepciones, significaciones y simbolizaciones, individuales y colectivas, según opina Martínez (2008): “La concepción del cuerpo como percepción, imagen y su utilización, hace referencia tanto a los aspectos globales como aquellos otros referidos a partes del cuerpo” (p. 4). Mientras que Silvia Bleichmar (2009) opina ¿Qué son simbolizaciones? “Son desplazamientos de lo pulsional o de lo instintivo básico. De manera que el mundo de los símbolos es, en última instancia, un mundo de la transformación del instinto que es innato, en la medida en que la *phantasy* es el efecto de la delegación de lo somático en lo psíquico. Así, en tal sentido, ya está planteado que el punto de partida es totalmente endógeno. Es decir, lo que se va a simbolizar es algo que viene de adentro” (Bleichmar 2009, 371). De tal suerte que la percepción del cuerpo tiene fundamentos internos psíquicos, así como construcciones sociales, por ello, el imaginario corporal no se puede alejar entre lo íntimo y lo cultural.

4.3 Conclusiones

De acuerdo a los resultados de las entrevistas realizadas a los 105 deportistas de la UAEM, se observa que en relación al concepto de belleza corporal, el 48% de éstos, mencionaron que el cuerpo se relaciona con la estética, como refiere Gutiérrez; Sepúlveda y Bonett (2013), las sociedades modernas consideran que el culto al cuerpo es un mal necesario, de donde los medios publicitarios ejercen un papel con argumentos persuasivos dentro de una cultura que se ocupa del consumo, y que ve a la estética corporal como eje transmisor, principalmente en las mujeres.

Mientras que el 31% de los deportistas comentan que el deporte se hace no por belleza corporal, sino por salud física, cabe mencionar, que en estos jóvenes deportistas, la salud es considerada como un elemento importante, como parte de su propia disciplina.

La alimentación es fundamental en cualquier ser humano y principalmente en los deportistas, según Espeitx (2006), refiere que la práctica deportiva regular se traduce en muchos casos en comportamientos alimentarios específicos y supone también a menudo la adquisición de conocimientos nutricionales y sobre “dietas aconsejables”, que favorezcan el rendimiento deportivo. Por el otro, las representaciones sobre imagen corporal, actividad física y alimentación no sólo aparecen como las principales vías de intervención sobre el cuerpo, sino que se perciben estrechamente. En este estudio, el 51.5% de los deportistas encuestados, manifestaron no llevar hábitos alimenticios específicos que sean demandados por el deporte.

Este mismo autor, menciona que el deporte es considerado como el principal generador de salud en las personas que lo practican, esto mismo lo podemos apreciar en las respuestas de los deportistas de la UAEM, en donde el 57% de ellos ha referido que además de gustarle el deporte, esto ha propiciado la

conservación de la salud, teniendo con ello como resultado el cuidado de su cuerpo, no como belleza o estética.

Indudablemente, también el 85% de ellos respondió que la constitución física que tienen es parte de su genotipo; y que de ninguna manera formó parte para la elección del deporte que actualmente practican.

Por otro lado, se consideró pertinente preguntar a los deportistas sobre su imagen corporal, y en consecuencia a las respuestas anteriores, en donde a los deportistas no les preocupa su propio cuerpo como belleza o estética y que la incursión en el deporte es por disciplina, gusto y salud, obviamente, el 58%, consideran que la imagen de sí mismo (cuerpo), es propia; sin embargo, cabe resaltar que el 27% si refirió que ésta (la imagen corporal), se apropia a partir de la influencia que se tiene ya sea de otros, o de los propios medios de comunicación. Lo cual nos permite considerar que este porcentaje pudo haber elegido el deporte como parte de conservar su propia estética o belleza corporal. Los imaginarios corporales o estéticos, permiten al individuo identificarse o no dentro de un grupo social y por ende, definir los propios estilos de vida. Esto se da, a partir de las actividades colectivas ligadas a los impulsos, el juego forma parte de una integración y adaptación social (Gutiérrez, *et al*, 1992).

