Casa abierta al tiempo

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA

UNIDAD XOCHIMILCO

DIVISIÓN DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

LICENCIATURA EN SOCIOLOGÍA

MODULO XII: "SOCIOLOGIA Y SOCIEDAD"

ASESORA: DRA. SONIA COMBONI SALINAS

CORREO ELECTRÓNICO: sonia.comboni@gmail.com

NÚMERO ECONÓMICO: 4215

CUERPOS IDEALIZADOS Y MUJERES REALES: UN ANÁLISIS SOBRE EL ESTEREOTIPO DE CUERPO PERFECTO FEMENINO Y CÓMO AFECTA EN LA RELACIÓN QUE LAS MUJERES TIENEN CON SU PROPIO CUERPO.

NOMBRE: ADRIANA LIZET DEL ANGEL FLORENTINO

MATRICULA: 2173059984

CORREO ELECTRÓNICO: 2173059984@alumnos.xoc.uam.mx

FECHA: 22 DE OCTUBRE DEL 2021

ÍNDICE

Introducción 4

1. Construyendo la investigación 6

Capítulo 1: El Cuerpo 10

1. Estudios sobre el cuerpo en las ciencias sociales 10

1.1 El cuerpo como construcción social 14

1.2 Imaginario social 17

1.3 El cuerpo como mercancía 22

Capítulo 2: Estereotipo de belleza 30

2. Qué es un estereotipo 30

2.1 Qué es la belleza 32

2.2 Qué es el estereotipo de belleza 33

2.3 Recorrido histórico sobre el estereotipo de belleza 34

2.3.1 En la Antigüedad 34

2.3.2 Siglo XX 39

2.3.3 Actualidad 41

2.4 Quién impone el ideal de cuerpo femenino 42

2.4.1 Publicidad 42

2.4.2 Televisión 44

2.4.3 Revista 46

2.4.4 Moda 47

2.4.5 Redes sociales 48

2.4.6 Una enciclopedia para la mujer 50

2.4.7 La sociedad 53

Capítulo 3 Cómo se perciben las mujeres, un estudio empírico 56

3. Nos dijeron que nuestro cuerpo no era bonito 56

3.0.1 ¿Comer se volvió prohibido? 61

3.0.2 Un antes y un después 64

3.1 La belleza en la mujer 65

Conclusiones 68

Bibliografía 72

Anexos 77

Introducción

A lo largo de las décadas se ha podido apreciar el constante énfasis que se ha hecho sobre el cuerpo de la mujer e insistencia en cómo debería llegar a ser para considerarse bello. Constantemente nos encontramos ante imágenes que representan a un modelo hegemónico de mujer, que muestran únicamente a jóvenes que poseen características como el ser delgado, de piel clara, cabello cuidado, cuerpo tonificado, curvas sutiles, de medidas noventa, sesenta, noventa, cintura estrecha, en fin, atributos considerados como femeninos. Las vemos en comerciales; programas televisivos; revistas; publicidad de marcas de ropa, maquillaje, perfumería, cosmética, e incluso hasta en programas infantiles, que además de marcar el rol de la mujer en la sociedad, muestran a mujeres con cuerpos totalmente armoniosos que nos hacen creer que solo existe un único tipo de cuerpo, el socialmente aprobado. Mientras se oculta a aquella chica real que tiene, lunares, granitos, vello en el rostro y en el resto del cuerpo, que tiene, cicatrices, manchas por el exceso de sol, ojeras, que tiene estrías, celulitis, etc. ellas jamás aparecen en su visión de la mujer perfecta, siendo inconcebible para ellos, solo son desperfectos que necesitan y deben corregirse.

Y donde los medios han jugado un papel crucial dentro de ello, al crearnos visiones y perspectivas sobre la realidad social, pero que en este caso se salen mucho de lo real. Por ejemplo, las revistas, que en la mayoría van dirigidas a la mujer, han sido partícipes en la transmisión de este estereotipo, ya que generalmente han tendido a mostrar imágenes de chicas que cumplen con estas características. Por otra parte, la moda, no se ha quedado atrás, ya que también ha jugado un papel principal dentro de la imposición de un cuerpo hegemónico, ya que en sus pasarelas siempre se ha podido observar a chicas altas, generalmente extranjeras, de piel y cabello claros, jóvenes y esbeltas. Y que hasta el momento nunca antes habían mostrado a mujeres distintas al ideal femenino para que modelaran la ropa, sino hasta años recientes, en los que se ha venido criticando la imposición de un estereotipo de cuerpo, por lo que se han visto en la obligación de incluir a más chicas distintas, de

pieles obscuras, con curvas más pronunciadas, no tan delgadas pero que al final de todo continúan cumpliendo con el ideal de un cuerpo armonioso y proporcionado.

Por otro lado, las redes sociales también han jugado un papel esencial dentro de la transmisión de este estereotipo, recientemente con la actual pandemia que se vive por el virus del SARS COVID 19 y que el año pasado género que millones de personas se vieran en la necesidad de quedarse en casa, se dio paso a que el uso de redes sociales se intensificara y con ello aumentará la vista concurrente de más mujeres, principalmente jóvenes, que no eran artistas o pertenecían al medio de la publicidad, pero que sí tenían cuerpos consideramos socialmente como hermosos. Un claro ejemplo de ello es lo ocurrido con la muy conocida aplicación de Tik Tok[1] que como bien se dio a conocer en recientes estudios, no solo género que la imagen de la mujer de glúteos grandes, cintura pequeña, vientre plano y delgada aumentará, sino también se cosificara y sexualizara, por la supuesta ropa pegada que utilizaban y los movimientos de baile que hacían las chicas ante la cámara y que los hombres veían como provocativos.

Como bien ha podido apreciarse, existe y ha existido a lo largo de los años una sobrecarga en las mujeres de un ideal de cuerpo femenino, visto como aceptable, lo que ha conllevado a que durante décadas muchas mujeres lleguen a tener una mala relación con su cuerpo y vivan una vida llena de complejos e insatisfacción consigo mismas, con una parte específica o con todo su cuerpo. Por ello la presente investigación está enfocada en comprender desde sus vivencias cómo los estereotipos de belleza pueden llegar a afectar a las mujeres en la relación que establecen con su cuerpo.

Los objetivos que guiaron la presente investigación fueron: en un primer momento analizar por qué la construcción social del cuerpo idealizado de la mujer e impuesto a través de medios publicitarios, mercadotecnia, medios audiovisuales y redes

[1] Una red social creada en 2016, basada en la publicación de pequeños clips de música, que les permitió a varias personas entre ellos, a millones de jóvenes, el darse a conocer ante los demás y hacerse famosos, a través de los cortos vídeos que grababan principalmente bailando, contando anécdotas, imitando, etc.

sociales, pueden afectar la relación y aceptación que las jóvenes tienen con su cuerpo; en segundo detectar históricamente la evolución y cambio de los estereotipos de cuerpo femenino perfecto a lo largo de la historia; y finalmente analizar sobre qué prácticas han llevado a cabo las mujeres jóvenes, con la intención de modificar o cambiar su cuerpo para obtener un cuerpo similar al idealizado. (Procedimientos estéticos, ejercicio, dietas alimenticias, rutinas de belleza)

En cuanto a las preguntas que guiaron la investigación fueron: ¿De qué manera un ideal de cuerpo femenino en la sociedad afecta la concepción que tienen las mujeres sobre su cuerpo?; ¿Cómo surge este ideal de cuerpo femenino y quien lo impone?, ¿Qué prácticas han llevado a cabo las mujeres jóvenes con la intención de tener un cuerpo similar al socialmente aceptado?

1. Construyendo la investigación

La presente investigación enfocada en el tema de los Estereotipos de Belleza, es de tipo cualitativa, que como bien lo refieren Strauss y Corbin es un tipo de investigación que no se enfoca en encontrar hallazgos cuantificables (aunque eso no quiere decir que no puedan ser clasificados), sino que, lo que se busca es un tipo de investigación que nos permita conocer desde las experiencias vividas el impacto que tienen los estereotipos de belleza sobre la percepción del cuerpo en las mujeres, por ello nuestros autores la explican como aquella en que

> Puede tratarse de investigaciones sobre la vida de la gente, las experiencias vividas, los comportamientos, emociones y sentimientos, así como el funcionamiento organizacional, los movimientos sociales, los fenómenos culturales y la interacción entre las naciones (Strauss y Corbin, 2002:21).

Por otro lado, el tema a abordar es de relevancia, ya que es un tema que se ha conservado durante años en la mira y que aun el día de hoy continúa dando mucho sobre que hablar y que cuestionarse, como lo han demostrado los diversos estudios que han surgido en torno a él, en los que se ha podido hallar enfoques diversos, como aquellos que se han centrado en la influencia que tienen los estereotipos de belleza a través de los medios digitales y redes sociales, aquellos que indagan

sobre cuál es el ideal de cuerpo concebido por los adolescentes y jóvenes y aquellos que su enfoque está puesto en las cirugías plásticas o modificaciones que se le hacen al cuerpo con un fin estético. Incluso se ha hablado bastante sobre las posibles consecuencias que estos pueden tener en las mujeres, llevándolas a problemas que ya corresponden con afectaciones en la salud física y psicológica como lo vemos con la anorexia, bulimia, ortorexia, entre otros. Y que aún, a pesar de ser bastantes las investigaciones, no acaban por agotar todas las direcciones que se le puede dar al tema y enfoques desde los cuales pueden ser estudiados los estereotipos de belleza.

Además de que los estereotipos en el tiempo no han quedado estáticos, sino que, por el contrario han ido cambiando con el pasar de los años, se han modificado acorde a los parámetros que van fijando la sociedad y ámbitos como la moda y el consumo. Por ello es importante que el presente estudio analice de qué manera los estereotipos de belleza influyen en la relación que tienen las mujeres con su cuerpo. Es fundamental, que se hable sobre qué experimentan en su vida con respecto a los estereotipos de belleza y que pocos estudios se enfocan en ello, en entender que viven y han vivido a causa de esta constante carga que recae sobre sus cuerpos y que se disfrazan tras palabras como “vanidad”, que lo único que logran es hacerlas sentir culpa por ser y pensar así, cuando en realidad son inseguridades y complejos creados por los intereses de otros, a fin de hacerlas sentir insatisfechas con su cuerpo y hacerlas pensar en todo momento que siempre hay algo que tienen que modificar o mejorar.

Por lo que la investigación se llevó a cabo a través de una recopilación teórica/documental, en la que se retomaron teorías de importantes sociólogos que se enfocaron en su estudio sobre el cuerpo en las sociedades contemporáneas. Mientras que, en lo que respecta al trabajo de campo, este fue realizado por medio de entrevistas a profundidad, las cuales se determinaron como las más adecuadas para el trabajo debido al enfoque que se pretendía abordar. Por ello retomando a Morella, se explica que

> […] se entienden – como- reiterados encuentros cara a cara entre el investigador y los informantes, encuentros dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como lo expresan con sus propias palabras (Morella,s.f:104).

Que como bien lo refiere el autor siguen un modelo similar al de una conversación. Las entrevistas fueron realizadas a diez mujeres de distintas edades tomando en cuenta un rango de edad de entre 20 a 50 años. En donde debido a la actual situación que se vive por el virus del SARS COVID 19, el trabajo de campo tuvo que ser adaptado, eligiendo a chicas que pudieran ser accesibles para entrevistar entre ellas familiares, conocidas y compañeras de la carrera y escuela. Por ello mi grupo de mujeres entrevistadas estuvo conformado por Ximena Torres de 20 años estudiante del segundo año de la licenciatura en turismo; por Linda Díaz y Cindy Álvarez, ambas de 22 años y estudiantes del último año de la carrera de sociología por la UAM Xochimilco; Andrea García igual de 22 años, estudiante del último año de la carrera en Comunicación Social por esta misma institución; Nathaly Chávez de 26 años estudiante del último año en la carrera en sociología por la UAM X, Feminista activista y creadora de la página Una Feminista en Facebook e Instagram; Soledad González de 25 años; Yazmín Gonzales de 30 años, Ingeniera en Biotecnología y que actualmente se encuentra laborando como Perito en Genética Forense; Gabriela Sánchez de 37 años, licenciada en nutrición; Sandra Herrera de 42 años, analista de seguros y finalmente Ventura Florentino ama de casa y vendedora de artículos de papelería

Las mujeres fueron entrevistadas por medio de videollamadas en dos redes sociales, WhatsApp y Messenger. Con la intención de conocer desde su experiencia si consideran que el estereotipo que nos presentan de un cuerpo femenino “perfecto” ha llegado a afectar o influir en la relación que construyen con su cuerpo.

Algunas de las consideraciones éticas que se tomaron en cuenta al momento de realizar las entrevistas fueron, el preguntar en primer lugar, si no tenían objeción para que el audio fuera grabado para un posterior análisis con fines académicos y

en segunda instancia si se podía hacer uso de nombre al momento de citar algo de lo que nos habían expresado.

Finalmente, la presente investigación está dividida en tres capítulos, en el primer capítulo se hace todo un abordaje teórico en torno al cuerpo, retomando en primera instancia a algunos sociólogos que han realizado estudios sobre el cuerpo, en segundo lugar, se retoma como el cuerpo es un reflejo de su misma sociedad, como cada sociedad fija sus propios imaginarios de belleza y finalmente como el cuerpo en la sociedad actual se vuelve una mercancía. Por otro lado en el segundo capítulo se retoman las definiciones de estereotipo, de belleza y estereotipo de belleza, además de que se incluye una recopilación breve de la evolución que han tenido los estereotipos de belleza, para finalizar retomando cuales son los medios que han impuesto e influido en la difusión de los estereotipos. Por último, en el tercer capítulo se aborda desde las entrevistas el cómo estos parámetros de belleza han llegado a afectar o influir en las mujeres que se consideraron para el trabajo, conduciéndolas a realizar prácticas con fines estéticos que más de hacerles un bien solo llegan a afectarlas y hacerlas sentir insatisfechas y no valoradas.

CAPÍTULO 1

EL CUERPO

1. Estudios sobre el cuerpo en las ciencias sociales

Entender que el cuerpo va más allá de lo biológico y de lo puramente material es la perspectiva que nos ofrecen las ciencias sociales, al develar una forma diferente de comprender y estudiar el cuerpo humano, el cual como bien se ha podido apreciar, no solo revela lo físico o lo que se ve a simple vista, sino que, por el contrario muestra que este se encuentra dotado de un sinfín de significaciones y valores que influyen en nuestra vida en el día a día y en la manera en cómo nos relacionamos con los otros. El cuerpo es el primer medio por el cual experimentamos todo lo que nos rodea, sensaciones, sentimientos emociones, recuerdos e imaginaciones; es a través de él que podemos apreciar la vida, la naturaleza, los animales y las personas; además de dejarnos sentir el calor de las personas al abrazarlas, la suavidad de su piel al acariciarlas e incluso decirles te quiero o te he extrañado.

Es a partir del siglo XIX que comienza un creciente interés en el estudio del cuerpo dentro de las disciplinas sociales, desde una mirada antropológica podemos encontrar el trabajo de Marcel Mauss un antropólogo y sociólogo francés, quien además de sus "*contribuciones con La expresión obligatoria de los sentimientos (1921) y el Efecto físico de la idea de muerte (1926)"* (Le Breton, 2002:20) en una conferencia titulada "*Las técnicas y movimientos sociales*", llevada a cabo en 1934, habla sobre "las técnicas corporales", sobre las cuales señala que los hombres de acuerdo a la sociedad en la que viven es cómo articulan los movimientos que desarrollan en su día a día, es decir, que cada movimiento que llevan a cabo las personas es el claro reflejo de formas tradicionales de llevarlas a cabo porque son movimientos que han sido socialmente aprendidos y característicos de su sociedad.

> "Mauss observa que la técnica no es monopolio único de la relación del hombre con una herramienta; antes que esto es otro instrumento, fundacional en algún sentido. El cuerpo es el primero y el más natural instrumento del hombre. Modelado de acuerdo con el habitus cultural, produce eficacias prácticas" (Le Breton, 2002:42).

Son técnicas que denomina actos tradicionales y logra clarificar cuando explica que durante su participación en la primera guerra mundial él pudo apreciar que la marcha del ejército inglés, en tanto al ritmo no era nada igual a la del ejército francés e incluso argumenta que en un intento *"fallido por incorporar una banda francesa al regimiento de Worcester, los soldados se topan con la imposibilidad de combinar el nuevo ritmo como su técnica corporal aprendida"* (Sabido, 2010:824)

Pero cabe mencionar, que Mauss estaba consciente de que estos movimientos no eran los mismos para todos o mejor dicho no eran técnicas generales, sino que por el contrario explica que estos se clasifican según la edad y el sexo, al argumentar que los movimientos que puede llevar a cabo una mujer en su día a día no son similares a los que podría desarrollar un hombre o un niño.

En lo que concierne a la sociología, en las últimas décadas se han podido observar el énfasis que se ha hecho sobre el cuerpo y los variados estudios que lo explican como un constructo social, como un reflejo de la sociedad en la que se habita. Dentro de ello, podemos hallar el trabajo de George Simmel, un sociólogo y filósofo alemán, conocido por su aportación al estudio de las emociones, entre otros temas como "*el secreto, la amistad, el amor, los encantos de objetos como perfumes, adornos, la sensoriedad y fenómenos sociales como la condición de extranjero, la fidelidad, la cortesía […]"* (Ayús y Eroza, 2008:17), etc. Desde su enfoque el hombre ya no aparece en colectividad sino desde su individualidad, mostrando un interés por los estudios urbanos y específicamente en el hombre de ciudad, en aquel que siempre muestra una actitud de indiferencia ante los demás.

Por su parte David Le Breton, sociólogo y antropólogo francés, en su obra "*sociología del cuerpo*" (2002) hace una gran aportación al recopilar los trabajos que se han desarrollado en torno al estudio del cuerpo, los clasifica en tres campos de investigación, en el que el primero abarca las lógicas sociales y culturales del

cuerpo, el segundo los imaginarios sociales del cuerpo, para finalizar con el cuerpo en el espejo de lo social, además de sentar las primeras bases para la construcción de una sociología del cuerpo, tomando en cuenta las ambigüedades, el estado actual de la sociología del cuerpo y las tareas en las cuales se debe trabajar para una correcta formulación de esta. Pero en "*Antropología del cuerpo y modernidad*" abarca como el cuerpo es percibido en las sociedades occidentales modernas, retomando varios puntos relevantes como la individualidad, la racionalidad, el ámbito médico, el cuerpo como objeto modificable y que retomaremos aquí y develando como el cuerpo es reducido a simple mercancía, entre otros enfoques.

