

IMAGEN CORPORAL Y SATISFACCIÓN SEXUAL

Jessica Paredes y Bismarck Pinto

Universidad Católica Boliviana “San Pablo”

La presente investigación establece la relación que existe entre la imagen corporal y la satisfacción sexual en jóvenes mujeres universitarias, con el fin de conocer la importancia del aspecto físico y de la percepción de la imagen corporal en la población y de qué manera está relacionada con la vida sexual que estas llevan.

Se entiende por imagen corporal como “la representación mental amplia de la figura corporal, su forma y tamaño, la cual está influenciada por factores históricos, culturales, sociales, individuales y biológicos que varían con el tiempo ” (Slade, 1994); también como “el constructo complejo que incluye tanto la percepción que tenemos de todo el cuerpo y de cada una de sus partes, como del movimiento y límites de éste, la experiencia subjetiva de actitudes, pensamientos, sentimientos y valoraciones que hacemos y sentimos y el modo de comportarnos derivado de las cogniciones y los sentimientos que experimentamos.” (Raich, 2000, Pág.5).

Uno de los síntomas más cercanos a las alteraciones de la alimentación es la distorsión o insatisfacción corporal. A expensas de estas, se establecen las alteraciones en el comer, peso, dieta, relaciones interpersonales y demás manifestaciones (Rodríguez y Gempeler, 1999).

Se entiende como distorsión de la imagen corporal cuando la representación mental del cuerpo no coincide con el cuerpo que está siendo representado (Rodríguez y Gempeler, Ob. Cit); y entendemos por insatisfacción corporal a la presencia de juicios valorativos sobre el cuerpo que no coinciden con las características reales (Sepúlveda, Botella y León, 2001; Van den Berg, Paxton, Keery, Wall, Guo y Neumark-Sztainer, 2007).

Las relaciones interpersonales como las relaciones sexuales son un proceso que acompaña todo el ciclo vital humano, de tal forma es importante conocer aquellos aspectos que involucran la satisfacción sexual como ser: mitos, creencias y actitudes; vínculos amorosos y la capacidad de intimar; mecanismos de placer; sensualidad y erotismo; y el nivel de auto-conocimiento (Ortiz y García, 2002).

El concepto de satisfacción sexual cuenta con múltiples significados, por ejemplo: "El cumplimiento de un deseo erótico", "la manifestación final de la pasión", "aplacar un sentimiento", "sentirse complacido y amado", etcétera. La percepción subjetiva de este concepto es muy importante porque la actividad sexogenital, a la que refiere la mayoría de las definiciones, no sería la única forma de logro de satisfacción (Ob. Cit.).

La forma en que se percibe y se evalúa el cuerpo tiene una estrecha relación con las relaciones sexuales y con la frecuencia de las mismas, ya que el miedo a ganar peso condiciona un menor nivel de experiencia sexual (Calado, Lameiras y Rodríguez, 2004). Resultados similares obtiene Faith, Mitchell y Schare (1993), que encuentran que la apreciación de la imagen corporal influye significativamente en la frecuencia sexual de universitarias. Esto se podría deber a que hay muchas mujeres jóvenes que no sufren de sobrepeso pero se preocupan por su apariencia corporal generando una preocupación en sus relaciones íntimas (Davison y McCabe 2005).

Desde la teoría de la objetivación se intenta plantear una explicación más útil a la relación entre la imagen corporal y la expresión de la sexualidad en las mujeres. En esta teoría se considera que las mujeres de la sociedad occidental están inmersas en una cultura dominante masculina (machista) en la que se trata de forma diferente los cuerpos de los hombres y de las mujeres. Teniendo como consecuencia que sea más probable que el cuerpo de las mujeres se mire, evalúe y sea potencialmente más objetivado que el de los hombres (Wiederman, 1996, 2002; Frederikson y Roberts, 1997; Tylka y Hill, 2004).