Así también, Vivas, y Krieger (1995), definen el término estética como una sistemática exploración de las cuestiones que surgen cuando los hombres reflexionan sobre su interés por la belleza natural y por los productos de las artes. De tal forma que el imaginario corporal se da como un proceso subjetivo que delimita lo estético cuando cada quien de manera influenciada por los colectivos sociales, da juicios de valor a lo que para ella misma considera belleza.

Cabe resaltar que el origen de los imaginarios viene desde el nacimiento de cada persona, cuando nos ubicamos como seres humanos que llegan a un mundo culturalizado el cual tiene diversas formas de expresión y de sentidos sociales que

la propia humanidad ha venido construyendo a lo largo de la historia, y que es asimilada de manera inconsciente.

La comunicación inicial del ser humano, comprende una forma previa de entender el mundo asimilando los imaginarios colectivos, éstos, nos permiten realizar nuestros propios imaginarios dentro de los procesos particulares de abstracción y representación (Castillo, 2003).

Uno de los objetivos del presente estudio, fue evaluar los estados de ánimo de los deportistas y su relación con el imaginario corporal, para ello, la teoría desarrollistas de Norbert, (1992), que habla del ocio y el deporte, menciona que las actividades deportistas suponen un escape al alto nivel de autocontrol que exigen las sociedades desarrolladas.

Esto permite entender lo que mencionan los estudiosos del deporte, cuando se dice que las tensiones son liberadas a partir de alguna actividad física. Varias de las actividades recreativas o deportivas proporcionan un escenario ficticio para experimentar emociones, mismas que pueden favorecer el buen o mal rendimiento en las competencias o entrenamientos.

Para poder evaluar estos estados de ánimo, se aplicó a los 105 deportistas el instrumento denominado Inventory of Depression and Anxiety Symptoms (IDAS) el cual mide síntomas de depresión y ansiedad. Se observó mayor presencia de síntomas depresivos en hombres que en mujeres y en relación a la ansiedad, no obstante, las mujeres en menor proporción manifiestan síntomas de disforia e intrusiones traumáticas.

Caso contrario, en los síntomas de ansiedad, se encontró que las mujeres presentan mayor índice en mal humor, orden, control y en algunos casos temor (ansiedad social). Según Leal (2010), refiere que tanto la ansiedad como la depresión suele ser frecuente tanto en hombres como en mujeres

independientemente de la actividad a que se dediquen. Esto puede indicar que los deportistas entrevistados pueden estar sometidos a tensión y ésta no ser liberada cuando se enfrentan a competencias o a entrenamientos muy forzados.

Un estudio realizado por Arruza, *et al* (2008), examinó si la duración de la práctica físico-deportiva repercute en el estado de ánimo, y si estos efectos están mediatizados por la percepción del estado físico. Los análisis del modelo de ecuación estructural indicaron que la duración de la práctica físico-deportiva predijo la percepción del estado físico, la cual a su vez predijo las sensaciones de estado de ánimo. Los efectos directos de la duración de la práctica físico-deportiva disminuyeron significativamente en la presencia de la percepción del estado físico, indicando que el último constructo mediatiza parcialmente la relación entre las otras variables. Se encontraron diferencias en función del género y de la edad.

Vale la pena recuperar la idea central del texto de Josetxo Beriain, con base en las representaciones colectivas y proyecto de Modernidad:

La reconstrucción permite la racionalización de los mundos de vida, lo cual lleva de forma acelerada a la fragmentación de los centros simbólicos o imaginarios fundantes que portan significación social y detonan la acción social. Esto implica la emergencia de representaciones colectivas descentrada que requiere para su legitimación o justificación el ejercicio de la argumentación colectiva (Beriain, 1990: 35).

Los imaginarios forman parte de la ideología colectiva y se van generando durante el desarrollo de cada sociedad, por ello, se puede afirmar que los imaginarios son una construcción cultural.

Sin embargo, no debemos pasar por alto que el negocio de la moda ha descubierto un mercado hasta hace pocos años inexplorado: los varones. El lanzamiento del estereotipo del metrosexual ha llevado a los hombres a

incorporarse a la autopista de las depilaciones, los cosméticos, la ropa, y por supuesto, la forma ideal: el cuerpo de gimnasio; es decir, delgado pero con los músculos muy marcados. Esta es una posible explicación a la tendencia en aumento de los trastornos de la imagen corporal y alimentarios en ellos (p. 280).