Por otro lado, Pierre Bourdieu un sociólogo francés contemporáneo, hace una gran aportación a la sociología del cuerpo con su obra "*La teoría de la distinción*" en la cual de acuerdo a Ana Martínez centra su estudio en analizar cómo la manera en que se trata a el cuerpo, se le moldea y se le nutre está relacionado y organizado según el capital económico, social y cultural que poseen las personas por ello señala que la *"actitud y el gusto corporal* son reveladores del *habitus"*[2] (Martinez,2004:141) que tiene cada persona y que por consecuencia delata la clase social a la que pertenecen. Como bien lo describe ella

> El *gusto corporal* contribuye a hacer el *cuerpo de clase*. El cuerpo es una de las formas más objetivas de expresar el gusto de clase, tanto a través de su apariencia, de sus dimensiones, como en la manera de tratarlo. […] El modo en que vivimos en nuestros cuerpos está estructurado por nuestra posición social en el mundo y por nuestra clase social (Martínez, 2004:141).

De acuerdo con la autora cada persona posee los gustos, costumbres e ideas del grupo social al que pertenece y que aprenden por medio de la educación formal e informal que los individuos reciben tanto en la escuela como en la casa. Por lo mismo Martínez argumenta que cada clase social guarda cierto gusto por determinados alimentos, ya que claramente indica el nivel de adquisición de alimentos y productos que una familia puede hacer. En cuanto a los movimientos corporales, estos de igual manera revelan la diferencia entre clases, ya que como

[2] El concepto de *habitus de acuerdo cómo lo cita Martínez* es "un sistema de disposiciones duraderas y transportadoras que son producidas por las condiciones particulares de una agrupación de clase social"

hemos podido observar los diversos medios muestran las diferencias que existen entre las formas de comer y caminar de las personas de distintas clases. Por ello Bourdieu al igual que Le Breton señala que el cuerpo es una construcción social, es decir, cada persona es un reflejo de su sociedad, de su cultura, pero también de la posición social que ocupa dentro de la sociedad.

En cuanto a Jean Baudrillard, él al igual que Bourdieu, centra su estudio sobre el cuerpo desde la clase o grupos sociales al que se pertenece, al demostrar que este, en las sociedades actuales que se rigen por el consumo, ven en el cuerpo un objeto que puede ser consumible o rentable, convirtiendo al aspecto físico como lo describe él, en una parte fundamental para su salvación o mejor dicho para asignarle un valor en la sociedad y denotar su estatus social. Por ello también, se da esta insistencia en la preocupación de la imagen corporal porque, ciertamente para Baudrillard es un signo que se consume, que denota que tanto la persona cuida del cuerpo y que estatus posee para poder hacerlo, ya que también esto implica invertir dinero en nosotros y en qué tanto podemos hacerlo.

Por su parte Michel Foucault filósofo, historiador y sociólogo francés, y que más adelante retomaremos para el análisis de la investigación, también logró un gran aporte al estudio del cuerpo humano, al interesarse en él desde lo político, es decir, desde los efectos que tiene el poder sobre él. Poniendo al cuerpo en el centro y explicando que a través de los sistemas punitivos de las sociedades modernas es como se ejerce este poder sobre él.

> "Cuando habla del «cuerpo de los condenados» afirma que el cuerpo está directamente inmerso en el campo político, donde las relaciones de poder que operan sobre él le obliga a efectuar unas ceremonias y le exigen unos signos" (Ayus y Eroza, 2008:132).

Es decir, dentro de su planteamiento él nos permite entender cómo las tácticas que por cierto son muy diversas son utilizadas por los sistemas para el manejo y control de las conductas de las personas. El cuerpo es obligado a llevar a cabo ciertas acciones y actividades, es disciplinado para que obedezca y sea un cuerpo dócil que fácilmente se pueda someter, utilizar, transformar y perfeccionar, las veces que

sean necesarias. Y que en las sociedades actuales claramente es traducido como esta capacidad de manejar al cuerpo para que consuma, al tiempo que lo vuelve en un objeto consumible para la sociedad, de una manera tan sutil que la persona, ni se da cuenta.

Finalmente, Erving Goffman, sociólogo y escritor canadiense, nos da una mirada distinta sobre el cuerpo al mostrarnos con sus estudios que el cuerpo habla, es decir, revela información sobre nuestra persona aun sin comunicación verbal. Es así como el parte explicando que para que las interacciones sociales puedan llevarse a cabo o puedan fluir, para ello es necesario que antes obtengamos algo de la información sobre la otra persona con la que vamos a interactuar, la cual obtenemos a partir de su apariencia, de cómo se ve y cómo hace las cosas, es decir, de lo que Goffman señala como fachada personal y la cual define como la dotación de expresiones que llegamos a emplear ya sea de manera intencional o de manera inconsciente mientras se lleva a cabo la interacción social[3], por ello también retoma mucho el análisis de la persona vista como un actor y los diferentes medios en los que se presenta como el teatro. El actor siempre debe estar atento en la imagen que debe dar a su espectador o en la imagen con la que quiere que lo perciba su público.

1.1 El cuerpo como construcción social

> "*El cuerpo parece algo evidente, pero nada es, finalmente, más inaprehensible que él. Nunca es un dato indiscutible, sino el efecto de una construcción social y cultural*" (Le Breton, 2002:14).

El cuerpo como bien lo advierte David Le Breton, más que estar determinado únicamente y físicamente por lo genético o biológico, es una construcción social, es decir, cada cuerpo es producto y reflejo de la sociedad en la que habitan y coexisten las personas. Se construye a partir del contexto histórico, cultural y social que persiste en cada lugar y época específica. El cuerpo de las personas evidencia

[3] Véase página 138 de La construcción social del cuerpo en las sociedades contemporáneas de Ana Martínez Barreiro

la cultura, el modo de vida, las costumbres, tradiciones y creencias que tiene determinado lugar y que podemos apreciar por ejemplo con las vestimentas, el gusto por ciertos alimentos, las formas de socializar, de platicar e incluso de moverse o caminar.

Y que Marcel Mauss comprendió, cuando centró su estudio sobre el cuerpo, en lo que él llamó las técnicas corporales, las cuales son "*la forma en que los hombres, sociedad por sociedad, hacen uso de su cuerpo en una forma tradicional*" (Mauss, 1979:322). Es decir, lo que plantea Mauss es que las acciones que las personas realizamos en nuestro día a día por muy simples que nos parezcan, son un reflejo de la sociedad en la que vivimos, son característicos de una época y lugar específico.

Cada acto por muy mecánico que pueda parecer, se distingue del modo en que lo puede realizar una persona de otro lugar y con otra cultura, por ejemplo él mencionaba la anécdota de cuando aprendió a Zambullirse, el comentaba que en su tiempo les enseñaban primero a sumergirse y después a abrir los ojos, años después comprobó que la técnica ya había cambiado totalmente, ahora los chicos aprendían primero a mantener los ojos abiertos y después a zambullirse, como una forma de darles mayor seguridad.

De esta manera Mauss demuestra que cada acto y cuerpo está moldeado por su cultura, cada uno es reflejo de la educación que han recibido las personas, del modo o forma en que se les ha enseñado a realizar las cosas o a llevar a cabo ciertas acciones. Por ello los clasifica y determina que cada acto variara según: la edad (porque un niño y un adulto no llevan a cabo la misma acción de la misma manera), el sexo (el modo en que realiza sus actos el hombre va a ser distinto al de la mujer) el rendimiento del cuerpo (según el adiestramiento con que se educó) y la enseñanza (la cual a su vez dependerá igual de las normas con que fue educada la persona).

Como bien lo señala Celia Fernández el cuerpo es un territorio cargado de un sinfín de representaciones en donde:

> […] se construyen y deconstruyen imágenes culturales, en donde se deja notar el espacio y el tiempo y en donde se proyectan señas de identidad […]. El cuerpo se vuelve una herramienta de comunicación de ideales y un vehículo contestatario privilegiado (Fernández, 2014:301).

Es decir, "*nuestros cuerpos no son sólo el lugar desde el cual llegamos a experimentar el mundo, sino que a través de ellos llegamos a ser vistos en él*" (Martínez, 2004:135) Por ello, cada cuerpo es un reflejo de lo que es bien aceptado y lo que no por la sociedad, lo que es apreciado como moral e inmoral, y lo considerado cómo bello y feo. Cada sociedad tiene fijado sus propios estándares de lo que considera y ve como bonito y feo y que en cuanto al cuerpo no se queda atrás, ya que cada una tiene establecidas las características y formas que los cuerpos deben poseer para entrar en el estereotipo. La belleza tal como lo describe Elsa Muñiz, es social ya que "*alude a lo que gusta o disgusta del cuerpo en cada cultura y en determinado tiempo, a las apariencias que se valorizan, a los contornos que se enfatizan o se desprecian"* (Muñiz, 2014: 422).

Por eso Ana Martínez en "*La construcción social del cuerpo en las sociedades contemporáneas*" habla sobre la exigencia que recae sobre los cuerpos, pero principalmente sobre el cuerpo femenino, ya que no solo se les pide ser fértil sino también bello, implicando que la mujer a lo largo de toda su vida emprenda un camino en la búsqueda de la belleza, ya sea cambiando partes de su cuerpo, moldeando otras, e incluso ingiriendo productos o limitándose en los alimentos. Por eso nuestra autora argumenta que

> Las mujeres están sujetas a muchas prácticas disciplinarias que producen un tipo de cuerpo típicamente femenino. Y es que, al parecer, la feminidad es un artificio, es una construcción social: «es una forma de aplicar y reaplicar las normas de género que revisten otros tantos estilos de cuerpos» (Martínez, 2004:134).

La mujer ha aprendido a preocuparse todo el tiempo por su apariencia, por la imagen que transmite a los demás, por la forma de su cuerpo, por resaltar sus curvas buscando prenda de vestir que le entallen y no la hagan ver sin forma, sin cintura o que se vea gorda, debe fijarse en que su cabello luzca perfecto al igual que su maquillaje y sus manos, en que los zapatos le combinen con su vestuario y

con sus movimientos resalte su feminidad, porque el simple hecho de nacer como tal pareciera que no la hace ya mujer. La cultura que predomina en las sociedades contemporáneas ha transformado a la mujer en un objeto a través de la persistente influencia que recibe en todos lados y que le exige verse como las modelos o las actrices para que pueda ser vista como valorada. Es decir, en la modernidad se "hacen *inteligibles los cuerpos de las mujeres únicamente si se ajustan a los requerimientos de ciertos modelos de belleza aceptados y promovidos*" (Muñiz, 2014:423).

Y que en la actualidad, tal y como lo comprende Muñiz esos parámetros de belleza rebasan la realidad presentándose *"[…] como imposibles de alcanzar para la mayoría de las mujeres ante las diferencias fenotípicas, de clase o de edad […]* (Muñiz, 2014:426) e incluso de nacionalidad, llevándonos a reflexionar e incluir otro punto esencial sobre los estereotipos de belleza y es que las características que establecen que debe poseer el cuerpo no concuerdan con las condiciones reales en que vivimos, haciendo referencia a que estos atributos de una chica esbelta, vientre tonificado, alta, rubia y de piel clara obviamente no engloba realmente a todas las mujeres del mundo, ya que son características de personas y de una cultura totalmente ajena a la nuestra.

1.2 El imaginario social

Entender lo que plantea el concepto de imaginario social que trabajan y retoman varios autores y teóricos como Castoriadis, Baczko y Castillo, resulta esencial dentro de la investigación al permitirnos comprender la forma en que el estereotipo de belleza que recae sobre el cuerpo de las mujeres queda internalizado y adherido a nosotros, volviéndose fundamental en la manera en que percibimos y actuamos en la vida. Por ello para entender un poco mejor la relación que existe entre el concepto de imaginario social y estereotipo de belleza comenzaremos retomando el planteamiento de Cornelius Castoriadis un filósofo, sociólogo, economista y psicoanalista greco-francés, del siglo XX y creador del término.

El concepto de imaginario social por parte de Castoriadis surge ante la necesidad que tenía de entender qué era lo que mantenía unida a una sociedad y que no podía ser explicado por los enfoques o puntos de vista que se habían desarrollado en ese tiempo, como por ejemplo el marxismo, el funcionalismo y estructuralismo que reducían toda concepción a lo físico (material). Por ello en "*Lo imaginario: la creación en el dominio histórico social"* Castoriadis explica que la sociedad logra esa unión gracias a sus instituciones, pero no a instituciones como las que hoy conocemos, sino que, él hace referencia a instituciones imaginarias, en tanto que no precisamente deben de ser reales, ni racionales para existir, sólo debe creerse en ellas como legítimas.

> Llamo imaginarias […] porque no corresponden a elementos "racionales" o "reales" y no quedan agotadas por referencia a dichos elementos, sino están dadas por creación, y las llamo sociales porque sólo existen estando instituidas y siendo objeto de participación de un ente colectivo impersonal y anónimo (Castoriadis, 2005:68).

Estas instituciones como señala el autor están conformadas por un magma o red de significaciones solidificadas que le dan sentido a la vida de las personas. Algunos ejemplos de estas son las "*normas, valores lenguaje, herramientas procedimientos, y métodos de hacer frente a las cosas y de hacer cosas*" (Castoriadis, 2005:67), la familia, el matrimonio, y el Estado. Eso explica por qué para las personas, las leyes o normas que han sido impuestas en la sociedad desde años atrás, son respetadas y aplicadas en su vida, pues se vuelven significativas, al adquirir un valor por su creencia en ellas.

Las instituciones, alcanzan su validez mediante métodos sutiles como "*la adhesión, el apoyo, el consenso, la legitimidad, la creencia*" (Ibid.) demostrando a su vez, que no necesariamente debe hacerse uso de la violencia o de métodos represivos para mantener una unión como se creía en años anteriores y que incluso Foucault descubrió cuando habló sobre cómo se ejerce el poder sobre los cuerpos, de una manera sutil y naturalizada.

Precisamente esta red o estructura de significaciones son lo que Castoriadis llama el imaginario social, el cual es expresado en signos (símbolos), es construido

socialmente, se encuentra cristalizado en estas instituciones imaginarias, le da sentido y significado a la vida de las personas y son vistos como legítimos en tanto que se creen en ellos como verdad. Sin imaginarios, señala nuestro autor, no existiría sociedad.

Sobre ello José Castillo y José Naranjo mencionan que "*son la creación socio-histórica y psíquica de imágenes que proveen de contenidos significativos a los colectivos que, a su vez, conforman, […] la estructura simbólica social"* (Castillo, 2001:154). Es decir, funcionan como una forma de entender, comprender y concebir el mundo que ya está establecido y que nos rodea. Es a partir de ellos que *"[…] las personas en particular construimos nuestros puntos de vista, juicios y opiniones*" (Castillo y Naranjo, 2003:150).

> Los imaginarios son los que permiten la institución de las sociedades, con base en las significaciones que se mueven en los colectivos humanos, y a partir de éstos, se pueden formalizar ciertos modelos generales de interpretación y de comprensión del mundo en que se desempeñan los colectivos y las personas, y son utilizados para vivir la vida como humanos en ciertos momentos históricos (Castillo y Naranjo, 2003:151).

Al igual que los estereotipos, estos nunca permanecen estáticos, constantemente se encuentran cambiando, cada época y lugar impone sus marcos y forma específica de percibir y actuar en la sociedad, además de que en el proceso de socialización, de aprendizaje y comprensión del mundo exterior, continuamente nos encontramos en interacción con los imaginarios de los demás[4] (con amigos, familiares y conocidos), estamos en comunicación, aprendemos de ellos y a partir de eso formamos nuevas maneras de interpretar y entender la vida.

Cada sociedad como lo describen Castillo y Naranjo, establece sus propios imaginarios, sus creencias, normas, valores, ideales, metas e imágenes de cómo conciben a la realidad. Cada una determina por grado de jerarquización lo que

[4] Véase José Castillo (2001) "La comprensión de los grupos sociales imaginarios colectivos y representaciones sociales, pág., 148.

considera de valor, lo que ve como bueno y malo, lo que es y concebimos nosotros como verdad.

> Es de anotar que estas "verdades" han sido introducidas en nosotros con base en los imaginarios que nos han comunicado de manera formal nuestros ancestros e interlocutores, mediante el uso de mitos, creencias y formas de racionalidad con las cuales nos han marcado pautas de comportamiento tendientes a conducir la vida práctica de las personas. Estos se convierten en determinantes y condicionantes de la vida de las personas, a tal punto que se puede decir que los colectivos con base en sus imaginarios, ejercen como forjadores de la identidad de las personas (Castillo y Naranjo, 2003:150).

Los imaginarios forman una imagen determinada de la sociedad, de cómo vemos la realidad. Más en concreto y en torno a los estereotipos que recaen sobre el cuerpo femenino, la sociedad construye sus propios imaginarios de belleza, crea socialmente la imagen corporal, que no precisamente tiene que ver con el cuerpo real y biológico[5], sino con un cuerpo socialmente aceptado, aquel apreciado legítimamente como hermoso, por cumplir con las características deseadas.

Sobre ello la investigación que desarrollan Yeni Marca y Astrid Rodríguez sobre "*Imaginarios de belleza en estudiantes de Educación Física*" da un primer acercamiento en los imaginarios que los jóvenes pueden llegar a tener en torno a la belleza. Los resultados obtenidos, para una mejor comprensión, fueron clasificados en cuatro categorías: en apariencia integral, apariencia externa, apariencia moral y prácticas de belleza. En la primera categoría las autoras hallaron que algunos chicos veían a la belleza como algo que se componía de dos cosas, de la apariencia física y de los valores y sentimientos de la persona; en la segunda categoría sólo había quienes la relacionaban únicamente a la imagen corporal, a la apariencia que muestras a los demás; mientras que en la tercera categoría se encontraban aquellos que la relacionaban con lo interno, con la educación, la religión y la moral. Finalmente, en la última categoría estaban quienes percibían al cuerpo bello como aquel que se cuidaba, ya sea haciendo deporte, comiendo saludable, con aplicación de tratamientos cosméticos, evitando el consumo de productos dañinos, etc. Sin

[5] Véase Velázquez, 2011, pág. 449.

embargo, algo que todos los chicos a quienes se entrevistó demostraron, fue que a pesar de que reconocían tres tipos de belleza, todos tomaban en cuenta a la delgadez como una característica primordial en la concepción de la belleza, ya sea que describieran la importancia de bajar o mantenerse en un peso adecuado, evitar la acumulación de grasa alrededor del vientre o calificar a la gordura como fea.

Ciertamente durante años se ha tomado a la delgadez como signo de belleza, hemos crecido creyendo en esta idea, vamos por la vida percibiéndola como característica necesaria y verdadera para ser considerados atractivos. Desechamos muchas veces tan solo la idea de aumentar de peso, dado que, la gordura en la sociedad no es bien vista, aquellos que no cumplen con el imaginario, con los ideales de belleza, son rechazados y son tratados como personas con un valor menor.

Por ello Bronislaw Baczko en "*Los imaginarios sociales*" habla de la importancia de su difusión a través de los distintos medios. Menciona que los imaginarios, así como son efectivos para la introducción de valores, para modelar la conducta, interpretar la realidad y en la conformación de la identidad, también son efectivos y eficaces en el control y ejercicio de poder sobre la vida. Por lo mismo Baczko centra su planteamiento en explicar cómo los imaginarios en las sociedades actuales son afirmados y reafirmados a través de su difusión en los distintos medios de comunicación.