En los escasos estudios con mujeres universitarias se ha encontrado que la autoobjetivación se relaciona positiva y significativamente con alta vergüenza corporal y síntomas de trastornos alimentarios, entendiendo la autoobjetivación como la producción de

un modelo estético a seguir basado en criterios objetivos estrictos (Frederickson, Roberts, Noll, Quinn y Twenge, 1998; Noll y Frederickson, 1998; Aumend, 2007; Mercurio y Landry, 2007). Esto se podría deber a que el estándar de belleza que la objetivación envuelve es extraordinariamente difícil de conseguir, lo que conlleva a un descontento entre el deseo de parecer y la realidad. Estos aspectos actualmente se encuentran muy presentes en nuestro medio, especialmente en el área urbana de nuestro país, siendo una posible causa de la relación entre la imagen corporal y la satisfacción sexual.

En consonancia con lo que la teoría de la objetivación plantea, las mujeres con mayor insatisfacción corporal y con más miedo a ganar peso podrían tener más interiorizado el ideal corporal de la mujer en la sociedad, y debido a esta mayor toma de autoconciencia corporal se podría producir una evitación de experiencias sexuales (Calado, Lameiras y Rodríguez, 2004).

Wiederman y Hurst (1998) defienden que las mujeres jóvenes en la cultura occidental basan su propia visión como pareja sexual al menos parcialmente en la percepción de su atractivo físico. Resultados demuestran que la variable subjetiva autopercepción del atractivo físico puede tener una mayor influencia sobre la actividad sexual y por ello la oportunidad de modelar dichas creencias que brinda para mejorar también con ella la calidad de la actividad sexual de las jóvenes (Weaver y Byers, 2006). Otro estudio sugiere que las mujeres con mayor autoconciencia de la imagen corporal están más satisfechas con su actividad sexual (Dove y Wiederman, 2000).

MÉTODO

Participantes de la investigación. Para la presente investigación se tomaron en cuenta a sujetos con las siguientes características:

Jóvenes mujeres universitarias entre 18 y 21 años de edad, de la Universidad Católica Boliviana.

El tamaño de la muestra obtenida fue de 305 mujeres, de las cuales, 179 son sexualmente activas.

Instrumentos.

- El Body Shape Questionnaire (BSQ, Cooper, Fairburn, Cooper y Taylor, 1987):

Ésta fue diseñada con el fin de medir la insatisfacción con la imagen corporal.

Presenta 32 ítems, sin embargo se utilizaron sólo 20 ítems relacionados directamente con la insatisfacción con la imagen corporal y éstos se puntúan mediante una escala de cinco puntos:

1 = Nunca

2 = Casi nunca

3 = A veces

4 = Casi siempre

5 = Siempre

- Inventario de Satisfacción sexual (Faliu y Güell, 1992) :

Mide el grado de satisfacción sexual que tiene la persona. Son 12 ítems y se puntúan en la siguiente escala:

1 = Nunca

2 = Casi nunca

3 = A veces

4 = Casi siempre

5 = Siempre

Procedimiento. La presente investigación constó de las siguientes fases:

FASE 1: Diseño y planificación del estudio.

Se elaboró el planteamiento del problema, justificación, objetivos, marco teórico y la metodología de investigación.

FASE 2: Aplicación de los instrumentos.

Se aplica el Body Shape Questionnaire (BSQ) y el Inventario de Satisfacción Sexual a 305 estudiantes de la Universidad Católica Boliviana, sólo mujeres.

FASE 3: Análisis de datos.

Se hizo un estudio de la correlación entre las variables de estudio utilizando la prueba de Spearman.

Se hizo el análisis de varianza con ANOVA para diferenciar la F en la consistencia interna de la prueba, a demás que se determinara el alpha de Cronbach.

Todo lo mencionado anteriormente se lo realizará con el software SPSS versión 13 para Windows XP.

FASE 4: Resultados y Conclusiones.

El objetivo de esta etapa, es el análisis y reflexión acerca de los datos obtenidos, y la interpretación de los mismos a partir de toda la información obtenida.

Posteriormente se establecieron las conclusiones de la investigación.

RESULTADOS

Análisis de la muestra.

