UNIVERSIDAD DE GRANADA

Universidad de Granada

Observar su cuerpo frente al espejo reduce la insatisfacción corporal en mujeres con obesidad

02/06/2023

Divulgación

Existe un alto porcentaje de la población en la que el malestar con su propio cuerpo lleva a la realización de conductas nocivas para la salud con el objeto de modificar su apariencia (como altos niveles de ejercicio físico, dietas extremas...). Es entonces cuando la persona experimenta una insatisfacción corporal que interfiere con su vida diaria. Esta insatisfacción es muy superior en mujeres, sobre todo en adolescentes y jóvenes. Este hecho se explica por la gran presión social a la que se ven sometidas especialmente las mujeres y que conlleva a la consecución de un modelo estético de extrema delgadez. Esta preocupación por la imagen corporal afecta a la salud física, mental y emocional de la población sana y, en mayor medida, de aquella con Trastornos de la Conducta Alimentaria y Obesidad.

Seguir leyendo

Copyright© 2024 Universidad de Granada