> El control del imaginario social, de su reproducción, de su difusión y de su manejo asegura, en distintos niveles, un impacto sobre las conductas y actividades individuales y colectivas, permite canalizar las energías, influir en las elecciones colectivas en situaciones cuyas salidas son tan inciertas como imprevisibles (Baczko, 1999:30).

De esta manera Baczko nos permite entender cómo los imaginarios de belleza son reafirmados constantemente por la sociedad a través de su difusión en los medios actuales. Vemos continuamente que, en los programas de televisión, en comerciales, redes sociales, publicidad, etcétera, se muestra el mismo tipo e imagen de la mujer que es considerada atractiva. Se puede notar que todas ellas, presentan características similares, delgadez, como ya lo habíamos comentado, cinturas

pequeñas, curvas algo pronunciadas que dejan ver una silueta agradable, una piel uniforme y suave a la vista en la que no se aprecian lunares, manchas, cicatrices, granos o cualquier otra aspereza, brazos y piernas delgados y tonificados, facciones en el rostro que son apreciadas como propias del género femenino, entre otros atributos. La constante transmisión y difusión que se ve en los medios, el frecuente recordatorio de cómo debe verse la mujer genera una carga en nosotros, vivimos todo el tiempo creyendo en eso, como lo comenta nuestro autor:

> El impacto de los imaginarios sociales sobre las mentalidades depende ampliamente de su difusión, de los circuitos y de los medios de que dispone. Para conseguir la dominación simbólica, es fundamental controlar esos medios que son otros tantos instrumentos de persuasión, de presión, de inculcación de valores y de creencias. Así, todo poder apunta a tener un papel privilegiado en la emisión de los discursos qué conducen a los imaginarios sociales, del mismo modo que buscan conservar cierto control sobre los circuitos de difusión (Baczko, 1999:31).

Este mensaje queda internalizado en nosotros, se vuelve parte de nuestra subjetividad, lo reproducimos y lo reafirmamos a la vez que controla nuestra forma de actuar y de comprender la realidad, ya que nuestras acciones, la mayoría de nuestros desempeños en sociedad o lo que realizamos en la vida, en el caso de las mujeres (y del cual los hombres tampoco quedan exentos) gira en torno al cuidado del cuerpo con la finalidad de que se vea siempre atractivo y presentable a los demás, a cambios estéticos si es necesario, al sometimiento de dietas estrictas, de horas de ejercicio y tratamientos dolorosos. Con estos imaginarios de belleza creamos una identidad, nos identificamos con estas creencias, las vemos como algo real y totalmente legítimo.

1.3 El cuerpo como mercancía

Con la llegada y expansión rápida de la modernidad en el mundo y los consecuentes y acelerados cambios que género en la sociedad, el interés de los teóricos en estudiar este hecho se hizo notar, uno de ellos y el que nos interesa para la presente investigación es la intriga que surgió por el estudio del cuerpo, pero no desde un aspecto meramente biológico, como mera descripción de cómo funciona el cuerpo, sino desde una mirada social, una perspectiva más actual que lo posiciona como

mera mercancía en esta sociedad moderna, que lo reduce a ser visto como un simple objeto o producto que puede ser vendible en el mercado. Por ello es necesario retomar algunos de los análisis que nos han proporcionados sociólogos como Le Breton, Michel Foucault, Karl Marx y Simone de Beauvoir, que se interesaron en el cuerpo y centraron algunos de sus estudios en él, permitiéndonos comprender lo que ocurre en la actualidad.

Un primer acercamiento al tema lo podemos observar con los planteamientos que nos ofrece Marx sobre el funcionamiento y proceso de producción y reproducción del sistema capitalista, en donde explica que el trabajo para el hombre desde todos los tiempos no solo ha sido esencial para la reproducción de la vida y la satisfacción de las necesidades, sino también para proveer sentido a su vida ya que en él, es como el hombre pone en movimiento su cuerpo y pone a prueba su fuerza e inteligencia para llevar a cabo ciertas acciones. "*El trabajo tiene así un sentido positivo, está emparentado estrictamente con la necesidad de ser, de ser hombre. La actividad productiva otorga un sentido a la vida humana*" (Rojas, 2010:40).

Sin embargo, con la llegada del capitalismo, el trabajo, como lo explica Rojas se ve reducido a una mera actividad lucrativa, es decir, ya no es visto como un medio únicamente para satisfacer necesidades sino como una forma de producir mercancías en función de una acumulación capitalista. En el trabajo, como argumenta Marx, el hombre debe producir estas mercancías que son intercambiables en el mercado y que poseen dos valores, un valor de uso que se ve reflejado en que tan útil es y un valor de cambio, es decir, que puede ser cambiada por otra mercancía, sin embargo, para que el capitalista pueda incrementar el valor de la mercancía y así obtener una ganancia,

> "[…] se hace necesario entonces, utilizar en la circulación una mercancía que al manipularla o consumirla, como fuente de valor cambiable, cree valor agregado. Esta mercancía que el capitalista encuentra en el mercado y que posee esta virtud, es la fuerza de trabajo" (Rojas, 2010: 41).

El tiempo de trabajo que fue necesario para producir la mercancía. Es así como de una manera indirecta y tal vez no tan central como lo describen los otros autores,

Marx nos da un primer acercamiento y nos demuestra ya esta visión del cuerpo como mera mercancía, como algo que puede ser intercambiado por dinero o mejor dicho por un salario que permita la sobrevivencia del trabajador y continua reproducción de sí mismo, para seguir vendiendo su fuerza de trabajo.

Por otro lado, el enfoque de Foucault es bastante interesante ya que él por su parte centra su análisis en estudiar cómo los cuerpos están inmersos en relaciones de poder, por lo que el interés en indagar más a fondo sobre que ocurre en los sistemas punitivos se vuelven central dentro de su planteamiento, así como lo explica en su obra "*Vigilar y castigar*". Foucault parte explicando que es necesario ahondar en el análisis sobre los sistemas punitivos, ya que estos no se reducen simplemente a represiones y castigos a los actos de las personas sino que en el fondo encaran toda una serie de técnicas y tácticas que son utilizadas y ejercidas sobre los cuerpos, a fin de conservar y sostener estos sistemas punitivos que mantienen el control en la sociedad.

Este poder que poseen los sistemas punitivos, como lo resalta el autor, son ejercidos sobre el cuerpo a través de técnicas y tácticas que tienen la capacidad de manejar o controlar las conductas de las personas, con la finalidad de que vayan acorde a lo que se ha establecido o es visto como correcto y que permita conservar el control social, un ejemplo de ello podría ser lo que ocurre con los conductores de autos, quienes deben respetar siempre los carriles y las direcciones que se han determinado para ellos, en caso contrario de que no llegaran a hacer lo que se ha acordado, podrían causar un accidente que incluso afecte a más personas inocentes que si estaban cumpliendo con el acuerdo, en cualquiera de los dos casos el conductor se vería obligado a recibir una represalia o castigo por la conducta que mostró y que iba en contra del control de la sociedad.

Estas tácticas o acciones sutiles que poseen el saber y dominio sobre el cuerpo y sobre sus fuerzas son lo que Foucault llama "la tecnología política del cuerpo", la cual "*[…] es difusa, rara vez formulada en discursos continuos y sistemáticos; se compone a menudo de elementos y de fragmentos, y utiliza unas herramientas o unos procedimientos inconexos*" (Foucault, 2002:27).

Esta tecnología no es posible que se localice en un grupo de personas o persona determinada, ni si quiera en una institución específica y tampoco en la clase dominante, sino que "*se trata en cierto modo de una microfísica del poder que los aparatos y las instituciones ponen en juego, pero cuyo campo de validez se sitúa en […] los propios cuerpos con su materialidad y sus fuerzas"* (ibid.).

Por lo que Foucault, ya no está hablando de un solo poder que posee algo o a alguien, sino de micro poderes que poseen todas las personas, es decir, "*el poder se encuentra en el hombre mismo, no es algo externo que lo oprima […]*" (Sossa, 2011:3). Y que es ejercido sobre él cuándo está en interacción con los otros. Y así también es como se crean las normas y acuerdos, estando en relación con los demás, con los micropoderes, ante esa necesidad de vivir de manera bien, tranquila y en paz y que la vida no se traduzca en una mera complejidad. *"De este modo, el poder encuentra el núcleo mismo de los individuos, alcanza su cuerpo, se inserta en sus gestos, sus actitudes, sus discursos, su aprendizaje, su vida cotidiana, su sexualidad"* (Sossa, 2011:5).

Y la disciplina como bien lo resalta este autor es un claro ejemplo de táctica utilizada por los sistemas punitivos, ya que "*la disciplina 'fabrica' individuos; es la técnica específica de un poder que se da a los individuos a la vez como objetos y como instrumentos de su ejercicio"* (Foucault, 2002:175). En otras palabras, su función es la de crear cuerpos que sean útiles en tanto que tienen que ser productivos, a la vez que los hace dóciles, es decir, fáciles de someter y de manejar, que sepan acatar órdenes y obedecer las reglas que mantienen el control de la sociedad. *"[…] la disciplina busca fiscalizar y controlar la conducta, sus comportamientos, sus aptitudes, sus preferencias, a través de diferentes formas"* (Sossa, 2011:4). Y que, en cambio, nosotros vemos como algo completamente normal, como algo adherido y necesario para la vida y no como realmente lo es, una forma de controlar nuestra conducta.

Por ello el autor, argumenta que el cuerpo se encuentra inmerso en un campo político, es decir, en un campo lleno de relaciones de poder, las cuales operan sobre él, lo dominan, lo someten y exigen de él ciertas actitudes y comportamientos. Sin

embargo, el sometimiento no implica precisamente el ejercer violencia directa sobre la persona, como se creía años atrás, sino que por el contrario este, muchas veces es llevado a cabo a través de acciones sutiles, calculadas y organizadas que no lo hacen pensar que se encuentra inmerso en relaciones de dominación porque lo vemos como algo completamente normal.

Y es en el discurso, que nos transmiten los diferentes medios, en donde podemos apreciar cómo se ejerce este poder sobre cuerpos, lo internalizan de una manera sutil, casi normal, en la que nosotros no nos damos cuenta, pero es capaz de manejar y dirigir nuestras formas de actuar, controlando en lo que creemos, en lo que pensamos, en lo que vemos como bueno y malo, en cómo llevamos a cabo cierto actos y hasta en las decisiones que tomamos a lo largo de nuestra vida. Por ello nuestro autor recae en que analizar el discurso que nos dan estos medios es fundamental para entender cómo funcionan estos sistemas punitivos que se hallan en la sociedad, ya que

> […] analizar un discurso es tratar de llegar a la red de estructuras que conforman el discurso, para ver el momento en que comienzan a desvelarse los elementos ausentes y los presentes, su ubicación y su significado, buscando la relación entre el sujeto, su discurso y el discurso social ideal (Foucault,2002:6).

Y por más que vaya dirigido a un público en específico, a una sola parte de la población, su mensaje queda captado por la sociedad en general. Es así como el planteamiento de Foucault nos permite entender cómo las sociedades actuales, las sociedades de consumo que retoma Alexis Sossa en "*Análisis desde Michel Foucault referentes al cuerpo, la belleza física y el consumo*", y que se caracterizan ya no por buscar únicamente la satisfacción de las necesidades sino en crear necesidades artificiales, cosifican y vuelven mercancía al cuerpo y en especial al de la mujer.

Ciertamente David Le Breton por su parte, coincide en que en esta sociedad permanece la división hombre/cuerpo, pues el hombre es separado de su cuerpo, es visto totalmente como un objeto, al que "*se puede moldear, modificar, modular según el gusto del día*" (Le Breton, 2002:91), un objeto al que se debe corregir

según lo que impera y exige la moda. "*En este terreno de la modernidad, el cuerpo queda asociado a un valor indiscutible*" (Ibid.) un valor que le otorga la sociedad, por cómo se ve y se presenta físicamente a los demás. Por eso Le Bretón insiste en que la apariencia, la ostentación y esa necesidad del bienestar se vuelven fundamentales orillando a los individuos a preocuparse todo el tiempo por su aspecto, por su alimentación.

En la sociedad de consumo

> El cuerpo […] se vuelve ya no un "envoltorio", sino que se erige como un protagonista de las sociedades modernas, una expresión y emblema de libertad, identidad, belleza, salud, prestigio, perfección, etc. El físico pasa a ser una valiosa materia manipulable para la persona que lo encarna. Igualmente, "La 'subjetividad' del 'sujeto', o sea su carácter de tal y todo aquello que esa subjetividad le permite lograr, está abocada plenamente a la interminable tarea de ser y seguir siendo un artículo vendible (Sossa,2011:6).

La imagen corporal se vuelve en algo necesario y principal para ser aceptado, valorado y tener un lugar en la sociedad. El cuerpo termina convirtiéndose en un objeto que puede ser vendido para el agrado y satisfacción de los otros, como lo resalta Sossa, en esta sociedad el consumidor es transformado en un producto que puede ser consumible, por eso también constantemente vemos que se insiste en cosas como el cuidado del aspecto personal, y que nos han llevado siempre a consumir, comprar miles de productos, pagar servicios e incluso a decidir hacer modificaciones en el cuerpo con la finalidad de asemejarse a la imagen del cuerpo que reclama la sociedad.

El poder del que habla Foucault, "*opera aquí, ya no sólo para crear, vigilar, y normalizar una masa de trabajadores, sino para introducir y disciplinar consumidores"* (Sossa, 2011:6). Y el ejemplo de ello lo podemos apreciar en las necesidades que nos surgen actualmente, como la necesidad de ocupar más productos para el cuidado de la piel y el cabello o en algo tan básico como lo es la alimentación y sobre la cual Sossa, señala que se ha transformado en una búsqueda persistente de productos buenos, saludables, alimentos bajos en grasas y calorías, prácticamente light. De la misma manera Le Breton tan solo unos

cuantos años atrás ya escribía que las comidas estaban pensadas con la intención de mantener en forma al cuerpo, proliferando la búsqueda de productos orgánicos. En cuanto a las dietas, estas también imperaron como una forma de cuidarse físicamente siendo muy exitosas dentro del mercado de productos, permitiendo que el número de negocios que se dedicaban a esto, incrementaran.

Es así como los discursos que aparecen en los distintos medios publicitarios y tecnológicos, en redes sociales, comerciales, programas de televisión, las novelas, realitys, o incluso programas infantiles volviendo al cuerpo en un *"objeto de un mercado floreciente que se ha desarrollado durante los últimos años alrededor de los cosméticos, de los cuidados estéticos, de los gimnasios, de los tratamientos para adelgazar […]*" (Le Breton, 1995:217) valorando únicamente aspectos como la delgadez, la juventud, la presentación de tu persona, etc. Lo que explica él por qué del *"[…] éxito actual de las prácticas que sirven para ejercitar el cuerpo […], el éxito de la cirugía estética reparadora, el de las curas de adelgazamiento, el desarrollo de la industria de los cosméticos"* (Le Breton, 1995:133 y 134), etc.

Y aunque la sociedad moderna intente hacer ver que el hombre actual es libre para elegir y decidir, la realidad es que incluso la subjetividad de cada uno es producto de la influencia que tienen los discursos de los medios sobre él y que ciertamente Simone de Beauvoir resaltaba ya en los años 50's, en su obra el "*Segundo sexo*", en donde explica que se ha intentado durante años dar entender que la mujer es totalmente libre de elegir sobre ella, sobre su cuerpo y sobre que usar.

> Hoy más que antes, la mujer conoce la alegría de modelar su cuerpo [...] decide su peso, su línea, el color de su tez; la estética moderna le permite integrar a su belleza cualidades activas: tiene derecho a unos músculos ejercitados, rechaza la invasión de la grasa; en la cultura física, se afirma como sujeto; hay ahí para ella una suerte de liberación [...] (Beauvoir, 1949:298).

Sin embargo, eso solo muestra la concepción que se tiene sobre ella percibiéndola como un simple objeto de disfrute para otros. Como bien lo explica la autora, las modas que han imperado en la sociedad, durante años las han esclavizado a los deseos de los hombres, a satisfacción de ellos, y que, de hecho, si nos volvemos

un poco a la reflexión podemos entender el por qué a la mujer se le exige un cuerpo bonito, armonioso, esbelto, de piel tersa y clara, cadera ancha, senos y glúteos tamaño promedio, porque todos estos atributos son del agrado del hombre.

El cuerpo de la mujer es visto como un trofeo para ellos por ser dueños de él, ante la sociedad presumen que poseen a una mujer hermosa, elegante, sensual, y atractiva. Por ello Beauvoir señala que su valor queda muchas veces a expensas de las prendas que usan, de los productos que utilizan y como se ve su cuerpo, *"No es pura futilidad que conceda tanta importancia a unas medias de seda, unos guantes, un sombrero: mantener su rango constituye una imperiosa obligación"* (Beauvoir, 1949:298). Así que "*No importa si lo que tiene que ponerse es incómodo o que no le permita sentir a gusto, lo que importa que se vea de lujo se vea costoso […]*" (Beauvoir, 1949:300). Lo fundamental es que se vea bien, femenina y decente, para ser aprobada y pueda reconocerse su valor como tal.

CAPÍTULO 2

EL ESTEREOTIPO DE BELLEZA

2. ¿Qué es el estereotipo?

Las definiciones que han surgido en torno al concepto de estereotipo muestran similitud entre ellos al describir que el estereotipo va desde creencias que se tienen sobre una persona o grupo determinado, hasta explicar que son formas de sistematización de la información que captamos de nuestro exterior y se vuelven relevantes para la conformación de la identidad y diferenciación entre grupos sociales. Una de las primeras definiciones que podemos hallar con respecto a este término es el que nos proporciona la Real Academia Española (RAE) quien nos define que el estereotipo hace referencia a una "*imagen o idea aceptada comúnmente por un grupo o sociedad con carácter inmutable*" (Diccionario de la lengua española, 2020), por ejemplo la imagen que tenemos sobre cómo es una persona feliz y que frecuentemente asimilamos como personas tranquilas, que no tienen estrés, que sonríen todo el tiempo, son amables y transmiten paz. Es decir, son ideas que en general tendemos a tener no solo sobre las personas sino también sobre varios ámbitos de la vida.

Por su parte Sonia Casal al retomar conceptos como el de Páez y que lo posiciona desde una mirada psicológica entiende que los estereotipos son creencias respecto a un grupo de personas, así como lo expresa

> En otras palabras, un estereotipo es una idea o creencia que fija la imagen atribuida a un grupo. Se podría añadir que este conjunto de ideas, normalmente compartido o consensuado, se transmite y se aprende naturalmente desde que nacemos y socializamos en la familia, en el grupo de amigos, en el colegio, etcétera (Casal, 2005:137).

Resaltando dos puntos importantes sobre los estereotipos, en primer lugar que son aspectos aprendidos en el proceso de socialización, en la interacción con los demás y aprendizaje sobre el exterior y en segundo lugar que son **"***un conjunto de atributos prototípicos que caracterizan y diferencian unos grupos de otros*" (Ibid.) permitiéndonos comprender también que son una forma de clasificar y diferenciar a los individuos, tal y como lo concibe de igual forma Walter Lippman.