Tabla 1. Porcentaje de mujeres que tienen y que no tienen relaciones sexuales.

| Edad | TRS | NTRS | TOTAL |
|-------|-------|-------|--------|
| 18 | 13,4% | 12,5% | 25,9% |
| 19 | 14,8% | 11,1% | 25,9% |
| 20 | 14,1% | 14,1% | 28,2% |
| 21 | 16,4% | 3,6% | 20,0% |
| TOTAL | 58,7% | 41,3% | 100,0% |

En la tabla 1 se puede apreciar que el 58,7% de las mujeres entre 18 y 21 años son sexualmente activas, donde el 16,4% son mujeres de 21 años y el 13,4% son mujeres de 18 años siendo los valores más altos y más bajos respectivamente. El 41,3% de las mujeres no tienen relaciones sexuales, donde el 14,1% son mujeres de 20 años y el 3,6% son mujeres de 21 siendo los valores más altos y más bajos respectivamente.

Consistencia interna del factor.

El Alpha de Crombach obtenido de la prueba Body Shape Questionnaire es de 0,914, lo cual significa que existe una correlación positiva alta en la consistencia interna de la prueba. En la tabla 2 se aprecia el Alpha de Crombach de cada uno de los ítems de la prueba. Se verifica que es mayor a 0,9, lo que significa que la consistencia interna de la prueba es altamente significativa.

El Alpha de Crombach obtenido del Inventario de Satisfacción Sexual es de 0,897, lo cual significa que existe una alta correlación en la consistencia interna de la prueba.

Tabla 2. Alpha de Cronbach de cada ítem de la prueba Body Shape Questionnaire.

| | La media de la escala si el ítem es eliminado | La variación de la escala si el ítem es eliminado | Item corregido – correlación total | Alpha de Cronbachs si el ítem es eliminado |
|-----|---|---|---------------------------------------|--|
| C1 | 37,49 | 158,3 | 0,445 | 0,913 |
| C2 | 38,21 | 164,4 | 0,231 | 0,918 |
| C3 | 38,23 | 154 | 0,632 | 0,908 |
| C4 | 38,69 | 160,5 | 0,497 | 0,911 |
| C5 | 38,24 | 161 | 0,378 | 0,914 |
| C6 | 38,1 | 152,1 | 0,699 | 0,906 |
| C7 | 37,23 | 155,7 | 0,618 | 0,908 |
| C8 | 38,31 | 155,5 | 0,641 | 0,908 |
| C9 | 38,1 | 155,7 | 0,622 | 0,908 |
| C10 | 37,86 | 156,2 | 0,535 | 0,91 |
| C11 | 38,08 | 152,8 | 0,654 | 0,907 |
| C12 | 38,7 | 160,1 | 0,546 | 0,91 |
| C13 | 38,02 | 150,2 | 0,72 | 0,905 |
| C14 | 37,85 | 152,1 | 0,745 | 0,905 |
| C15 | 38,22 | 152,6 | 0,644 | 0,907 |

| | | | | |
|-----|-------|-------|-------|-------|
| C16 | 38,74 | 160,3 | 0,502 | 0,911 |
| C17 | 38,93 | 165,5 | 0,41 | 0,913 |
| C18 | 38,34 | 157,1 | 0,686 | 0,907 |
| C19 | 37,93 | 153,8 | 0,61 | 0,908 |
| C20 | 38,65 | 160 | 0,503 | 0,911 |

Tabla 3. Alpha de Cronbach de cada ítem del Inventario de Satisfacción Sexual.

| | La media de la escala si el ítem es eliminado | La variación de la escala si el ítem es eliminado | Item corregido – correlación total | Alpha de Cronbachs si el ítem es eliminado |
|-----|---|---|---------------------------------------|--|
| S1 | 41,84 | 72,923 | 0,602 | 0,89 |
| S2 | 41,93 | 75,113 | 0,499 | 0,895 |
| S3 | 42,17 | 72,593 | 0,577 | 0,891 |
| S4 | 42,01 | 72,843 | 0,634 | 0,888 |
| S5 | 41,45 | 74,845 | 0,622 | 0,889 |
| S6 | 41,59 | 73,648 | 0,693 | 0,886 |
| S7 | 41,76 | 73,397 | 0,68 | 0,886 |
| S8 | 41,9 | 72,507 | 0,632 | 0,888 |
| S9 | 41,79 | 71,966 | 0,674 | 0,886 |
| S10 | 42,22 | 71,669 | 0,634 | 0,888 |
| S11 | 41,91 | 72,127 | 0,611 | 0,889 |
| S12 | 42,11 | 72,291 | 0,553 | 0,893 |

En la tabla 3 se aprecia el Alpha de Cronbach de cada uno de los ítems de la prueba. Se verifica que es mayor a 0.8, lo que significa que la consistencia interna de la prueba es altamente significativa.

