

**PRACTICA DE LA ANOREXIA NERVIOSA Y LA AUTOESTIMA EN ALUMNAS DE LA
E.A.P ENFERMERIA Y PSICOLOGIA. UNHEVAL - 2009**

Dr. Abner A. Fonseca-Livias, Dr. Miguel Carrasco Muñoz

RESUMEN

Este estudio se realizó para determinar la influencia de la práctica de la anorexia y la autoestima en las alumnas de la E.A.P. de Enfermería y Psicología – UNHEVAL – 2009. La muestra fue de 100 alumnas. El estudio fue de tipo correlacional, para el que se usó el método Descriptivo-Analítico, prospectivo y según el periodo de tiempo fue de corte trasversal. El 96% de las alumnas estudiadas están en riesgo de anorexia y solo el 4% sufren de anorexia. El 80% de las alumnas tienen autoestima media, el 16% tienen alta autoestima y solo el 4% sufre de baja autoestima. Para contrastar las hipótesis se utilizó la correlación de Spearman, con α 0.05, nivel de confianza 95% y 5% de error. El valor de la r calculada es 0.061 y p 0.547 y ésta es mayor que α 0.05, por lo que se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula "La práctica de anorexia no se relaciona con la autoestima de las alumnas que la sufren".

Palabra clave: Anorexia. Autoestima

**PRACTICE OF THE ANOREXIA NERVOSA AND THE AUTOESTEEM IN PUPILS OF THE
E.A.P INFIRMARY AND PSYCHOLOGY - UNHEVAL - 2009**

ABSTRACT

This study was realized to determine the influence of the practice of the anorexia and the autoesteem in the pupils of the E.A.P. of Infirmary and Psychology - UNHEVAL - 2009. The sample belonged 100 pupils. The study was of type correlacional, for the one that used the Descriptive - analytical, market method and according to the period of time it was of court trasversal. 96 % of the studied pupils is in risk of anorexia and alone 4 % suffers from anorexia. 80 % of the pupils has average autoesteem, 16 % has high autoesteem and only 4 % suffers from low autoesteem. To confirm the hypotheses Spearman's correlation was in use, with α 0.05, confidence level 95 % and 5 % of mistake. The value of r calculated is 0.061 and p 0.547 and this one is major that α 0.05, by what the hypothesis of investigation is rejected and the void hypothesis is accepted "The practice of anorexia does not relate to the autoesteem of the pupils who suffer it".

Keyword: Anorexia. Autoesteem

Revisado: 14.05.15

Aceptado para publicación: 17.09.15

INTRODUCCIÓN

La anorexia nerviosa consiste en una alteración grave de la percepción de la propia imagen, con un temor morboso a la obesidad, lo que condiciona una alteración.

Las principales características de la anorexia nerviosa son el rechazo a mantener un peso corporal mínimo, un miedo intenso a ganar peso y una alteración significativa de la percepción del cuerpo. Las mujeres afectadas por este trastorno sufren, además, amenorrea (falta de regla) aunque hayan pasado la menarquía (primera regla).

Generalmente la pérdida de peso se consigue mediante una disminución de la ingesta total de alimentos. Aunque los anoréxicos empiezan por excluir de su dieta todos los alimentos con alto contenido calórico, la mayoría acaba con una dieta muy restringida, limitada a unos pocos alimentos. Existen otras formas de perder peso, como la utilización de purgas, vómitos provocados o ejercicio físico excesivo¹.

La autoestima, llamada amor propio o autoapreciación, es la percepción emocional profunda que las personas tienen de sí mismas. Puede expresarse como el amor hacia uno mismo. El término suele confundirse con el narcisismo o el coloquial ego, que referencia en realidad una actitud ostensible que demuestra un individuo acerca de sí mismo ante los demás, y no la verdadera actitud u opinión emocional que este tiene de sí. Es un aspecto básico de la inteligencia emocional.