De acuerdo con Marta Genis, Lippman fue el primero en utilizar el término, para describir que las personas forman y hacen uso de categorías mentales que les permitan clasificar la información que provienen del exterior y que nosotros conocemos como estereotipos y que no son más que las características que creemos que son propias de cada grupo de personas, es decir, características que son comunes y compartidas entre ellos, determinadas por su cultura, y que los distinguen de los demás.

Sobre esto mismo Tajfel explica más detalladamente que los estereotipos son un reflejo de nuestro contexto sociocultural e histórico, como una forma de adaptación rápida y comprensión del mundo que nos rodea por ello argumenta que los estereotipos tiene funciones tanto individuales como sociales, en el cual, en lo individual le permite a las personas la clasificación de la información de su entorno y de los individuos pertenecientes a otros grupos, diferenciándolos del suyo, de aquel grupo al que se sienten pertenecientes, en otros términos, los estereotipos son la creencia en la existencia de aquellos rasgos característicos como formas de actuar, pensar y sentir, que son propios de un grupo y con los cuales se sienten identificados. En lo colectivo Tajfel señala que es una forma de entender la realidad social y de conformar y preservar nuestra identidad en los momentos de crisis.

> Los estereotipos se expresan y se justifican por una necesidad de aceptación y adaptación en la sociedad y por ende lograr una perfección aceptable por la sociedad, al ser una representación colectiva construida por un conjunto de personas tiende a ser un modelo para seguir (Quispe, 2017: 23).

Por lo mismo, Edith Gamaranik señala que, su repetición continua es lo que convierte a lo complejo en algo totalmente simple, ya que la simplificación y

generalización que logran, son lo que nos permite organizar y clasificar la información que captamos del exterior, al crear en nosotros marcos de referencia que orientan nuestra percepción, forma de pensar y de actuar. Lo que también, como argumenta ella, al ser un proceso que depende de una selección, categorización y reducción de la información puede conllevar a que sea distorsionado o recortado lo real.

2.1 ¿Qué es la belleza?

El concepto de belleza ha sido muy abordado a lo largo de los años desde diversas disciplinas[6] y por varios autores, ha sido aplicado en distintos contextos como en lo estético, al arte, la escultura, la música, la religión, la historia, la moralidad, etc. Teniendo por ende cada uno de ellos su propia definición. Como el concepto que nos da Platón, definiendo a la belleza como aquella que se halla en el alma y que se puede ver reflejado en lo físico o la definición que nos proporciona Boecio un filósofo y poeta romano quien describe lo bello entorno a la música, como aquellos "*sonidos que siguen unas proporciones armónicas, basadas en sencillas relaciones numéricas*" (Serracanta, 2014).

Por lo que de manera general podemos definir que lo bello es aquello que podemos encontrar en una persona, cosa, objeto, sonido, olor, etc. Y que produce una sensación de agrado a nuestros sentidos, genera satisfacción y tranquilidad en nosotros, tal y como lo describe Tomas de Aquino, un fraile, teólogo y filósofo católico italiano, al explicar que lo bello, *"[…] es, quae visa placet*[7]*, aquello que agrada a la vista, […] que se puede extrapolar al resto de los sentidos*" (Ibid.).

Pero en lo que respecta a lo estético y que es lo que interesa en esta investigación, se ha hablado de la belleza como armonía y simetría en cada una de las partes del cuerpo como se creía en la Grecia antigua. Francesc Serracanta señala que, se trata de la imitación de la belleza de la naturaleza, por la perfección que se puede

[6] Como la filosofía, la teología, la psicología, entre otras.
[7] Que parecía complacer

encontrar en ella, en las hojas, los animales, las flores, etcétera. Mientras que, para Aristóteles, **"***la belleza es "armonía", es "medida" y una identificación entre lo bello y lo bueno*" (Benavides, 2015:28).

Sin embargo no hay que olvidar dos aspectos importantes, por una parte, que la belleza no es estática, con el pasar de los años va cambiando y lo que en un momento específico en el tiempo y lugar puede ser considerado como hermoso en otro puede ya no ser apreciado así y por el otro que, la belleza es subjetiva y propia de cada persona, es decir, que no hay algo exclusivo que sea considerado exactamente como bello por todos, aunque existen cánones generales de belleza en la sociedad, cada uno determina lo que es hermoso para sí mismo.

> David Hume en sus "Ensayos morales, políticos y literarios" concluye […] la belleza no es una cualidad de las cosas mismas, existe tan sólo en la mente del que las contempla y cada mente percibe una belleza distinta. Puede incluso suceder que alguien perciba fealdad donde otro experimenta una sensación de belleza y cada uno debería conformarse con su sensación sin pretender regular la de los demás (Serracanta, 2014).

2.2 ¿Qué es el estereotipo de belleza?

Habiendo anteriormente ya definido ambos términos podemos concluir que el estereotipo de belleza son las ideas generales que compartimos en sociedad, y que creemos que son las características de lo que vemos como hermoso. En lo que respecta al físico esto se remite a rasgos y formas del cuerpo que son agradables a la vista de las personas y que están determinadas por nuestra cultura, el tiempo y el lugar en el que vivimos.

En la sociedad actual los rasgos físicos apreciados como bellos se remiten a aspectos como la delgadez, que es vista como un índice de salud ante el incremento que se ha dado en enfermedades como la obesidad, pero que en realidad no nos dice nada sobre la situación real que vive el cuerpo de la persona. Otros de los rasgos son la altura, la estrechez de la cintura, las curvas en la cadera, la forma de las piernas, la delgadez en brazos y espalda, la prominencia de glúteos, tamaño promedio en los senos, entre otros.

2.3 Recorrido histórico sobre el estereotipo de belleza.

El estereotipo de belleza del cuerpo femenino no ha permanecido estático con el pasar de los años, sino que, por el contrario, ha tenido distintos cambios y modificaciones a lo largo de la historia, pasando por tan variadas y distintas características que al día de hoy, por los cambios en los patrones de belleza y de estética, o propiamente en los gustos, algunos ya no son reconocidos como patrones de belleza y valorados como lo fueron en su época. Por ello el recorrido histórico, que nos ofrecen los distintos estudios que se han llevado a cabo sobre los estereotipos de belleza y que nos muestran cómo fue cambiando el ideal del cuerpo de la mujer a lo largo de los años es bastante interesante, ya que hacen un recorrido corto pero concreto que va retomando las características más relevantes de cada momento de la historia y su contexto.

Sus aportes nos permiten ver que el énfasis que se hace constantemente sobre el cuerpo de la mujer, de lucir siempre bello, presentable y atractivo para la sociedad, no es algo que se remonte a tan solo unos cuantos años atrás, sino que, se habla de varias décadas, incluso podría afirmarse que más de un siglo, como lo exponen los autores, desde los años 10' y 20' el ideal de cuerpo perfecto partía ya de la influencia que tenían las artistas de esa época a través de los medios de comunicación. Por lo que en este apartado se hará una recopilación breve de los momentos que se consideraron más relevantes dentro del tema en cuestión.

2.3.1 En la Antigüedad

El recorrido histórico comienza por las comunidades primitivas en la que Camila Mejía y Ana María Rojas en su estudio "*Estereotipos de belleza física que tienen los adolescentes de diferente género y estrato socioeconómico pertenecientes a colegios de la localidad de suba, Bogotá*" explican que la belleza estaba asociada con la fertilidad de la mujer resaltando sus partes reproductivas y su capacidad para cuidar de los hijos, por lo que los hombres tendían a buscar como pareja a mujeres de caderas anchas y senos grandes ya que se creía que de esta manera el parto

no sería tan complicado y tampoco había el riesgo de que producto y mujer murieran.

Posteriormente a ello, los estudios dan un salto y retoman al Egipto antiguo, dentro del cual Kathleen Nixon retomando el artículo de Teresa Bedman de "*La belleza en el antiguo Egipto*" escribe que durante ese tiempo la belleza femenina estaba centrada en la perfección, la bondad y principalmente en la armonía del cuerpo.

> Los cánones de belleza en Egipto, por lo general se basaban en personas con características delgadas y esbeltas. Para ellos el cuerpo debía estar armónicamente proporcionado. En el antiguo Egipto se desarrolló un sistema de proporciones, conocido como el sistema modular (Nixon, 2020:18).

Este sistema como bien lo explica la autora, consistía en que el cuerpo para considerarse perfectamente proporcionado debía medir dieciocho veces el puño de la persona, dentro de lo cual seis puños eran contemplados de los pies a las rodillas, diez puños para la parte superior de las piernas hasta los hombros y finalmente, dos puños para la medida ideal del rostro, el cual además debía poseer facciones finas.

Por su parte María Rodríguez en "*Belleza, poder y representación del género. Un estudio etnográfico de las prácticas de belleza en centros de peluquería y estética*" explica que la belleza de la mujer también estaba demarcada por el color de la piel, por una tez blanca, debido a la falta de sol que presentaban las mujeres principalmente de estratos más altos por permanecer en casa al cuidado de los hijos. Como lo comenta Rodríguez, el referente de belleza de esta época se puede encontrar en la reina Nefertiti, la cual de acuerdo con la escultura que se hizo de su torso, muestra un cuerpo joven, con cadera ancha, curvas pronunciadas, vientre plano, cintura estrecha, senos pequeños, hombros y espalda pequeña, presentando así *"[…] la simetría y proporción adecuada del cuerpo femenino. A la vez que denota cierta sensualidad con la posición […]"* (Rodríguez, 2016:14).

En lo que respecta a la antigua Grecia, esta fue otra época esencial dentro del ideal de belleza en la mujer, sobre esto se pudieron encontrar varios estudios, como el que proporcionan Cayetana Llorca y María Márquez en "*Evolución y análisis del*

canon de belleza aplicado a la moda" en el que resaltan el gran valor que tuvo la simetría en ese tiempo, ya que para ellos el cuerpo considerado como hermoso era aquel que demostraba una perfecta simetría en la medida de cada parte del cuerpo.

> […] se notaba que aquellos individuos cuyos rasgos faciales eran simétricos y poseían la proporción perfecta resultaban más atractivos al llamar la atención por su perfección. Este ideal estético del mundo clásico se ve reflejado a partir de las esculturas y su manera de retratar el ideal del humano hermoso. […] (Nixon, 2020:19).

Por lo mismo Nixon explica que las matemáticas y los cálculos durante este tiempo fueron muy importantes, pues se buscaban medidas proporcionadas y el cuidado de la simetría. Como lo demuestran Llorca y Márquez al retomar el argumento de Policleto, un escultor griego del siglo V a.c. que decía que el cuerpo bello era aquel que media siete veces lo que media la cabeza de la persona, lo que claramente muestra una diferencia con los egipcios, además de que también señalaba que

> El canon de las mujeres perfectas se centraba en la robustez de su cuerpo, estando ausente la sensualidad, debían tener los ojos grandes y almendrados, la nariz afilada, la boca y las orejas de un tamaño medio y las mejillas y el mentón ovalados (Llorca y Márquez, 2017:11-12).

Para la Edad Media el ideal presenta un gran cambio debido a la influencia que tuvo la religión católica sobre este periodo ante las invasiones bárbaras. La belleza para este tiempo ya no es concebida únicamente desde lo material (el cuerpo) sino también desde lo espiritual (el alma), como bien lo explica Nixon, la belleza dependía de la intervención de Dios, es decir, que solo aquello que era considerado como creación divina, creación de Dios, era visto como bello.

Por lo mismo, se deja de lado la belleza del cuerpo, se le impone una manera de vestir a la mujer y se le prohíbe el uso de maquillaje, ya que como bien lo comenta la autora se consideraba que esto iba en contra de la moral, y debía evitarse a toda costa cualquier matiz de sexualización o provocación en la mujer, puesto que ella tenía que preocuparse más por alcanzar su divinidad y salvación a través de un buen comportamiento y olvidarse de cosas tan banales como lo era el físico.

Sin embargo, las autoras Llorca y Márquez logran rescatar en su investigación que la mujer durante este tiempo no solo debía poseer un "[…] *cabello rubio y largo, rostro ovalado, ojos pequeños, claros y brillantes, nariz pequeña y aguda, labios pequeños y rosados, torso delgado*" (Llorca y Márquez, 2017:13) sino que, también y principalmente debía tener una piel blanca, ya que eso representaba para ellos como símbolo de pureza. De acuerdo con la cita que retoma del libro Medieval "*Speculum al folder*", la mujer para ser bonita debía tener cejas y pestañas negras, mejillas y labios rosados, el rostro y cuerpo blanco, pechos y nariz pequeños, vientre delgado, entre otros.

Por otra parte, dentro de la edad moderna podemos encontrar dos momentos muy importantes, lo que se conoció como el Renacimiento y el Barroco, respecto al primero las autoras comentan que durante este periodo prevaleció la consideración social sobre la piel y cabello claro, mejillas y labios rosados, cintura pequeña, hombros estrechos, cadera redondeada, senos firmes y tonificados, sin embargo también hubo algunos cambios en aspectos como el tamaño de los ojos, que a diferencia de la época anterior, se mostraba una preferencia por aquellos ojos grandes y de color, el vientre redondeado era bien visto, y de los aspectos que se comenzaron a tomar en cuenta estaban las manos y los pies los cuales debían ser pequeños y delgados, al igual que los dedos y un cuello fino.

En cuanto al Barroco, Llorca y Márquez comentan que comienza esta preferencia por el uso del corsé, el cual permitía ver a mujeres con características similares a las mencionada en la época anterior, solo que, a diferencia, las mujeres eran más rellenitas, pero eso se arreglaba con el uso del corsé el cual las hacía lucir una gran figura, al mismo tiempo que resaltaba más su busto haciéndolo ver más prominente y hacía que los brazos se vieran más grandes y carnosos.

Posterior a ello saltamos al periodo contemporáneo con el Romanticismo, tiempo en el cual se hizo un mayor énfasis sobre la piel, pues esta no solo debía lucir un tono claro para demostrar la diferencia social, sino que, debía ser blanca, prácticamente transparente como lo comentan las autoras.

> […] la mujer romántica "guapa" era aquella de tez casi transparente, semblante enfermizo (para lo que se recurría desde ingerir arsénico hasta maquillarse con pigmentos verdes para obtener el deseado color), ojeras marcadas y prominentes (signo de la enfermedad), mejillas ruborizadas (a causa de las fiebres), languidez y una delgadez casi esquelética […] (Llorca y Márquez, 2017:19).

Finalmente, continuando con la época victoriana es cómo llegamos a finales del siglo XIX, que de acuerdo con Gonzalo Ruiz, esta época estuvo caracterizada por su rápida transición de un país agricultor a uno totalmente industrializado. En lo que respecta a la mujer, esta fue una época bastante controversial para ella, ya que durante este tiempo el cuidado del cuerpo y la búsqueda de la belleza se vio fuertemente marcada por la sociedad. La mujer se veía obligada a lucir siempre perfecta para poder conservar el lugar de privilegio que le otorgaba su belleza en la sociedad y el poder atraer a su futuro marido.

De acuerdo con Rodríguez eso conllevo a que la propaganda y la publicidad tuvieran gran importancia e influencia sobre ellas, comenzaron a ofertarse productos adelgazantes, maquillaje, tratamientos para el cuidado del rostro, blanqueamiento de la piel, y lo más relevante las ventas del corsé, el cual permitía a las chicas lucir una cintura pequeña como de avispa, acentuar sus caderas y mostrar una figura envidiable que lucían con los vestidos del momento.

Por eso Gonzalo, argumentaba que se había puesto de moda el aspirar a un estereotipo de cuerpo perfecto en la mujer, conllevando a que se desatara una fuerte competencia entre ellas por encajar en el estándar. La gordura u obesidad en la mujer para nada estaba permitido, constantemente los medios, los eslóganes y la publicidad insistían en que ellas debían ser delgadas, de cintura estrecha, piel pálida, y atractivas. No importaban las posibles consecuencias o afectaciones a la salud que esto pudiera traer *"[…] esta cultura promovió patrones de belleza perjudiciales para la vida de las mujeres. Con el uso del corsé se originó el desarrollo de problemas de salud entre mujeres, como es el caso de la anorexia*" (Rodríguez, 2016:22).

2.3.2 Siglo XX

Es así como llegamos al siglo XX, siglo en el que el ideal de belleza tuvo bastantes cambios y la publicidad ya no era la única que predominaba sobre las mujeres, sino que, en este periodo el estereotipo de belleza en ellas se vio fuertemente influenciado por las artistas que fueron surgiendo en el medio.

Comenzamos por los años 20', década en la cual se pasa del ideal de la chica Gibson (que se caracterizaba principalmente por ser de origen norteamericano, delgada, alta, esbelta, pero también exitosa, seductora, elegante y segura de sí misma) a la chica *Flapper*, que se distinguía por romper con todos los estereotipos de la década anterior y desafiaba la forma de vestir, pasando del uso de ropa formal como el corsé a utilizar prendas más cómodas para ellas, más de tipo casual y holgada que no acentuaba sus curvas. "*El prototipo era una joven inmadura, independientemente de la edad, que vestía con vestidos sueltos y tenía poca consideración por las normas de conducta*" (Llorca y Márquez, 2017:20).

Durante este tiempo, muchas mujeres comenzaron a insertarse en el mundo laboral y a tratar de liberarse de la opresión machista que había predominado fuertemente en la época victoriana en la que ellas se veían fuertemente sometidas a la voluntad de los hombres. En esta época la mujer era libre de vestirse, maquillarse, comportarse y usar lo que quisiera, a llevar a cabo actividades o acciones que eran consideradas exclusivas de los hombres. Lo cual también dio paso a que surgieran otras formas y tipos de cuerpo, como el andrógino que mencionan Llorca y Márquez, que se distinguía por tener pechos pequeños, figura recta sin curvas y pelo muy corto. En cuanto a las fajas, estas aún eran utilizadas, pero ya no con la intención de marcar la cintura sino para aparentar una figura más varonil y delgada. Sin embargo, la piel blanca dejó de ser bien vista y prevaleció la preferencia por la piel bronceada en la cual la máxima exponente e influencia de belleza fue la revolucionaria diseñadora Gabrielle Chanel, una mujer de origen francés, nacida en 1883, conocida también como Coco Chanel.

Para los años 30' el ideal de cuerpo en la mujer empieza a cambiar drásticamente, comienza un retorno al estereotipo de belleza de principios del siglo XX y se termina con el estilo *Flapper*. Las prendas masculinas que comenzaban a utilizarse ya en la década anterior continuaron usándose, solo que con modificaciones para que se ajustarán al cuerpo de las jóvenes, delineando sus curvas. Como lo explica Amalia Torres en "*Ideal de belleza femenino en Instagram: una reflexión personal desde la ilustración*" el estereotipo comienza a alejarse de la realidad de las mujeres, volviendo nuevamente a la preferencia por un cuerpo delgado en forma de reloj de arena, así hasta los años 50', con Marilyn Monroe (actriz, modelo y cantante estadounidense) como principal exponente de belleza, se vuelve a destacar el cuerpo armonioso, cintura pequeña, piernas largas, busto grande y presencia perfecta.