Correlación de variables sociodemográficas.

Tabla 4. Tabla de contingencia Edad * Insatisfacción con la imagen corporal.

| | | Insatisfacción con la imagen corporal | | | | Total |
|---------|-----------|---------------------------------------|--------|--------|----------|---------|
| | | Bajo | Medio | Alto | Muy Alto | |
| Grupo A | % de Edad | 51,20% | 39,00% | 7,30% | 2,40% | 100,00% |
| Grupo B | % de Edad | 57,80% | 33,30% | 8,90% | 0,00% | 100,00% |
| Grupo C | % de Edad | 55,80% | 37,20% | 7,00% | 0,00% | 100,00% |
| Grupo D | % de Edad | 60,00% | 28,00% | 12,00% | 0,00% | 100,00% |
| Total | % de Edad | 56,40% | 34,10% | 8,90% | 0,60% | 100,00% |

Grupo A = 18 años

Grupo B = 19 años

Grupo C = 20 años

Grupo D = 21 años

El 90,5% de la muestra tiene un puntaje bajo y medio de insatisfacción con la imagen corporal, lo que revela que la gran mayoría de las mujeres entre 18 y 21 años se siente bien con su cuerpo. Solamente un 0.6% de la muestra presenta muy alta insatisfacción con la imagen corporal.

El 9.7% de las mujeres de 18 años presentan un puntaje alto y muy alto de insatisfacción con la imagen corporal, sin embargo, este dato no es alarmante ya que hay que considerar que a esta edad las mujeres están pasando por una etapa de descubrimiento y constitución de su cuerpo ya que aún experimentan cambios en este.

Tabla 5. Tabla de contingencia Edad * Satisfacción Sexual.

| | | Satisfacción Sexual | | Total |
|---------|-----------|---------------------|------------|---------|
| | | Insatisfecha | Satisfecha | |
| Grupo A | % de Edad | 14,60% | 85,40% | 100,00% |
| Grupo B | % de Edad | 11,10% | 88,90% | 100,00% |
| Grupo C | % de Edad | 16,30% | 83,70% | 100,00% |
| Grupo D | % de Edad | 2,00% | 98,00% | 100,00% |
| Total | % de Edad | 10,60% | 89,40% | 100,00% |

Grupo A = 18 años

Grupo B = 19 años

Grupo C = 20 años

Grupo D = 21 años

El 89,4% de la muestra se encuentra satisfecha con respecto a las relaciones sexuales que mantiene. El 98% de las mujeres de 21 años está satisfecha con sus relaciones sexuales, esto puede deberse a que ya están en una edad donde las relaciones de pareja; y lo que estás implican; son más estables.

El 10,6% de la muestra está insatisfecha con sus relaciones sexuales, donde el 16. 3% de las mujeres de 20 años están insatisfechas, siendo el valor más alto con respecto las edades.

Correlación entre las dos pruebas, Insatisfacción con la imagen corporal (Body Shape Questionnaire) y Satisfacción sexual (Inventario de Satisfacción Sexual).

El coeficiente de correlación de Spearman alcanzado es de $-0,174$, es decir que los resultados revelan que existe una correlación inversa significativa entre la insatisfacción con la imagen corporal y la satisfacción sexual a un nivel de error del 0.05.

A continuación se presentan los resultados de las correlaciones entre insatisfacción con la imagen corporal y los factores del inventario de satisfacción sexual:

Insatisfacción de la imagen corporal y Satisfacción Sexual con uno mismo: Se observa un nivel de correlación altamente significativo, sin embargo, debe aclararse que también es una correlación inversa. El coeficiente de correlación de Spearman alcanzado es de -0.174 a un nivel de error de 0.01.

Insatisfacción de la imagen corporal y Satisfacción Sexual con el otro: Se observa un nivel de correlación significativo, sin embargo, debe aclararse que también es una correlación inversa. El coeficiente de correlación de Spearman alcanzado es de -0.141 a un nivel de error del 0.05.

Insatisfacción de la imagen corporal y Satisfacción Sexual con el tiempo: Se observa un nivel de correlación altamente significativo, siendo también una correlación inversa. El coeficiente de correlación de Spearman alcanzado es de -0.184 a un nivel de error del 0.01.

CONCLUSIONES

Del estudio realizado, se concluye lo siguiente:

Sí existe una relación entre la imagen corporal y la satisfacción sexual, entendiendo que si una mujer se siente bien con su cuerpo, gusta de este y lo disfruta, sus relaciones sexuales serán vividas al máximo y disfrutara mejor su sexualidad. También puede ocurrir lo contrario, si una mujer no se siente cómoda con su cuerpo, no lo conoce y no lo disfruta, difícilmente podrá experimentar y disfrutar al máximo su sexualidad. De esta forma también se confirmaría la teoría de que las mujeres con mayor autoconciencia de la imagen

corporal están más satisfechas con su actividad sexual (Dove y Wiederman, 2000) también el miedo a ganar peso y la poca valoración del cuerpo condiciona un menor nivel de experiencia sexual (Calado, Lameiras y Rodríguez, 2004; Faith, Mitchell y Schare 1993). Estos descubrimientos mencionados anteriormente son novedosos en nuestra sociedad ya que la combinación de relaciones sexuales y cuerpo aún es un tema que no ha sido investigado ni estudiado a fondo.

Los resultados permiten resaltar que más de la mitad de las mujeres entre 18 y 21 años de edad de la Universidad Católica Boliviana (58.7%) ya mantienen relaciones sexuales a estas edades.

El porcentaje de mujeres que no ha tenido relaciones sexuales (41.3 %) entre los 18 y 21 años puede tener la influencia de que la Universidad Católica Boliviana es un espacio religioso católico y puede considerarse que tanto los hombres como las mujeres estudiantes de la misma tienen creencias católicas cristianas, donde parte de su creencia es no tener relaciones sexuales antes del matrimonio.

Las mujeres que mantienen relaciones sexuales son en su mayoría de 21 años (16.4%), esto puede deberse a que se encuentran en una edad donde la mayoría de las relaciones de pareja y lo que implica son más estables.

La mitad de las mujeres de 20 años mantienen relaciones sexuales y la otra mitad no, lo que es un dato curioso ya que es la única edad donde se presenta esa igualdad 50 – 50, estos resultados posiblemente pueden verse influenciados por ser una edad “media” ya que se es mayor de edad pero el cumplir los 21 años es una transición significativa que implica un cambio emocional y una seguridad al momento de tomar decisiones íntimas.

Las mujeres entre los 18 y 19 años (28.2%) ya han tenido experiencias sexuales con un otro, dato que confirma que los parámetros de edad en que las mujeres empiezan a tener vida sexual activa es a los 16 años (INE, 2001).

Una gran mayoría de las mujeres de la Universidad Católica Boliviana (89.40%) está sexualmente satisfecha presentándose una diferencia significativa con respecto a aquellas mujeres que tienen relaciones sexuales pero que no están satisfechas con estas (10.6%).

La satisfacción sexual implica una completitud entre los aspectos personales, con el otro y con el tiempo, es decir, que la satisfacción sexual es estar satisfecho sexualmente en relación con uno mismo, con la pareja y con el tiempo ya sea la duración y/o la frecuencia de las relaciones sexuales.

Las mujeres de 21 años son las que más satisfechas están ya que solamente una persona se considera insatisfecha.

Entre las mujeres que se consideran insatisfechas sexualmente las mujeres de 20 años representan el valor más numeroso (16.30%), resaltando nuevamente que ha esta edad las mujeres aparentemente están pasando por experiencias nuevas e importantes que hacen que no se siga un patrón de desarrollo y evolución.

Las mujeres entre 18 y 19 años 85.40% y 88.90% respectivamente se consideran satisfechas con sus relaciones sexuales, siendo los índices de insatisfacción bajos. Para algunas mujeres estas edades son claves ya que son edades donde comienzan a tener sus primeras experiencias sexuales, considerando que la primera experiencia tiene un alto valor emocional, personal – social la satisfacción de la misma es importante ya que una mala o buena percepción de la experiencia puede determinar el rumbo de la vida sexual de la persona, mucho más aún de una mujer.

Este dato es importante ya que solamente una persona considera que tiene muy alta insatisfacción con su imagen corporal, lo que paralelamente podemos deducir que la gran mayoría de las mujeres universitarias de la Universidad Católica Boliviana está satisfecha y se siente bien con su cuerpo.

Las mujeres con alta insatisfacción con la imagen corporal son más numerosas que las de muy alta insatisfacción con la imagen corporal, sin embargo es una cantidad no significativa.

Este dato es muy importante ya que revela que podría estar disminuyendo los índices de trastornos alimenticios. Aunque los problemas con la alimentación se inician a los 14 años o hasta antes, estas edades entre 18 y 21 años también son críticas por la cantidad de experiencia que viven, una de ellas el inicio de la educación superior una transición donde uno vive nuevas experiencia a nivel personal e interpersonal, surgen también cuestionamientos con respecto a lo que quieren ser, como quieren ser, etc.

Las mujeres de 18 años presentan un mayor porcentaje que tienen alta y muy alta insatisfacción con la imagen corporal (7.30% y 2.40% respectivamente) en relación a las mujeres de 19, 20 y 21 años, esto se podría deber a que a esta edad las mujeres están pasando por una etapa de descubrimiento y constitución de su cuerpo ya que aún experimentan cambios en este. A este aspecto también se le agrega el hecho de la transición que se vive de salir del colegio y entrar a la universidad.

Las mujeres de 19, 20 y 21 años presentan datos uniformes donde son muy pocas las mujeres que tienen alta insatisfacción con la imagen corporal, una gran mayoría (56.40%) son las que están satisfechas con su cuerpo y tienen una buena percepción de su imagen corporal.

Séptimo Objetivo Específico; determinar la relación entre la insatisfacción con la imagen corporal y la satisfacción sexual en relación a uno mismo.

Se ha podido determinar una relación inversa y con alto grado de significación entre la insatisfacción con la imagen corporal y la satisfacción sexual con uno mismo, esto quiere decir que a mayor satisfacción con el cuerpo, más se disfruta la sexualidad con uno mismo. Este dato es relevante ya que la sexualidad no se la vive exclusivamente con la pareja sino también con uno mismo, y está comprobado de que existe una alta relación entre la percepción del cuerpo y la sexualidad que puede vivir una persona de forma individual.

Es importante mencionar que si una mujer no vive plenamente su cuerpo, no le satisface y no tiene una buena percepción de su imagen corporal, la experiencia de sexualidad personal se verá deteriorada y en casos graves podría privarse de experiencias sexuales.

Hay que considerar también que las cosas parten a nivel personal, si la mujer se priva de experiencias sexuales personales, la posibilidad de que mantenga relaciones sexuales con una pareja se reduce ya que esto implica un grado de intimidad con otra persona.

Se ha podido determinar una relación inversa y significativa entre la insatisfacción con la imagen corporal y la satisfacción sexual con otro (pareja), lo que quiere decir que hay una relación entre la imagen corporal y la satisfacción sexual con el otro, sin embargo esta relación no es tan alta como la anterior. Esto revela que la relación existente no tiene tanta influencia como la anterior mencionada, llegando a la conclusión de teniendo una mala percepción de la imagen corporal esta puede afectar pero no de forma importante a la satisfacción sexual en relación al otro en este caso en relación a la pareja.

Las mujeres pueden tener una buena percepción de la imagen corporal pero no necesariamente estar satisfechas sexualmente con respecto a la pareja; o pueden que estén satisfechas sexualmente con respecto a la pareja pero no necesariamente tener una buena valoración de su cuerpo.

Se ha podido determinar una relación inversa y altamente significativa entre la insatisfacción con la imagen corporal y la satisfacción sexual con el tiempo (frecuencia y duración), lo que lleva a concluir que la percepción de la imagen corporal tiene una alta relación con la duración y la frecuencia de las relaciones sexuales, es decir, si una mujer se siente bien con su cuerpo estará más satisfecha con la duración y la frecuencia de sus relaciones sexuales, pudiendo entenderse que serán más largas y con más frecuencia.