En conclusión, no se aprecia una relación entre las primeras cuatro preguntas de la encuesta y los estados de ánimo. Pero la relación que se da en la pregunta 5 sobre la imagen corporal, está en correspondencia con los síntomas de depresión principalmente presentes en los hombres.

BIBLIOGRAFÍA

- Aguadelo, Diana, Gualberto Buena Casal y Charles Donald Spielberger (2007), “Ansiedad y depresión: el problema de la depresión a través de los síntomas”, *Salud Mental*, México, Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, 30(2), pp. 33-41.
- Aguado Vázquez, José Carlos (2004). *Cuerpo humano e Imagen corporal*. México: Universidad Nacional Autónoma de México-Instituto de Investigación Antropológicas. Facultad de Medicina.
- Aragón Laura Edna; Silva Arturo (2002). Fundamentos teóricos de la evaluación psicológica en el área clínica, México, Pax.
- Arbinaga, Félix y José Carlos, Caracuel (2008). “Imagen corporal en varones fisicoculturistas” en revista *Acta Colombiana de Psicología*, 11 (1), pp. 75-88.
- Aristizábal Montes, Patricia. (2007). “Eros y la cabellera femenina” en revista *El hombre y la máquina*, enero-junio, No. 28, pp. 116-129.
- Arruza Gabilondo, José Antonio; Arribas Galarraga, Silvia; Gil de Montes Etxaide, Lorena; Irazusta Adarraga, Susana; Romero y José Antonio Cecchini Estrada (2008). “El cuerpo y el deporte”, en *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, N°. 30.
- Balanza Galindo, Serafín, Morales Moreno Isabel y Guerrero Muñoz Joaquín (2009), “Prevalencia de ansiedad y depresión en una población de estudiantes universitarios: factores académicos y sociofamiliares asociados”, *Clínica y Salud*. Madrid, Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid, 20(2), pp. 177-187.
- Barbosa Sánchez, Araceli (2007). *La perspectiva de género y el arte, 1983 – 1993* en tesis doctoral en historia del arte, Facultad de Humanidades, México: UNAM.

- Barrios, José Luís (1998). “El Cuerpo Fragmentado”, en *El cuerpo Aludido*. Anatomías y construcciones. México: CONACULTA-INBA
- Bataille, Guilles (2000). *Las lágrimas de Eros*. Barcelona: Tusquets.
- Baudrillard, Jean (1988). *De la seducción*. Madrid: Cátedra.
- Benítez Dueñas, Issa María (1998). “En busca del cuerpo perfecto” en Karen Cordero e Issa María Benítez (coops.) *El cuerpo aludido*. México: Museo Nacional de Arte-INBA-CONACULTA. pp. 121-132.
- Berger, John (2000). *Modos de ver*. Barcelona: Gustavo Gili.
- Beriain, Josetxo (1990). *Representaciones colectivas y proyectos de modernidad*. Barcelona: Anthropos.
- Bleichmar, Silvia (2009). *Inteligencia y simbolización; una perspectiva psicoanalítica*. Buenos Aires: Paidós.
- Bleichmar, Silvia (2009). *Inteligencia y simbolización; una perspectiva psicoanalítica*. Buenos Aires: Paidós.
- Bourdieu, Pierre (2003) *La dominación masculina*. Barcelona: Anagrama.
- Castillo García, José Rubén. (2003). “La comprensión de los grupos sociales, imaginarios colectivos y representaciones sociales”. *Revista Ánfora*, pp.146-160.
- Consejo Nacional para la Cultura y las Artes (CONACULTA) (1997). Camille Claudel. México: Instituto Nacional de Bellas Artes.
- Cordero, Karen; Benitez Dueñas, Issa. (1998). *El cuerpo aludido*. México: Museo Nacional de Arte-INBA-CONACULTA.
- Döpp, Hans-Jurgen. (2006). *Arte erótico*. Bogotá: Panamericana Editorial.
- Espeitx., Elena. (2006). Práctica deportiva, alimentación y construcción del cuerpo. *Revista de Dialectología y Tradiciones Populares*. Julio-diciembre; vol. LXI, 2. P. 79 – 98.
- Faciabén, Jésica (2009). “La danza de los cuerpos en el siglo XXI: a propósito de las transgresiones lésbicas en el videoclip”, en IV Congreso Internacional

Ciencias, Humanidades y Artes: El Cuerpo Descifrado. Puebla: Universidad Autónoma Benemérita de Puebla.