Ya en la década de los 80's teniendo como antecedente los problemas alimenticios que se desataron años atrás, por la exigencia de la delgadez extrema del cuerpo femenino y que conllevo a muchas jóvenes y celebridades a ingerir medicamentos o en dado caso recaer en la anorexia, como lo describe Torres, se dio paso a un favoritismo por el cuerpo fitness, aquel de apariencia atlética y tonificada sin que llegara a verse musculosa o de lo contrario ya no era agraciado. Es así como el ejercicio se vuelve una herramienta fundamental en las mujeres que buscaban alcanzar el estereotipo de cuerpo perfecto, complementando con las dietas.

Para la década de los 90' el imaginario de belleza se centró en la mujer alta y delgada de forma más exagerada y pronunciada. "*La belleza de la mujer tendía a cuerpos cada vez más estrechos y finos, con un pecho grande*" (Llorca y Márquez, 2017:24), labios y pómulos prominentes, Siendo Kate Moss una supermodelo de la marca de ropa interior Kelvin Klein, de origen británico, su principal exponente. La chica media alrededor de 1,68 metros de estatura y pesaba tan solo 44 kilos lo que causó mucha controversia y conllevo a la promoción de la extrema delgadez en la mujer.

Como explica Antonella Babor en "*Estereotipos de belleza del cuerpo femenino*" la mujer considerada hermosa en aquella época era aquella que poseía una

> […] figura esbelta, altura superior a la media, apariencia deportiva sin incurrir en lo atlético ni excesivamente musculoso, piel tersa y bronceada, ojos grandes, nariz pequeña, boca grande y labios gruesos, al estilo Angelina Jolie. También medidas ideales que responden al canon 90-60-90, cabello largo, senos firmes, simétricos y sólidos, vientre chato, piernas largas y torneadas y, sobre todo, joven (Babor, 2014:50).

2.3.3 En la Actualidad

Características que al día de hoy, en pleno siglo XXI no cambian mucho de la mujer que se considera socialmente bella en la actualidad, ya que continúan predominando los cuerpos armoniosos, de caderas anchas, cintura estrecha, vientre plano, delgadas, cabello de color claro o de colores, piel suave, cutis perfecto, cara delgada, cejas y pestañas largas, dientes alineados, manos cuidadas, uñas arregladas, piel clara como lo demuestran los variados filtros que se utilizan en las redes sociales para las fotos, labios rosados y carnosos, pechos de un tamaño considerable que no se vea ni exagerado ni escaso, glúteos grandes y redondos, cuerpo tonificado sin llegar a verse musculoso, justo como lo marcaba el estándar en tiempos anteriores.

Tal y como lo exponen algunas de las entrevistadas, en donde una de ellas por su parte considera que predomina el "estar *delgada, alta, igual a hasta rubia con cabello largo, con una cara bonita y no necesariamente inteligente"* (Sandra Herrera, 2021) Mientras que María Soledad nos dice que "*el cuerpo ideal es el que mide 90, 60, 90, es un cuerpo bien delineado, definido y con un cabello súper lindo"* (Soledad González, 2021). De esta manera Andrea García termina por complementar mencionando otras características.

> Resaltan las cinturas pequeñas como característica clave, la famosa cinturita de avispa, de ahí pues las caderas anchas, las piernas igual grandes pero no tanto, el vientre plano, los senos no tan chiquitos y tampoco muy grandes que se vean exagerados sino que tienen que estar como en el punto medio para ser bien aceptados, en cuanto a la pompa ese de ley tiene que ser grande, debes tener las piernas largas, los brazos no deben ser tan anchos ni muy flácidos, en la cara pues no debes tener papada, ni la cara ancha porque se ve gordita, la nariz debe ser respingadita, los labios gruesos porque según se ven sexis y los pómulos alzados (Andrea Garcia,2021).

Aunado a las características ideales, los procedimientos estéticos también van creciendo y diversificándose cada vez más, a tal grado en que para todo existe una solución, si a la chica no le agrada su sonrisa para ello existen varios procedimientos dentales como el uso de brackets o alineadores dentales que arreglan la forma de sus dientes, de igual manera si alguien carece de cejas y pestañas ya existen procedimientos como el tatuaje de ceja y delineado o en dado caso el famosos microblading, un procedimiento en el cual con una pequeña especie de navaja y tinta se va dibujando pelo por pelo la ceja, o como en el caso de las pestañas las cuales se arreglan con la aplicación de extensiones de pestañas y si es algo ocasional con las pestañas postizas.

De la misma forma las cirugías son un recurso muy socorrido. Constantemente podemos ver la inquietud en las jóvenes por hacerse la rinoplastia y de esta forma arreglar su nariz una forma más pequeñas, delgadas y finas, por otro lado, la bichectomia es otro de los procedimientos que empieza a cobrar relevancia, permitiendo obtener una cara más delgada y que los pómulos se puedan ver más pronunciados. En cuanto al cuerpo en general, recientemente y desde hace pocos años atrás, ha estado de moda la liposucción para eliminar la grasa del vientre, recientemente la lipoescultura para dar una apariencia de tener los músculos marcados y una figura más delgada, el aumento de mamas y glúteos no se queda de lado, entre otros sin fin de tratamientos para el cuidado de la belleza en la mujer, quien pareciera no tener excusa para no verse siempre perfecta. Todos estos procesos resuelven en diversas formas, sea con productos, operaciones estéticas, u otros medios los problemas que pueden hacer que el ideal de belleza no sea alcanzado.

2.4 ¿Quién impone el ideal de belleza?

> ¿Por qué estamos descontentos con la nariz, con los labios, con los senos, la cadera…? ¿Con quién nos estamos comparando para saber qué queremos de esta o de aquella forma el mentón o los pómulos? (Muñiz, 2014:424).

Se ha comprobado que los medios de comunicación han jugado un papel importante en la imposición y transmisión de los estereotipos de belleza que imperan en la sociedad y que recaen mayormente sobre los cuerpos de las mujeres, como lo han hecho ver los análisis y estudios que se han desarrollado en torno al tema, entre ello se ha revelado que tanto la publicidad, la televisión, las revistas, las redes sociales y la moda han imperado como principales influyentes y reafirmantes del ideal de belleza que existe en la sociedad por lo que a continuación serán retomados cada uno por su parte.

2.4.1 Publicidad

La publicidad bajo una lógica de mercado ha transformado al cuerpo en una cosa, en una mercancía, capaz de ser rentable, modificable y vendible a través de los distintos anuncios que difunde y en los cuales siempre, además de mostrar un modelo único de mujer considerada como hermosa, promueve la compra de productos, alimentos, objetos, tratamientos, cosméticos, cremas, etc. Bajo una finalidad estética, es decir, bajo la búsqueda de belleza que la mujer está obligada a hacer.

Referente a esto Gabriela Sánchez, una de las mujeres entrevistadas comentaba que, la influencia de los estereotipos de belleza se ha debido principalmente al marketing para poder vender, tal como como lo percibe ella con la ropa que se vende y la cual durante bastante tiempo solo había sido elaborada, para cierta parte de la población femenina o mejor dicho solo para unas cuantas mujeres quienes figuraban entre las tallas de ropa más pequeñas, mientras dejaba fuera a aquellas de tallas más grandes.

Amalia Torres por su parte señala que la publicidad al igual que otros medios posee el poder de influir y persuadir para que las personas consuman, a la vez que transmite nuevos valores y estereotipos que la sociedad tiende a imitar. Y que en la actualidad se ve aun mayormente afectada por el uso de herramientas digitales como lo es el Photoshop, que modifica totalmente las imágenes dejando ver a mujeres consideradas como “perfectas”, pero que en nada se asemejan a la mujer

real. La publicidad convierte al cuerpo en un objeto que debe ser mejorado y constantemente cuidado, para eliminar toda imperfección que puede haber en él. Entre mejor se asemeje la mujer a la imagen del cuerpo bonito que imponen, mayormente aceptada y valorada estará por la sociedad.

> La imagen que tiene la mujer en la publicidad es imposible de alcanzar por muchas mujeres, aun así, la publicidad se aprovecha de ese anhelo para vender todo tipo de productos con la promesa de poder llegar al ideal utilizándolos (Torres, 2018:12).

La mujer como bien lo explica Cecilia Napoli, no solo ha sido convertida en objeto para el consumo, sino también para la satisfacción del hombre, ya que los diversos anuncios a lo largo de varios años han utilizado la imagen de la mujer para la promoción de productos destinados para uso del hombre, dejando ver en sus comerciales a mujeres delgadas, estilizadas, con facciones atractivas, que transmiten sensualidad y erotismo a los hombres. Por ello una de las chicas entrevistadas comentaba que muchas veces "*aspiramos a mujeres que son creadas desde una visión masculina que no son para nada cercanas a la realidad del cómo realmente somos*" (Nathaly Chávez, 2021). Es decir, la publicidad muestra este cuerpo estéticamente lindo porque "*es el cuerpo que todos los hombres desean*" (Ibid.).

2.4.2 Televisión

Por su parte la televisión ha imperado como un factor en la percepción que las personas tienen sobre los distintos temas y aspectos de la vida, y que en lo que concierne al tema de los estereotipos no se queda atrás, ya que diversas investigaciones han demostrado la influencia que ha tenido sobre los jóvenes y adultos, mujeres y hombres. Aunque en el caso de la mujer se ha visto mayormente marcado, por los programas televisivos, ya sean de espectáculos, comerciales, novelas o realitys que muestran a mujeres, que poseen un cuerpo socialmente visto como perfecto, y que ciertamente perciben varias chicas de las entrevistadas, cuando argumentan que desde la televisión " *viene esa mentalidad de que nos dicen que así en teoría así es la mujer perfecta*" (Sandra Herrera, 2021) porque

siempre nos dejan ver a mujeres delgadas, jóvenes, bien proporcionadas y con un rostro bonito, haciendo que difícilmente se puedan ver aquellas que tienen sobrepeso o son de mayor edad.

> En la televisión todos los que consiguen un papel protagónico no están para nada gordos, sino que al contrario muestran una figura delgada. Es bastante raro que lleguemos a ver mujeres con sobrepeso, y cuando las logramos ver por lo regular obtienen papeles secundarios o como de relleno, al igual como pasa con la gente mayor, que muchas veces son considerados como actores ya no de primera sino de segundo, tercero en incluso cuarto lugar en las novelas y comerciales (Ventura Florentino, 2021).

Y que incluso otra de las mujeres entrevistadas también se percata de ello hasta en las noticias, cuando explica que hasta para este tipo de programas la forma del cuerpo de las mujeres importa mucho, pues nunca se dejan ver a mujeres que no sean delgadas y físicamente atractivas.

> En todos lados esta ese estereotipo de belleza por ejemplo las en las noticias, cuando pasa como la hora del clima o sea quien da el clima, una mujer con buen cuerpo y todo, incluso pues las conductoras, pues todas están delgadas, todas tienen un buen físico, casi parece que tienen la piel perfecta, que no tiene ninguna imperfección, están altas, delgadas y también muchas de ellas que tienes piel clara, muy pocas veces vemos a una actriz o una conductora de televisión que te represente o que tenga como una piel más morena u oscura (Linda Diaz,2021).

Nuestra entrevistada ciertamente rescata otro elemento que hasta el momento no habían incluido las otras chicas, la importancia del color de la piel, que ciertamente se puede apreciar, porque estos medios siempre buscan y marcan una preferencia por aquellas jóvenes de piel clara o morena clara e incluso con un tono de cabello claro y que las haga lucir más blancas.

Pero ¿y qué ocurre con los programas infantiles?, muy poco se ha hablado recientemente sobre ello, en cómo a través incluso de las caricaturas que van dirigidas al entretenimiento de los niños, a través de sus personajes femeninos imponen la imagen de cómo debería verse la mujer adulta. Las películas de Disney por ejemplo muestran a las princesas con un cuerpo similar al del ideal en la mujer al igual que como lo hacen las muñecas de Barbie, en donde predominan las chicas

de piel clara, con cabello rubio, delgadas, cintura pequeña, con curvas sutiles y voces delicadas. Por ello Linda Díaz comentaba

> incluso en las caricaturas y si tú te das cuenta y si te pones como a pensar, las mamás siempre son como delgadas, tienen como cuerpos adaptados según a como es la realidad, pero que al final no son así realmente, sino que son como los estereotipos que desde chiquita aprendes y se te van quedando. (Linda Díaz, 2021).

Desde pequeños niños y niñas, reciben el mensaje, a través de los programas infantiles, de lo que es bien aceptado y lo que no en la sociedad, de los roles que deben desempeñar en ella cada uno según si se es hombre o mujer. Desde las mismas caricaturas que se han hecho para entretener a los niños y hacerles pasar un buen rato o distraerse, comienza este proceso de idealización y de internalización de la imagen física, de cómo deberíamos llegar a vernos una vez ya en la adultez.

2.4.3 Revista

En cuanto a la revista, varios han sido los estudios llevados a cabo, que han coincidido en que ha sido otro medio importante en la difusión del ideal estético, por el mensaje que han intentado dar y sobre todo a quien principalmente va dirigido. Uno de los estudios que podemos hallar, es el que nos ofrecen Ana Laura Pérez, María Gabino y José Baile en "*Análisis de los estereotipos estéticos de la mujer en nueve revistas mexicanas de moda y belleza*". En donde fueron seleccionados y analizados el contenido de imágenes, de nueve revistas[8] que se enfocan en temas como, la moda, belleza, sexualidad y salud. En cada imagen de portada

> […] se analizaron los siguientes aspectos: inclusión de fotografía femenina, estimación del estado corporal de la protagonista de la portada, forma del cuerpo de la protagonista de la portada, color de la piel de la protagonista de la portada y forma del rostro de la protagonista de la portada (Pérez, Gabino y Baile, 2016:42).

Los resultados arrojaron que el total de las revistas en cuanto a la imagen, habían colocado la imagen de una mujer delgada, lo que contribuyó a que nuestros autores

[8] Revistas: Bazaar, Cosmopolitan, Elle, Glamour, Grazia, Instyle, LOffificiel, Marie Claire y Vogue)

consideraron a la delgadez como el atributo predominante en el ideal de belleza. En cuanto al tipo de cuerpo predominaron las formas de rectángulo, reloj de arena, triángulo y triángulo invertido. El color de la piel también fue fundamental al mostrar chicas de tez clara, morena clara y rosada pálida.

Además de ello, la investigación también les permitió develar en primer lugar como estas imágenes corporales difundidas influyen en la percepción que las chicas tienen sobre su cuerpo y que en muchos casos las ha llevado a sentirse insatisfechas con su aspecto corporal por compararse con las mujeres de las revistas o a padecer trastornos alimenticios; en segundo lugar comprender la homogeneización que se ha dado sobre las características físicas del cuerpo, estableciendo un modelo único de cuerpo, de una mujer delgada con un cuerpo cuidado y que muchas veces se sale de los parámetros resultando inalcanzable.

2.4.4 Moda

En lo que respecta a la moda, al igual que los otros medios se ha coincidido en que ha jugado un papel crucial en la imposición hegemónica de un único tipo de cuerpo visto como bello, y como se ha podido apreciar a través del modelaje de ropa en las pasarelas, en donde las modelos siempre se han caracterizado por mostrar "un *cuerpo delgado, alto, con pecho, con glúteos, esbelto, con el abdomen casi marcado, en si un cuerpo bonito*" (Linda Díaz, 2021). Sobre esto, Diana Vasco nos menciona que, con la llegada a su fin, el siglo XIX, la idea de la libertad de vestir que impuso la moda, permitió que se favorecieran los proyectos de marketing que eran desarrollados por el Estado moderno bajo la intención de vender y comerciar las prendas y los productos, demostrando de esta manera que la función principal que tuvo en esa época la moda, fue la de manipular a los grupos sociales para que adquirieran las prendas y cosméticos.

Por su parte, Juan Pablo Méndez y Arturo Rico en "*Educación, cultura, estereotipos, cuerpo, género y diferencias sociales en la fotografía de moda*" hablan sobre la influencia que tiene la moda a través de la fotografía, en la imposición y transmisión de ideales, ya que siempre se ha mostrado como la principal partidaria en la

exposición de prototipos y fantasías, las cuales son alimentadas con la industria de ropa. Las fotografías que nos muestran siempre la moda contienen el mensaje que pretende dar el diseño y el marketing al consumidor, en el que, de acuerdo con los autores, el producto ya no es visto como una forma de cubrir las necesidades, sino que se convierte en una manera de cumplir deseos creados, de diferenciación con los demás (ya que no todos pueden estar a la moda), de ser aceptado y reconocido socialmente. Tornándose esencial en la vida del hombre moderno. Por lo mismo comentan que:

> Los individuos consumen estas ideas, comulgan con ellas, porque creen que es lo aceptado socialmente, lo correcto, la forma en la que todos deberíamos ser, posiblemente a consecuencia de la necesidad de que las personas quieren pertenecer a un grupo, ser reconocido o admirado por su físico. […] y todo aquel que se permita pensar en no comulgar con estas ideologías pareciera será expulsado socialmente (Méndez y Rico, 2018:169).

"*La moda es culpable de usar, proponer, exhibir o encauzar imágenes que violentan el pensamiento ciudadano sobre lo que es bello, o aceptado en el cuerpo dentro de la sociedad*" (Méndez y Rico, 2018:170). Son estas ideas las principales causantes de que la población se identifique con ciertos grupos sociales, pero también sea categorizada según si cumple con lo que dicta la moda y muchas veces excluida por el estigma en que se les tiene, llamándolas con términos ofensivos como gordo o gorda, feo o fea.

2.4.5 Redes sociales

El uso de redes sociales en los últimos años se ha incrementado gracias al fácil acceso que han presentado principalmente para los jóvenes, posteriormente para los niños y adultos. Además de la interacción al instante que nos permiten con nuestros conocidos, familiares y amigos, el estar informado con las noticias más relevantes del día, pero también en la transmisión de ciertos ideales, como los que competen a la belleza y que el reciente estudio que nos presenta Kathleen Nixon sobre "*los estereotipos y la percepción de belleza en Instagram*" claramente ejemplifica, al mostrarnos cómo las redes sociales, en este caso específicamente Instagram, han sido participes en la transmisión de un ideal de belleza.

Su investigación enfocada en "*analizar las percepciones y los estereotipos del ideal de belleza femenino que tienen las mujeres jóvenes usuarias de Instagram*" (Nixon, 2020:11), se centró en el análisis de la influencia que tienen específicamente las tres cuentas de Instagram[9] de mujeres *influencers*[10] originarias de Bogotá, Colombia, en la transmisión de los estereotipos de belleza. Para ello se eligieron a diez jóvenes profesionistas de entre 20 y 29 años, seguidoras de las tres cuentas de esta red social.