La percepción emocional puede fácilmente llegar a sobrepasar en sus causas a la racionalización y la lógica del individuo. Por ello, tener una buena autoestima implica ser conscientes de las virtudes y defectos propios (autoconcepto) así como de lo que los demás realmente dicen de uno (heteroconcepto) y sienten hacia uno (heteroestima), aceptando todo ello en su justa medida, sin amplificarlo ni reducirlo, sabiendo y afirmando que en cualquier caso uno es valioso y digno. Implica, por lo tanto, el respeto hacia uno mismo y consecuentemente hacia los demás. La autoestima es el requisito indispensable para las relaciones interpersonales sanas².

MATERIAL Y MÉTODOS

El estudio de investigación se llevó a cabo en las Escuelas Académicas Profesionales de Enfermería y Psicología de la UNHEVAL. La muestra estuvo conformada por 100 alumnas. Según la relación de variables fue de tipo correlacional. Según el análisis y el alcance de los resultados el presente trabajo de investigación, hizo uso del método Descriptivo-Analítico. Según el tiempo de ocurrencia de los hechos fue prospectivo, porque los datos fueron registrados conforme el avance del tiempo. Según el periodo de tiempo el presente estudio fue de corte trasversal porque se estudiaron las variables simultáneamente en un determinado momento. Se empleó la técnica de encuesta y los instrumentos: test para identificar la autoestima y un cuestionario para medir la anorexia.

RESULTADOS

Tabla 1. Opinión sobre si pudieras cambiar algo de tu aspecto físico que no te gusta – alumnas E.A.P. Enfermería y Psicología, UNHEVAL 2009

¿Preguntas, indagas, averiguas lo que la gente prefiere de ti y lo que no?	Nº	%	% acumulada
Sí, aunque me llevo algunos disgustos	26	26	26
Sí y disfruto conociéndome a mí mismo a través de otros	46	46	72
No pregunto nada, por si encuentro respuesta que preferiría no escuchar	28	28	100.0
Total	100	100.0	

Fuente: cuestionario para identificar la anorexia y autoestima.

Análisis de datos: del total 100% (100) alumnas, el 38% de las alumnas indican que les gustaría cambiar bastantes cosas de su cuerpo (aspecto físico) para así sentirse mucho mejor, los que consideran que les agradaría cambiar pero que eso en nada esencial cambiaría su vida 32%, y el 30% manifiesta que no necesita cambiar nada en su persona.

Tabla 2. Opinión sobre si ¿Preguntas, indagas, averiguas lo que la gente prefiere de ti y lo que no? – alumnas E.A.P. Enfermería y Psicología, UNHEVAL 2009

Afección de anorexia	N°	%	% acumulada
Riesgo de anorexia	96	96,0	96,0
Anorexia	4	4,0	100,0
Total	100	100,0	

Fuente: cuestionario para identificar la anorexia y autoestima.

Análisis de datos: del total 100% (100) alumnas, el 26% de las alumnas manifiestan que preguntan, indagan averiguan lo que la gente prefiere de ellas y esto les causan algunos disgustos, las que también preguntan pero disfrutan de ello toda vez que les permite conocerse mejor a través de los demás 46%, y el 28% expresan que no preguntan nada porque prefieren evitar escuchar las opiniones sobre su persona.

Tabla 3. Muestra en estudio según la afección de anorexia en las alumnas E.A.P. Enfermería y Psicología, UNHEVAL 2009

Autoestima	N°	%	% acumulada
Baja	4	4,0	4,0
Media	80	80,0	84,0
Alta	16	16,0	100,0
Total	100	100,0	

Fuente: cuestionario para identificar la anorexia y autoestima.

Análisis de datos: Del total 100% (100) alumnas, el 96% de las alumnas tienen riesgo de anorexia y solo el 4% sufren, realmente de anorexia

Tabla 4. Muestra en estudio según la autoestima en las alumnas E.A.P. Enfermería y Psicología, UNHEVAL 2009

Anorexia		Autoestima			Total	Rho de Spearman	p valor
		Baja	Media	Alta			
Riesgo de anorexia	N°	4	77	15	96	0.061	0.104
	%	4,0%	77,0%	15,0%	96,0%		
Anorexia	N°	0	3	1	4		
	%	,0%	3,0%	1,0%	4,0%		
Total	N°	4	80	16	100		
	%	4,0%	80,0%	16,0%	100,0%		

Fuente: cuestionario para identificar la anorexia y autoestima.