Foucault, Michel (2001). *Historia de la sexualidad*. Vol. I. México: Siglo XXI.

Garaigordobil Landazabal, Maite (2003). *Intervención psicológica para desarrollar la personalidad infantil: Juego, conducta prosocial y creatividad*. Madrid: Pirámide.

Gilmore, David (1995). *Hacerse hombres*. Buenos Aires: Paidós.

Giménez Gatto, F. (2008). "Pospornografía" en Estudios visuales, núm. 5. Disponible en <http://www.estudiosvisuales.net/revista/pdf/num5/gimenez_gatto.pdf> [15 de noviembre de 2011].

Goldin, Nan. (2003). *El patio del diablo*, Phaidon. Londres: Inglaterra.

Gutiérrez García, Daniel; Mejía, Paula; Sepúlveda Ocampo, Johana; Bonett Montoya, Carolina (2013) *Análisis de los imaginarios de estéticas corporales femeninas en la Ciudad de Medellín y su relación con la retórica de la comunicación publicitaria*. Medellín: Universidad Pontificia Bolivariana, Escuela de Ciencias Sociales, Facultad de Publicidad.

Gutiérrez Garza, Esthela; González Gaudiano, Édgar (2010). *De las teorías del desarrollo al desarrollo sustentable: construcción de un enfoque multidisciplinario*. México: Siglo XXI.

Halgin, Richard; Krauss, Susan. (2009). *Psicología de la anormalidad*. México: Mc Graw Hill.

Hernández, Roberto; Fernández, Carlos y Baptista, Pilar. (2010). *Metodología de la investigación*. México: Mc. Graw Hill.

Hollander, Eric; Stein, Dan. (2010). *Tratado de los Trastorno de Ansiedad*. Barcelona, España: Lexus.

- Jiménez, Lucero. (2003). *Dando voz a los varones. sexualidad, reproducción y paternidad de algunos mexicanos*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Jung, Carl (1970). *Arquetipos e Inconsciente colectivo*. Madrid: Paidós.
- Jung, Carl (1974). *El hombre y sus símbolos*. Madrid. Aguilar.
- Juracy Filgueiras Toneli, Maria; Galvao Adriaio, Karla; Beiras, Adriano (2009) "Reflexiones sobre corporeidad y constitución de subjetividades en jóvenes de una ciudad del sur de Brasil" en revista *Estudios de Género. La ventana*, (30). p. 232-235.
- Kaufman, Michael (1989). *Hombres: placer, poder y cambio*. Santo Domingo: CIPAF
- Lagarde, Marcela (1990). *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Lamas Marta (2005). *Cuerpo: diferencia sexual y género*, México, Taurus.
- Lamas Marta (2005). *Cuerpo: diferencia sexual y género*. México: Taurus.
- Lara, Carmen, Medina-Mora, ME, Borges G, Zambrano, J. (2007). Social cost of mental disorders: disability [En línea]. <<http://www.inprf.gob.mx/psicosociales/archivos/encuestaepidemiologia.pdf>> [2007].
- Lara, M., Acevedo, M., Pego, C. y Villarreal, A. (1997). *¿Es difícil ser mujer?* México: Pax.
- Le Breton, David. (2007) *Adiós al cuerpo. Una teoría del cuerpo en el extremo contemporáneo*. México: La cifra editorial.
- Leal, Cercós; Baca, Baldomero; Cervera, Salvador; Vallejo, Julio; Giner, José; y Cuenca, Eduardo. (2010). *Trastornos Neuróticos*. Barcelona: Lexus.
- Lindomar da Silva-Filho (2008). " Imagen Corporal, Actividad Física y Factores de Riesgo". pp. 550-560.