Los resultados arrojaron que las chicas aunque consideraban que la transmisión de un ideal de belleza por parte de las influencers no era a propósito, el contenido que mostraba en sus cuentas si difundían ciertos ideales de belleza, ya que como lo describe la autora las chicas al mirar las imágenes sobre las influencers expresaron que poseían características como: "*Son flacas, lindas, perfectas, modelos, "cuerpazo", clásica rubia linda, clásica flaca linda, piel divina, estilo, pelo espectacular, color de piel bronceado, cuerpo ideal, sin imperfecciones*, *[…]"*(Nixon,2020:55). Y por lo mismo comentaban que las inspiraban, que les gustaría tener un cuerpo como el suyo, que reflejaban el cuerpo que habían soñado, que querían ser como ellas y necesitan inscribirse pronto a un gimnasio. Demostrando que "*estas tres figuras públicas, se han convertido en un ejemplo a seguir y un estándar de belleza y moda, para sus miles de seguidores, en su mayoría mujeres jóvenes*" (Nixon, 2020: 33).

Por otra parte, dentro del mismo trabajo se realizaron otras entrevistas a profesionistas, como la de la psicóloga Paulina Ferro, en la cual expresó que muchas veces estas imágenes que comparten en las redes, se enfocan en transmitir por un lado la idea de que tienen una vida perfecta, mientras que por el otro, que poseen una belleza totalmente natural y siempre se ven perfectas, sin necesidad de algún retoque, maquillaje o cirugías, aunque la realidad sea otra y que actualmente podemos apreciar con las recientes actualizaciones que ha tenido esta

[9] Cuentas de Instagram: Tuti Vargas, Daniela Salcedo y Laura Tobón
[10] Los "influencers", son personas que, valga la redundancia, poseen la habilidad para influenciar, difundir o atraer a la audiencia, por su contenido sobre un tema.

red social enfocándose principalmente, en mejorar e incluir más filtros para las fotos que compartimos y que nos hacen lucir: unos pómulos rosados, una piel intacta sin imperfecciones incluyendo lunares, la cara más delgada, pestañas largas, ojos de otro color, labios rosados y una piel más clara. Por lo mismo Nixon explica que lo que parece ser algo tan inofensivo como entrar una red social y consumir el contenido, puede conllevar a que las personas valoraren excesivamente los estereotipos y por consiguiente dañen su autoestima por generarles inseguridades.

Las redes sociales perpetúan en cada foto o video, la imagen de cómo debe ser la mujer bonita, todo el tiempo se comparte contenido de mujeres, jóvenes, de pieles claras, mejillas rosadas, cuerpo proporcionado y que incluso Sandra Herrera una de las mujeres entrevistadas percibe cuando nos comenta que en redes sociales como Facebook, TikTok y Youtube, ha podido ver cómo se refuerza esta imagen, ya que todo el tiempo estamos expuestos a fotos a videos de personas que tiene un cuerpo aparentemente bonito, proporcional, que comparten contenido sobre ejercicios, ya sea yoga, de zumba, cardio o simplemente de fuerza y los cuales te invitan a hacer para lograr tener un cuerpo como el de ellos, "*y como nos los vas a querer hacer si estás viendo que ellos tiene un cuerpo que se ve bien, se ve bonito* " (Sandra Herrera, 2021) si lo que vemos es que tiene un vientre plano, una cintura pequeña en el caso de las chicas, piernas tonificadas, glúteos grandes y una espalda y brazos tonificados.

2.4.6 Una enciclopedia para la mujer

Es interesante ver como diversos medios informan sobre cómo la mujer debe cuidar su cuerpo, hasta el más mínimo detalle para que luzca hermoso y femenino. Se han podido ver recetarios o tips en diversos medios como revistas, e internet donde encontramos un sinfín de información y remedios caseros para el cuidado del cuerpo, entre ellos como cuidar y alargar las pestañas, que hacer en caso de tener dientes amarillos, como aclarar el tono de tu piel o que dietas seguir para mantenerte en forma. En lo que respecta a la publicidad encontramos otro tanto de cosas, pero es impresionante ver cómo tan solo unos años atrás se pudo

desarrollar, publicar y vender una enciclopedia especialmente para la mujer, que trata temas que incluso al día de hoy, personas consideran como deber de la mujer, como el cuidado del hogar y la cocina, vida sexual y cuidado de la familia, la elegancia, como se debe vestir según la situación lo amerite, pero principalmente temas del cuidado de la belleza y sobre el cual retomaremos algunos puntos.

La enciclopedia titulada "El arte de ser mujer. Eva" fue publicada en 1968 en Barcelona por la editorial Vergara. En ella, específicamente en el apartado salud e higiene, ahonda sobre las características ideales en el cuerpo de la mujer, al detallar los remedios o tips que pueden seguir para alcanzar ese ideal. Permitiéndonos ver las exigencias que han cargado sobre el cuerpo de las mujeres y que han imperado en la sociedad.

Uno de los primeros puntos que retoma la enciclopedia en cuanto a la belleza en el rostro y que resulta impactante es el hecho de considerar los defectos que puede haber en la piel y que pueden hacerla lucir fea, refiriéndose específicamente a la roséola[11], las pecas, las marcas y los quistes sebáceos[12], las cuales deben ser eliminadas o de lo contrario "*[…] significaría encontrarse con un cutis irremediablemente estropeado*" (Eva, 1968: 13). Un segundo punto para retomar y que no puede hacer falta, es la importancia de eliminar el vello, en especial el que se encuentra en la parte superior del labio, mandíbula y nacimiento del cabello, que en el caso de la mujer se ven fatal y nada estético. Y para el cual no debemos afligirnos, porque "*[…] existen muchos métodos para eliminar o atenuar esta imperfección, aunque sus defectos solo sean transitorios*" (Eva, 1968:19).

El siguiente punto y que muchas veces nosotros también tendemos a olvidar es el cuidado de las orejas ya que como lo argumenta, debe cuidarse de que posean una

[11] La roséola es la rojez que aparece en las mejillas porque las venas capilares se dilatan de forma que la sangre fluye por la epidermis y que es visto como antiestético según la enciclopedia. Véase Eva, 1968 pág. 14

[12] Se le llama quiste sebáceo a la secreción de grasa que no pudo salir por los poros, quedando enterrado y que puede apreciarse como un pequeño granito blanco, que fácilmente puede ser confundido con un barro.

medida justa e ideal para obtener correcta armonía entre ellas y el rostro. Por eso detalla que:

> Las medidas ideales de una oreja oscilan entre los 6 y 7 centímetros de altura y los 3 y 3,5 de anchura. La parte más importante desde un punto de vista estético es la constituida por el pabellón y el lóbulo. […]. El color ideal es el rosado, toda la parte externa, a excepción del lóbulo, debe poseer un reborde. (Ibid: 88)

Por otra parte, las manos, los brazos y las piernas no pueden quedarse atrás, ya que figuran como piezas elementales para la belleza del cuerpo, por lo que deben siempre mostrarse tonificados, pero no al punto de verse musculosos o gruesos y tampoco demasiados delgados que se ven flácidos porque eso se ve antiestético, por ello según la enciclopedia la mujer tiene que probar distintos métodos o remedios para llegar al punto exacto e intermedio. Aunque *"la belleza de los brazos no solo depende de su esbeltez y de la elegancia de sus líneas, sino también de su piel que debe ser lisa y carecer de vello*" (Eva, 1968:52), por lo que si este último es casi imperceptible lo mejor será dejarlo así, pero en caso contrario lo ideal será hacer uso de los tips para liberarse de él. En cuanto a las piernas, el largo y delgadez serán favorecedoras por lo que deberán comenzar a cuidarse desde la infancia como lo señala:

> Conviene observar el desarrollo de las piernas desde la más tierna edad de la niña. Hay que evitar que este empiece a andar demasiado pronto, especialmente si es muy regordeta, a fin de que no se le tuerzan las piernas, y hay que procurar que las niñas que tienen las rodillas demasiado juntas o separadas practiquen ejercicios adecuados para corregir esos defectos (Eva, 1968:53).

Es decir, desde la niñez, la madre deberá cuidar y estar al pendiente de cualquier anomalía que pueda ocurrir con las piernas de su hija, para que, en la adultez, ella no tenga algún problema, que más que de salud, este sea de índole estético. Finalmente, el régimen alimenticio no se podía olvidar, ya que sobre él se expande más, dedicándole varias páginas entre las cuales trata la importancia de un peso ideal, tablas sobre los pesos correctos según la altura y edad y sobre las calorías contenidas en los alimentos.

Por ello señala, que cuando se comienza a aumentar de peso lo ideal es tomar cartas en el asunto y centrarse en el control de la alimentación pues es fundamental para la pérdida de kilos y que además deberemos complementar con masajes, gimnasia y uno que otro baño que sirva para adelgazar, o de lo contrario nada servirá. Y sobre lo cual, reprimir el apetito entre comidas será esencial, para evitar comer de más y por consecuencia engordar.

> El problema de quienes se someten a una cura de adelgazamiento es el cómo calmar el apetito, […] hay que considerar que es una sensación que se crea más en el cerebro que en el estómago. Contra este tipo de apetito cabe recurrir a: tener a la vista fotografías de mujeres esbeltas y ágiles, repitiéndose a menudo que basta con un pequeño esfuerzo para conseguir parecerse a ellas (Eva, 1968:103).

Demostrándonos con cada uno de estos puntos que resalta, que los complejos no son ideas creadas por nosotros, sino inducidas por otros, por aquellos que buscan vender la idea de que la mujer debe preocuparse todo el tiempo por mejorar las partes de su cuerpo, por mantenerlas visiblemente estéticas, como si por el simple hecho de existir y de estar bien no fueran perfectos. Y como si todo lo retomado fuera poco, la enciclopedia además habla de la importancia de conocer el cuerpo perfectamente, con todos sus atributos bellos y sobre todos aquellos imperfectos como lo refiere cuando comenta que es necesario *"[…] mirarse al espejo sin ningún tipo de indulgencia y procurando descubrir todos los posibles defectos. Esta prueba nos hará sufrir, pero nos determinará a hacer todo lo posible para eliminarlos*" (Eva, 1968:91).

2.4.7 La sociedad

Pero ¿Y qué ocurre con la sociedad? El estereotipo de belleza es difundido y reafirmado por los medios, pero es la sociedad es quien los determina, quién establece lo que socialmente es apreciado como bueno y malo como bello y feo y que ciertamente no se queda atrás, pues como bien lo comentan algunas entrevistadas "*la sociedad influye demasiado en esto, en hacerte creer que tienes que ser como cierto tipo o debes llegar como cierta categoría*" (Andrea García, 2021).

Y que nos demuestra otra de las mujeres al contarnos su experiencia del porque percibía sólo a este tipo de chicas como bonitas, "*En mi caso de alguna manera fue por los trabajos en donde por lo regular si tú ibas bien arreglada y eso, eras más aceptada para las empresas*" (Ventura Florentino, 2021) En el caso de ella por desempeñar un cargo como secretaria se veía obligada a mostrar una buena imagen a los demás para ser aceptada, pues siempre percibía que las chicas que eran elegidas eran aquellas que a la vista de los otros, resultaban atractivas, que lucían "femeninas".

En muchas ocasiones son las mismas personas quienes ya con esta creencia reproducen el ideal de belleza que impera en muchos medios, como cuando reciben con agrado y tratan bien a aquellas chicas que si son bonitas y se asemejan a lo que es considerado como hermoso, mientras excluyen a aquellas a aquellas que tienen sobrepeso o que clasifican como feas, ya sea que las vean de una mala forma o les hablen de manera ofensiva. Y que ciertamente reconoce Nathaly Chávez, cuando comentaba durante la entrevista que uno puede comenzar a trabajar en uno mismo, a tratar de desprenderse de estos ideales que muchas veces se salen de la realidad, pero muchas veces es la sociedad quien te estanca y nuevamente te hunde en ellos.

> El amor propio no debe ser lo único que tenga que mover esas emociones del cuerpo o impulsarte a cambiar, sino que va mucho más allá, porque por más de que te ames, te aceptes y tengas todo esto construido, tus sales y el mundo es horrible o sea siempre van a encontrar la forma de hacerte sentir mal con las decisiones que tomes sobre tu cuerpo (Nathaly Chávez, 2021).

De esta manera cada uno de estos medios mencionados genera esa influencia o impacto en los espectadores justamente por lo que comenta Andrea Gracia, una de las chicas entrevistadas, "*Uno como como espectador, busca como estándares o patrones más bien con personas famosas, que se asemejen físicamente a nosotros*, *porque buscamos sentirnos identificados con alguna de esas personas*" (Andrea García, 2021). Por eso algunas veces tal y como continúa describiendo ella, tendemos a buscar mujeres del espectáculo que tengan un cuerpo similar al de nosotros para no sentirnos tan mal con nuestro cuerpo, para creer que si ellas fueron aceptadas por la sociedad entonces nosotras también lo seremos. Y que también reconoce Torres en su estudio cuando argumenta que

las mujeres de hoy buscan compararse con este ideal de cuerpo que los diversos medios nos muestran, lo que provoca que lleguen a sentirse insatisfechas con sus cuerpos constantemente ya que solo una mínima parte puede llegar a ese ideal. Los medios de comunicación y la sociedad

> [..] Tienden a perpetuar el mito de la belleza, y las mujeres son quienes más sufren los dictámenes impuestos por los cánones, dado que la sociedad les enseña a medir el logro, la satisfacción y la importancia personal en términos de apariencia física (Napoli, 2007:19).

Y que claramente no se agotan únicamente con los medios que fueron retomados en este apartado, sino que incluso, existen otros más como lo es el cine, las películas, la industria de música, en donde también se perpetúa la imagen de cómo debe ser la mujer y que características debe poseer si quiere ser considerada como bella.

CAPÍTULO 3

CÓMO SE PERCIBEN LAS MUJERES,

UN ESTUDIO EMPÍRICO.

3. Nos dijeron que nuestro cuerpo no era bonito

> "*Esto es muy preocupante porque estoy segura de que no hay una mujer en el mundo a la que le preguntes si alguna vez se ha sentido feliz todo el tiempo con tu cuerpo y te conteste que sí. No hay una mujer que pueda decir eso*" (Nathaly Chávez, 2021).

Los estereotipos de belleza como bien se ha venido abordando a lo largo del presente trabajo representan una gran carga sobre las mujeres, en especial sobre sus cuerpos al establecer una imagen hegemónica sobre cómo este debería verse y que la mayoría de veces no se asemeja en nada al cuerpo real que tienen ellas, sino por el contrario, afectan de alguna manera la relación que tienen con su cuerpo debido a los parámetros de belleza tan altos y tan fuera de la realidad que marcan y que las conlleva a un constante esfuerzo y trabajo por tratar de obtener un cuerpo parecido al ideal, un cuerpo que sea reconocido dentro del estándar de lo considerado como bonito.

> Hoy en día vivimos en una sociedad en la que la apariencia es muy importante y los estándares de belleza están muy bien marcados. Muchas mujeres no pueden evitar sentirse presionadas por cumplir estos patrones de perfeccionismo […] (Salinas, 2015:36).

Por ello se ha hablado continuamente de que las mujeres durante gran parte de su vida viven en una constante lucha y búsqueda de la belleza, ya que desde pequeñas se les presiona con que deben ser bonitas, por lo que desde temprana edad se les enseña a que deben de cuidar de su cuerpo, su rostro y su cabello, ya

sea con tratamientos, con productos, ejercicios y alimentación, hasta llegar a la vejez, etapa en la que aún continúa habiendo la exigencia de un cuerpo formado, tonificado ante la flacidez que va teniendo por la edad y por lo que también, además, será fundamental que desde temprana edad comiencen a preocuparse por mantener y lucir una apariencia joven.

Respecto a ello, durante las entrevistas algunas de las mujeres comentaron que en algún momento si se sintieron en la necesidad de buscar o de realizar algo con la intención de cambiar una parte de su cuerpo que les causaba inseguridad, porque no se parecía en nada al cuerpo que ellas habían idealizado como hermoso, entre lo que comentaron destacó la compra de algunos productos para el cuidado del rostro como mascarillas y cremas a fin de obtener un cutis hermosos como el que nos muestran que está libre de granitos o espinillas. Por otro lado también mencionaron la inscripción a un gimnasio durante algún tiempo ya sea para bajar de peso o para aumentar la masa corporal; la realización de ejercicios en casa, el cuidado de la alimentación buscando evitar aquellos alimentos grasos, harinas refinadas o dulces, también se comentó sobre la reducción de las porciones de comida, el seguir algunos tips recomendados para mantenerse en forma, comer saludable, seguir alguna dieta o tratar de mantenerse en movimiento. Como Ximena Torres que mencionaba que algunas de las cosas que ha llegado a hacer son " *probablemente esté haciendo ejercicio, esté tratando de comer tal vez menos y alguna que otra cositas que vas adaptando y vas viendo qué es lo que te lleva a tener ese cuerpo que te ponen*" (Ximena Torres, 2021) o lo que nos comenta Yazmín González sobre que "*he realizado algunas cosas como el arreglar mi ceja, utilizar fajas, quitarme los vellitos de las piernas y en algún momento utilice cremas para las estrías que me quedaron por mi embarazo*"(Yazmín González, 2021).

De esta manera hablan de la perfección hacia un cuerpo que de entrada ya es hermoso por el hecho de existir y ser funcional, pero que tal vez no se logra apreciar porque la sociedad actual tiende a valorizar lo estético por encima de la salud o de las grandes cosas que es capaz de lograr el cuerpo humano. Como bien lo refiere Muñiz, en estas sociedades modernas pareciera que lo que se pretende con estas

prácticas es conseguir una perfección corporal irreal ya que "*ahora no se busca ser normal sino perfecto de manera homogénea, de tal manera que esa perfección se ha vuelto la normalidad, […] lo cotidiano y por supuesto lo normativo*" (Muñiz, 2014:425). Alcanzar este estándar de belleza como lo explica la autora, se convierte en un objetivo principal, en una de las razones de la existencia humana.

Pero que, en el momento en el que esto no es logrado como tal, porque muchos de ellos se salen mucho de lo que es real en los cuerpos, llegando a los extremos; o implican una gran inversión por los costos tan altos; requieren bastante dedicación, e incluso modificaciones en el cuerpo, devienen como problemas o enfermedades en la mujer. Como lo han demostrado algunos de los estudios que han surgido en torno al problema, al probar que cada uno de estos estereotipos afecta de manera negativa a las mujeres ya que, estos estándares generan en ellas una baja autoestima, inseguridades y complejos en cuanto a cómo se ven algunas partes de su cuerpo, el que se sientan orilladas a realizarse alguna modificación estética e incluso a padecer algún trastorno alimenticio (bulimia, anorexia, ortorexia[13], etc.) como el estudio que nos ofrecen María Rivarola y Fabricio Penna en "*Los factores socioculturales y su relación con los trastornos alimentarios e imagen corporal*" en donde explican que los mensajes que se emiten social y culturalmente a través de los medios de comunicación influyen bastante sobre la percepción que las jóvenes tiene sobre su cuerpo, ya que continuamente se encuentran bombardeadas de una insistencia y presión por el bajar de peso y en la idea de la delgadez como indicativos de belleza, lo que en varios casos ha conllevado a muchísimas jóvenes a padecer enfermedades como bulimia y anorexia.