Estudios como este permite dar cuenta del valor que tiene el cuerpo en la vida, a nivel salud, educación, trabajo, etc. El apreciar y valorar el cuerpo que uno tiene es parte de poder tener una mejor calidad de vida. Las relaciones interpersonales y la buena sexualidad es parte de la calidad de vida.

Bolivia no es un país con gente de constitución delgada o hermosa como los parámetros que la teoría de la objetivación plantea, Bolivia tiene gente con cuerpos diferentes y belleza diferente.

Este estudio es un gran aporte a la ciencia ya que nos permite conocer que existe una relación entre la imagen corporal y la satisfacción y así podamos aplicarlo en el ámbito clínico, específicamente en lo que se refiere a la terapia de pareja.

La aplicación de los cuestionarios puede ser utilizada como un instrumento de trabajo para abordar la problemática de pareja, y por tanto, a partir de ello, trabajar el conflicto y buscar soluciones, ya que muchas veces las inseguridades personales afectan a la relación de pareja.

El cuerpo es el principal instrumento de comunicación entre las personas, más aún entre una pareja. El trabajo con el cuerpo a partir de técnicas corporales entre estas la danza permite desarrollar habilidades que al momento de mantener relaciones sexuales las personas puedan explotar y disfrutar al máximo con su cuerpo.

La danza y el teatro permite conocer el cuerpo, manejarlo, y moldearlo de muchas formas, permitiendo desarrollar habilidades que ayudan mucho a la persona al momento de tener relaciones sexuales, ya que le permite acomodar su cuerpo encontrando formas mucho más creativas y nuevas de conseguir placer. Estas nuevas formas permiten divertirse y disfrutar de ese momento sin necesidad de llegar al orgasmo, ese nivel de diversión y placer le da calidad al momento haciendo que la pareja se sienta satisfecha. Esta satisfacción sexual entre una pareja ayuda a que la relación de pareja como tal sea satisfactoria dando lugar a una buena relación entre los conyugues, ya que la diversidad en las relaciones sexuales da lugar a comunicación y encuentro y esta comunicación y encuentro pueden trasladarse a otros momentos de la relación.

Este trabajo también puede enriquecer temas como el de la educación sexual abordándolo desde un aspecto importante que es el conocimiento y la valoración del propio cuerpo.

Es importante que la pareja tenga buena comunicación en todos sus niveles, ya que permite la prevención de que las relaciones sexuales se deteriores, de que existan

infidelidades y de que se generen problemas como los alimenticios o de adicciones a cualquier nivel.

El aporte de este estudio también se lo traduce en nuevas investigaciones, utilizando estos datos como partida para poder conocer más con respecto a esta relación encontrada.

Limitaciones.

Para poder realizar nuevos estudios es necesario considerar que la principal limitación fue no tener la población exacta de mujeres entre estas edades que tengan relaciones sexuales, lo que produce una incertidumbre de si realmente se está trabajando con una muestra que proporcione la información necesaria. Esto no permite realizar una generalización por lo que es importante ampliar el estudio para poder conocer si esta relación encontrada también se da en jóvenes mujeres con otras características, ya que la ciudad de La Paz presenta una gran diversidad en su población juvenil.

Otra limitación que hay que considerar es que el tema es controversial por lo que hay riesgo de que las personas no respondan con sinceridad a todas las preguntas de las pruebas.

Este estudio también se limitó al abordar solamente a jóvenes y mujeres, siendo muy interesante conocer el resultado en hombres y mujeres de mayor edad para poder comprobar si esta relación encontrada también está presente en adultos y adultas jóvenes o hasta mayores, en matrimonios, trabajadoras y trabajadores sexuales, etc.

Se ha presentado una limitación en uno de los instrumentos, ya que el Body Shape Questionnaire mide insatisfacción con la imagen corporal orientado al hecho de que tener un cuerpo grueso es motivo de insatisfacción con la imagen corporal sin tomar en cuenta que un cuerpo excesivamente delgado también puede ser un motivo de insatisfacción con la imagen corporal.

Recomendaciones.

La principal recomendación con fines científicos es realizar la prueba en otros espacios u otras universidades ya que esa información complementaría el estudio pudiendo así llegar a mejores niveles de generalización.

Sería recomendable abordar esta temática en parejas casadas y que hayan vivido una situación de divorcio o separación ya que la connotación y la vivencia de estas es diferente lo que puede proporcionar información muy valiosa.

El trabajo con el cuerpo es de suma importancia ya que nos permite conocerlo, y tener mayor control sobre él, no sólo para las relaciones sexuales, sino también para la vida cotidiana.

Es parte de una buena salud trabajar el cuerpo al máximo, sin necesidad de hacer ejercicios extremos, por lo que es recomendable realizar ejercicios como pilates, yoga u otras actividades tranquilas y relajadas para poder mantener armonía con el cuerpo, como también realizar actividades mucho más exigentes para mantener fuerza, firmeza y tonicidad.

La realización de danza, teatro y otras expresiones artísticas corporales son muy importantes ya que ayudan a desarrollar habilidades con el manejo de la expresión y el control corporal, como también estimula la creatividad de movimientos corporales y formas de responder ante situaciones conflictivas.

Los deportes son actividades que permiten mejorar la agilidad, equilibrio, tono muscular, etc., por lo cual introducir actividades deportivas en la vida cotidiana de las personas es muy saludable.

El trabajo corporal no sólo favorece a la salud sino también permite tener una mejor actitud al momento de tener experiencias sexuales tanto con una pareja como con uno mismo. El conocimiento y el control del cuerpo son ventajas y una muy buena herramienta para poder disfrutar al momento de tener relaciones sexuales ya que permite desarrollar creatividad al momento de buscar la mejor forma de compartir estas experiencias.

REFERENCIAS

Aumend D. (2007). The Role of Self-Esteem as a Buffer and Independent Predictor among Variables in Objectification Theory. The Ohio State University.

Baile J.I. (2007), Centro Asociado de la UNED de Tudela, ¿QUÉ ES LA IMAGEN CORPORAL disponible en: http://www.uned.es/ca-tudela/revista2/n002/baile_ayensa.htm

Calado M., Lameiras M. y Rodríguez Y. (2004), International Journal of clinical and Health psychology, Mayo 2004, vol. 4, número 002, Asociación Española de Psicología Conductual (AEPC) Granada – España pp. 357 – 370

Davison T., McCabe M.(2005). Relationships between Men's and Women's Body Image and Their Psychological, Social, and Sexual Functioning. Journal Article Excerpt. A Journal of Research, Vol. 52, 2005

Mercurio A. y Landry L. (2007). Self-objectification and Well-being: The Impact of Self-objectification on Women's Overall Sense of Self-worth and Life Satisfaction. Editor Springer Netherlands.

Noll, S.M. y Frederickson, B.L. (1998). A mediational model linking self- objectification, body shame, and disordered eating. Psychology of Women Quarterly, 22, 623-636.

Ortiz y García, (2002). La influencia de la cultura en la satisfacción sexual del Adulto Maduro, disponible en: <http://www.uaq.mx/psicologia/lamision/influencia.html>

Rodríguez y Gempeler, 1999, La corporalidad en los trastornos de la alimentación, Rev Colomb Psiquiatr, Vol. XXVIII, No. 4,

Tylka T., Hill M. (2004). Objectification Theory as It Relates to Disordered Eating among College Women. Journal Article Excerpt. A Journal of Research, Vol. 51, 2004.

Van den Berg P., Paxton S., Keery H., Wall M., Guo J., Neumark-Sztainer D. (2007). Body dissatisfaction and body comparison with media images in males and females. aUniversity of Minnesota, United States, bLa Trobe University, Melbourne, Australia, cThe Emily Program, Minnesota, United States

Weaver A. y Byers S. (2006). The Relationships Among Body Image, Body Mass Index, Exercise, And Sexual Functioning In Heterosexual Women. Department of Psychology, University of New Brunswick. Psychology of Women Quarterly.

Wiederman, M.W. y Hurst, S.R. (1998). Body size, physical attractiveness, and body image among young adult women: Relationships to sexual experience and sexual esteem. BNET Business Network.