Análisis de datos: del total 100% (100) alumnas, el 80% evidencian autoestima media; el 16% tienen alta autoestima y solo el 4% sufren de autoestima baja.

Para la contrastación de las hipótesis se utilizó la correlación de Spearman, para ello se precisó nivel de confianza 95% y 5% de error. El valor de la r calculada fue 0.061 y p 0.104, como el valor de la p es mayor que α 0.05, se rechaza la hipótesis de investigación y se acepta la hipótesis nula “La práctica de anorexia no se relaciona con la autoestima de las alumnas que la sufren”. Este resultado no indica necesariamente que la anorexia no está relacionada con la autoestima, sino que, para probar esa afirmación, se requiere de más casos de anorexia.

DISCUSIÓN

La autoestima no se puede tocar, pero afecta a los sentimientos. No se puede ver ni se puede oír, pero está ahí, cuando hablas de ti mismo.

La autoestima es tener la mejor opinión de sí mismo, de la valía que se tiene como ser humano, de que como persona somos únicos; no es sentirse orgulloso de lo que uno es o alardear de lo maravilloso que es. No se trata de pensar que somos perfectos sino de saber que somos dignos de ser amado y amar, de aceptar y ser aceptado por otros.

En el estudio, sobre el aspecto físico, el 38% de las alumnas indican que cambiarían bastantes cosas para sentirse mucho mejor. Es una clara expresión de no tener una autoestima adecuada, específicamente en ello se advierte un déficit con respecto a la autoaceptación y autoafirmación. Ya que uno debe aceptarse tal cual es, referente a su aspecto físico. Para aumentar la autoestima, es importante darse cuenta de que nuestro cuerpo es nuestro y de nadie más y que los demás no tienen derecho a desmerecer nuestro aspecto físico. La imagen corporal suele tener un impacto muy importante sobre la autoestima.

Respecto, de que, si ellas indagan, averiguan lo que la gente prefiere de ellas o no, el 46% de las féminas manifiestan que sí, y disfrutan conociéndose a sí mismas a través de otros. Es otro indicador de la baja autoestima, porque estimar a una persona es contemplarla con respeto, con consideración, con aprecio. Es en este sentido que se aprecia algún nivel de inseguridad en ellas toda vez que necesitan de la opinión de los demás para consolidar su autoconocimiento y autovaloración. La autoestima, en consecuencia, es contemplarse a sí mismo con sentido de dignidad. La autoestima contribuye decisivamente al bienestar personal: quienes poseen autoestima se sienten más felices, son más sanos, tiene menos problemas mentales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Anorexia. Sitio en internet. Disponible en: www.tuotromedico.com/temas/anorexia.htm
2. Autoestima. Sitio en internet. Disponible en: www.es.wikipedia.org/wiki/Autoestima
3. Barlaro, Tatiana. Bulimia y anorexia. Escuela modelo de DSM-IV. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Barcelona. Edit. Masson S.A. 1995
4. Gillham L., Heber. "Cómo ayudar a los niños

a aceptarse sí mismos y a aceptar a los demás" Editorial Paidós Educador. 3ra Edición 1991

5. Gómez, Paloma. Anorexia nerviosa. Madrid. Edit. Pirámide S.A. 1996.
6. Onnis Luigi. Trastornos psicósomáticos. España. Edit. Herder 1997.
7. Porras Obeso, S. Revisión de la literatura y otras consideraciones sobre la anorexia nerviosa. Hospital general de Elda, Alicante España
8. Raich, Rosa M. Anorexia y bulimia. Madrid. Edit. Pirámide S.A. 1994
9. Roche Olivos, Robert. "Psicología y educación para la prosocialidad" Red Federal De Formación Docente Continua Para La República Argentina. Edición 1997 Bs. As.
10. Sarason, Irwin G. Psicología anormal. México. Edit. Prentice Hall, Hispanoamericana. 1996
11. Shibutani, Tomotsu. "Psicología social y psicología" Editorial Paidós. Diciembre de 1971 Bs. As.
12. Sue, David. Comportamiento anormal. México. Edit. McGraw Hill, 1992

Correo electrónico: mapedema@gmail.com