En cuanto a la inseguridad o insatisfacción corporal que los estereotipos de belleza crean en las mujeres, Josefina Guzmán y Karla Salazar mencionan que "*ocurre cuando el individuo interioriza el cuerpo ideal, el determinado culturalmente y, por comparación social, concluye que su cuerpo discrepa de ese ideal*" (Guzmán,

[13] Se entiende por ortorexia a la obsesión patológica e irracional por comer solamente alimentos saludables y de buena calidad.

Salazar, 2016:13). En ellas resurge esta constante inquietud e incluso obsesión, por querer cambiar algo en él, ya sea el cabello, los ojos, las manos, los pies, etc. Cayendo un constante pensar y decir que "*Mi cuerpo se vería mejor si tuviera…o si tan solo fuera distinto esto...*". Y que claramente se pudo apreciar en las mujeres entrevistadas, entre las cuales algunas manifestaron que fue una inquietud que surgió en el pasado, durante la adolescencia, pero que ahora ya no es así, mientras que otras reconocieron que continúan persistiendo como un complejo en su actualidad. Algo bastante interesante a resaltar sobre ello es que cada una mencionó partes diferentes del cuerpo, aunque cabe especificar que algunas sí se repitieron, además de que, cada parte del cuerpo que señalaron que querían cambiar tienen bastante relación con las características del estereotipo de cuerpo bello que nos han impuesto.

Sobre ello mencionaron el tal vez querer cambiar algún aspecto como las manos, las piernas por unas más tonificadas y grandes, las caderas a hacerlas un poco más anchas o pequeñas, la cintura estrecha, más altura, el cabello cambiarlo por uno más lacio o chino, la nariz por una más pequeña y afilada, el busto a uno de tamaño medio y la forma de los dientes. Por ejemplo, Soledad González nos mencionaba que son más como los momentos porque "*a veces con la inseguridad que nos meten, hay días en que no te gusta nada de tu cuerpo, bueno a mí en lo personal no me gusta, pero hay días en que me siento súper bien con mi cuerpo y me gusta todo*" (Soledad González, 2021). Mientras que Nathaly Chávez comentaba que

> "Yo por ejemplo tengo todavía estereotipos muy marcados con la forma de mi nariz, los cachetes, con mis dientes, con mi estatura, con mis piernas porque son como muy delgadas, con el tamaño de mi pecho o sea como que siento que no es suficiente y no me siento satisfecha con lo que es, pero al mismo tiempo estoy intentando llevar como otro discurso conmigo en que no sea tan agresivo y que pueda entender que mi cuerpo es así" (Nathaly Chávez, 2021).

De esta forma destaca la importancia que tiene el empezar a trabajar en sí mismas y el intentar no ser tan estrictas con nuestro cuerpo. Por su parte Andrea García nos compartía que, en su caso, a ella le agradaban algunas partes de su cuerpo, pero que eran muy contadas.

> Me gusta por ejemplo el tamaño de mi pecho y mi trasero y ya, porque hay veces en que tiendo a autocriticarme como que no tienes la cinturita chiquita, ni el vientre plano, ni las piernas proporcionadas, ni mucho menos los brazos ideales. En cuanto al rostro es que es difícil, te podría decir que me gustan mis labios, los ojos, pero también me gana más lo que no me gusta, por ejemplo no me gusta mi nariz, ni mis dientes por todo lo que tuve que pasar en el dentista y tuve un buen de tratamientos en donde empecé ideando mis dientes y hasta la fecha no me gustan, tampoco me agrada que todo el tiempo tengo ojeras, mi cabello nunca me ha gustado porque es como quebrado, me gustaría que fuera Lacio chino, entonces pues sí son muy contadas las cosas que me gustan (Andrea García, 2021).

Resaltando de esta manera el que a veces pareciera que nos resulta más fácil hablar sobre qué es lo que no nos agrada de nuestro cuerpo, que de lo que realmente nos gusta, y que se pudo notar de igual manera en otras entrevistadas, ya que algunas mujeres cuando se les preguntó sobre qué les agradaba de su cuerpo pudieron responder sin tanta complicación, mientras que otras tardaron un poco más en contestar y al mencionar algunas aspectos físicos, inmediatamente cambiaron a señalar las partes que no le agradaban sobre su cuerpo. Y se comprende porque estamos inmersos en un mundo que nos ha enseñado a enfocarnos más en los supuestos defectos que tenemos, más que en lo positivo y capaz que es el cuerpo por permitirnos vivir y apreciar cada momento.

En cuanto al tema de las cirugías, hubo chicas que si llegaron a mencionaron el haber llegado a pensar en algún momento, el realizarse una cirugía, por ejemplo una de ellas comentaba que años atrás tal vez pensó en hacerse una liposucción, pero que ahora en su vida actual ya no lo considera por los riesgos que también puede traer el realizarte una modificación, por otro lado otra joven explicaba que en su visión si estaba la posibilidad de realizarse una cirugía para mejorar su vista, que anteriormente sí lo había pensado con un fin estético, pero que ahora era un tema más de salud, coincidiendo con otra chica que habló sobre la posibilidad de operarse la nariz porque ahora representa un problema para ella al momento de respirar.

Pero algo que resalto bastante y que fue el estereotipo en el que coincidieron todas ellas fue en la inquietud o inseguridad por querer ser más delgadas, por adelgazar

o por querer tener un vientre plano. Por ello me parece fundamental ahondar un poco más en él.

3.0.1 ¿Comer se volvió prohibido?

El estereotipo de delgadez, como se ha podido apreciar a lo largo de la investigación, desde hace ya varios años atrás ha figurado como un atributo principal dentro de los parámetros de la belleza femenina, a tal punto en el que, aún hoy día continúa persistiendo como característica principal en la visión que se tiene de la mujer perfecta. Llevándonos a comprender porque constantemente las chicas se ven bombardeadas con bastante información y publicidad enfocada en que es lo que pueden realizar para adelgazar o más específicamente disminuir su peso. Y sobre el cual, Guzmán y Salazar nos señalan que, en la sociedad actual, este atributo de belleza ha sido venerado a tal punto en que, el peso corporal hoy en día representa como una preocupación constante en las personas debido a que el modelo que se tiene de belleza está estrechamente relacionado con él.

Aunado a esto se encuentra la importancia que guardan las prácticas que nos llevan hacia la delgadez, como el extremo cuidado que presenta la alimentación. Y que si bien podemos encontrar bastante información en diversos medios, como revistas, libros, programas, pero principalmente en internet en donde se han podido hallar diversas páginas y blogs de personas que proclaman que es lo que debemos hacer o que pasos tenemos que seguir para conseguir la delgadez que “deseamos” obtener, de entre lo más concurridos vemos que se promueve la compra de productos como cremas que eliminan la grasa corporal, prendas de vestir (entre ellas las fajas) que ocultan partes del cuerpo, medicamentos que ayudan a disminuir el apetito, pero también de remedios caseros que hablan sobre comenzar a tomar tés calientes en ayunas, ingerir jugos verdes, eliminar la ingesta de alimentos que se consideran malos para el organismo (como harinas refinadas, alimentos grasos, embutidos o azúcares). Y que sobre ello nos hablan algunas de las entrevistadas, cuando comentaron que prácticas llegaron a realizar con la intención de bajar de peso o mantenerse delgadas.

Por su parte Soledad González comentaba que en ocasiones si había llegado a seguir alguna que otra dieta que recomiendan o había tomado algún té por las mañanas con la intención de reducir algunas tallas, porque en ocasiones si se había sentido no del todo satisfecha con la imagen que veía de su cuerpo. Por otra parte, Gabriela Sánchez comentaba que en su caso si fue bastante impactante ya que ella se vio fuertemente influenciada desde muy pequeña por la televisión, ya que quería parecerse a las chicas que salían ahí y se veían muy delgadas, por lo que pensaba que tenía que adelgazar porque ella en su percepción se veía más llenita.

> En mi caso ocurrió durante la adolescencia, yo por ejemplo si pensaba que estaba gordita y me decía no si tengo que bajar porque quiero estar más delgada, precisamente porque lo veía en la televisión, y quería estar como las modelos que ahí aparecían. Entonces yo si deje de comer, porque yo pensaba que eso se tenía que hacer para adelgazar, entonces literalmente me la vivía con agua, ya con la presión de mi mamá que me decía que tienes que comer porque no has comido entonces si comía, pero había veces en que yo hacía trampa no comía en el desayuno nada, ya hasta que mi mamá me presionaba entonces ya comía poquito y si se descuidaba iba y se lo echaba rápido al perro y me regresaba, entonces sí estuve bastante tiempo así hasta que mi cuerpo ya no aguantaba (Gabriela Sánchez, 2021).

De esta manera las chicas entrevistadas resaltan dos puntos fundamentales, en primer lugar que esta presión que se ejerce sobre las mujeres por mantenerse delgadas muchas veces las lleva a arriesgar su salud por seguir remedios o dietas que no fueron elaboradas desde las necesidades de su cuerpo, pero que si les prometen lograr tal objetivo y en poco tiempo, sin considerar que todos los cuerpos son distintos y no responden de la misma manera; y en segundo lugar ponen en la mira la gran influencia que tienen los medios en la difusión de imágenes de personas totalmente delgadas y que llegan a hacer pensar que lo correcto es estar delegado, por lo que si nuestro cuerpo no se parece al ideal tenemos que realizar ciertos sacrificios hasta llegar vernos como ellos. Por otra parte, Nathaly Chávez al igual que las anteriores mujeres entrevistadas, nos menciona lo que ella llegó a experimentar en este proceso de querer cambiar su cuerpo, poniendo en la mira varios aspectos importantes que se viven y que hasta el momento no han sido tan retomados dentro de los estudios. Ella comentaba que

> Cuando estaba en la secundaria tuve anorexia y bulimia entonces definitivamente quería cambiar mi cuerpo, a pesar de que siempre he tenido un cuerpo muy delgado lo cual ahora me parece curioso e incluso sorprendente porque era delgada y no entendía hasta donde quería llegar con este punto. […] Por otra parte, los primeros meses en cuarentena se intensificó mucho el querer hacer ejercicio y llevar una dieta saludable entonces todavía hasta el año pasado intenté tener una dieta y hacer ejercicio que me lastimaba más de lo que me ayudaba, entonces básicamente fue eso, ejercicio y restringir alimentos o mal pasarme con algunos alimentos e incluso castigar algunas horas de comida para no subir de peso (Nathaly Chávez, 2021).

De esta forma nuestra entrevistada, resalta esta idea que ha predominado durante años que es el ver al ejercicio con un fin puramente estético, al igual que retoma la limitación y prohibición con la que siempre se ha visto a la alimentación (limitado en cantidad, en variedad, en las veces que lo llegamos a hacer). Y que pudimos apreciar cuando se retomaron algunas de las recomendaciones que hacía la enciclopedia "*El arte de ser mujer*" (1968) con respecto al peso corporal y que especificaba que para lograr adelgazar debíamos restringir el apetito y para ello podíamos utilizar imágenes de mujeres delgadas con la intención de recordarnos constantemente que era lo que queríamos lograr. Por ello Nathaly Chávez termina por complementar:

> Tal vez no me castigaba con el ejercicio porque soy una persona que suelta muy fácil las actividades, pero si lo hacía con las comidas, restringía o comía menos, en la comida completa quitaba a lo mejor las tortillas o el pan o la sopa y entonces sólo comía la pura comida y ya en la noche ya no comía tanto o también veía los alimentos como bueno o malo o como premio recompensa, por ejemplo sí toda esta semana comes bien el fin de semana ya puedes comer pizza o ya puedes comer esta otra cosa, entonces si me restringía bastante (Ibid.).

A partir de lo que ella comenta nos permite entender cómo a partir de esta exigencia que recae mayormente en las mujeres de ser delgadas para considerarlas bonitas, la comida llega a ser vista como algo malo que impide llegar a esos objetivos o algo que necesariamente tiene que controlarse y limitarse en todo momento, como ocurre en los casos en donde se lleva a cabo una contabilidad estricta de las calorías que consumen. A raíz de ello también surge el catalogar a los alimentos como buenos y malos, aceptables y prohibidos, como lo que ocurre por ejemplo con el pan y las tortillas que son clasificados como alimentos malos porque engordan,

cuando en realidad solo son eso, alimentos que nuestro cuerpo necesita por lo que le aportan. Por otra parte, es importante remarcar el que se llegue a ver a la comida como premio y recompensa, es decir, caer en la creencia de que debemos de ganarnos la comida o como ella yo mencionaba pensar que merecemos comer algo de pizza solo si hemos comido bien toda la semana y que realmente impacta, porque no importa si hoy no hiciste ejercicio, o no hiciste tal actividad, no corriste, o no anduviste de un lado a otro, el cuerpo merece comer.

3.0.2 Un antes y un después

Por último, para finalizar este apartado me parece importante mencionar que algo en lo que todas las mujeres a las que se entrevistó, coincidieron fue en que es necesario que empecemos a trabajar en nosotras mismas y dejemos de comparar nuestros cuerpo con los de otras chicas, de querer hacerlos encajar en estos estereotipos que solo los cosifican y violentan queriéndoles arrebatar ese valor que por el hecho de existir ya tienen. Por ello cada una mencionó que se encuentra en un constante proceso de reafirmar su valor y entender que no valen menos o más solo porque su un físico es o no similar al cuerpo que nos imponen y que según es como debería verse toda mujer, cada una a un paso distinto, a su manera, pero con la intención de romper con el estereotipo de belleza.

Como señalaba Nathaly Chávez, el punto fundamental aquí, es llegar a comprender que más que amor propio y que en el contexto se vuelve difícil por toda la carga que recibe el cuerpo femenino, el cuerpo merece reconocimiento y respeto.

> El cuerpo no tiene por qué verse de cierta manera o sea el cuerpo es y funciona y merece amor y a veces ni siquiera el tema de amor, merece respeto, punto, porque tu cuerpo funciona lo quieras o no, aunque estés estresada, aunque no lo alimentes bien el cuerpo sigue funcionando y eso algo que me maravilla mucho (Nathaly Chávez, 2021).

3.1 La belleza en la mujer

Así como la definición del ser mujer la remiten al ámbito puramente biológico, a los órganos sexuales[14] que posee la mujer y que se diferencian a los del hombre, o al ámbito cultural referente a los roles que deben desempeñar según la sociedad remarcando entre ellos la maternidad, de la misma manera la descripción de cómo es una mujer bella es reducido únicamente al físico, a la apariencia, a la forma ideal del cuerpo. Entre esas descripciones nos hemos encontrado con que una mujer bella es aquella que tiene un cuerpo bonito, proporcional, delgado, con curvas, completo, funcional, tonificado, que tiene una cara bonita o mejor dicho rasgos faciales atribuidos como propios del género femenino, elegante, que es seductora, pero sin ser vulgar, aquella que se arregla, que se preocupa por su apariencia, que es amable y servicial con los demás, etc. Como la que proporciona Roberto Angrisano en donde responde que la mujer es hermosa por que

> […] que tiene facciones qué conjugan, bien proporcionadas, simétricas que son muy delineadas, que tiene un rostro hermoso que todo concuerda su manera de ser es atractiva y magnética, genera que las personas queden azoradas y su belleza envolvente nos cautiva y embelesa. Atrae la atención de la gente y la gente se deleita al verla y escucharla (Angrisano, 2017).

Sin embargo las mujeres de hoy no se identifican en nada con este concepto, dentro de su definición la belleza de la mujer no se reduce únicamente a lo físico o a la imagen que le dan a los demás, sino que implica más aspectos, porque la mujer no solo es bonita, no solo es hermosa, tal y como lo comentaba una de las mujeres entrevistadas "*me rehúso a optimizar solo ese término para describir a las mujeres porque creo que no somos sólo bonitas, solo guapas*" (Nathaly Chávez, 2021).

Sino que por el contrario la mujer es bella por su inteligencia, por su independencia, por su libertad para decidir por ella misma, porque es responsable, y lo mejor de todo, es que sabe ser feliz, porque entiende que eso no depende de una pareja, de

[14] Como la definición que nos proporciona la RAE en donde especifica que la mujer es "*Aquella persona del sexo femenino*" o "*aquella que posee cualidades que son consideradas como femeninas*". O la definición que nos da el sitio web Definición de, en donde especifica que la mujer es "*la persona del sexo femenino que ya ha llegado a la pubertad o a la edad adulta*".

un trabajo, del estatus, sino de ella misma, tal y como lo comienzan a describir algunas autoras en páginas web dedicadas a la mujer, como es el caso de María Cupani quien argumenta que la mujer es hermosa por ser independiente, inteligente, empática y solidaria con los demás, que sabe cómo expresarse y comprende que su belleza no depende de algún producto o cosmético. Y que ciertamente coinciden con ello nuestras entrevistadas.

> Una mujer bella es aquella que es segura de sí misma, que es libre y con libre me refiero a que puede ser ella misma sin miedo a ser juzgada, sin miedo al qué pensarán así sean sus conocidos, sus amigos e incluso su familia, que sabe que no la limita una pareja, una mujer bonita es empoderada, es libre de ser quien es y de poder decidir qué quiere hacer con su con su vida, con su cuerpo, su trabajo, con su dinero, para mí es una mujer independiente (Gabriela Sánchez, 2021).

Las mujeres están entendiendo que lo que hace bonita a una mujer es su personalidad, su forma de tratar a los demás, el ser amable, así como lo comentaba otra de las jóvenes entrevistadas "*una mujer bella pues tiene una buena actitud con las personas, tiene bonitos sentimientos, es empática, es una buena persona*" (Linda Díaz, 2021).

"*No necesariamente es el físico, sino que hay cosas mucho más importantes que pueden hacer ser una mujer bonita como el ser una mujer inteligente*" (Sandra, 2021) y que incluso otra de nuestras entrevistadas complementa al señalar que la mujer claramente posee "*inteligencia intelectual, pero también emocional*" (Cindy Álvarez, 2021) en referencia a que es capaz de reconocer sus sentimientos y de hacerlos válidos al igual que los sentimientos de los demás, es empática y le importan el sentir de otros, por ello termina complementando con que la mujer distingue su belleza porque

> Es agradable y sencilla. Su personalidad es agradable, tiene sentido del humor y buenos sentimientos. Pero sobre todo que sabe defender sus intereses y sus pasiones, sin importar el que opinaran sobre ella o sus actos. Es segura de sí misma. En cuanto a su físico, todos los cuerpos son diferentes y cada uno es bello a su manera, no necesitan tener medidas exactas o un color de piel específico para considerarse bellas (Cindy Álvarez, 2021).

Las mujeres de hoy, entienden que su belleza no depende solamente de cómo llevan arreglado su cabello, de su vestimenta o de la marca de ropa que utilizan, ni por cuantas veces visitan las estéticas o los Spa, por cómo cuidan su rostro o por qué tantos productos utilizan en su rutina de limpieza, de los cosméticos que usan en su vida cotidiana, así como lo dejaban ver algunos medios dedicados a la belleza, en donde incluían remedios para quitar imperfecciones en el cuerpo y rostro que claramente no existían porque eran cosas completamente normales y propias del cuerpo humano, pero que nos enseñaron a odiar y a verlos como una gran desgracia que había caído sobre nosotras.