- López Arriaga, Mariana (2014). "Depresión y ansiedad desde los estudios de género en Estados Unidos y México". *Tesis de Licenciatura en psicología*. Toluca: UAEMex.
- Lucie-Smith, Edward (2003). *Erótica. The Fine Arts of Sex*. USA: Hydra.
- Martín, Sara (2005). "El cuerpo en el videoclip musical: más que carne fresca" en Torras, M. (ed.) *Corporizar el pensamiento: escrituras y lecturas*. Pontevedra: Mirabel.
- Martínez Martínez, José Javier (2008). *Corporalidad*. Granada: Grupo Editorial Universitario.
- Molina Ramos, María Luz (1991), Si a la vida tal como es. Introducción a la core Energética. México: México.
- Moore, John (1994). *¿Qué pasa con los hombres?*, Santiago de Chile: Cuatro Vientos.
- Morin, Edgar (1988). *El método; el conocimiento del conocimiento*. Cátedra: Madrid.
- Morin, Edgar (2003). *El método; la humanidad de la humanidad*. Madrid: Cátedra.
- Norbert, Elías; Dunning, Eric. (1992). *Deporte y ocio en el proceso de la activación*. México. FCE.
- Osornio Castillo, Leticia; Palomino Garibay, Laura (2009). "Depresión en estudiantes universitarios", *Archivos en Medicina Familiar*, Asociación Latinoamericana de Profesores de Medicina Familiar A. C. 11(1), pp. 1-2.
- Padilla, Fernando (2011). *Análisis correlacional entre depresión, ansiedad y rendimiento escolar en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Conducta de la Universidad Autónoma del Estado México*. Tesis de Psicología. Toluca: UAEMex.
- Rivas, Marta (1998). "Valores, creencias y significaciones de la sexualidad femenina. Una reflexión indispensable para la comprensión de las prácticas sexuales" en *Sexualidades en México. Algunas aproximaciones desde la perspectiva de las ciencias sociales*. México: El Colegio de México.

- Sánchez, Carmen (2005). *Arte y erotismo en el mundo clásico*. Madrid: Ciruela.
- Serrano Barquín, Carolina.; Salmerón Sánchez Francisco y Serrano Barquín Héctor. (2011). "Eros, Thánatos y Psique; una complicidad trídica" en Revista *Ciencia ergo Sum*, noviembre 2010- febrero 2011, 17(3), pp. 327-332.
- Serrano Barquín, Carolina; Héctor Serrano Barquín y Patricia Zarza Delgado (2012). "El cuerpo erotizado en la escultura" en memorias del Primer Congreso Internacional: Mujeres, Literatura y Arte: Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.
- Serrano Barquín, Héctor; Patricia Zarza Delgado y Carolina Serrano Barquín (2013). "El consumo del cuerpo femenino en imágenes y música como expresiones de violencia simbólica" en Baca y Vélez (Coords.). *Violencia, género y la persistencia de la desigualdad en el Estado de México*. Buenos Aires: Mnemosyne.
- Serrano, Héctor (2008). *Miradas fotográficas en el México decimonónico, las simbolizaciones de género*. Toluca: Instituto Mexiquense de Cultura- Universidad Autónoma del Estado de México.
- Trujano, Patricia; Nava, Carlos; de Gracia, Manuel; Limón, Gilberto; Alatríste, Ana Lilia; Merino, María Teresa (2010). "Trastorno de la imagen corporal: Un estudio con preadolescentes y reflexiones desde la perspectiva de género" en Revista *Anales de Psicología*. 26 (2). pp. 279-287.
- Varela Moreiras, Gregorio y Silvestre Castello, Dolores (2010). *Nutrición vida activa y deporte*. Madrid: Universidad de San Pablo.
- Vendrell, J. (2004). *La centralidad de la sexualidad en la era moderna, Sexualidades diversas. Aproximaciones para su análisis*. México: UNAM-PUEG.
- Vivas, E. & Krieger, M. (1995). *The problems of a esthetics*. New York: Hardcover.
- Watson, D, O'Hara, MW, Simms, LJ, Kotov, R, Chmielewski, M, mcdade-Montez, EA, Gamez, W, & Stuart S. (2007). "Development and validation of the Inventory of Depression and Anxiety Symptoms (IDAS)". *Psychological Assessment*, 19, 253-268.