Día con día se está luchando por cambiar esta visión y definición que por años se ha tenido de la mujer, y que claramente fue elaborado por personas ajenas a nosotras, desde una visión masculina que determinó "lo que era bonito en nosotras", cosificándonos y reduciéndonos a simples cosas bonitas, a una cosa agradable al gusto y vista de los demás, ni siquiera para el agrado o gusto de nosotras mismas, tal como lo expresa una de nuestras chicas en su entrevista, cuando señala que "*esos ideales ni siquiera son funcionales para nosotras o sea ni siquiera es algo que a nosotros nos guste o se nos haga lindo*" (Nathaly Chavez,2021). Estas definiciones tan banales, solo reducen a la mujer a simple objeto, el cual obtiene valor si y solo si cumple con sus parámetros de lo que es considerado como bello.

Por eso la insistencia e importancia de retomar nuevas definiciones de qué es la mujer y que es una mujer bella, desde las propias mujeres, que, aunque resultan una gran complejidad responder a estas cuestiones nos acercan más al real sentir y concebir de ellas, de las actoras sociales. El punto aquí de mencionar varias características es entender que la mujer es bella "*por el simple hecho de ser mujer, pues cada una es así por algo y eso es lo que las hace ser especial*" (Ximena Torres, 2021). En otras palabras "*todas somos bonitas a nuestra manera*" (Andrea García, 2021).

Conclusiones

Comprender los estereotipos de belleza desde el estudio del cuerpo nos ha llevado a entender como socialmente ha sido construida la mujer, ya que es la sociedad quien ha determinado cómo debe ser física y mentalmente, al igual que ya ha establecido los roles que debe desempeñar en ella. Los estereotipos nos ayudan a comprender la realidad de la sociedad de una manera más eficaz, pero en cuanto a la mujer y a lo que se considera como belleza se salen mucho de lo real ya que se ha llegado a un punto en el que la tecnología está reemplazando a la mujer real por una imagen creada virtualmente.

Por ello es importante resaltar que los estereotipos de belleza influyen bastante en la imagen y percepción que las mujeres forman acerca de su cuerpo y en cómo se relacionan con él, como lo cuidan, tratan y respetan. Evidencian el control que se ha tenido sobre sus cuerpos al establecer parámetros tan difíciles de alcanzar y a los cuales se ven obligadas a llegar sin importar que pongan en riesgo su salud e integridad. Se convierten en simples objetos a los cuales se necesita embellecer, con productos, tratamientos, cirugías, ejercicio, con ropa, con adornos, maquillaje, tacones, etc. También hablan de una violencia simbólica sobre la mujer, en lo cual ella ve todo esto como algo normal, legítimo y verdadero, cuando ni siquiera es algo que ella misma ha determinado, por lo que termina convirtiéndose en su propio verdugo al obligarse y sentir que tiene que cumplir con los parámetros.

Además de que como lo refiere una de las chicas entrevistadas y como lo demuestra el análisis de Foucault, los estereotipos de belleza están muy ligados a temas económicos, ya que en esta sociedad actual el cuerpo pierde esa magia y espiritualidad con el que era visto antes y es reducido a una simple mercancía, a un objeto capaz de consumir y ser consumible al agrado de los demás. También se han visto que han obligado durante mucho tiempo a las mujeres a cumplir estos parámetros como una forma de demostrar su feminidad, de evidenciar que son mujeres, ya que únicamente se ven como femeninas aquellas que cumples con los estereotipos que se tienen sobre cómo es ser mujer, mientras a aquellas que no

cumplen con esto, son excluidas, discriminadas, y tachadas bajo términos ofensivos como el llamarlas marimachas.

Por otra parte, me parece interesante retomar algunos puntos que se tocaron en las entrevistas y conclusiones a las que se llegaron, en base a cómo afectan los estereotipos a la mujer. Como primer punto que me parece interesante resaltar el hecho de que justamente estas formas que según surgen de los tipos de cuerpo de la mujer, (forma de pera, cuadrado, de reloj de arena, de triángulo y de triángulo invertido), en realidad hablan del control que se ha ejercicio durante años sobre ellas, al clasificarlas como simples figuras geométricas, además de demostrar lo tan limitadas que están por querer que encajen en una forma de cuerpo,[15] cuando en realidad los cuerpos son muy diversos y únicos.

Como un segundo punto a retomar es que, muchas veces se llegan a realizar varias de estas prácticas de belleza que se mencionaron, precisamente porque recae en que solo así serán consideradas bonitas por los demás, solo de esa manera serán realmente valoradas por la sociedad, serán vistas como mujeres atractivas para los chicos, ya que se ha tendido a pensar que solo si la mujer se arregla, tiene un cuerpo sexi y proporcionado, llegará a ser del agrado del hombre.

Como tercer punto me gustaría resaltar que, ante esta idea que está resurgiendo de que los medios están siendo inclusivos y están dejando ver a chicas con otras formas de cuerpo, aún continúa estando condicionada, porque tal vez si se han comenzado a ver modelos de tallas más grandes, pero que al final de todos se sigue cumpliendo con la idea de lo proporcional, de las curvas marcadas en la mujer, cuando también hay chicas más llenitas que no poseen esa forma de cuerpo, por lo que aún sigue haciendo falta de mayor representación, de que se dé la oportunidad

[15] Y que precisamente como lo comenta una entrevistada, también tiene que ver la ropa, ya que el cuerpo se tiene a clasificar precisamente porque a raíz de eso limitan el cómo las mujeres se visten, por ejemplo, en los medios nos dicen que si tienes un cuerpo de triangulo entonces las prendas que te favorecen son tales mientras debes evitar estas otras.

de aparecer en los medios a chicas con cuerpos realmente distintos al que durante años nos han impuesto, tal y como lo comentaba Nathaly Chávez.

Como cuarto punto es importante resaltar que también están muy ligados a temas de diferencias de clase, ya que también evidencian los poderes económicos de las personas, porque no todos cuentan con el dinero para invertir en su cuerpo, para llevar una dieta alimenticia con alimentos muy variados, o pagar un gimnasio, comprar la ropa que se utiliza, comprar suplementos, pagar una cirugía o pagar salones de belleza, etc.

Como último punto me gustaría retomar que hace falta que se hable y se trabaje en ello, tal y como lo señalaba nuestra entrevistada hace falta que surja, teoría de colonial ante el estereotipo eurocéntrico que nos han impuesto y que en nada se asemeja a las características físicas que realmente posee la mujer mexicana. Hace falta que nos quitemos esta visión ajena que nos han trasmitido desde hace tiempo y comencemos a ver el cuerpo como realmente es y también a entender las condiciones reales en las que cada uno vivimos y que no nos permiten llevar una vida enfocada únicamente en ver por la belleza.

Tal vez, los estereotipos no se puedan arrancar de raíz de una vez por todas, o cambiar de la noche a la mañana, pero lo que sí se puede es empezar a crear otros que no sean tan agresivos y violentos contra la mujer como lo comentaba Nathaly Chávez. Tal como lo mencionan algunos autores, es necesario comenzar a construir contra imaginarios que cambien poco a poco estos imaginarios que nos ha transmitido durante años la sociedad, que comienzan a funcionar en nosotros desde una edad temprana y que fungen como una manera de comprender la realidad.

Es importante que se reconozca que estos ideales no son algo que nosotros hemos establecido como feo o bonito, sino que nos han sido impuestas a nosotras y que revelan los intereses de personas ajenas. Por ello hace falta que surjan más estudios enfocados en las vivencias de las propias mujeres, sobre lo que experimentan, como llegan a afectarlas llevándolas a realizar prácticas que pueden ser peligrosas para su cuerpo. Es necesario que empiecen a reconocer que su valor

no depende de si tienen busto o si tiene más pompa o si llegaron al peso ideal, el punto es reconocer que todos los cuerpos valen y son hermosos.

BIBLIOGRAFÍA

Angrisano, Roberto. (mayo, 2017). Una mujer que tiene facciones que conjugan, bien proporcionadas, simétricas que son muy delineadas, que tiene un rostro más hermoso que todo [Comentario en la página web *¿Qué es ser una mujer bella?*]. Quora. https://es.quora.com/Qu%C3%A9-es-ser-una-mujer-bella

Ayús, R. y Eroza, E. (2008). El cuerpo y las ciencias sociales. *Revista Pueblos y Fronteras digital. La Noción de Persona en México y Centroamérica*, 1-57, https://doi.org/10.22201/cimsur.18704115e.2007.4.217

Babor, A. (2014). Estereotipos de belleza del cuerpo femenino**.** Proyecto de graduación, Trabajo Final de Grado. Universidad de Palermo.

Baczko, B. (1999). Jalones para un campo de investigaciones. En los imaginarios sociales, memorias y esperanzas colectivas (pp. 26-32). Ediciones Nueva Visión SAIC

Beauvoir, S. (1949). La vida de sociedad. En *el Segundo sexo* (294-312). Buenos Aires: Siglo XX.

Benavides, L. (2015). Los estereotipos de belleza y autovaloración de la imagen corporal en las adolescentes de 14 a 17 años del colegio agropecuario Luis A. Martínez de la ciudad de Ambato [Tesis para optar por el título de Psicóloga Clínica, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio Universidad Técnica de Ambato.

Casal, S. (2005). Los estereotipos y los prejuicios: cambios de actitud en el aula de L2. Elia: Estudios de lingüística inglesa aplicada (6), 135 -149. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2054980

Castillo, J. y Naranjo, J. (2003). La comprensión de los grupos sociales: Imaginarios colectivos y representaciones sociales. *Revista Científica de la Universidad Autónoma de Manizales 11*(18), 146-160. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6121261

Castoriadis, C. (2005). Lo imaginario: la creación en el dominio histórico social. En los dominios del hombre. Las encrucijadas del laberinto (64-77). Gedisa.

Cupani, M. (2005). Las claves para ser una mujer BELLA. Vix Glam. Recuperado el día 4 de octubre del 2021 de https://www.vix.com/es/imj/148549/las-claves-para-ser-una-mujer-bella

Fernández, C. (2014). El simbolismo social del cuerpo: *body art* (algunos ejemplos). *Revista de Antropología Experimental* (14), 301-317. https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/rae/article/view/1799

Foucault, M. (2002). Vigilar y castigar (1ª ed.). Buenos Aires: Siglo XXI Editores Argentina.

Genis, M. (2009). Comentarios al artículo Lingüística Aplicada, inclusión social y aprendizaje de español en contexto latinoamericano de Marcia Paraquett. Revista Nebrija de Lingüística Aplicada a la enseñanza de lenguas (6), 1-9. https://doi.org/10.26378/rnlael06119

Guzmán, J. y Salazar, K. (2016). Presión sociocultural hacia la imagen corporal de la mujer y cómo afecta en el desempeño académico. Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades 26(2), 11-41. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=65456042002

Le Breton, D. (2002). *Antropología del cuerpo y modernidad* (1ª ed.). Buenos Aires Argentina: Nueva Visión.

Le Breton, D. (2002). Sociología del cuerpo (1ª ed.). Buenos Aires Argentina: Nueva Visión.

Llorca, C. y Márquez, M. (2017). Evolución y análisis del canon de belleza aplicado a la moda, análisis de Karl Lagerfeld, John Galliano y Victoria 's Secret (1995 – 2007 – 2016). Trabajo final para optar por el grado en periodismo. Universidad de Sevilla facultad de comunicación.

Marca, Y. y Rodríguez, A. (2012). Imaginarios de belleza en estudiantes de Educación Física. Avances en Psicología Latinoamericana 30(1), 108-117. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79924085008

Martínez, A. (2004). La construcción social del cuerpo en las sociedades contemporáneas. *Papers: revista de sociología* (73), 127-152. https://doi.org/10.5565/rev/papers/v73n0.1111

Mauss, M. (1979). *Sociología y Antropología*. Madrid. Editorial Tecnos.

Mejía, C. y Rojas, A. (2012). Estereotipos de belleza física que tienen los adolescentes de diferente género y estrato socioeconómico pertenecientes a colegios de la localidad de Suba, Bogotá. Instituto Alberto Merani.

Méndez, J. y Rico, A. (2018). Educación, cultura, estereotipos, cuerpo, género y diferencias sociales en la fotografía de moda. *Revista de investigación educativa de la Rediech 9* (17), 165-178. https://doi.org/10.33010/ie_rie_rediech.v9i17.148

Morella, M. (S.f.). La entrevista en profundidad como un instrumento para conocer los estilos de aprendizaje de los estudiantes de las ciencias experimentales. Ingeniería y sociedad UC, 104-106. http://servicio.bc.uc.edu.ve/ingenieria/revista/n2-2006/2-5.pdf

Muñiz, E. (2014). Pensar el cuerpo de las mujeres: cuerpo, belleza y feminidad. Una necesaria mirada feminista. *Revistas Sociedade e Estados 29* (2), 415-432. https://doi.org/10.1590/S0102-69922014000200006

Nápoli, C. (2007). La imagen estereotipada de la mujer en la Comunicación Visual y el Diseño. [Tesis para optar por el grado de Licenciatura en Diseño Gráfico]. Universidad Abierta Interamericana.

Nixon, K. (2020). Estereotipos y percepción de belleza en Instagram. Trabajo de grado para optar por el título de Comunicador Social. Pontificia Universidad Javeriana.

Pérez, A. Gabino, M. y Baile, J. (2016). Análisis de los estereotipos estéticos de la mujer en nueve revistas mexicanas de moda y belleza. *Revista mexicana de trastornos alimentarios 7*, 40-45. https://doi.org/10.1016/j.rmta.2016.02.001

Puertas, S. (2004). Aspectos teóricos sobre el estereotipo, el prejuicio y la discriminación. Seminario Medico, 56(2), 135-144. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1232884

Quispe, S. (2017). Percepciones sobre estereotipos de belleza corporal de jóvenes migrantes de segunda generación que asisten a gimnasios de la ciudad de El Alto – distrito [Tesis de grado, Universidad Mayor de San Andrés]. Repositorio Institucional Universidad Mayor de San Andrés.

Randazzo, F. (2012). Los imaginarios sociales como herramienta. *Revista Interdisciplinaria sobre imaginarios sociales 2*(2), 77 – 96. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4781735

Real Academia Española: Diccionario de la lengua española, 23. ª ed., [versión 23.4 en línea]. (2020). Estereotipo. https://dle.rae.es/estereotipo [19 de septiembre de 2021].

Real Academia Española: Diccionario de la lengua española, 23. ª ed., [versión 23.4 en línea] (2020). Mujer. https://dle.rae.es/mujer [4 de octubre de 2021].

Rivarola, M. y Penna, F. (2006). Los factores socioculturales y su relación con los trastornos alimentarios e imagen corporal. Revista Intercontinental de Psicología y Educación 8(2), 61-72. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80280205

Rodríguez, M. (2016). Belleza, poder y representación del género. Un estudio etnográfico de las prácticas de belleza en centros de peluquería y estética. Instituto Universitario de Estudios de la Mujer. Universidad de Granada.

Ruiz, G. (1 de mayo de 2021). *La era victoriana*. Sobrehistoria.com. Recuperado el 3 de septiembre de 2021 de https://sobrehistoria.com/la-era-victoriana/

Sabido, O. (2010). Una reflexión teórica sobre el cuerpo. A propósito de una contingencia sanitaria. *Estudios Sociológicos 28*(84), 813-845. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=59820671006

S/A. (1968). Enciclopedia grafica femenina, Eva, Higiene y Salud. En el arte de ser mujer (Vol. 2, pp.13-103). Barcelona. Editorial Vergara.

Salinas, D. (2015). Estándares de belleza y cultura en la manifestación de anorexia en jóvenes del corregimiento de Bellavista en Ciudad de Panamá. *Punto cero 20* (31), 35-54. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=421842827005

Serracanta, F. (2014). Concepto de belleza. Historia de la sinfonía Un viaje por la historia a través de la música. Recuperado el 20 de septiembre de 2021 de https://uprrp.libguides.com/c.php?g=985694&p=7256169

Sossa, A. (2011). Análisis desde Michel Foucault referentes al cuerpo, la belleza física y el consumo. *Polis revista Latinoamericana* (28), 1-19, http://journals.openedition.org/polis/1417

Sossa, A. (2010). La alienación en Marx: el cuerpo como dimensión de utilidad. *Revista de Ciencias Sociales* (25), 37-55. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70817741003

Strauss, A., & Corbin, J. (2002). La investigación cualitativa. Base para la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada. (pp.19-21). Editorial Universidad de Antioquia.

S/A. (2021). Definición de Mujer. Definición de. Recuperado el día 4 de octubre del 2021 de https://definicion.de/mujer/

Torres, A. (2018). Ideal de belleza femenino en Instagram: una reflexión personal desde la ilustración. Para optar por el grado en Bellas Artes. Universidad Politécnica de Valencia.

Vasco, D. (2014). Imaginarios de belleza femenina de las estudiantes de comunicación social y periodismo en dos universidades de Quito. [Tesis para optar por el grado de Maestría en comunicación]. Universidad Andina Simón Bolívar sede Ecuador.

Velázquez, M. (2011).Cuerpo e imagen. Acerca de la construcción de imaginarios sociales sobre cuerpo, derechos e infancia. Anuario de Investigaciones 18, 447-454. https://www.redalyc.org/pdf/3691/369139947049.pdf

ANEXOS

GUIA DE ENTREVISTAS

NOMBRE

EDAD

OCUPACIÓN

¿Cómo describirías a la mujer bella?

¿El cuerpo debe ser de alguna forma o medida para ser bello?

¿Cómo te ves tú en relación con ese ideal de cuerpo (te identificas con el ideal de cuerpo)?

¿Desde tu perspectiva qué características posee el cuerpo ideal de la mujer?

¿Por qué crees que ese cuerpo es bello?

¿Cuáles son las mujeres más bellas, las de la publicidad, de las redes de la tv, o cuáles dirías tú?

¿Por qué?

Has llevado a cabo acciones que permitan construir un cuerpo más bello o cercano a tu ideal de cuerpo bello

¿Qué actividades o acciones?

¿Qué te gusta o agrada de tu cuerpo?

¿En algún momento quisiste o actualmente te gustaría cambiar alguna parte de tu cuerpo?

Te gustaría tener un cuerpo similar al de alguna celebridad o persona en específico.

Si pudieras construir tu cuerpo, descríbeme qué características o atributos te gustaría ponerle

Material Extra

Aquí se incluyen algunos links de material encontrado en redes sociales como Facebook e Instagram, referentes al tema de los estereotipos de belleza y el control que tienen sobre la mujer.

https://www.facebook.com/dianamorales.curly/videos/398171488616205/

https://www.facebook.com/100001347054565/posts/4342736709114521/

https://www.facebook.com/mariajose.rubio.969/videos/930640350821189/

https://www.facebook.com/mariia.d.navarro/videos/520321025755803/

https://www.instagram.com/reel/CUF3pw_pcLg/?utm_medium=copy_link

https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=1759734830894500&id=100005739991304