Weeks, Jeffrey (1998). "La construcción cultural de las sexualidades. ¿Qué queremos decir cuando hablamos de cuerpo y sexualidad?" en *Sexualidades en México. Algunas aproximaciones desde la perspectiva de las ciencias sociales*. México: El Colegio de México.

Winograd, Benzión (2007). *Depresión: ¿enfermedad o crisis? Una perspectiva psicoanalítica*, Buenos Aires: Paidós.

ANEXOS

Anexo Uno: Oficio para solicitar la aplicación de la entrevista y la entrevista

Toluca, México a 20 de marzo del 2014.

Mtro. en GD. Edgar Victoria Ramírez
Director de Actividades Deportivas
Universidad Autónoma del Estado de México
Presente

Con un cordial saludo, me permito informar a usted que después de haber encuestado a los jóvenes deportistas para conocer sus estados de ánimo, la tesis derivada de esa investigación está por terminarse y de la cual le haremos entrega de un ejemplar para su conocimiento. Con el fin de complementar la información sobre los deportistas de la UAEMex, ahora nos encontramos trabajando en la investigación “Imaginario corporal y estados de ánimo en deportistas. Análisis de género”, con clave 3636/2013SF registro en Secretaría de Investigación y Estudios Avanzados de la UAEMex. Por lo anterior, solicito nuevamente sea usted tan gentil de autorizar a mis estudiantes apliquen una breve encuesta a una muestra de cien deportistas, se anexa la encuesta.

Agradezco sus finas atenciones y quedo a sus órdenes para cualquier aclaración.

A T E N T A M E N T E
PATRIA, CIENCIA Y TRABAJO
“2014, 70 Aniversario de la Autonomía ICLA-UAEM”

Dra. Carolina Serrano Barquín.

cc. Mtro. en GD. Reyes Bernal Beltrán. Director de Actividades Deportivas

La presente entrevista semiestructurada forma parte de la investigación titulada “Imaginario corporal y estados de ánimo en deportistas. Análisis de género”, con clave 3636/2013SF registro en Secretaría de Investigación y Estudios Avanzados de la UAEMex.

Instrucciones: Te solicitamos que contestes francamente a las siguientes preguntas, tus respuestas serán anónimas ya que dicha investigación cuida la confidencialidad.

1. ¿Qué concepto tienes de belleza corporal?
2. ¿Tienes hábitos alimenticios específicos para el deporte que practicas?
3. ¿Por qué razón cuidas tu cuerpo?
4. ¿Crees que la constitución física que tienes te ayuda al deporte que practicas?
5. ¿La imagen corporal que tienes es propia o consideras que está influenciada por los medios de comunicación?

¡¡¡Muchas gracias por tu participación!!!

Anexo Dos: Alumnos que apoyaron en la aplicación de la entrevista

Estancia Integrativa Metodológica 2014*

1. Acevedo Rodríguez Guadalupe Berenice
2. Aguilar Betancourt Anel Miriam
3. Contreras López Mariel Angélica
4. De Tamo Munguía Marcela
5. Espinosa Almazán Angélica Citlalli
6. Gómez Jiménez María Guadalupe
7. González Camargo Diana Alejandra
8. Hernández Dávila César Augusto
9. Martínez Mendoza María Fernanda
10. Nava García María del Carmen
11. Nava González Liliana Deisy
12. Nieto Ugalde Iván
13. Ramírez Monroy María de Lourdes
14. Rivera Guzmán Araceli
15. Valencia Zepeda Rosalba
16. Velasco Flores Gonzalo
17. Zepeda Reynoso Yesenia

*Alumnos que participaron en la aplicación de la entrevista a los deportistas de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMex).