

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**“IMAGEN CORPORAL EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD VISUAL.”**

TESIS DE GRADO

**MARCELA LORENZANA PADILLA**

CARNET 10798-13

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, ENERO DE 2018  
CAMPUS CENTRAL

**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

**“IMAGEN CORPORAL EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD VISUAL.”**

TESIS DE GRADO

TRABAJO PRESENTADO AL CONSEJO DE LA FACULTAD DE  
HUMANIDADES

POR  
**MARCELA LORENZANA PADILLA**

PREVIO A CONFERÍRSELE  
EL TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA EN EL GRADO ACADÉMICO DE LICENCIADA

GUATEMALA DE LA ASUNCIÓN, ENERO DE 2018  
CAMPUS CENTRAL

## **AUTORIDADES DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**

RECTOR: P. MARCO TULIO MARTINEZ SALAZAR, S. J.  
VICERRECTORA ACADÉMICA: DRA. MARTA LUCRECIA MÉNDEZ GONZÁLEZ DE PENEDO  
VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN Y PROYECCIÓN: ING. JOSÉ JUVENTINO GÁLVEZ RUANO  
VICERRECTOR DE INTEGRACIÓN UNIVERSITARIA: P. JULIO ENRIQUE MOREIRA CHAVARRÍA, S. J.  
VICERRECTOR ADMINISTRATIVO: LIC. ARIEL RIVERA IRÍAS  
SECRETARIA GENERAL: LIC. FABIOLA DE LA LUZ PADILLA BELTRANENA DE LORENZANA

## **AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE HUMANIDADES**

DECANO: MGTR. HÉCTOR ANTONIO ESTRELLA LÓPEZ, S. J.  
VICEDECANO: DR. JUAN PABLO ESCOBAR GALO  
SECRETARIA: MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY

**NOMBRE DEL ASESOR DE TRABAJO DE GRADUACIÓN**  
LIC. JUAN DIEGO GUERRA ESPAÑA

**REVISOR QUE PRACTICÓ LA EVALUACIÓN**  
MGTR. GLORIA PATRICIA SAMAYOA AZMITIA

Guatemala, 16 de noviembre de 2017.

Señores  
Miembros del Consejo  
Facultad de Humanidades  
Universidad Rafael Landívar

Estimados señores del Consejo:

Por el presente medio informo que he asesorado el trabajo de tesis de la estudiante **Marcela Lorenzana Padilla** con número de carné 1079813. El cual se titula: “*Imagen corporal en personas con discapacidad visual*”.

Dicho trabajo de investigación ha sido revisado y se presenta el informe final que, considero, llena los requisitos exigidos por la Facultad de Humanidades. De tal modo que solicito sea sometido a su revisión final.

Agradeciendo su atención a la presente.

Atentamente,

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Juan Diego Guerra España', written in a cursive style.

Licenciado  
Juan Diego Guerra España  
Psicólogo clínico  
Código de catedrático 23421



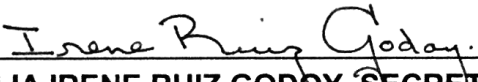
### Orden de Impresión

De acuerdo a la aprobación de la Evaluación del Trabajo de Graduación en la variante Tesis de Grado de la estudiante MARCELA LORENZANA PADILLA, Carnet 10798-13 en la carrera LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA, del Campus Central, que consta en el Acta No. 051493-2017 de fecha 4 de diciembre de 2017, se autoriza la impresión digital del trabajo titulado:

**“IMAGEN CORPORAL EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD VISUAL.”**

Previo a conferírsele el título de PSICÓLOGA CLÍNICA en el grado académico de LICENCIADA.

Dado en la ciudad de Guatemala de la Asunción, a los 2 días del mes de enero del año 2018.

  
\_\_\_\_\_  
**MGTR. ROMELIA IRENE RUIZ GODOY, SECRETARIA  
HUMANIDADES  
Universidad Rafael Landívar**



**UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR**  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
PSICOLOGÍA CLÍNICA

**“IMAGEN CORPORAL EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD VISUAL”**  
TESIS DE GRADO

MARCELA LORENZANA PADILLA

CARNÉ 1079813

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco a Dios y a mi alma mater.

A todos aquellos que de pequeña o gran manera aportaron a la realización de esta investigación.

Agradezco de forma especial a mi madre, Fabiola Padilla, una mujer ejemplo de perseverancia, que con su amor y pasión por la vida me ha motivado y acompañado en cada etapa, siendo mi mayor apoyo durante las altas y bajas de mi vida. Es la primera persona que, a lo largo del tiempo, ha confiado que sabré hacer y sabré arreglármelas con lo que tengo y con lo que no tengo.

A mi hermana, Isabel Lorenzana, por su apoyo en todo momento y por compartir parte de esta experiencia conmigo.

A Juan Diego Guerra, asesor de este proyecto, quien con su admirable capacidad de transmitir la pasión por el psicoanálisis me acompañó, apoyó y orientó en la realización de la presente investigación. Por su paciencia, dedicación y por hacer la milla extra como catedrático durante mis últimos dos años de universidad.

A Ayleen Hernández, por su acompañamiento incondicional y por ser ejemplo de entrega y una profesional con ética.

## ÍNDICE

I.	INTRODUCCIÓN.....	4
1.1	Imagen corporal.....	8
1.2	Esquema corporal.....	13
1.2.1	El esquema corporal y la discapacidad visual.....	18
1.2.2	El bastón como prolongación de la imagen corporal.....	20
1.2.4	Alteraciones en la percepción de la imagen corporal.....	24
1.2.5	Evaluación de la imagen corporal.....	24
1.3	Discapacidad visual.....	25
II.	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	30
2.1	Objetivos.....	31
2.2	Elemento de estudio.....	32
2.2.1	Definición conceptual:.....	32
2.2.2	Definición operacional:.....	32
2.3	Alcances y límites.....	32
2.4	Aporte.....	33
III.	MÉTODO.....	34
3.1	Sujetos.....	34
3.2	Instrumento.....	34
3.3	Procedimiento.....	34
3.4	Tipo de investigación, diseño y metodología estadística.....	35
IV.	RESULTADOS.....	37
4.1	Resultados por pregunta.....	37
4.2	Resultados por sujeto.....	49
4.3	Análisis de resultados.....	53
V.	DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	55
VI.	CONCLUSIONES.....	63
VII.	RECOMENDACIONES.....	65
VIII.	REFERENCIAS.....	66
IX.	ANEXOS.....	74



## RESUMEN

Esta investigación se realizó con el objetivo de indagar sobre la imagen corporal en personas con discapacidad visual. Se trabajó con 10 personas mayores de 18 años; cinco mujeres y cinco hombres, con discapacidad visual congénita y adquirida. Se utilizó el método de investigación cualitativa y se creó una entrevista semi-estructurada. Dicho instrumento contaba con 20 preguntas de carácter abierto y cerrado, las cuales se dividieron en cuatro indicadores los cuales fueron útiles para conocer aspectos relevantes acerca de la imagen corporal y la percepción de la misma en cada participante. La entrevista fue realizada por la autora de esta tesis y revisada por profesionales de la psicología clínica.

Al finalizar el análisis de los resultados se determinó que las personas con discapacidad visual sí suplen la función del espejo y la mirada a través del discurso del Otro, en especial, la madre. Así mismo, se encontró que las personas con discapacidad visual consideran que la imagen corporal se forma tanto por aspectos internos como externos; personalidad, actitud, estatura y arreglo personal.

## I. INTRODUCCIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo indagar en cómo se forma la imagen corporal en personas con discapacidad visual. El tema de la imagen corporal es algo que ha sido abordado y estudiado desde hace mucho tiempo por la psicología, psicoanálisis, medicina, sociología, antropología, entre otras ramas académicas.

A la fecha, la imagen corporal es un asunto vigente a tratar con mucho interés por la cosmética, la moda, la academia y la sociedad en general. La relación con la discapacidad visual no escapa de esta temática, aunque en Guatemala no hay avances al respecto, sin embargo, en países como Brasil y Alemania sí ha sido un tema estudiado desde el ámbito de la psicología y la medicina.

Se consideró importante realizar estudios acerca del tema, ya que la imagen corporal interesa a la sociedad en general y no se tiene información relacionada con poblaciones minoritarias, en este caso las personas con discapacidad visual.

Las investigaciones relacionadas con lo anterior son escasas, tanto a nivel nacional como internacional. Sin embargo, en algunas sí se ha trabajado con personas con discapacidad visual, arribando a diversas conclusiones respecto a cómo se forma la imagen corporal. A continuación, se hace una síntesis de dichas investigaciones.

Los antecedentes nacionales relacionados con el tema son desde varios y distintos puntos de vista. Ramos (2006), realizó una investigación para conocer la relación entre el sobrepeso y el autoestima y percepción de la imagen corporal. En este proyecto se trabajó con alumnas comprendidas entre las edades de 11-12 años de edad de un colegio privado de la ciudad capital. El objetivo de dicho trabajo era determinar si el sobrepeso afectaba el autoestima de las niñas de este colegio, quienes se encontraban en un nivel socioeconómico medio y medio bajo. Esta investigación se llevó a cabo con 120 niñas entre 5to y 6to primaria. Fue de tipo descriptivo y se utilizó el *Five Scale Self*

*Steme for Children*. Los resultados obtenidos no mostraron resultados estadísticos significativos entre las niñas que padecían sobrepeso y las que no.

Chavarría (2013) en su tesis titulada *Actitud de personas con discapacidad visual que han ingresado al mercado laboral en la ciudad de Guatemala*, tuvo como objetivo principal identificar la actitud de las personas con discapacidad visual ante su inserción en el ámbito laboral de la ciudad capital. Este trabajo fue de tipo cuantitativo que utilizó una muestra de 15 sujetos con discapacidad visual. Se concluyó que las personas con discapacidad visual que han ingresado al mercado laboral en la ciudad de Guatemala, tienen una actitud positiva respecto a su entorno laboral y que la actitud de las personas hacia los sujetos con discapacidad visual es positiva.

Solís (2014), quien realizó una tesis sobre la percepción y creencias irracionales en la imagen corporal de mujeres en un gimnasio de *Crossfit* en Guatemala. La muestra que utilizó fue de 21 mujeres pertenecientes a dicho gimnasio, quienes estaban entre las edades de 21 y 29 años. Para este estudio aplicó el Test de Imagen Corporal BSQ. Los resultados obtenidos fueron que 7 de 21 mujeres, tienen una mala percepción de su cuerpo. También se realizó una entrevista semiestructurada, encontrando que más de la mitad de estas 7 mujeres, tienen creencias irracionales sobre la percepción de su cuerpo.

Morales (2016), realizó una investigación acerca de la percepción de la imagen corporal. El objetivo principal fue determinar la relación entre la imagen corporal y el consumo de edulcorantes en estudiantes universitarios. Fue de tipo descriptivo, utilizando una encuesta en donde se enlistaron y colocaron las fotografías de los edulcorantes y tipos de cuerpo. La evaluación de la autopercepción de la imagen corporal se realizó por medio de siluetas corporales según IMC propuesta por Harris y Brandlyn. La muestra estuvo comprendida por 327 estudiantes de ambos sexos universitarios con estado nutricional normal. Los resultados obtenidos no mostraron ninguna relación entre la imagen corporal de los estudiantes y el consumo de edulcorantes.

Doño (2016), investigó acerca de la insatisfacción en la imagen corporal en mujeres adolescentes que han sido víctimas de abuso sexual. El objetivo general de este trabajo fue conocer la percepción de la imagen corporal en adolescentes que han sido víctimas de abuso sexual. Se trabajó con sujetos comprendidos entre las edades de 12 y 18 años de edad que residen en la casa hogar Casa Aleluya. Fue de tipo descriptivo, se utilizó el Test Imagen, Evaluación de Insatisfacción de la Imagen Corporal B. Los resultados arrojados en esta investigación mostraron que las participantes tienen una insatisfacción grave con respecto a su imagen corporal y la percepción de la misma. Concluyendo que, el abuso sexual es un factor determinante en la vida de estas personas.

Arévalo (2017), realizó una investigación cuyo objetivo principal era describir la autoimagen en mujeres adultas que presentan obesidad y asisten a la Liga de la obesidad y el sobrepeso. El trabajo se realizó con ocho mujeres adultas comprendidas entre las edades de 20 y 35 años. Fue una investigación de tipo cualitativo en donde se utilizó una entrevista semi-estructurada, la cual consistía en 34 preguntas de carácter abierto y cerrado para conocer que percepción tenían las mujeres acerca de su imagen corporal. Los resultados obtenidos muestran que las mujeres adultas con las que se trabajó no tienen una percepción positiva de su imagen corporal. Esto se debe a que sus ideales son distintos a lo que ellas poseen.

En el ámbito internacional se encontraron varios antecedentes en distintos países.

El más reciente, Duncum (2016), investigó sobre las anomalías en el complejo visual de la imagen corporal. Se empleó una muestra de sujetos con trastorno dismórfico corporal. Examinaron si los individuos con niveles no clínicos, pero altos de preocupación por la imagen corporal, mostraría signos de este sesgo, en forma de efectos de inversión reducida (es decir, un mayor procesamiento local). Además, evaluaron si este sesgo apareció para estímulos visuales generales o específicamente para estímulos relacionados con la apariencia, como caras y cuerpos. Los resultados

mostraron que la probabilidad de presentar alteraciones en la imagen corporal es posible en personas que padecen o no padecen este trastorno.

Pinquart (2012), profundizó sobre la imagen corporal en adolescentes con y sin discapacidad visual, llevando a cabo una investigación con metodología cuantitativa que incluyó una muestra de 177 adolescentes con discapacidad visual y 531 sin discapacidad visual. Los resultados revelaron que las mujeres tienden a tener más alteraciones de imagen corporal que los hombres, debido a los factores sociales. Sin embargo, los adolescentes con discapacidad visual tendían a desconocer la idea de “un cuerpo perfecto”.

Por su parte, Jacintho (2015), examinó la insatisfacción con la imagen corporal en personas con deficiencia visual. De la muestra de 45 personas con deficiencia visual, 40 personas tienen deficiencia visual adquirida y 5 deficiencia visual congénita. Se evaluó con el Test de Imagen Corporal BSQ. Los resultados proyectaron que 24% de los encuestados mostraron insatisfacción corporal, lo que le llevó a la conclusión que las personas con deficiencia visual tienen menor tendencia a desarrollar insatisfacción corporal.

Cicmila (2014) analizó la imagen corporal en personas con alguna discapacidad y trastornos alimentarios. La muestra fue de 19 pacientes con discapacidades motoras, intelectuales o sensoriales que tenían algún trastorno alimentario. Los resultados obtenidos a través de la investigación documental señalan que los pacientes con dichas condiciones tienen una perturbación profunda de la imagen corporal.

Vaquero (2013), hizo una revisión bibliográfica sobre la imagen corporal. El objetivo era analizar el estado actual de la imagen corporal, sus variables y conductas que le acompañan. Incluyó bases de datos como *Medline*, *ISI Web of Knowledge* y *Dialnet*, así como referencias de los estudios seleccionados en diferentes bibliotecas. Como conclusión planteó que la excesiva preocupación sobre la imagen corporal trae como consecuencia la realización de dietas y alteraciones como los trastornos de la conducta

alimentaria. Señaló que existen otros factores que influyen, como la realización de ejercicio físico, aunque los resultados sobre la relación de ambos son contradictorios. Por esto, recomendó profundizar más en el tema, crear herramientas para detectar las alteraciones y profundizar en el diseño de programas de prevención e intervención.

En el mismo año, Hernández (2013) elaboró un estudio sobre la construcción del cuerpo y su imagen, así como las alteraciones en la anorexia. El objetivo de esta investigación fue determinar la importancia que tiene la construcción del cuerpo y su imagen en el psicoanálisis y sus distintas estructuras clínicas. Se concluyó que el cuerpo se basará en lo que el deseo inconsciente busque en él.

Después de hacer un recorrido por los antecedentes relacionados con este tema, se pueden percibir aspectos particulares e interesantes, como por ejemplo, que la imagen corporal tiende a influir en el desarrollo de las personas y su entorno personal y social. Asimismo, se pudo observar que, de los estudios realizados con grupos de personas con alguna discapacidad, se mostraron resultados impactantes y muy diferentes según la condición de discapacidad de las personas.

### **1.1 Imagen corporal**

La imagen del cuerpo es un tema vigente en el siglo XXI. Como menciona Fuentes (2015), “la imagen del cuerpo sigue fascinando hoy y toda una industria crece alrededor de esta imagen que nos es presentada en su esplendor por la publicidad, la moda, la cosmética, las diferentes formas de tratamiento de los cuerpos, etc.” (p. 288) Los aspectos anteriores hacen que exista un tipo de promesa para el individuo que el tiempo se puede detener y que el cuerpo puede quedar fijado y conservado en su mejor momento. Se construye la idea que productos como la cosmética y tratamientos de cuidado pueden comprar un cuerpo ideal y una imagen del mismo que sea estable. Como Fuentes (2015) resalta en su texto, “Lo que la ciencia busca en los cuerpos es otra cosa. La ciencia busca en los cuerpos una escritura que permita contabilizar, inscribir e instrumentalizar el real del cuerpo.” (p. 295) Esto hace referencia a que la ciencia está constantemente buscando cuantificar y medir al cuerpo. Lacan en el

Seminario 10, La angustia (1962), indica que la imagen corporal hace referencia a la percepción, el conocimiento y el sentir de cada persona respecto a su propio cuerpo, donde el psicoanálisis determina que se tiene miedo al cuerpo propio porque este goza. Lo anteriormente mencionado hace dar cuenta que el trabajo con la imagen corporal y su percepción en cada individuo ha sido un asunto importante para el campo de la salud mental y otras ciencias que estudian al ser humano.

Autores como Le Boulch (1998) define la imagen corporal como el conocimiento inmediato y continuo que se tiene del cuerpo, en reposo o en movimiento, con relación a sus diferentes partes y, sobre todo, con relación al espacio y los objetos que rodean a la persona. Dicho autor brinda una definición relacionada con lo externo y afirma que es un conocimiento inmediato que se tiene. Por otro lado, Vayer y Picq (1985) lo definen como la organización de las sensaciones relativas al propio cuerpo, con relación a los datos del medio exterior.

Wallon (1987) indica que la imagen corporal es el resultado y, al mismo tiempo, requisito de una ajustada relación entre individuo y medio. En esta definición se hace evidente el hecho de que existe la idea que la imagen corporal es un requisito para la persona y como las dos definiciones anteriores, esta incluye el medio como parte de la percepción corporal.

El concepto de imagen corporal es muy utilizado en el ámbito de la psicología, la psiquiatría, la medicina general y la sociología. Es un concepto importante para explicar distintos aspectos de la personalidad, la autoestima y conductas de un individuo.

La imagen corporal está compuesta por varios aspectos o características que la hacen compleja y diferente en cada ser humano. La Fundación Belén (2017) presenta las siguientes características del concepto de imagen corporal:

- Concepto multifacético.
- Interrelacionada por los sentimientos de autoconciencia.

- Socialmente determinada, desde que se nace existen influencias sociales que matizan la autopercepción del cuerpo.
- No es fija o estática, es un concepto dinámico, que varía a lo largo de la vida en función de las propias experiencias, de las influencias sociales, de la moda.
- Influye en el procesamiento de toda información: la forma de percibir el mundo, a los demás, al trabajo.
- Influye en el comportamiento, y no sólo la imagen corporal consciente, sino también la preconsciente y la inconsciente.

Las características anteriormente mencionadas, se forman a través de la participación del Otro y del individuo mismo. Según Hernández (2013), es el Otro y los otros los que participan en la construcción y la humanización del cuerpo; es decir, es a través del lenguaje del Otro que se obtiene la percepción de la imagen del cuerpo y su construcción.

Ahora, si se vuelve unos años atrás, podrá ser visto que Lacan (1936) da su punto de vista acerca de cómo se forma la imagen corporal y como esta hace conjunto con la formación del yo de un sujeto. Esta idea se encuentra en su texto *El estadio del espejo como formador de la función del yo [Je] tal como se nos revela en la experiencia psicoanalítica*, donde propone que en la fase del espejo, el ego se forma a partir de la imagen del otro; la imagen del individuo en su etapa de infancia en el espejo y la del otro constituye una sola instancia, el *Yo ideal*.

Es importante profundizar sobre lo escrito por Lacan respecto de la teoría del estadio del espejo. Según Hazard y Searle (1986), Lacan basa su teoría en la observación de un individuo en su etapa inicial, quien claramente supera en inteligencia al chimpancé, reconoce su imagen en el espejo. La edad en cuestión va desde los seis a los dieciocho meses y Lacan observa que el reconocimiento va acompañado siempre de una expresión narcisista y jubilosa por parte del niño. A los seis meses el niño no coordina su cuerpo lo suficiente para dominar su postura; sin embargo, si tiene un espejo cerca



puede sentir interés para gatear o moverse hasta encontrar una posición que le permita obtener del espejo lo que Lacan llama una imagen instantánea y unificada de sí mismo.

Blasco (2010) analiza lo escrito por Lacan sobre el análisis del contraste entre la impotencia motriz y la dependencia de la lactancia, así como el hecho de que su imagen especular sea animada, jubilosamente, por otra. Examina la biología prematura del niño y su desvalidamiento para introducir la noción del cuerpo fragmentado y el deseo que lo anima para encontrar feliz el término lacaniano. Indica que se tiene a un niño que cuando se mira en el espejo, se mira con ojos que no están afectados por la prematuración y se observa; de acuerdo a Lacan su expresión es jubilosa; y es que reconoce su imagen ante el espejo, encontrando aquí el punto clave: aquel que el niño mira y reconoce, ese que tarde o temprano descubrirá que es él mismo, o su imagen, no sufre de descoordinación, no tiene el cuerpo fragmentado.

En efecto, ese otro que lo mira tras el espejo y que lo cautiva, pronto aprenderá que es él, es la imagen del yo. La primera identificación dice Lacan (en Blasco 2010), imaginaria pero que irá constituyendo el yo del ser humano. Sin embargo, al mismo tiempo que imaginaria, esa primera identificación es en sí el lazo entre el niño y el Otro que aun si fuese él mismo está afectado por la simetría especular, condición que luego se reproducirá en los sueños; en tercer lugar, aquel que se reconoce como yo no está afectado de sus limitaciones. Aquí según Lacan (en Blasco 2010), es la matriz del yo ideal; y eso jamás se alcanza, ese lugar tras el espejo en el que todo va bien, solo podrá entenderse asintóticamente. Punto ideal y todas las identificaciones que vendrán luego: cualquier otro a quien yo ame en algo, aquel a quien vea con buenos ojos, estará para mí en el lugar de la imagen alienante en la que confluyen mi ideal del yo y mi cuerpo sin fragmentar. Lo relevante del *estadio del espejo* es que permite la unificación imaginaria del cuerpo, a pesar de que las sensaciones que el infante tiene en ese momento es que su cuerpo está fragmentado (Lewis 2011).

Así mismo, es importante considerar las diferentes opiniones y consideraciones que se tiene acerca de la teoría de Lacan, el estadio del espejo. Dessal (2014), en el texto “Un

real para el siglo XXI” menciona que a pesar de la importancia que Lacan le dio a la dimensión visual en sus primeras formulaciones sobre el estadio del espejo, hay que tener en cuenta que la constitución de la imagen del yo no es una experiencia empírica, puramente escópica. Indica que el espejo no es necesariamente un espejo real, al tomar en cuenta que existen culturas que durante siglos no han tenido recursos, ni técnicos ni naturales, para observar el reflejo de su imagen; ni en un ojo de agua, ni en un trozo de vidrio. Por otra parte, agrega, que sujetos que ven perfectamente pueden padecer graves trastornos del yo y de su imagen corporal. Hace énfasis en que el estadio del espejo es una fase que debe asegurar el modo en que lo imaginario se asienta en el sujeto humano, pero depende de una serie compleja de elementos, así como que la vivencia de una imagen unificada del cuerpo requiere la intervención fundamental de la mirada, pero no tanto la del sujeto mismo, sino la del Otro, encarnada en particular por la madre, se tiene en cuenta que la madre es para el psicoanálisis una función, y no una entidad biológica. Dessal (2014) añade que incluso un ciego puede tener la experiencia de sentirse mirado, porque la mirada es algo que se percibe en las palabras del Otro, en lo que dice y lo que no dice, en el lugar que su discurso ha reservado. En ese sentido, continúa, “el valor que nuestro inconsciente percibe en el deseo de ese Otro primordial está interviniendo de forma radical y entre otras cosas determina la constitución más fallida o lograda de la imagen del yo que, insisto, no se reduce a la captación visual de nuestro reflejo” Dessal (2014). Agrega que lo dicho no invalida que los ciegos de nacimiento manifiestan en su mayoría, trastornos importantes en el nivel de lo imaginario. Lo anterior, da cuenta que las personas con discapacidad visual no se ven excluidas de este aspecto de la formación del yo.

Para fines de esta investigación, es necesario conocer el significado y uso del término “discurso del Otro” para el psicoanálisis. Lacan (1975), en el seminario 23, menciona: “creemos que decimos lo que queremos, pero es lo que los otros han querido, más específicamente, nuestra familia” Esta frase introduce la conferencia “La lengua familiar” de Bassols (2017) en la cual indica que cada sujeto es siervo del discurso de su propia familia. Agregando que todos somos esclavos de una forma u otra de la estructura y el discurso de la propia familia. Esto es así tanto en la novela familiar del

neurótico y en el familiarismo delirante del psicótico. Es decir, no se hace excepción alguna a ningún individuo, ya que todos están sujetos a la opinión familiar de esta situación. Hace referencia a que es en el decir de la familia, el núcleo más cercano de una persona, que se obtiene la opinión principal y directa acerca de uno mismo. Es la madre, el padre o un hermano la fuente más cercana de la cual se forma y se modifica la imagen de cada quien. Asimismo, las personas se basan primordialmente en la opinión de su familia para luego tomar la de los demás, aquellos externos a su familia.

La expresión de la familia debe ser comprendida como que la familia le habla al sujeto como integrantes, es decir, madre, padre, hijo o hija y como un complemento directo, el sujeto es hablado por ella. La familia habla de sus integrantes como objeto de su discurso, pero la familia habla en cada uno y lo hace siempre en forma de enigma, un secreto para el sujeto. Es la lengua familiar la que habla a la persona para hablar de aquello que lo forma como sujeto (Bassols, 2017).

Lacan (1955) en su Seminario 2, capítulo 19, trata el concepto del Otro y el otro, al establecer que “hay que distinguir, por lo menos, dos otros: uno con mayúscula y con minúscula, este último hace referencia a lo que es el yo”. Para el Psicoanálisis de la orientación lacaniana, el Otro o gran Otro es aquello que rodea al sujeto, pudiendo ser la ley, la sociedad, la madre, o incluso Dios (Lacan, 1955).

## **1.2 Esquema corporal**

Por otro lado, un elemento fundamental de estudio es el esquema corporal, definido como la imagen corporal o representación de cada quien tiene de su propio cuerpo, sea en un estado de reposo o en movimiento.

Loli y Silva (2006) plantean que, según los especialistas, el desarrollo del esquema corporal tiene todo un proceso, depende de la maduración neurológica como también de las experiencias que el niño tenga. Alcanza su pleno desarrollo hasta los 11 o 12 años. Afirman que el esquema corporal es producto de un desarrollo progresivo ontogenético y a partir de las siguientes sensaciones:

- a) Interoceptivas, (viscerales).
- b) Exteroceptivas, fundamentales logradas por la vista y el tacto.
- c) Propioceptivas, que nos vienen de los músculos, tendones y articulaciones, y nos informan sobre la contracción o relajación del cuerpo. (Percepciones de posición y tono muscular). Para ello es fundamental el cerebelo.

Loli y Silva (2006) continúan con el tema estableciendo que, a lo largo de su evolución psicomotriz, la imagen que el niño se forma de su propio cuerpo se elabora a partir de múltiples informaciones sensoriales de orden interno y externo que este percibe. Desde el punto de vista evolutivo, primero se dan las sensaciones interoceptivas, la sensibilidad del tubo digestivo y la actividad bucal a partir del nacimiento. A partir de la alimentación y de las funciones excretorias, el niño va experimentando vivencias acerca de su propio cuerpo.

Agregan que, en un segundo momento, los niños experimentan sensaciones de origen cutáneo, es decir a partir de la piel o el tacto, esto dará paso a las sensaciones exteroceptivas, pues descubrirá sus manos como parte de sí mismo y como nexo entre el mundo exterior y su mundo interno. Las manos no sólo son parte de su cuerpo sino instrumentos de exploración. Posteriormente irá descubriendo otras partes de su cuerpo, como sus pies y poco a poco los irá incorporando a su esquema corporal. A medida que el niño desarrolle destrezas motoras, sea capaz de caminar, desplazarse y adoptar posturas más complejas irá recibiendo información de las diferentes posiciones que adopta e irá tomando conciencia de que ese cuerpo le pertenece. A los tres años, el niño ya tomará conciencia de que sus manos, pies, tronco y empezará a manejarse como un todo, irá descubriendo su imagen total.

Vayer y Picq (1985) establecen que la organización del esquema corporal es el punto de partida de numerosas posibilidades de acción y juega un papel de suma importancia en el desarrollo de los niños. Presentan las siguientes etapas de elaboración del esquema corporal:

#### Primera etapa: Del nacimiento a los dos años (período maternal)

- Empiezan a enderezar y mover la cabeza.
- Enderezan a continuación el tronco.
- Llegan a la posición sentado con el apoyo primero y luego sin apoyo.
- La individualización y el uso de los miembros los llevan progresivamente a la reptación y luego el gateo.
- El uso de los miembros le permite la fuerza muscular y el control del equilibrio, esto a su vez le permite.
- El enderezamiento hasta la postura erecta.
- El equilibrio y posición de pie con ayuda y luego sin ella.
- La marcha.
- Las primeras coordinaciones globales asociadas a la prensión

#### Segunda etapa: De los dos a los cinco años

- A través de la acción, la prensión se hace cada vez más precisa, asociándose una locomoción cada vez más coordinada.
- La motricidad y la cinestesia (sensación por el cual se percibe el movimiento muscular, posición de nuestros miembros) permiten al niño el conocimiento y la utilización cada vez más precisa de su cuerpo entero.
- La relación con el adulto es siempre un factor esencial de esta evolución que permite al niño desprenderse del mundo exterior y reconocerse como un individuo autónomo.

#### Tercera etapa: De los cinco a los siete años (período de transición)

- El desarrollo de las posibilidades del control muscular y el control respiratorio.
- La afirmación definitiva de la lateralidad (predominio de uno de los lados de nuestro cuerpo).
- El conocimiento de la derecha y la izquierda.
- La independencia de los brazos con relación al cuerpo.

Cuarta etapa: De los siete a los once-doce años (elaboración definitiva del esquema corporal)

- Gracias a que el niño toma conciencia de las diversas partes del cuerpo y el control del movimiento se desarrolla:
- La posibilidad de relajamiento global o segmentario (de su totalidad o de ciertas partes del cuerpo).
- La independencia de los brazos y tronco con relación al tronco.
- La independencia de la derecha con relación a la izquierda.
- La independencia funcional de diversos segmentos y elementos corporales.
- La transposición del conocimiento de sí al conocimiento de los demás.

A partir de esta etapa, el niño ya habrá conquistado su autonomía. A medida que toma conciencia de las partes de su cuerpo y de su totalidad, será capaz de imaginarse o de hacer una imagen mental de los movimientos que realiza con su cuerpo, esto permitirá planear sus acciones antes de realizarlas.

Una vez diferenciados los conceptos de esquema corporal e imagen inconsciente del cuerpo, quedará entendido, en palabras de Dolto (1994), que la imagen no es dato anatómico natural, como puede serlo el esquema corporal, sino que ésta se elabora en la historia misma del sujeto. “Es la huella instrumental de la historia emocional de un ser humano. Ella es el lugar inconsciente en el cual se elabora toda expresión del sujeto, lugar de emisión y recepción interhumanas fundadas en el lenguaje.” (Dolto 1994: 22)

Así, se resalta la importancia del lenguaje, el cual introduce al cuerpo al mundo simbólico. La palabra tiene un sentido simbólico en si misma, ya que por medio de ella existe la posibilidad de comunicación, de transmisión de experiencias que adquiere cada sujeto por medio de los intercambios humanos que permitieron así mismo la adquisición de esta misma palabra.

Es importante destacar que la comprensión de una palabra dependerá a la vez del esquema corporal (emite y oye utilizando siempre el sistema sensorial), y de la

constitución de su imagen corporal, donde solo está última permitirá darle un sentido a la palabra. Según Dolto (1994), las palabras para cobrar sentido, ante todo, deben tomar cuerpo, ser al menos *metabolizadas* en una imagen del cuerpo relacional. En este sentido, si el esquema corporal es el mismo para todos, la imagen del cuerpo, por el contrario, es propia de cada uno, y está ligada al sujeto y a su historia. Es decir, la imagen del cuerpo es como una imagen relativa al registro simbólico, y por tanto captada en el terreno del discurso verbal, figurativo, lúdico, etc.

Así el lenguaje juega el papel de una estructura estructurante del sujeto y por ello acceder al cuerpo simbólico o imagen del cuerpo.

Por lenguaje se entiende una serie de símbolos que responden a un contenido casi idéntico en la experiencia de distintas personas. Cuando los sujetos comparten significados, las articulaciones vocales y gestuales los hacen reaccionar de manera conocida a ambos. Cuando sucede que se asumen actitudes reconocibles, se dice que se trata de un significado universal (Villamil, 2008).

No hay que olvidar que la noción de imagen del cuerpo, también es entendida en el sentido de identidad, identificación, no entendida desde el concepto que maneja Lacan, como la imagen especular, sino como una articulación del sujeto con su Yo (Dolto, 1994).

¿Pero cómo se construye y se desarrolla la imagen del cuerpo? En primer lugar Dolto (1994) distingue tres modalidades de una misma imagen del cuerpo: imagen de base, imagen funcional, imagen erógena. Estas constituyen la imagen del cuerpo viviente y el narcisismo del sujeto de cada estadio de su evolución, que siempre se mantendrán ligadas y con dependencia entre las tres, lo cual estará denominado como imagen dinámica, que corresponderá a su “deseo de ser” y de perseverar en un advenimiento. Es decir, el sujeto con derecho a desear, a través de las pulsiones de vida sobre las pulsiones de muerte. Desde el punto de vista de Dolto, las pulsiones de vida son aquellas que están ligadas a una representación, las cuales pueden ser activas o pasivas. Mientras que las pulsiones de muerte carecen de

representación y falta de idealización; predominan en el sueño profundo las ausencias y el estado de coma, incitando al sujeto a retirarse de toda imagen erótica y el deseo de comunicación, con ayuda de un objeto parcialmente sensorialmente significado.

### **1.2.1 El esquema corporal y la discapacidad visual.**

Según Maciel (2011), una persona que nace con una deficiencia visual no tiene un parámetro para comparar su capacidad visual con la normalidad. No sabe cuánto ve y mucho menos, lo que no ve. Esto tiene consecuencias en el desarrollo del sistema visual. Neurológicamente, ciertas áreas no funcionan porque nunca han sido utilizadas. Aprender a manejar estrategias, internalizándolas desde su nacimiento, puede hacer que parezca tener una capacidad visual mayor a la real o, por el contrario, puede negar su visión útil, manejándose como si fuera ciego. Influye también si ha recibido estimulación visual (entrenamiento que tiene el objetivo de enseñar al sujeto a ver, o sea a recoger e interpretar información visual) lo que en ciertas ocasiones puede mejorar su rendimiento. Una persona que tiene memoria de haber tenido visión normal posee más información sobre la realidad visible, pero tiene más conciencia de sí mismo como persona con discapacidad y posiblemente menos estrategias para suplir la información visual, ya que, al ser aprendidas de adulto, son menos operativas. Cuando se habla de baja visión, se refiere a una realidad muy heterogénea, en la que importan los siguientes factores: agudeza visual; campo visual, si es estrecho o amplio; si la visión es central o excéntrica; la distinción de colores y/o contraste; presencia de nistagmos (temblor neurológico del ojo); fotofobia (intolerancia a la luz); visión binocular o monocular; si es una situación estable o progresiva; si es reciente o antigua; cuál es la actitud de sujeto; si requiere el uso de ayudas ópticas o no; si ha realizado entrenamiento corporal.

Maciel (2011) agrega que muchas veces, las posturas viciosas que las personas con discapacidad visual adoptan para mirar, se mantienen aún después de la pérdida de la visión, con las consiguientes desviaciones del eje, contracturas, distonías, etc. En las personas ciegas de nacimiento, la imposibilidad de imitar posturas de los demás puede dar como resultado posiciones inadecuadas o no comunes. Asimismo, muchos niños



ciegos de nacimiento han recibido estimulación insuficiente. Para quienes han padecido dificultades físicas serias o enfermedades invalidantes, el cuerpo propio es sentido e investido más como lugar de dolor y padecimiento que como espacio de placer y autoconciencia; es un cuerpo medicalizado y manejado por otros; con el espacio de autonomía, muchas veces, reducido a extremos.

En el caso de las dificultades sensoriales, el miedo a sufrir accidentes, propio o inducido por el entorno, puede causar restricciones en el movimiento y en las posiciones que adopte el individuo. Por ejemplo, mantener los brazos extendidos, para detectar obstáculos, puede determinar tensiones en esa zona. En los casos de baja visión, la actividad de mirar, es decir, enfocar los ojos hacia un objeto determinado – provoca un esfuerzo consciente, que casi en todos los casos implica torsiones de cabeza, que suele traducirse en dolores de cuello y hombros, que varían según la agudeza y el campo visual, así como de los factores antes citados. Especialmente se ven afectados los músculos de la base del cráneo, debido a la anatomía del nervio óptico y al frecuente movimiento de adelantar la cabeza para mirar. El trabajo sobre la conciencia corporal podría disminuir muchos de estos síntomas. “El proceso de rehabilitación, que según el Programa de Acción Mundial para las Personas con Discapacidad, es un proceso de duración limitada y con un objetivo, enfocado a permitir que una persona con deficiencia, alcance un nivel físico, mental y/o social funcional óptimo, brindándole así, los medios para modificar su propia vida.” (citado por Maciel 2011). Agrega que lo anterior puede comprender medidas enfocadas a compensar la pérdida de una función o a superar la limitación funcional, por ejemplo, ayudas técnicas, el uso del bastón blanco y otras medidas encaminadas a facilitar ajustes o reajustes sociales. En el caso de las personas ciegas, la funcionalidad del *órgano enfermo* -el ojo-, está totalmente perdida y lo que se busca en un proceso de rehabilitación, es más bien enseñar habilidades que le permitan al individuo realizar las funciones de su vida diaria, utilizando la información que le brindan sus otros sentidos: utilizar el oído para orientarse, el tacto para identificar objetos, etc.

### 1.2.2 El bastón como prolongación de la imagen corporal.

Masiel (2011) también escribe sobre el tema del bastón blanco, auxiliar principal en la movilidad, que también es un símbolo que dice "¡soy ciego, cuidado!". El bastón juega una doble función, para ver y ser visto. A la mayoría de las personas ciegas les desagrada que un guía ocasional tome el bastón, lo describen como invasión a la intimidad, de igual manera que el que usa anteojos no quiere que se los toquen. Es más que una prótesis: es una prolongación del yo. En especial, para los que han perdido la visión recientemente o para los que padecen de deficiencia visual o baja visión no tan severa, esa sensación de dependencia se sustituye o se complementa con un profundo rechazo: aún personas cuya visión residual es ya inútil para desplazarse, siguen negándose a usar bastón argumentando que *eso es para los ciegos, yo no lo necesito, yo veo*. Esto puede dar lugar a situaciones de peligro, percibidas o no como tales. Cuando se reconoce la ambivalencia, estas situaciones aparecen con mayor frecuencia y, por lo tanto, es menor el nivel de negación, se escuchan frases como: *yo sé que debería usarlo, por seguridad, pero siempre me olvido; no sé cómo todavía no me maté; no me animo a salir solo; me van a mirar raro, van a pensar que me hago el ciego*. Posibles soluciones, para una aceptación, es llevarlo, pero doblado, usarlo solo de noche, o usarlo *poniendo cara de ciego*, usar un paraguas en vez de bastón... Es común, cuando ya se ha adoptado, escuchar *No sé por qué no me decidí antes. Fue un alivio para mí*. Aunque es posible que, después de esa aceptación entusiasta, el bastón sea *olvidado* la próxima vez.

Relacionado con este tema, está el uso de perro guía –o lazarillo- como alternativa al bastón blanco. Sin embargo, las condiciones previas para optar a uno de estos animales de servicio, son principalmente que la persona sea mayor de edad, que pueda hacerse responsable para atender y cuidar al animal y que tenga capacidad de orientación y de movilidad con bastón blanco. Es muy importante una buena orientación y movilidad, ya que el perro sólo va donde la persona con discapacidad visual le dirige, ya que sólo detecta los obstáculos.

Por otro lado, el tema de las herramientas de movilidad utilizadas para la discapacidad visual puede vincularse con la formación de comunidad, es algo que se puede observar con cualquier grupo humano, como mencionan Irizar y Velado (2017) en su texto Comunidades, tribus y segregación. Afirman que en la actualidad surgen nuevas comunidades y tribus urbanas como formas de malestar en la cultura, que no se unen por el Ideal del yo sino por un mismo goce, es decir, son comunidades de goce. Agregan que las comunidades religiosas, políticas, científicas, militares y otras que se unen por vínculos identitarios como minorías sexuales, grupos de enfermos, adictos, entre otros. En este contexto, concluyen, que el discurso analítico tiene lugar en el malestar actual porque se presenta en la ciudad como un objeto versátil a ser tomado en las diversas configuraciones transferenciales por la vía uno por uno.” (Irizar y Velado, 2017).

Con respecto a este tema, se puede relacionar mucho el estereotipo que existe con relación a las personas con discapacidad visual y el uso del bastón blanco. De acuerdo con Mackie (1973: 431), “los estereotipos son aquellas creencias populares sobre los atributos que caracterizan a un grupo social y sobre quienes existe un acuerdo básico”. Por otra parte, los prejuicios son aquellas construcciones del imaginario social respecto de una temática en donde se tiene la desinformación como común denominador. Son juicios, actitudes hostiles y creencias de carácter negativo que se manifiestan en relación con un grupo social, basados en las generalizaciones derivadas de información errónea o incompleta, pero que terminan cercenando, las posibilidades de desarrollo de las personas y el conocimiento de sus propias capacidades.

Con relación a como se establecen los estereotipos y la belleza corporal, Ivaldi (2012) menciona en su investigación “Una mirada sobre la imagen corporal: el rostro”, que en la sociedad occidental la identidad se aloja particularmente en el rostro, como lo demuestra la utilización del mismo para identificar a las personas en su documentación como así también para fines judiciales. Agrega que es una de las partes del cuerpo que más se asiste, se maquilla, se restaura, se perfecciona; no sólo importa la forma del

rostro, sino que algunas partes de éste como los ojos, la mirada, la boca, la sonrisa. Ivaldi (2012) califica al rostro como el medio comunicacional más jerarquizado.

Asimismo, Ivaldi (2012) hace referencia al tema de la desfiguración del rostro de una persona, que suele ser vivido como quedar desposeído de una identidad; lo que confirma que más allá del cuerpo dañado hay un cuerpo cargado de grandes significados. Señala que desde la consideración del rostro como algo propio, pero de gran importancia desde el Otro, se plantea que los cambios que se pretenden lograr a través de maquillajes, tatuajes, cirugías, accesorios, entre otros, tendrían relación con la búsqueda de afianzar la autoestima y a su vez responder a demandas que surgen de la sociedad y la cultura. Indica que los conceptos de belleza y fealdad varían según la historia, la cultura y la sociedad, además de lo que cada uno puede percibir de su propia imagen y la que cree estar mostrando (Ivaldi, 2012).

### **1.2.3 Alteraciones de la imagen corporal.**

Bruch (1962), en la década de los años 60 del siglo XX, proponiendo los rasgos psicopatológicos de las pacientes anoréxicas puso de manifiesto por primera vez la importancia de una alteración de la imagen corporal en trastornos como la anorexia, bulimia o cualquier otro trastorno que utilice al cuerpo como síntoma. A partir de ese momento se obtuvo conciencia en la ciencia de la necesidad de saber qué es la imagen corporal y cuáles podrían ser las técnicas de evaluación para tratarla.

Schilder (1950), propone la primera definición que se realiza sin utilizar aspectos exclusivamente neurológicos. En su definición de imagen corporal se hace referencia a aportaciones de la fisiología, del psicoanálisis y de la sociología, definiéndola como la figura del propio cuerpo que se forma en la mente de cada persona, es decir, la forma en la cual el cuerpo se representa a cada quien.

Según Bruch (1962), la anorexia nerviosa tiene tres características: un paralizante sentimiento de ineficacia personal, la incapacidad para reconocer la información interna proveniente del cuerpo, y una alteración de la imagen corporal. La alteración de la

imagen corporal se ha considerado desde entonces como un criterio diagnóstico necesario en los Trastornos de la Conducta Alimentaria -TCA- y así figura en las sucesivas ediciones del manual de diagnóstico, el *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5) de la American Psychiatric Association (APA, 2013).

Thompson (1998), brinda una serie de definiciones de imagen corporal y términos cercanos, como *satisfacción corporal*, *exactitud de la percepción del tamaño* o *satisfacción con la apariencia*. Para distintos autores la imagen corporal que cada individuo tiene es una experiencia fundamentalmente subjetiva, que no tiene por qué tener una buena correlación con la realidad.

Maciel (2011) afirma que algunas personas que han pasado por períodos de enfermedad orgánica seria, accidentes, cirugías, periodos de postración u otras agresiones al sí mismo corporal, pueden llegar a sentir su cuerpo como espacio de dolor y agresión. Esta sensación de que lo único que se puede experimentar es dolor y displacer, que los demás no llegan a entender lo que sucede, puede dar lugar a una *auto-anestesia secundaria*. Es decir, se elige, conscientemente o inconscientemente, no sentir, porque el dolor resulta ser demasiado. Se esperaría que después de ese momento donde se pasó por situaciones tan traumáticas, uno de los objetivos debería ser recuperar el cuerpo propio como espacio de placer y no de dolor; de encuentro y no de lucha; con capacidad de construir en vez de destruir o en su mayoría de casos; un cuerpo angustiado. Afirma Maciel que en ocasiones es difícil recordar que hay otras sensaciones corporales además del miedo, del dolor y de la angustia; sexuado en vez de agredido, y por lo tanto, querible y querido, amado y amante, disfrutado y disfrutable. Se busca que el individuo pueda reconocer que la esencia de su persona radica en aquello que queda, no en lo perdido, y poder, a partir de ahí, utilizar y construir estrategias para adaptarse a la nueva situación y de hacer con su cuerpo algo.

#### **1.2.4 Alteraciones en la percepción de la imagen corporal.**

Desde el ámbito de la salud mental se puede hacer referencia a dos trastornos principales que se relacionan directamente con la imagen corporal y la percepción de la misma.

El primero, Trastorno Dismórfico Corporal y para el cual existen tres criterios diagnósticos (DSM-5):

- Preocupación por algún defecto imaginado del aspecto físico. Cuando hay leves anomalías físicas y la preocupación del individuo es excesiva.
- La preocupación provoca malestar clínicamente significativo o deterioro social, laboral o de otras áreas importantes de la actividad del individuo.
- La preocupación no se explica mejor por la presencia de otro trastorno mental (p.ej. la insatisfacción con el tamaño y la silueta corporales en la anorexia nerviosa).

El segundo, Trastornos de la alimentación: anorexia y bulimia. Garner (1998) en una revisión sobre sistemas de evaluación de la imagen corporal en anorexia nerviosa, proponen que la alteración puede expresarse a dos niveles:

- Una alteración perceptual, que se manifiesta en la incapacidad de las pacientes para estimar con exactitud el tamaño corporal
- Una alteración cognitivo-afectiva hacia el cuerpo. Que se manifiesta por la presencia de emociones o pensamientos negativos por culpa de la apariencia física.

#### **1.2.5 Evaluación de la imagen corporal**

Hoy en día, no se han propuesto técnicas o instrumentos estandarizados que evalúen la imagen corporal de forma *pura*, es decir como concepto psicológico. Todas las técnicas propuestas persiguen detectar algún tipo de alteración o trastorno alimentario.

Se han propuesto instrumentos dirigidos a evaluar el grado de distorsión o percepción del tamaño corporal (alteraciones perceptivas), para ello se mide la figura real y la que

se cree tener y se comprueba el grado de distorsión. Para obtener la figura que se cree tener se utilizan diferentes sistemas: calibres móviles, autodibujo, manipulación de imagen por fotografías, vídeo o programas de computación. Las alteraciones de aspectos subjetivos buscan detectar alteraciones en las emociones, pensamientos y actitudes sobre la propia imagen. Las técnicas más comunes en este campo son las escalas de siluetas, donde elegir las que se corresponde con la deseada o cuestionarios de ítems tipo Likert (Fundación Belén, 2017).

En torno a la evaluación de imagen corporal, se han propuesto gran cantidad de técnicas que miden otros aspectos, como por ejemplo: auto-registros de conductas, cuestionarios que exploran experiencias personales de burlas o de abuso sexual. Estas técnicas se desarrollaron en la década de los 50 cuando se realizan las primeras escalas diseñadas para la autoevaluación de la apariencia subjetiva (de Jourard y Secord, 1955; citado por Fundación Belén), y ha tenido desde entonces una importante atención en el mundo.

El test más conocido es el *Body Attitude Test* (BAT) de Probst, Vandereycken, Coppenolle y Vanderlinden (1995). Es un cuestionario que evalúa un aspecto subjetivo de la imagen corporal, en concreto una alteración de las actitudes hacia el cuerpo, está avalado por buenos resultados psicométricos.

### **1.3 Discapacidad visual**

De acuerdo a la Organización Nacional de Ciegos Españoles -ONCE- (ONCE 2017), el concepto general de ceguera o deficiencia visual hace referencia a una limitación grave o total de la función visual. De forma específica se habla de ceguera cuando el individuo tiene una ligera percepción de luz y oscuridad, pero no distingue la forma de los objetos. También se considera ceguera cuando el individuo no tiene percepción de absolutamente nada. Por otro lado, se hace referencia a deficiencia visual cuando el individuo tiene la capacidad de percibir, distinguir y diferenciar objetos, figuras, formas e incluso existe la posibilidad de leer cierto tipo de letra. En su mayoría de veces estas actividades son asistidas por herramientas que facilitan su realización, como, por

ejemplo, lentes o tecnología especializada. La diferencia más notoria entre ceguera y deficiencia visual es que los individuos con deficiencia visual aún conservan cierto nivel de función visual que puede ser asistida o cambiante en el tiempo.

Ahora bien, la ceguera se puede dividir en ceguera congénita y ceguera adquirida y estas dos se pueden considerar como infecciosas o traumáticas. Ambos tipos de situaciones pueden afectar el globo ocular, el nervio óptico o el sistema nervioso central (SNC). Existen algunas anomalías como la Miopía y Astigmatismo que pueden ser corregidas con lentes o son situaciones en las cuales el individuo puede asistirse por tecnología especializada, como, lectores de pantalla (ONCE 2017).

Según la ONCE, la ceguera congénita es aquella con la cual el individuo nace y se puede deber a cataratas provocadas por alguna deficiencia durante el embarazo o por alguna enfermedad que la madre haya padecido, como, por ejemplo, Rubeola. La ceguera adquirida es aquella que es provocada por algún tipo de infección, tumor o trauma. Por ejemplo, Conjuntivitis, tumores cerebrales o accidentes.

Según Sánchez (2014), la ceguera es una discapacidad que afecta entre el 1% y 4% de la población de los países latinoamericanos. Esto significa una cifra importante para los países de la región, considerando que en su mayoría son países que se encuentran en desarrollo y sufren un fuerte impacto en la economía al dejar de contar con el trabajo de 2% a 8% de la población, teniendo en cuenta que gran parte de estas personas requieren la ayuda de al menos un miembro de su hogar que también debe dejar de trabajar para cuidar a la persona ciega.

La Organización Mundial de la Salud -OMS- (2014), establece que se tiene ceguera cuando la visión es menor a 20/400, considerando siempre el mejor ojo y con la corrección disponible. Es importante mencionar que la OMS utiliza la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE10), en la cual la función visual se subdivide en cuatro niveles: la visión normal, la discapacidad visual moderada, la discapacidad visual grave y la ceguera. A la discapacidad visual moderada y discapacidad visual grave



(Agudeza Visual < 20/60 – 20/400), se las denominan déficit visual; y el déficit visual y la ceguera representan el total de casos de discapacidad visual (< 20/60). Ahora bien, alrededor del 80% de los casos de ceguera se presenta en individuos mayores a 50 años, según los resultados que han mostrado las Evaluaciones Rápidas de la Ceguera Evitable (RAAB, por sus siglas en inglés). Cuando se habla del total de individuos ciegos, la patología de mayor recurrencia es la Catarata que afecta a aproximadamente 60%, seguida de la retinopatía diabética y el glaucoma.

Algunos datos para Latinoamérica se pueden observar en la siguiente tabla:

Tabla 1: Prevalencia de Ceguera (todas las edades) según país, población, nivel de ingresos y patologías como causa de ceguera.

País	POB	NI 2011	RAAB o RACSS	AÑO	% Ceg RAABS/RAACS	RD	CAT	GLA	ERR	% CEG todas las edades	%IVM-S
Argentina	41.12	Medio-alto	RACSS	2004	0.9	-	54	-	-	0.3	1.9
Bolivia	10.25	Medio-alto	-	-	-	-	-	-	-	0.5	3.7
Brasil	198.36	Medio-alto	RACSS	2004	2.0	16	41	11	2	0.9	4.4
Chile	17.42	Medio-alto	RAAB	2007	1.6	9	57	4	2	0.3	2.7
Colombia	47.55	Medio-alto	RAAB	2008	1.8	1	68	3	0	0.6	3.4
Costa Rica	4.79	Medio-alto	-	-	-	-	-	-	-	0.3	2.2
Cuba	11.25	Medio-alto	RAAB	2005	2.3	9	51	26	0	0.3	2.4
República Dominicana	10.18	Medio-alto	RAAB	2008	2.1	5	54	15	1	0.5	2.8
Ecuador	14.86	Medio-alto	RAAB	2009	1.7	7	74	7	0	0.4	3.3
El Salvador	6.26	Medio-bajo	RAAB	2011	2.7	5	69	5	4	0.6	3.5
Guatemala	15.14	Medio-bajo	RACSS	2004	4.1	-	68	-	-	0.9	4.3

Honduras	7.91	Medio-bajo	-	-	-	-	-	-	-	0.7	3.9
México	116.15	Medio-alto	RAAB	2005	1.5	-	67	-	-	0.4	2.4
			RAAB	2010	2.3	8	63	-	-		
Nicaragua	5.95	Medio-bajo	-	-	-	-	-	-	-	0.7	4.0
Panamá	3.62	Medio-alto	-	-	-	-	-	-	-	0.4	2.6
Paraguay	6.68	Medio-bajo	RACSS	1999	3.1	-	59	-	-	0.4	3.2
			RAAB	2011	1.0	6	44	16	3		
Perú	29.73	Medio-alto	RACSS	2002	4.0	-	53	-	-	0.5	3.4
			RAAB	2011	2.1	1	58	14	0		
Uruguay	3.39	Medio-alto	RAAB	2011	0.9	6	48	14	3	0.3	2.4
Venezuela	29.89	Medio-alto	RAAB	2004	3.5	3	65	15	5	0.4	2.5

\*Fuente: Lansingh (2012).

Después de realizar un recorrido de los estudios realizados sobre la imagen del cuerpo es importante mencionar que hasta la fecha no se ha realizado un test que evalúe de forma completa y concreta la imagen corporal de un individuo. Así mismo, es interesante ver que el estudio del cuerpo y la conceptualización de la imagen corporal ha sido un tema de suma importancia desde hace muchos años, para el ámbito de la psicología, fisiología, anatomía, psicoanálisis, sociología e incluso la medicina.

Como bien se puede notar al inicio, Fuentes (2015), menciona claramente en su texto *El misterio del cuerpo hablante*, cómo el cuerpo ha ido tomando importancia en el ámbito de lo social y en la vida de cada individuo. No solamente esto sino también como la ciencia hace su incansable búsqueda por medir y cuantificar el cuerpo humano, un cuerpo que es cambiante y variado en la situación de cada individuo y su existencia. De igual manera, es interesante como la sociedad ha hecho un incansable intento en formar una imagen ideal del cuerpo humano que en su mayoría de ocasiones puede llegar a ser una meta inalcanzable para todos los individuos ya que todos los cuerpos varían según su experiencia y circunstancia de vida.

Si a esta temática se le agrega la discapacidad visual, esta puede agudizarse aún más debido a que existen factores que hacen de la imagen corporal un asunto más complejo. En el caso de esta investigación que trata la discapacidad visual, el uso de herramientas como lentes de corrección o el bastón blanco pueden ser aspectos que sumen a la complejidad de este tema. Sin dejar por un lado la ausencia de la función visual que impide la apreciación y la conceptualización de la imagen del cuerpo.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Se consideró pertinente la investigación de este tema porque en Guatemala no hay estadísticas o información respecto a los diferentes temas que hacen referencia a las personas con discapacidad visual y, en especial, sobre temas de salud mental entre los cuales está incluida la imagen corporal. Cuando la percepción de la persona sobre su imagen corporal es adecuada es una herramienta funcional para su desarrollo personal dentro de la sociedad. Es importante para las personas con discapacidad visual y otras discapacidades, ya que enfrentan obstáculos para una completa inclusión en la sociedad. Por lo anterior fue importante realizar el presente trabajo de investigación con el fin de brindar una propuesta de herramientas e información sobre este tema para las personas con discapacidad visual.

El concepto de imagen corporal es un término definido desde hace muchos años. Por ejemplo, el psicoanálisis lo define a través del estadio del espejo; como una fase de la constitución de la persona en la cual es capaz de percibirse por primera vez como un ser individual, con una imagen completa que aportará a la constitución del yo (Lacan, 1936).

La Gestalt considera que el cuerpo es parte esencial de la persona y el contacto que tenga con su exterior e interior. Según Guerrero (2015), el cuerpo es una parte importante de la identidad, el cuerpo es a lo que se recurre después del nombre y una afiliación. En este sentido, Kepner (2000), afirma que donde el cuerpo no es sentido, disminuye el ser.

Por su parte, Lede (2011), establece que la imagen corporal es el concepto que cada persona tiene de su propio cuerpo, percepción que puede ser igual, parecida o decididamente diferente a la imagen que la persona proyecta en el espejo. Agrega Lede (2011) que la imagen que cada uno tiene de sí mismo influye significativamente en la forma de pensar, de comportarse, de sentir y de relacionarse con los demás; asimismo esta imagen no es invariable, sino que se va modificando según las circunstancias y la

etapa de la vida que se atraviesa, que incluye a la vez la forma que una persona se imagina como los otros la ven. Concluye que la imagen corporal se compone de tres elementos importantes: percepción, apreciación y conducta.

Por otro lado, la discapacidad visual se define como una condición caracterizada por limitación total o severa de la función visual (ONCE 2017).

Establecido lo anterior es importante determinar si la discapacidad visual tiene efectos sobre la imagen corporal de la persona y cómo influye en su desarrollo personal y social. Es decir, si tiene influencia significativa en la forma de pensar, de comportarse, de sentir y de relacionarse con los demás. Es parte de la investigación determina si existen alteraciones a nivel de la imagen corporal en los adultos con discapacidad visual en Guatemala para aportar elementos que se articulen con los esfuerzos para la inclusión social.

Este tema no ha sido investigado en Guatemala pues no hay investigaciones similares, datos o información que apoye el mismo. Es decir, no hay antecedentes sobre estos temas. Surgió así la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo se forma la imagen corporal en personas con discapacidad visual?

## **2.1 Objetivos**

### **2.1.1 Objetivo general:**

Determinar los aspectos de la imagen corporal y percepción de la misma en adultos con discapacidad visual.

### **2.1.2 Objetivos específicos:**

- Establecer los factores determinantes que forman la imagen corporal y sus diferencias y similitudes entre géneros.
- Determinar que alteraciones se pueden dar en la imagen corporal en los adultos con discapacidad visual en Guatemala.

- Determinar si la imagen corporal es un elemento que contribuye a la inclusión social de la persona.
- Establecer los elementos que construyen el yo con relación a la modificación de la imagen corporal.
- Proponer un folleto con información y herramientas sobre el tema para aquellos que lo precisen.

## **2.2 Elemento de estudio**

- Imagen corporal.

### **2.2.1 Definición conceptual:**

La imagen corporal es el concepto que cada persona tiene de su propio cuerpo, percepción que puede ser igual, parecida o decididamente diferente a la imagen que la persona proyecta en el espejo (Lede, 2011).

### **2.2.2 Definición operacional:**

Para fines de este estudio, los resultados fueron obtenidos a través de una entrevista semiestructurada que permitió conocer y obtener la información necesaria para los indicadores que esta investigación buscaba. Una parte de la entrevista fue en profundidad para poder complementar dicha información. Los indicadores son:

- Factores que forman la imagen corporal
- Alteraciones de la imagen corporal
- Construcción del yo
- Inclusión social

## **2.3 Alcances y límites**

La presente investigación pretendió explorar y dar a conocer los efectos que la discapacidad visual puede tener sobre la imagen corporal de adultos con dicha condición en Guatemala. Esta investigación abarcó como sujetos únicamente adultos con discapacidad visual y que residen en Guatemala.

Asimismo, a través de este estudio se buscó conocer si la imagen corporal tiene algún impacto sobre la inclusión social en el país.

Una limitación que se presentó al momento de realizar esta investigación fue la falta de información acerca de la discapacidad visual en Guatemala, especialmente sobre los efectos de dicha discapacidad en los sujetos. Otra limitación fue la ausencia de datos estadísticos sobre la población con discapacidad visual en Guatemala.

En esta investigación no se incluyeron personas con deficiencia visual o baja visión ya que solamente se buscaron resultados con base a personas que tengan discapacidad visual total.

#### **2.4 Aporte**

El aporte de esta investigación es un trifoliar en versión impresa y un brochure en sistema Braille, que brindan herramientas e información sobre la imagen corporal como apoyo para las personas con discapacidad visual, además del aporte teórico que se obtuvo con los resultados.

### III. MÉTODO

#### 3.1 Sujetos

Se trabajó con diez sujetos mayores de 18 años; cinco hombres y cinco mujeres, residentes en Guatemala, con ceguera total, ya sea congénita o adquirida durante la infancia. El tipo de muestra seleccionada para esta investigación fue no probabilística de casos tipo. La muestra se obtuvo por referencias personales. Según Hernández, Fernández y Baptista (2010), “esta muestra tiene como principal finalidad la riqueza, profundidad y calidad de la información que se necesita obtener de los sujetos con quienes se realizó la investigación, los cuales debían cumplir con los criterios establecidos por el investigador para la realización de la misma”.

#### 3.2 Instrumento

Se realizó una entrevista semiestructurada que permitió conocer y obtener la información necesaria para los indicadores que esta investigación buscaba. Una parte de la entrevista fue en profundidad para poder complementar dicha información. Se incluyeron detalles sobre el consentimiento informado para los sujetos que contribuyeron a este trabajo. Los indicadores de la entrevista son: cómo es la imagen corporal, las alteraciones de la imagen corporal, la construcción del yo y factores relacionados con la inclusión social.

La entrevista se validó con tres profesionales de la psicología clínica. La misma se realizó de forma directa y oral con cada sujeto de la muestra; las respuestas a cada pregunta fueron transcritas en el momento. Las respuestas se vaciaron en la matriz, de manera literal, de acuerdo a cada pregunta y de acuerdo a cada sujeto (ver anexo).

#### 3.3 Procedimiento

- Se seleccionó al grupo de sujetos que cumplían con las características señaladas.
- Se solicitó autorización y anuencia de cada uno para realizar la entrevista, es decir el consentimiento informado acerca del objetivo de la investigación.



- Se solicitó a cada sujeto, una cita personal para realizar la entrevista.
- El día de la entrevista, se explicó el objetivo de la investigación y se transcribieron las respuestas.
- Se organizaron los resultados obtenidos en una matriz de vaciado clasificándolos de acuerdo a cada pregunta e indicadores en diversas secciones: factores que forman la imagen corporal, construcción del yo, inclusión social, percepción y alteraciones de la imagen corporal. También agrupados por respuesta de cada sujeto según el género.
- Se discutieron los resultados del estudio, confrontando con los autores de los antecedentes y marco teórico, desde dos puntos de vista. El primero desde los indicadores y el segundo por cada sujeto.
- Se elaboraron las conclusiones y recomendaciones.
- Se elaboró el informe final.

### **3.4 Tipo de investigación, diseño y metodología estadística**

Esta investigación fue de tipo cualitativa con diseño etnográfico. Este método de investigación se caracteriza por ser guiado por entrevistas semiestructuradas. “El enfoque cualitativo también se guía por áreas o temas significativos de investigación. Sin embargo, en lugar de que la claridad sobre las preguntas de investigación e hipótesis preceda a la recolección y el análisis de los datos (como en la mayoría de los estudios cuantitativos), los estudios cualitativos pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos. Con frecuencia, estas actividades sirven, primero, para descubrir cuáles son las preguntas de investigación más importantes, y después, para refinarlas y responderlas.” (Hernández Fernández y Bautista, 2010: 7). Dicha investigación se realizó con un diseño etnográfico. “Los diseños etnográficos pretenden describir y analizar ideas, creencias, significados, conocimientos y prácticas de grupos, culturas y comunidades (Hernández Fernández y Bautista, 2010). Incluso pueden ser muy amplios y abarcar la historia, geográfica y los subsistemas socioeconómicos, educativo, político y cultural de un sistema social rituales, símbolos, funciones sociales, parentesco, migraciones, redes y un sin fin de elementos” (Hernández Fernández y Bautista, 2010).

Para fines de esta investigación se aplicó una entrevista semiestructurada a diez sujetos que contaban con las siguientes características: adultos (mayores de 18 años); tener discapacidad visual total, ya sea congénita o adquirida; y residentes de la ciudad de Guatemala. “Álvarez-Gayou (2003) considera que el propósito de la investigación etnográfica es describir y analizar lo que las personas de un sitio, estrato o contexto determinado hacen usualmente; así como los significados que le dan a ese comportamiento realizado bajo circunstancias comunes o especiales, y finalmente, presenta los resultados de manera que se resalten las regularidades que implica un proceso cultural. Los diseños etnográficos estudian categorías, temas y patrones referidos a las culturas.” (citado por Hernández et. al, 2010).

La información obtenida de esta investigación se organizó y clasificó en una matriz de vaciado de acuerdo a lo indicado en el apartado del procedimiento. Los resultados se presentan por pregunta y luego se hace una síntesis por sujeto, para finalmente presentar el análisis y la discusión de resultados.

## IV. RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados con base en la investigación de enfoque cualitativo, obtenidos por medio de una entrevista realizada a diez sujetos adultos con discapacidad visual, mayores de 18 años. La entrevista se compone de 20 preguntas de carácter abierto, las cuales buscan determinar las características de la imagen corporal en personas con discapacidad visual, y la percepción que tiene cada uno con respecto a sí mismo.

Los resultados se presentan en diversas secciones: factores que forman la imagen corporal, construcción del yo, inclusión social, percepción y alteraciones de la imagen corporal. Dichos aspectos son los indicadores utilizados para estructurar la entrevista.

### 4.1 Resultados por pregunta

#### ❖ A. Factores que forman la imagen corporal:

##### **1. *¿Qué elementos considera que definen la imagen corporal? Explique.***

De los diez sujetos entrevistados, los cinco sujetos masculinos mencionaron que una parte importante de la imagen corporal es la personalidad y la actitud que ellos tengan, ya que éstas se verán reflejadas en el cuerpo. Tres de ellos mencionaron algunos aspectos físicos que aportan a una buena imagen corporal, como por ejemplo, tipo de vestuario.

Con respecto a los sujetos femeninos, las cinco mujeres mencionaron que la limpieza, arreglo personal, vestuario y postura son aspectos que forman y constituyen la imagen corporal. Una de ellas mencionó que la aceptación ante la limitación visual es importante para dicho aspecto y dos participantes incluyeron la personalidad y actitud como un elemento que contribuye a la imagen corporal.

Así, los principales elementos de la imagen corporal mencionados son:

Tabla 2: Elementos de la imagen corporal, según género.

Elemento	Mujeres	Hombres	Total
Actitud y aceptación	3	5	8
Personalidad	2	5	7
Limpieza	5	0	5
Arreglo personal	5	0	5
Vestuario	5	0	5
Postura	5	0	5
Aspectos físicos	0	3	3
Aceptación	1	0	1

La tabla muestra que las respuestas de los hombres y de las mujeres varían considerablemente. Los hombres se enfocaron más en lo que proyectan, el valor que se tienen y como han sido formados en su familia. Las mujeres mencionaron más aspectos de carácter físico, no estáticos.

## **2. ¿Cómo definiría el concepto de imagen corporal, en sus palabras?**

Los participantes coincidieron en el concepto que se tiene sobre imagen corporal. Los diez participantes consideran que la imagen corporal es una representación de la personalidad y que ésta se ve representada en la forma de vestir, arreglarse y la postura que se utilice. Mencionaron aspectos como: cuidado personal, actitud, estado anímico y expresión corporal.

Por lo anterior, todos los participantes conceptualizaron al cuerpo como un reflejo de su estado interno, frente a la sociedad.

Las respuestas a esta pregunta le dan consistencia a la pregunta anterior, ya que los elementos mencionados por los participantes se incluyeron en la misma.

**3. En sus palabras, ¿Qué significa tener una adecuada imagen corporal?**

Siete de diez participantes respondieron a esta pregunta con la frase “sentirse bien”, ya sea para referirse a la condición de cuerpo o a lo que les ha tocado acoplarse.

Siete personas (dos sujetos masculinos y las cinco mujeres) indicaron que tener una adecuada imagen corporal es tener un buen aspecto físico y verse arreglado ante la sociedad. Dieron ejemplos, entre otros: vestimenta adecuada, cómoda y limpia; cabello peinado; uso de perfume; limpieza y arreglo personal. Una de las respuestas interesantes fue que el concepto de una adecuada imagen corporal se relaciona con cumplir los estándares de la sociedad para encajar en lo considerado “bueno”.

Los elementos nombrados en estas respuestas podrían indicar que a pesar que los hombres consideren que la personalidad y la actitud constituyen la imagen corporal y las mujeres hicieron más referencia a lo físico, ambos grupos buscan tener una buena presentación física y mostrarse agradables ante los otros.

❖ B. Construcción del yo:

**4. En la historia de su condición de discapacidad visual, ¿alguna vez se vio a sí mismo ante un espejo? Explique.**

La frustración ante el hecho de no poder verse en un espejo fue evidente en los diez participantes. De forma distinta y en situaciones variadas, pero es el efecto que provoca esta acción.

Aunque en algún momento de su vida algunos sí tuvieron algún tipo de idea o concepto de su figura corporal ante un espejo, ninguno de los diez participantes la logró percibir por completo. Tampoco mantienen la idea inicial de su imagen intacta, ya que la han ido recreando e imaginando a lo largo del tiempo.

Las cinco mujeres expresaron sentir inseguridad por ello, así como el deseo de quererse ver algún día en un espejo. Sin embargo, una de ellas mencionó que prefiere imaginarse como es frente a un espejo, ya que nunca le gustó como se veía ante uno.

Al profundizar en esta pregunta y reflexionar sobre su pasado, los hombres expresaron tener el recuerdo de su imagen y en dos participantes se notó el intento de hacerlo a pesar de no lograrlo.

Dichos resultados llevaron a que la imagen y la percepción de ésta es algo cambiante, que se actualiza y que de ninguna manera queda estática.

**5. *¿Cómo ha cambiado esta percepción de su imagen a lo largo del tiempo? Explique.***

Los cinco hombres orientaron su respuesta hacia aquellos cambios físicos, tanto positivos como negativos para ellos. Es decir, cambios debido a la edad, cambios en la moda y la complexión del cuerpo y rasgos faciales que han ido variando. La mayoría de ellos expresaron que tienden a buscar la opinión de su madre para que les dé a conocer los cambios o los aspectos a tomar en cuenta de su imagen.

Las cinco mujeres orientaron su respuesta hacia la aceptación de su cuerpo y condición, los cambios positivos acerca de su imagen y la opinión de los otros.

Con respecto a esta pregunta, los hombres tuvieron más apertura para responderla de forma concreta y se mostraron indiferentes al mencionar los cambios y percepción de su cuerpo. Por otro lado, las mujeres, se mostraron resistentes y evasivas ante la pregunta, ya que las cinco participantes orientaban su respuesta hacia una tercera persona y al aspecto de la aceptación de la imagen. Lo anterior hizo necesario redirigir la pregunta para obtener las respuestas de cada una con relación a su propia experiencia. Cuatro de las cinco mujeres se mostraron incómodas al momento de

responder de nuevo. La participante que no se mostró incómoda optó por responder a esta pregunta de último, al final de la entrevista.

Estos resultados confirmaron que la imagen y la percepción del cuerpo no es permanente a pesar que el individuo deje de verse a sí mismo. Es claro que buscan conocer los cambios que surgen en su cuerpo, tanto aquellos que se pueden percibir sin la vista y aquellos que no logran percibir. Como por ejemplo, el color del cabello, aspectos del vestuario y moda. Dichos cambios buscan conocerlos y modificarlos a través del discurso del Otro.

**6. *¿Qué rol jugaba su madre, padre u otros familiares con respecto a su propia imagen? Explique.***

Es evidente que la madre es la persona con la que todos los participantes pueden contar. Nueve de diez sujetos consideraron que su madre es la persona quien les da la opinión más sincera y directa. La participante que no mencionó a su madre, comentó que es su hijo quien le apoya en este sentido.

Los diez participantes consideraron que el hecho que un familiar les vea la vestimenta o les apoye en el arreglo personal, les da seguridad. Los hombres expresaron que les agrada saber cuándo algo de su imagen no está bien o puede mejorar. Por ejemplo, vestimenta, cambios físicos notorios y postura. Las mujeres, tienden a buscar los halagos o comentarios positivos que les hagan sentirse seguras y cómodas.

Esto mostró que los hombres están más abiertos a recibir opiniones que resalten aquellos aspectos a mejorar o cambiar sobre su imagen. Mientras las mujeres se enfocan en los aspectos positivos y que resaltan su imagen ante los otros.

❖ C. Inclusión social:

### **7. *¿Cómo percibe que los otros le ven?***

Cuatro de los cinco sujetos hombres consideraron que los otros les ven bien y que esto sucede porque logran proyectar su actitud en su imagen física. El participante que no consideró que le ven bien, expresó que en ocasiones percibe que lo consideran como un estorbo por la discapacidad visual, ya que pide apoyo constantemente y tiene la percepción que esto le causa estorbo a quienes le rodean.

Tres mujeres mencionaron que perciben una buena opinión por parte de los otros ante su imagen. Una participante expresó que no siempre le ven bien, sin embargo, cuando si le ven bien, le sirve la opinión de los otros para sentirse segura. La quinta participante comentó que le ven con admiración y eso le hace sentirse muy bien.

Lo anteriormente mencionado hizo notar que la mayoría de los participantes, nueve de diez, están de acuerdo en que los otros les ven bien y que es una posición que buscan mantener y mejorar constantemente.

### **8. *¿Considera que su imagen influye en la inclusión de su entorno? ¿Por qué?***

Todos los participantes coincidieron que la imagen física sí aporta y contribuye a la inclusión social. Las respuestas concuerdan en el aspecto que serán aceptados y tomados en cuenta, siempre y cuando se vean bien arreglados y presentables.

Tres hombres expresaron que el olor de las personas y de ellos mismos es algo importante, es un aspecto que les llama la atención y les gusta.

Dos sujetos (un hombre y una mujer) mencionaron el aspecto de los estereotipos de la discapacidad visual, haciendo referencia a que el arreglarse y tener una adecuada imagen física les ayuda a disminuir los estereotipos de la discapacidad visual en la sociedad. Dieron ejemplos de estereotipos como: “los ciegos no se arreglan si no ven los colores”, “los ciegos no saben cómo vestirse”.



En estas respuestas se evidencia que el estereotipo de una persona con discapacidad visual está claramente marcado en la sociedad y que la falta de arreglo personal es una característica de éste. Es interesante que mencionaron que el arreglarse y verse presentables disminuye la posibilidad de cumplir con el estereotipo, sin embargo no consideran que dicho estereotipo desaparezca del todo.

**9. *¿Qué importancia tiene para usted la opinión de los otros sobre su imagen física? Explique.***

La opinión de los otros acerca de la imagen física es significativa para los sujetos entrevistados. Tres hombres consideraron la opinión de los otros con respecto a su arreglo, como algo importante y a tomar en cuenta, ya sea un comentario positivo o negativo. Los otros dos participantes no tomaron esto como algo importante, sin embargo, reconocieron que la opinión de los otros sí les es útil en ocasiones.

Las cinco mujeres consideraron la opinión de los otros como algo importante y esta consideración tiende a elevarse cuando los comentarios que reciben son positivos. Una de ellas expresó que no toma en cuenta dichas opiniones ya que ella confía mucho en sí misma. Otra participante mencionó que el mejor espejo que puede tener y las mejores opiniones que puede recibir son de los hombres; circunstancia que puede tomar valor para una mujer, ya sea si tiene o no tiene discapacidad visual.

Se pudo notar que la opinión ajena brinda mucha información y aporta elementos considerables a la imagen corporal de estas personas. Es decir, se confirmó que es en el discurso del Otro donde se obtienen herramientas fundamentales para conocer y actualizar la imagen corporal en personas con discapacidad visual.

**10. *¿En su grupo de amigos y de personas con las que se relaciona, es importante la belleza física? ¿Por qué?***

Nueve de diez sujetos coincidieron que la imagen y belleza física no es importante en su grupo de amigos o personas cercanas. Son la actitud, estado de ánimo, personalidad y cariño los elementos que prevalecen en sus círculos sociales.

Por otra parte, una de las participantes sí consideró que la imagen y belleza física es importante en su grupo de amigos, expresó que la belleza es temporal y debe explotarse. Esto denotó que hay diferencias sustanciales entre los valores del grupo cercano a ella, frente a los demás grupos.

Ninguno de los participantes se mostró renuente o incómodo ante esta pregunta ya que la respuesta parecía estar más que clara.

#### ❖ D. Percepción y alteraciones de la imagen corporal:

##### **11. ¿Cómo percibe su imagen corporal?**

Los participantes se percibieron con una buena imagen corporal en general. Los hombres mencionaron sentirse bien, aunque, reconocen de forma rápida y fácil aquellos aspectos que quieren mejorar sobre su cuerpo. Por ejemplo, el cuidado del cabello, complexión corporal y vestimenta. Las mujeres expresaron sentirse bien, pero solamente dos de ellas mencionaron los aspectos que les gustaría cambiar sobre su imagen, como la complexión corporal y estilo de vestuario.

Se pudo notar que los hombres tienen más facilidad para reconocer aquellos aspectos que les gustaría mejorar o deben mejorar ya sea porque le perciben o por el discurso de los otros. En cambio, las mujeres tienden a tener facilidad para resaltar los aspectos positivos de su imagen y de cómo se perciben a sí mismas.

## **12. ¿Qué actividades realiza para cuidar su cuerpo?**

El ejercicio y la higiene personal fueron dos elementos que se presentaron en las respuestas de todos los participantes. Nueve de diez participantes mencionaron hacer ejercicio aproximadamente una hora diaria, varias veces por semana. Solamente un participante mencionó no hacer ejercicio. Es notorio que los hombres realizan más deporte que las mujeres. Como por ejemplo, *goalball* y levantamiento de pesas. Las mujeres optan por ejercicios cardiovasculares y rutinas en casa. Los entrevistados mencionaron que hacen este tipo de actividades físicas para mantener su cuerpo saludable, tener una buena imagen y sentirse bien consigo mismos.

Las respuestas de los participantes llevaron a que la importancia del ejercicio y el cuidado físico es igual entre hombres y mujeres, y en general, igual a cualquier otra persona sin discapacidad visual, ya que está vinculado con la búsqueda de una vida saludable.

## **13. ¿Tiene alguna rutina de ejercicio o alimentación? ¿cuál(es)?**

Se pudo notar que los hombres no tienen una rutina de ejercicio ni una dieta alimentaria específica o especial. Dos de ellos mencionaron que la alimentación no afecta su imagen corporal.

Las mujeres sí tienen una rutina constante de ejercicio y mantienen una dieta alimentaria sana. Las cinco mujeres mencionaron ser constantes con dichas actividades, en especial con el cuidado de la alimentación.

Estas respuestas confirmaron lo mencionado en la pregunta anterior, sobre la búsqueda de una vida saludable. También es evidente que las mujeres se enfocan más en el balance de la alimentación y rutinas de ejercicio, mientras que los hombres no mantienen una rutina o un balance rígido en estos aspectos. Parece que las mujeres le dan mucha más importancia a estas rutinas, lo cual se puede relacionar con el hecho

que las rutinas de alimentación y de ejercicio son parte de la moda y de los estándares sociales hoy en día. Esto podría indicar que las mujeres buscan estar lo más cerca posible de estos aspectos sociales, como lo podría hacer cualquier otra mujer sin discapacidad visual.

**14. *¿Qué parte de su cuerpo le hace sentir bien y a gusto? ¿Por qué?***

Fue evidente que todos los participantes sí lograron reconocer aquel aspecto que les agrada más sobre su cuerpo o imagen. Por ejemplo, la estatura, el cabello, los brazos, el busto y las piernas. Con excepción de una mujer quien no dio respuesta a dicha pregunta.

Al obtener estas respuestas se pudo notar que los aspectos que les agrada de su cuerpo son aquellos que les dan seguridad o que consideran son bien vistos para los demás. Por ejemplo, aquellos participantes que mencionaron que la altura que tienen les aporta bastante a su imagen y es algo que muchos desearían tener.

**15. *¿Hay algo de su cuerpo que le incomoda o no le agrada, qué parte es? ¿Por qué no le agrada?***

Las partes de su cuerpo o de su imagen que no les agrada es mayormente porque les hace sentir inseguridad o porque consideran que dicha parte no contribuye positivamente a su imagen. Agregaron que a pesar de que alguna parte de su cuerpo les incomode o les desagrade, no mencionaron quererla cambiar. La misma participante que no supo reconocer qué parte le agradaba sobre su imagen, tampoco respondió a esta pregunta, aduciendo que no sabía qué responder.

La respuesta de uno de los participantes fue interesante pues mencionó que su nariz es muy grande y la compara con la nariz que tenía su abuelo. Aspectos como este dan a conocer que, aunque no se tiene la conceptualización visual de la parte del cuerpo o de

la imagen que no les agrada, logran obtener una opinión suficientemente fuerte a través del discurso de los otros para afirmar si les agrada o no dicha parte.

**16. ¿Qué herramienta de movilidad utiliza? ¿Considera que esta forma parte de su imagen corporal? ¿Cómo?**

Todos los sujetos consideraron que la herramienta de movilidad es parte de su imagen. Incluso les aporta a la percepción de sí mismos y de la que los otros tiene sobre ellos.

Seis personas utilizan bastón blanco y expresaron que dicha herramienta sí es parte de su imagen física. Cuatro de diez sujetos utilizan perro guía y mencionaron sentirse cómodos, seguros, con elegancia y presencia al utilizarlo.

En varias respuestas, en especial de las mujeres, se pudo notar que la herramienta de movilidad complementa la imagen de los sujetos. Por ejemplo, una participante mencionó que es reconocida como “*la señora del perro*”; otra mencionó que le gustaba cuidar de su cabello ya que era igual de negro que el de su perro; otra expresó que su bastón blanco tenía nombre y que siempre se tomaba fotos con él, ya que no podía faltar. Un participante masculino mencionó que usar bastón blanco en la calle provoca que los otros le miren y le ofrezcan ayuda o apoyo, lo que consideró positivo.

Solamente una persona no utiliza bastón ni perro guía; explicó que prefiere estar acompañada o asistida por otra persona de confianza, ya que le hace sentir incómoda el usar alguna de estas herramientas.

Estos resultados indicaron que la herramienta de movilidad si es un complemento de la imagen corporal y que sí existe una identificación a la discapacidad que tienen. Se puede considerar que el tener una herramienta de movilidad, ya sea perro guía o bastón blanco, provoca que los otros les miren y que ellos perciban la mirada del Otro a través del discurso o de las acciones que los otros hacen con ellos o hacia ellos.

**17. *¿Utiliza lentes oscuros? ¿Con qué fin?***

Los cinco hombres utilizan lentes oscuros por asuntos de estética y estilo. Tres de ellos los utilizan también por protección ya sea del sol o para evitar golpes. Dos mujeres no utilizan lentes oscuros, sin embargo, una de ellas desearía hacerlo. Las otras tres mujeres los utilizan por estética y para evitar que sus ojos o rasgos oculares sean vistos por los otros. Una participante mencionó que utiliza los lentes oscuros cuando no utiliza a su perro guía, con el fin de anunciarle al mundo que no ve.

Esto indicó que los lentes oscuros son un accesorio que fortalece la imagen de estas personas y a su vez, tiene dos funciones. La primera, no ser mirado por los otros directamente a los ojos. La segunda, proteger u ocultar la vulnerabilidad de cada quien, en este caso los ojos.

**18. *¿Hay alguna otra característica de su cuerpo o parte de su cuerpo que quiera mencionar?***

Los aspectos que los participantes decidieron mencionar en esta pregunta fueron, las manos y el pelo. Tres hombres mencionaron que sus manos son de su agrado y utilidad para percibir el mundo. Por otro lado, dos mujeres comentaron que su pelo les agrada y es algo que cuidan y valoran. Solamente una mujer mencionó que le agrada su piel y el color de la misma.

**19. *En las decisiones sobre su imagen ¿Incluye sus propios gustos o preferencias o se basa en ajenas?***

Los hombres tienden a dirigir sus elecciones de estilo por los gustos y opinión propia. Cuatro de ellos eligen y deciden sobre este tema a pesar que a los otros no les parezca. Estos participantes mencionaron que usualmente compran ropa, accesorios de arreglo personal y cuidado de forma independiente. Solamente uno de los

participantes hombres mencionó buscar la asesoría de otros para elegir y tomar decisión sobre su estilo.

Por otro lado, las mujeres tienden a decidir con base a su preferencia y opinión propia, pero siempre buscan la opinión de la madre, una amiga o alguien cercano para respaldar su elección. Las cinco mujeres se sienten inseguras al momento de no avalar con alguien más acerca de su elección.

Estas respuestas fortalecieron la idea de que los cambios y las modificaciones que estas personas realizan acerca de su imagen es a través del discurso del Otro. Sí, es claro que tienen su propia opinión y preferencias, aunque la aseguran y la confirman con la opinión de una persona cercana, especialmente las mujeres.

## **20. Si pudiera cambiar algo de su imagen, ¿qué cambiaría y cómo?**

La mayor parte de los participantes cambiarían aspectos físicos como por ejemplo, la altura y la complexión del cuerpo. Dos hombres cambiarían su complexión física, dos no cambiarían nada acerca de su imagen o su cuerpo y uno cambiaría su estilo de peinarse. Tres mujeres cambiarían su estatura, una de ellas no cambiaría nada y la quinta participante cambiaría su busto y sus brazos.

## **4.2 Resultados por sujeto**

### **4.2.1 Sujetos masculinos.**

- ❖ **1M:** Al inicio de la entrevista el participante se mostró incómodo y buscaba dar respuestas bastante generales como se puede observar en la pregunta 1 y 2. Las respuestas obtenidas después de realizar la entrevista dan a conocer que el participante le da un lugar importante a la sociedad, la forma de presentarse ante la misma y la opinión de los otros. Es claro que considera que su perro guía sí influye en su presentación e imagen física ya que lo deja claro en su respuesta y

al momento de que se le hizo la pregunta contestó con cierta emoción, orgullo y facilidad.

- ❖ **2M:** Es interesante que en la entrevista se encuentre repetidas veces los términos aceptación, valor y autoestima. El participante inicia diciendo que su imagen es formada por el valor que se le ha dado a su persona, empezando por el núcleo familiar. Constantemente mencionó que la aceptación era un elemento importante para el desarrollo de su imagen física, sin embargo, en la pregunta número 20 se puede notar que combina esta aceptación con la idea de saber quién es él. Comenta que no le importan los estándares de la sociedad, que no le interesa estar a la moda y que él tiene su propio estilo por saber quién es, sin embargo, en la pregunta 19 agrega que le desagrada que le digan que no está a la moda, cuestión que podría contradecir lo anteriormente mencionado. Es interesante que la altura sea el aspecto que le hace sentir mejor sobre su imagen ya que le da esa postura de masculinidad, dureza y asertividad. Agregó que no le gustan las uñas de sus manos, pero en la pregunta 18 menciona que sus manos sí le gustan a pesar de las uñas. Dicho participante también considera que su herramienta de movilidad es parte de su imagen y que el bastón blanco complementa su vestimenta, traje y corbata.
  
- ❖ **3M:** Las respuestas de este participante fueron orientadas hacia la personalidad y la independencia que él refleja. Es interesante que considere que el bastón blanco es un complemento de su cuerpo y no solamente un accesorio de su imagen física. Así también, mencionó que dicha herramienta de movilidad provoca que le vean, que le miren y que le brinden ayuda por lo que podría tomarse como un aspecto importante a considerar ya que la mirada de los otros resulta importante al momento de desplazarse de forma independiente. En comparación con las respuestas de los demás sujetos, este participante utiliza lentes claros por estilo y gusto propio. Mientras que los demás los utilizan por protección y por mantener cierta imagen.



- ❖ **4M:** Es interesante que las partes de su cuerpo que le agradan a este participante son aquellas que son de suma utilidad para él, las manos y los pies. Esto se correlaciona con el hecho de que no hay parte de su cuerpo que no le guste porque mencionó que todas las partes le sirven para algo, excepto los ojos. De los sujetos entrevistados de sexo masculino, es el único que no usa lentes oscuros por ninguna razón. Considera que su perro le da una buena imagen y no lo hace ver como el estereotipo del “ciego con bastón”, sin embargo, cuando se le hizo esta pregunta se mostró tenso y se pudo notar su incomodidad al responderla. Es importante agregar que este fue el único participante masculino que reconoce no parecerle su imagen corporal y que ha dejado de cuidar de ella, sin embargo, menciona que se siente cómodo y que no busca hacer cambios inmediatos o drásticos en él.
  
- ❖ **5M:** Este es el único participante que validó sus respuestas con la existencia de Dios en su vida. Mencionó que no puede renegar de sus ojos a pesar que no le gusten, porque así los ha hecho Dios. Dicha validación se repite cuando se le pregunta si hay algo que le gustaría mencionar acerca de su imagen que no haya mencionado antes. Por otro lado, se confirma que a todos los sujetos masculinos que fueron entrevistados les parece frustrante no poderse ver ante un espejo a pesar de sus distintas condiciones de ceguera. Así también, este fue el único participante que le parece estresante usar el bastón y que considera que algunas personas le ven como un estorbo a causa de su discapacidad.

#### **4.2.2 Sujetos femeninos.**

- ❖ **1F:** Esta participante se mostró sumamente cerrada al momento de realizar la entrevista ya que en la mayoría de respuestas parecía no saber o no querer decir mucho. Es la única entrevistada, tanto entre mujeres y hombres, que no supo decir qué parte de su cuerpo le agrada y que no hay parte de su cuerpo que no le agrade. Así mismo, se diferencia de los demás participantes en varios factores que no se repiten en las otras entrevistas, como, por ejemplo: es la única persona que no utiliza alguna herramienta de movilidad para su independencia,

ya que depende de alguna persona de apoyo que le acompañe siempre; no utiliza lentes oscuros y no muestra interés por como se ve o se veía ante un espejo. La comodidad es un elemento prioritario para ella, algo importante que constituye su imagen, por lo que elige la vestimenta por comodidad. Dejó en claro que es su madre quien le da las mejores opiniones y es la persona en la que confía para aspectos de belleza y arreglo personal.

- ❖ **2F:** La mirada de los otros es importante para esta persona, para sentirse segura. Por otro lado, evita que les miren a los ojos, una de las razones por las cuales usa lentes oscuros permanentemente. Es evidente que el bastón es parte de su imagen y su cuerpo, como también de su identidad. A tal extremo que le ha puesto un nombre y se toma fotos con él. Con esto se puede notar que el apego que tiene a dicha herramienta es fuerte. Por otra parte, considera la opinión de los otros, los estándares sociales y la mirada de quienes le rodean como aspectos importantes que rigen su imagen física. Dejó en claro que es a través de los otros que ella ha formado su imagen corporal y que estas opiniones le han permitido sentir más seguridad en sí misma.
- ❖ **3F:** Al igual que la siguiente participante, mencionó que la imagen corporal está mayormente constituida por el arreglo personal, el vestuario y la postura. Es notorio que esta persona se ocupa del arreglo facial, su vestimenta y su cabello. Los participantes anteriores, se enfocan más en la personalidad y la actitud. Ante la pregunta sobre el uso de anteojos oscuros, se mostró con una actitud cerrada y resistente; comentó que a pesar de que le gustaría usar lentes oscuros por asuntos de estética y estilo de su cara, no lo ha implementado. Esta participante agregó que el verse bien y el utilizar el bastón blanco inspira a que los otros le ayuden en diversas situaciones, como, por ejemplo, cruzar una calle.
- ❖ **4F:** La mirada de los otros, en especial la del sexo opuesto es sumamente importante para esta persona. Es interesante que el busto es su parte favorita desde que fue reconocida y vista por los otros, los hombres. Así también,

mencionó que sus mejores espejos son los ojos de los hombres y la mirada de su madre. Utiliza perro guía y debido a esto ha sido reconocida e identificada como “la señora del perro”. Cuando respondió a dicha pregunta se pudo notar el agrado, felicidad y privilegio que es para ella ser reconocida por utilizar un perro como herramienta de movilidad. A este aspecto agregó ya finalizada la entrevista, que prefiere usar un perro guía a un bastón blanco ya que ha experimentado ambas situaciones y es el perro guía el que según ella le da mejor postura y presencia.

- ❖ **5F:** Esta persona se cuida el cabello y expresa que le agrada dicho aspecto de su cuerpo debido a que es negro como el de su perro guía, además de que es un elemento que le da “elegancia” al momento de moverse. Así mismo agregó, que utiliza los lentes oscuros cuando no utiliza a su perro guía, con el fin de anunciarle al mundo que no ve. Cuestión que confirma que sí existe una identificación con su discapacidad. Es la única participante que mencionó pedir opinión de su hijo pequeño y ser él la persona que más confía. Fue la única participante que mencionó que percibe que los otros le ven con admiración y esa mirada le gusta mucho. Las cinco mujeres entrevistadas también consideran que no verse al espejo es frustrante e incluso algunas mencionaron que les causaba cierto dolor o tristeza.

### **4.3 Análisis de resultados**

Los diez participantes tienen un concepto parecido acerca de lo que es la imagen corporal y como se constituye esta. Por otra parte, la opinión de los hombres con respecto a qué es tener una adecuada imagen corporal varía notablemente respecto de las mujeres. En general, se pudo notar que la mayoría de sujetos entrevistados consideran que no verse al espejo les causa frustración y tristeza. Estos sentimientos se vieron presentes en todos los participantes a pesar de las diferentes situaciones con respecto a la mirada en el espejo, ya sea porque se dejaron de ver, porque alguna vez lo intentaron y no consiguieron resultado o porque nunca tuvieron la experiencia de verse a sí mismos.

Los cuatro participantes que utilizan perro guía como herramienta de movilidad, hicieron énfasis en la presentación que éste les da, agregando que les agrada más que la que da el bastón blanco. A su vez, es evidente que todos los sujetos que sí utilizan alguna herramienta de movilidad consideran que ésta forma parte de su imagen corporal. La mayoría de sujetos usan lentes oscuros tanto para protección como para complementar la estética. Lo anterior se relaciona con el tema del estereotipo que se tiene acerca de las personas con discapacidad visual, al ser un factor elemental en la inclusión social. Dicho tema se amplía más adelante.

De acuerdo a las respuestas obtenidas, los hombres están más abiertos a recibir opiniones de crítica hacia su imagen, que las mujeres. Las mujeres tienden a darle importancia a aquellas opiniones que complementan o afirman su belleza, sin embargo, aquellos comentarios que se refieren a mejorar su imagen, no los comentan durante la entrevista, por lo que es probable que la crítica constructiva hacia su imagen corporal si la tomen en cuenta, pero no hagan alusión a esta cuando se toca el tema.

Así mismo, es importante mencionar que la figura materna es importante en este ámbito de la vida de los participantes, ya que es ella quien les da la opinión más sincera y directa, según mencionaron la mayoría de los entrevistados.

Es evidente que sí existe una identificación con la discapacidad visual en todos los participantes. También se pudo notar que el discurso del Otro es un elemento importante que forma, actualiza y sirve para la imagen corporal de las personas con discapacidad visual. No necesitan mirar para ser mirados y esto lleva a que es a través del discurso de los otros en donde adquieren estas sugerencias de modificación de la imagen corporal.

Finalmente, todas las respuestas brindadas por los entrevistados llevan a determinar que la imagen corporal no es estática y que esta se va modificando con el tiempo.

## V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Le Boulch (1998) define la imagen corporal como el conocimiento inmediato y continuo que se tiene del cuerpo, en reposo o en movimiento, con relación a sus diferentes partes y, sobre todo, con relación al espacio y los objetos que rodean a la persona.

Wallon (1987) refiere que la imagen corporal es el resultado y al mismo tiempo, requisito de una ajustada relación entre individuo y medio. En esta definición se hace claro el hecho de que existe la idea que la imagen corporal es un requisito para la persona y como la definición anterior, incluye el medio, el constante movimiento y el cambio como parte de la percepción y constitución corporal.

Según ambos autores, la imagen corporal es algo que se adquiere de forma inmediata, es decir, en cada momento de la vida y también es un aspecto del ser humano que está en constante movimiento y cambio. Se determina con ello, que la imagen corporal no puede ser estática en ningún sentido. La formación de la imagen corporal no es algo que se crea únicamente de forma individual sino se constituye a través de la percepción propia junto con el medio, es decir, la presencia, el discurso del Otro, el ambiente y lo que estos aportan a la persona.

En la presente investigación se confirmó la importancia de los aspectos arriba mencionados, ya que los participantes describen cómo está compuesta su imagen corporal, cómo la han formado y cómo la han ido modificando a través de sus preferencias, ideales, el discurso y la mirada de los otros. Refieren que sí es posible formar una imagen corporal, adecuarse a la moda y el estilo de vestimenta que prefieran, mantener un adecuado arreglo personal, cuidar la complexión de su cuerpo y modificar con el tiempo su imagen física sin necesidad de la vista. Dieron a conocer que es a través del discurso del Otro donde ven su imagen reflejada, cumpliendo la función del espejo.

No se encontraron investigaciones en el tema específico de esta tesis, aunque sí algunos que han tratado temáticas similares. Jacintho (2015), realizó una investigación en la cual examinó la insatisfacción con la imagen corporal en personas con deficiencia visual. Entre los resultados más relevantes se proyectó que el 24% de los encuestados mostraron insatisfacción corporal, lo que le llevó a la conclusión que las personas con deficiencia visual tienen menor tendencia a desarrollar insatisfacción corporal, frente a quienes no tienen esta discapacidad. Esta investigación mostró la importancia que le dan los sujetos a mantener una buena imagen corporal y de la poca insatisfacción que existe con el arreglo personal y su propia imagen.

Con base a los resultados de la investigación de Jacintho (2015) y de la presente, se pudo concluir que la insatisfacción con respecto a la propia imagen es menor en personas con discapacidad visual. En las entrevistas realizadas se pudo observar que cuando hay insatisfacción, está presente la opinión de los otros, especialmente de una persona cercana y de forma más específica, de la madre, quien aporta directamente y tiene gran impacto en la formación de la imagen corporal y cómo es esta imagen en las personas con discapacidad visual. Se encontró una excepción a lo anterior, de una participante, quien sí considera que los estándares sociales y la moda actual son los aspectos que le ayudan a modificar su imagen física y son estos los parámetros que definen una adecuada imagen corporal.

En la conferencia titulada “La lengua familiar”, dictada por Bassols (2017), afirma que “(...) cada sujeto es siervo del discurso de su propia familia”. Agregando que todos son esclavos de una forma u otra de la estructura de la familia. Al hacer referencia a este aspecto, es posible encontrar que la opinión de un familiar, en especial de la madre, es un elemento fundamental para la formación y constante modificación de la imagen corporal, sobre todo en personas con discapacidad visual (población con la que se trabajó en la presente investigación). Lo anterior no se vio afectado por el hecho de que dicha discapacidad sea adquirida o congénita, ya que los resultados mostraron lo mismo en ambos grupos.

Con relación a la herramienta de movilidad como parte de la imagen corporal en las personas con discapacidad visual, Masiel (2011) menciona que el bastón blanco es el auxiliar principal en la movilidad de una persona con discapacidad visual y también es un símbolo que dice "¡soy ciego, cuidado!". Agrega que el bastón juega una doble función: para ver y ser visto. Asimismo, indica que a la mayoría de las personas ciegas les molesta que un guía ocasional tome el bastón, lo que describen como una clara invasión a la intimidad; de igual manera reaccionan quienes usan anteojos oscuros cuando alguien se los toca. Masiel (2011) hace énfasis en que el bastón blanco es más que una prótesis: es una prolongación del yo, en especial, para los que han perdido la visión recientemente o para los que padecen de deficiencia visual o baja visión no tan severa.

Lo anterior se vio reflejado en los resultados de esta investigación. Los participantes sí consideran que tanto el bastón blanco como el perro guía son un complemento de su imagen o que dicha herramienta definitivamente sí forma parte de su imagen corporal. El bastón o el perro guía constituyen un elemento indispensable para su cotidianidad y algo que permite que sean vistos por el Otro en diferentes planos, como por ejemplo, para recibir ayuda cuando la precisen, para darle a conocer al mundo acerca de la discapacidad que tienen o para que los otros no asuman que sí ven. Estos ejemplos se mencionan en las entrevistas realizadas a los participantes.

Por otro lado, Masiel (2011) también menciona que los lentes oscuros o anteojos son un elemento importante para las personas con discapacidad visual. Este aspecto también se encontró claramente en esta investigación y a través de las respuestas de los participantes es posible determinar que los lentes oscuros son utilizados con varios objetivos. Todos los participantes que sí utilizan lentes oscuros mencionaron que una de las funciones principales es la protección física de los ojos junto con el aspecto estético que adquieren a través de la utilización de los lentes.

Se observó que los lentes oscuros son una herramienta útil para proteger o guardar el aspecto de vulnerabilidad de esta población: los ojos. Este asunto se relaciona con la

mirada del Otro en dos planos. El primero, para evitar que la vulnerabilidad del sujeto no esté totalmente expuesta a la mirada de los otros; el segundo, donde los lentes oscuros permiten que los otros les vean e identifiquen la discapacidad visual.

Lo anterior evidencia el estereotipo tan arraigado que existe en la sociedad acerca de cómo es la imagen corporal de una persona con discapacidad visual. “El estereotipo siempre es una simplificación y raramente (...) habrá campos de connotación intelectual. (...) el estereotipo es una reducción de todas las posibilidades de rasgos personales, marcando de forma superlativa aquel rasgo que le distinguirá (...) en su identidad y en su comportamiento” (Pallarés, 2000).

Ello conduce a hacer referencia acerca del estereotipo que se tiene acerca de esta población sobre su imagen corporal. Uno de los estereotipos más comunes en la sociedad actual es considerar que una persona con discapacidad visual es alguien que utiliza bastón blanco, usa lentes oscuros en ambientes externos e internos, de día y de noche; alguien que tiene una postura encorvada y se ve desarreglado, porque si no ven, ¿cómo se van a arreglar? Estas características del estereotipo se vieron claramente en las respuestas de los participantes, lo cual indica que reconocen dicho estereotipo y que en ciertas ocasiones lo utilizan para su beneficio. Por lo tanto, el estereotipo puede tener dos caras, una que permite el desenvolvimiento de las personas con discapacidad visual y la otra que los excluye, margina e identifica de una forma negativa con la discapacidad.

Respecto a los estereotipos, se encontraron algunas diferencias entre los participantes que usan bastón blanco y los que utilizan perro guía. Aunque utilizar cualquiera de las herramientas (bastón blanco o perro guía), les brinda el reconocimiento de los otros y provoca que ellos mismos se identifiquen con su condición, se encuentra en quienes utilizan perro guía, más seguridad en sí mismos y una percepción de que se reduce el estereotipo negativo en ellos, ya que aún no es tan generalizado o común el uso de dichos perros.



Por lo anteriormente mencionado se puede concluir que la herramienta de movilidad sí es un complemento de la imagen corporal y a su vez es una característica del estereotipo social que se tiene acerca de una persona con discapacidad visual. Asimismo, las personas con discapacidad visual sí pueden llegar a encontrar una identificación y en ella cierto placer pulsional con su discapacidad a través de estas herramientas y la forma en que se presentan ante los demás. Esto provoca que exista una comunidad, ya sea porque existe una identificación a la discapacidad, una manera de saber hacer las cosas o los métodos de movilidad e inclusión social que aplican son comunes.

La formación de comunidad no solamente sucede con esta población, es algo que se puede observar con cualquier grupo humano, como mencionan Irizar y Velado (2017) en su texto "Comunidades, tribus y segregación". Afirman que en la actualidad surgen nuevas comunidades y tribus urbanas como formas de malestar en la cultura, que no se unen por el Ideal del yo sino por un mismo goce, es decir, son comunidades de goce. Agregan que las comunidades religiosas, políticas, científicas, militares y otras que se unen por vínculos identitarios como minorías sexuales, grupos de enfermos, adictos, entre otros. En este contexto, concluyen, que el discurso analítico tiene lugar en el malestar actual porque se presenta en la ciudad como un objeto versátil a ser tomado en las diversas configuraciones transferenciales por la vía uno por uno." (Irizar y Velado, 2017).

Por otro lado, es pertinente agregar que la mirada de los otros forma parte elemental en este ámbito, de cómo es la imagen corporal de una persona con discapacidad visual.

Con respecto al arreglo personal, como es y cómo cambia la imagen corporal en personas, Ivaldi (2012) menciona en su investigación "Una mirada sobre la imagen corporal: el rostro", que en la sociedad occidental la identidad se aloja particularmente en el rostro, como lo demuestra la utilización del mismo para identificar a las personas en su documentación como así también para fines judiciales. Agrega que es una de las partes del cuerpo que más se asiste, se maquilla, se restaura, se perfecciona; no sólo

importa la forma del rostro, sino que algunas partes de éste como los ojos, la mirada, la boca, la sonrisa. Ivaldi (2012) califica al rostro como el medio comunicacional más jerarquizado. Esto se vio reflejado en las respuestas de los participantes quienes hicieron mención de la importancia de cuidar, arreglar y mantener su cuerpo, pero sobre todo su rostro presentable. En especial las mujeres hicieron referencia a este tema, indicando que el cuidar y peinar su cabello, usar maquillaje y cuidar su piel les permite tener una imagen corporal adecuada y es una de las partes de su cuerpo que más se ocupan.

Esta importancia al rostro también se pudo observar en los hombres, pero con menor relevancia. Todos los participantes masculinos mencionaron más de algún aspecto de su rostro que les brinda seguridad o inseguridad, dependiendo el caso. Por ejemplo, un participante mencionó que su nariz es una característica que no le agrada y que la percibe muy grande en comparación al resto de sus facciones. Otro participante mencionó que sus labios y boca siempre han sido la característica de su rostro que más le agrada. Todos los sujetos masculinos hicieron referencia a sus ojos o a la mirada, ya sea que no les molesta la estética de sus ojos o que prefieren utilizar lentes oscuros con el fin de proteger u ocultar dicho rasgo.

Estos ejemplos confirman lo que menciona la investigación citada anteriormente, respecto de que los ojos, la boca y la mirada son aspectos importantes en la imagen y belleza corporal en la sociedad. Esta afirmación es válida para personas con y sin discapacidad visual.

Asimismo, Ivaldi (2012) hace referencia al tema de la desfiguración del rostro de una persona, que suele ser vivido como quedar desposeído de una identidad; lo que confirma que más allá del cuerpo dañado hay un cuerpo cargado de grandes significados. Señala que desde la consideración del rostro como algo propio, pero de gran importancia desde el Otro, se plantea que los cambios que se pretenden lograr a través de maquillajes, tatuajes, cirugías, accesorios, entre otros, tendrían relación con la búsqueda de afianzar la autoestima y a su vez responder a demandas que surgen de la

sociedad y la cultura. Indica que los conceptos de belleza y fealdad varían según la historia, la cultura y la sociedad, además de lo que cada uno puede percibir de su propia imagen y la que cree estar mostrando (Ivaldi, 2012).

Tomando en cuenta que la mayoría de personas con discapacidad visual sí tienen una desfiguración estética a nivel ocular, desde muy leve a muy grave, se encuentra en las respuestas obtenidas de los sujetos, que sí existe una identificación fuerte con la discapacidad y no solamente con la parte del cuerpo que está dañada, en este caso, los ojos, sino con lo que significa el haber perdido la estética y la funcionalidad de ellos.

Tanto en la investigación de Ivaldi (2012) como en la presente, se pudo evidenciar que el maquillaje y los accesorios de belleza aportan de forma positiva a la percepción que cada persona tiene de su imagen. En esta investigación es posible resaltar que no solamente aporta a la percepción individual, sino que, en las personas con discapacidad visual, les permite responder a ciertas demandas sociales como: la independencia, el establecimiento de metas, actitud, postura corporal, interacción con los demás y autonomía; las cuales son exigidas para la inclusión social.

Dessal (2014), en el texto *Un real para el siglo XXI*, menciona que a pesar de la importancia que Lacan le dio a la dimensión visual en sus primeras formulaciones sobre el estadio del espejo, hay que tener en cuenta que la constitución de la imagen del yo no es una experiencia empírica, puramente escópica. Indica que el espejo no es necesariamente un espejo real, al tomar en cuenta que existen culturas que durante siglos no han tenido recursos, ni técnicos ni naturales, para observar el reflejo de su imagen; ni en un ojo de agua, ni en un trozo de vidrio. Por otra parte, agrega, que sujetos que ven perfectamente pueden padecer graves trastornos del yo y de su imagen corporal. Hace énfasis en que el estadio del espejo es una fase que debe asegurar el modo en que lo imaginario se asienta en el sujeto humano, pero depende de una serie compleja de elementos, así como que la vivencia de una imagen unificada del cuerpo requiere la intervención fundamental de la mirada, pero no tanto la del sujeto mismo, sino la del Otro, encarnada en particular por la madre, se tiene en cuenta que la

madre es para el psicoanálisis una función, y no una entidad biológica. Dessel (2014) añade que incluso un ciego puede tener la experiencia de sentirse mirado, porque la mirada es algo que se percibe en las palabras del Otro, en lo que dice y lo que no dice, en el lugar que su discurso ha reservado. En ese sentido, continúa, “el valor que nuestro inconsciente percibe en el deseo de ese Otro primordial está interviniendo de forma radical y entre otras cosas determina la constitución más fallida o lograda de la imagen del yo que, insisto, no se reduce a la captación visual de nuestro reflejo” Dessel (2014). Agrega que lo dicho no invalida que los ciegos de nacimiento manifiestan en su mayoría, trastornos importantes en el nivel de lo imaginario.

El fragmento anteriormente citado confirma los resultados obtenidos en esta investigación con respecto a cómo es la imagen corporal en las personas con discapacidad visual y la importancia del discurso del Otro para dicha población. Coincide lo que menciona Dessel (2014) y la presente investigación, en cuanto a que es posible dar cuenta que las personas con discapacidad visual sí reciben la mirada del Otro y tienen la experiencia de sentirse mirados sin el aspecto escópico. Logran obtener esta función a través de la palabra del Otro, sirviendo esta como el espejo. Así también concuerda con esta investigación con respecto a que el Otro materno es una función primordial para la constitución y modificación de la imagen.

Es pertinente agregar entonces, que el estadio del espejo y la constitución de la imagen sí se logran en las personas con discapacidad visual, por ende, está presente la constante modificación del cuerpo y su imagen a lo largo de su vida. Por otra parte, es posible afirmar que los trastornos a nivel de la imagen corporal se pueden dar tanto en personas con y sin discapacidad visual ya que es con base a la función de la mirada del Otro que se constituye la imagen de sí mismo, al tomar en cuenta que la mirada del Otro se puede dar por diferentes vías.

## VI. CONCLUSIONES

La imagen corporal en personas, con y sin discapacidad visual, no es estática. La imagen corporal se forma y se constituye a lo largo del tiempo a través de los gustos y preferencias individuales de cada sujeto y por la opinión de los otros. A las personas con discapacidad visual, la opinión de otros, en especial de la madre, les brinda información tanto sobre su cuerpo, los cambios que este experimenta, aspectos de arreglo personal, y asuntos de moda o de vestuario que puedan aportar a las modificaciones y formación de su imagen corporal.

Los factores que forman la imagen corporal en personas con discapacidad visual, son una combinación de aspectos tanto físicos como de carácter interno. Entre los aspectos físicos están el vestuario, la higiene, postura, estatura y arreglo personal. Los aspectos de carácter interno son la actitud, la personalidad y la aceptación. Tener una adecuada imagen corporal implica tener congruencia entre los aspectos físicos e internos.

Las personas con discapacidad visual tienen una proyección positiva acerca de su imagen corporal y no presentan alteraciones en la percepción de la misma, indicando un nivel bajo de insatisfacción con su imagen corporal. Muestran determinación al momento de identificar las partes de su cuerpo que les agrada.

La imagen corporal y la actitud son dos elementos importantes para lograr la inclusión social de personas con discapacidad visual. El arreglo personal ante los demás disminuye el estereotipo social que se tiene acerca de las personas con discapacidad visual. Las personas con discapacidad visual están conscientes del estereotipo que se les ha establecido y es un obstáculo social, salvo cuando necesitan buscar ayuda, dar a conocer su discapacidad o para evidenciar que no ven. La herramienta de movilidad sí es un complemento de su imagen corporal, indistintamente si utilizan bastón blanco o perro guía.

En cuanto a la construcción del yo, las personas con discapacidad visual suplen la función del espejo a través del discurso del Otro, que les permite conocer de forma clara y detallada aquellos aspectos tanto positivos como negativos de su imagen corporal y los posibles cambios que se pueden dar a lo largo del tiempo. El mejor espejo, es el discurso de la madre quien encarna el discurso del Otro. La imagen corporal está constantemente sujeta a cambios y las personas con discapacidad visual encuentran la forma de conocer y hacerle modificaciones.

Con relación a la teoría de Lacan, sobre el estadio del espejo y la formación del yo, las personas con discapacidad visual sí experimentan este fenómeno a pesar de tener esta condición. El discurso del Otro y el comportamiento les permite el reconocimiento de su imagen. A lo largo de su vida, estos dos aspectos cumplen la función del espejo, permitiéndoles darse cuenta de cómo su cuerpo y su imagen van cambiando, así como la capacidad de realizar modificaciones a su imagen corporal.

## VII. RECOMENDACIONES

Investigar y profundizar el tema de imagen corporal en niños con discapacidad visual, así como en personas con otras condiciones o discapacidades.

Elaborar escalas o pruebas que brinden información acerca de la imagen corporal que no sean de uso exclusivo para trastornos anoréxicos/dismórficos.

A profesionales de la Psicología y la salud mental: realizar seminarios, talleres y discusiones sobre esta materia a nivel universitario y profesional, involucrando a las ciencias de la salud y las instituciones que apoyan a las personas con discapacidad, para llevar esta temática al conocimiento general con el objeto de ampliar sus conocimientos en este tema.

A las personas con discapacidad visual, de ser necesario, buscar apoyo de un profesional de la salud mental, en caso de no sentirse a gusto con su imagen corporal.

Se finaliza el presente trabajo de investigación plasmando una célebre cita de Albert Einstein que dice:

***“La belleza no mira, solo es mirada.”***

## VIII. REFERENCIAS

- Achaerandio Zuazo, L. (2013). *Iniciación a la práctica de la investigación*. 8va. edición. Guatemala: Editorial Universidad Rafael Landívar.
- American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5* [Internet]. (2013). Washington (DC), EE. UU.: American Psychiatric Association. Recuperado de <http://www.psychiatryonline.com/DSMPDF/dsm-iv.pdf>.
- Arévalo A. (2016). *Autoimagen en mujeres jóvenes adultas que padecen obesidad y que asisten a la liga contra la obesidad y el sobrepeso*. Tesis de grado. Guatemala: Universidad Rafael Landívar.
- Baile, J.I. (2002). *Diseño, construcción y validación de una escala de insatisfacción corporal para adolescentes*. Tesis Doctoral. Pamplona, España: Universidad Pública de Navarra. Recuperado de [www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0025775303738937/pdf](http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0025775303738937/pdf)
- Bassols, M. (2017). Conferencia en el VIII ENAPOL y en el XX Encuentro Internacional del Campo Freudiano: La lengua familiar. Recuperado de <http://www.radiolacan.com/es/topic/1056/3>
- Blasco, J. M.(2010). *Introducción a la teoría del yo en Lacan*. Recuperado de <http://www.epbcn.com/personas/JMBlasco/>
- Bruch, H. (1962). "*Perceptual and conceptual disturbances in anorexia nerviosa*". Nueva York, EE. UU.: *Psychosomatic Medicine*, nº 24. Recuperado de <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.320.7064&rep=rep1&type=pdf>
- Bustos García, B. (2009). *La construcción de la imagen corporal sin imagen visual. El caso de mujeres ciegas. XXVII Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología. VIII Jornadas de Sociología de la Universidad de Buenos Aires*. Buenos Aires, Argentina: Asociación Latinoamericana de Sociología.
- Chavarría, L. (2013). *Actitud de personas con discapacidad visual que han ingresado al mercado laboral en la ciudad de Guatemala*. Tesis de pregrado.



- Guatemala: Universidad Rafael Landívar. Recuperada de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/57/Chavarria-Luisa.pdf>
- Checa Benito, J., et.al. (2003). *Psicología y ceguera manual para la intervención psicológica en el ajuste a la discapacidad visual*. Primera edición. Madrid, España: Ira España. Recuperado de [sid.usal.es/idocs/F8/FDO23226/psicologia\\_y\\_ceguera.pdf](http://sid.usal.es/idocs/F8/FDO23226/psicologia_y_ceguera.pdf)
- Cicmila, N. y Karin E. (2014). *Body image among eating disorder patients with disabilities: A review of published case studies*. Recuperado de <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1740144514000345>
- Dessal, G. (2014). La chispa de un deseo puede cambiar a un sujeto, a una comunidad, a un país. Entrevista. Recuperado de <http://www.telam.com.ar/notas/201402/50752-la-chispa-de-un-deseo-puede-cambiar-a-un-sujeto-a-una-comunidad-a-un-pais.html>
- Dolto, F. (1994). *La Imagen Inconsciente del Cuerpo*. España: Paidós. Recuperado de <https://mediacionartistica.files.wordpress.com/2014/10/dolto-franc3a7ois-la-imagen-inconsciente-del-cuerpo-ed-paidc3b3s.pdf>
- Doño Salazar, R. (2016). *Insatisfacción con la imagen corporal en mujeres adolescentes de 12 a 18 años que han sido víctimas de abuso sexual*. Antigua Guatemala: Universidad Rafael Landívar. Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2016/05/42/Dono-Rosa.pdf>
- Duncum, A.J.F., et. al. (2016). *Abnormalities in the visual processing of viewing complex visual stimuli amongst individuals with body image concern*. *University of Finance and Management in Warsaw*. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4857210/>
- Fisher, S. (1990): "The Evolution of Psychological Concepts about de Body". En T.F, Cash y T. Pruzinsky, *Body Images. Development, Deviance and Change*, pp. 3-21. New York, EE.UU.: The Guilford Press. [http://www.ufjf.br/labesc/files/2012/03/Body-Image\\_2004\\_Body-Image-past-present-and-future.pdf](http://www.ufjf.br/labesc/files/2012/03/Body-Image_2004_Body-Image-past-present-and-future.pdf)
- Fuentes, A. (2015). *El misterio del cuerpo hablante. Serie Freudiana no. 121137*. Edición español. España: e-book, *Kindle edition* 2016.

- Fundación Belén. (2017) Imagen corporal. Base de datos. Recuperado de <http://fundacionbelen.org/base-datos/imagen-corporal/>
- García, C. (2010). Las personas ciegas, su cuerpo, el espacio y la representación mental: "*their body, the space and mental representation*". *Cuaderno Facultad de Humanides y Ciencias Sociales* n.39. Universidad Nacional Jujuy [online], pág.123-140. Recuperado de [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1668-81042010000200009&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1668-81042010000200009&lng=es&nrm=iso)
- Garner, D. (1998). Inventario de trastornos de la conducta alimentaria. Nombre original: Eating disorder Inventory 2 (EDI-2). Recuperado de [www.aepc.es/ijchp/articulos\\_pdf/ijchp-133.pdf](http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-133.pdf)
- Gracia, M., Marcó, M., Fernández, M.J. Y Juan, J. (1999). Autoconcepto físico, modelo estético e imagen corporal en una muestra de adolescentes. *Psiquis*, nº 20, pp. 15-26.
- Guerrero, M. (2015) Teoría de Gestalt. Presentación. Recuperado de <https://prezi.com/0jw37yqneubz/teoria-gestalt/>
- Hazard y Searle. (1986). "Critical Theory Since. Jacques Lacan 1965. The Mirror Stage". Florida State, EE.UU. pág. 734-738. Recuperado de <http://www.worldcat.org/title/critical-theory-since-1965/oclc/13795792>
- Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2006). Metodología de la Investigación. (4ª Ed.) México: McGraw Hill.
- Hernández Valderrama, L. (2013). La construcción del cuerpo, su imagen y las alteraciones en la anorexia. *Revista electrónica de psicología de Itzacala*. Vol. 16 No. 2. México.
- Instituto Braille. (2017). Baja visión y ceguera. Recuperado de [http://www.institutobraille.org/Baja\\_Vision\\_y\\_Ceguera.aspx](http://www.institutobraille.org/Baja_Vision_y_Ceguera.aspx)
- Irizar, L. y Velado, L. (2017). Comunidades, tribus, segregación. Recuperado de <http://identidades.jornadaselp.com/rubricas/rubrica-comunidades-tribus-segregacion/>

- Ivaldi, M. (2012). Una mirada sobre la imagen corporal: el rostro. Recuperado de Simposio anual APDEBA 2012. La clínica psicoanalítica como observatorio de la época. <http://simposio-apdeba.blogspot.com/>
- Jacintho Peresa, R.; et. al. (2015). Insatisfacción con la imagen corporal entre las personas con discapacidad visual. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/4013/401342988009.pdf>
- Kepner, J. (2000). Proceso corporal. Un enfoque gestáltico para el trabajo corporal en psicoterapia. México: Editorial Manual Moderno. Recuperado de <https://www.psicologosconcienciarte.es/cuerpo-y-gestalt/>
- Lacan, J. (1936) El estadio del Espejo como formador de la función de yo (Je) tal como se nos revela en la experiencia psicoanalítica. En: Escritos. J. Lacan. Obras escogidas I. RBA Coleccionables, S.A. Barcelona. España. Recuperado de [https://arditiesp.files.wordpress.com/2012/10/lacan\\_estadio\\_delespejo.pdf](https://arditiesp.files.wordpress.com/2012/10/lacan_estadio_delespejo.pdf)
- Lacan J. (1955). Seminario 2, capítulo 19. El yo en la teoría de Freud. Argentina: Paidós.
- Lacan, J. (1962) Seminario 10, La angustia. Paidós. Argentina. Recuperado de <https://seminarioslacan.files.wordpress.com/2015/02/12-seminario-10.pdf>
- Lacan, J. (1975) Seminario 23, El síntoma y el padre. Recuperado de <http://www.psicoc analisis.org/lacan/23/1.htm>
- Lansingh, V. (2012) Epidemiología y datos económicos de la ceguera y baja visión en Latinoamérica, Reunión para el Plan Estratégico de Visión 2020 Latinoamérica. Lima, Perú. Recuperado de <https://vision2020la.wordpress.com/2014/07/14/cifras-de-ceguera-en-latinoamerica/>
- Le Boulch, J. (1986). La educación psicomotriz en la escuela primaria: la psicokinética en la edad escolar. Buenos Aires, Argentina: Paidós. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/39146903\\_La\\_educacion\\_psicomotriz\\_en\\_la\\_escuela\\_primaria\\_la\\_psicocinetica\\_en\\_la\\_edad\\_escolar](https://www.researchgate.net/publication/39146903_La_educacion_psicomotriz_en_la_escuela_primaria_la_psicocinetica_en_la_edad_escolar)
- Lede, M. (2011) La imagen corporal. Recuperado de <http://psicologia-malenaledede.blogspot.com/2011/11/la-imagen-corporal.html>

- Lewis, C. (2011). A través del espejo y lo que Alicia encontró al otro lado. Título original: "Through the Looking Glass". Recuperado de <http://www.biblioteca.org.ar/libros/11391.pdf>
- Loli, G. y Silva Y. (2006). Psicomotricidad, intelecto y afectividad. Lima, Perú: Bruño. *El desarrollo del esquema corporal*. Recuperado de <http://www.cosasdelainfancia.com/biblioteca-psico06.htm>
- Maciel, P. (2011). Discapacidad visual y esquema corporal. Recuperado de [http://www.integrando.org.ar/investigando/dis\\_visual.htm](http://www.integrando.org.ar/investigando/dis_visual.htm)
- Mackie, M.M. (1973). *Arriving at truth by definition: Case of Stereotype Inaccuracy*, en Social Problems. Recuperado de <http://docplayer.es/15023132-Educacion-superior-e-inclusion-desafios-y-oportunidades-para-estudiantes-en-situacion-de-discapacidad.html>
- Morales De León, D. (2016). Relación de la autopercepción de la imagen corporal y el consumo de edulcorantes añadidos en estudiantes de la Universidad Rafael Landívar Guatemala. Estudio realizado en estudiantes del curso de formación Integral Juventud y vida saludable, Jornada Matutina y Vespertina. Guatemala: Universidad Rafael Landívar. Recuperado de <http://biblio4.url.edu.gt/Tesis/V20/seol/Tesis/2016/09/15/Morales-Dulce.pdf>
- Organización Mundial de la Salud –OMS-. (2014). Ceguera y discapacidad visual. *Nota descriptiva N° 282*. Recuperado de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs282/es/>
- Organización Nacional de Ciegos Españoles –ONCE-. (2017). Concepto de ceguera y deficiencia visual. Recuperado de <http://www.once.es/new/servicios-especializados-en-discapacidad-visual/discapacidad-visual-aspectos-generales/concepto-de-ceguera-y-deficiencia-visual>
- Pallarés, J. La comunicación cinematográfica. Badajóz: Dep. de publicaciones, 2000. Recuperado de [revistas.unibh.br/index.php/ecom/article/download/575/330](http://revistas.unibh.br/index.php/ecom/article/download/575/330)
- Pinquart, M. y Pfeiffer, J. (2012). *Body image in adolescents with and without visual impairment*. Recuperado de <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0264619612458098>

- Probst, M., Vandereycken, W., Coppinolle, H. Y Vanderlinden, J. (1995). “*The Body Attitude Test for patients with an eating disorder: Psychometric characteristics of a new questionnaire*”. *Eating Disorders*, nº 3, pp. 133-144. Recuperado de <http://psycnet.apa.org/record/1996-18786-001>
- Ramos F. (2006) Relación entre el sobrepeso y la autoestima en alumna de 11-12 años de un colegio privado de la ciudad capital. Tesis. Guatemala: Universidad Rafael Landívar.
- Sánchez, Cristina y Lansingh, Van C. (2014) VISIÓN 2020/IAPB Latinoamérica. Querétaro, México. Recuperado de <https://vision2020la.wordpress.com/2014/07/14/cifras-de-ceguera-en-latinoamerica/>
- Schilder, P. (1950): *The image and appearance of the human body*. New York, EE.UU.: International Universities. Recuperado de <https://www.questia.com/library/77317214/the-image-and-appearance-of-the-human-body-studies>
- Solís Avalos, G. (2014). Percepción y creencias irracionales de la imagen corporal de mujeres adultas pertenecientes a gimnasio Crossfit zona 15 Guatemala. Guatemala: Universidad Rafael Landívar. Recuperado de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Solis-Gabriela.pdf>
- Thompson, Heinberg, Altabe y Tantleff-Dunn (1998). *The Media's Influence on Body Image Disturbance and Eating Disorders: We've Reviled Them, Now Can We Rehabilitate Them? Journal of Social Issues, Vol. 55, No. 2, 1999*, pp. 339-353. Recuperado de [http://scholarcommons.usf.edu/psy\\_facpub/2151/](http://scholarcommons.usf.edu/psy_facpub/2151/)
- Vaquero Cristóbal, R. (2013). Imagen corporal, revisión bibliográfica. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309226055004>
- Vayer, P. y Picq, L. (1985). Educación psicomotriz y retraso mental: aplicación a los diversos tipos de inadaptación. Barcelona, España: Científico-Médica. Recuperado de <https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/11952/>
- Villamil, R. (2008). Psicología, psicoanálisis y educación. Recuperado de <http://iic-pedagogia.blogspot.com/2008/12/construccin-del-esquema-e-imagen.html>

Visión 2020. (2014). Cifras de ceguera en Latinoamérica. Recuperado de <https://vision2020la.wordpress.com/2014/07/14/cifras-de-ceguera-en-latinoamerica/>

Wallon, H. (1987). Psicología y educación del niño. Una comprensión dialéctica del desarrollo y la Educación Infantil. Madrid, España: Visor-Mec. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/39146904\\_Psicologia\\_y\\_educacion\\_del\\_nino\\_una\\_comprension\\_dialectica\\_del\\_desarrollo\\_y\\_la\\_educacion\\_infantil](https://www.researchgate.net/publication/39146904_Psicologia_y_educacion_del_nino_una_comprension_dialectica_del_desarrollo_y_la_educacion_infantil)

## ANEXOS

## IX. ANEXOS

### 9.1 Instrumento

#### Entrevista sobre imagen corporal

- Definición: La imagen corporal es el concepto que cada persona tiene de su propio cuerpo, percepción que puede ser igual, parecida o decididamente diferente a la imagen que la persona proyecta en el espejo.
  
- Indicadores:
  - ❖ Factores que forman la imagen corporal:
    1. ¿Qué elementos considera que definen la imagen corporal? Explique.
    2. ¿Cómo definiría el concepto de imagen corporal, en sus palabras?
    3. En sus palabras, ¿Qué significa tener una adecuada imagen corporal?
  
  - ❖ Alteraciones de la imagen corporal:
    4. ¿Cómo percibe su imagen corporal?
  
  - ❖ Construcción del yo:
    5. En la historia de su condición de discapacidad visual, ¿alguna vez se vio a sí mismo ante un espejo? Explique.
    6. ¿Cómo ha cambiado esta percepción de su imagen a lo largo del tiempo? Explique.
    7. ¿Qué rol jugaba su madre, padre u otros familiares con respecto a su propia imagen? Explique.
  
  - ❖ Inclusión social:
    8. ¿Cómo percibe que los otros le ven?
    9. ¿Considera que su imagen influye en la inclusión de su entorno? ¿Por qué?
    10. ¿Qué importancia tiene para usted la opinión de los otros sobre su imagen física? Explique.



11. ¿En su grupo de amigos y de personas con las que se relaciona, es importante la belleza física? ¿Por qué?

❖ Percepción de la imagen corporal:

12. ¿Qué actividades realiza para cuidar su cuerpo?

13. ¿Tiene alguna rutina de ejercicio o alimentación? ¿cuál(es)?

14. ¿Qué parte de su cuerpo le hace sentir bien y a gusto? ¿Por qué?

15. ¿Hay algo de su cuerpo que le incomoda o no le agrada, qué parte es? ¿Por qué no le agrada?

16. ¿Qué herramienta de movilidad utiliza? ¿Considera que esta forma parte de su imagen corporal? ¿Cómo?

17. ¿Utiliza lentes oscuros? ¿Con qué fin?

18. ¿Hay alguna otra característica de su cuerpo o parte de su cuerpo que quiera mencionar?

19. En las decisiones sobre su imagen ¿Incluye sus propios gustos o preferencias o se basa en ajenas?

20. Si pudiera cambiar algo de su imagen, ¿qué cambiaría y cómo?

## 9.2 Matriz de respuestas a la entrevista

INDICADORES /SUJETOS	1M	2M	3M	4M	5M	1F	2F	3F	4F	5F	Observaciones y análisis
<b>Datos generales</b>											
<b>Edad</b>	33	34	38	29	32	28	40	28	35	41	
<b>Tipo Ceguera</b>	adquirida	adquirida	adquirida	congénita	congénita	adquirida	congénita	congénita	adquirida	adquirida	
<b>Etapa Ceguera</b>	adultez temprana (20 años)	adolescencia (18 años)	adolescencia (19 años)	congénita	congénita	infancia (8 años)	congénita	congénita	adultez temprana	Adultez temprana (22 años)	
<b>Escolaridad</b>	maestría	licenciatura	licenciatura	sexto primaria	bachiller	licenciatura	licenciatura	bachiller	licenciatura	licenciatura	
<b>A</b>											
<b>1.</b>	Para mí los aspectos que definen mi imagen son: el autoestima, auto concepto, además de la proyección que deseo transmitir.	Yo creo que depende mucho del valor que uno se da, de la manera que te forman, de la manera que te han proyectado. Es importante el concepto que da la familia que te ayuda a tener un concepto de sí mismo. Al pasar el tiempo, este concepto cambia. Creo que lo	Yo lo pondría en dos espacios, la parte física, las características como personas tanto hombre como mujer. Una segunda es entorno o en función de tu personalidad o de tu arreglo personal. Es fundamental tu presentación personal, que puedas ser independiente y manejar tu propia ropa, que cuida ambas partes, la física y la parte de la personalidad.	Yo pienso que puede ser su presentación en la manera de vestir y esto influye en su personalidad. La manera de comportamiento y en la actitud también porque dice mucho de la imagen.	La higiene, la personalidad, la forma de ser y de vestir de mi persona	Yo creo que la personalidad es importante, también es importante arreglarse bien y no salir fachuda porque hay que verse bien y tratar de estar lo mejor posible en cuanto a piel y limpieza.	Considero el arreglo, el vestuario, la postura del cuerpo. La limpieza de uno también es sumamente importante, el hecho que uno tenga buen olor. La postura es muy importante para mí porque dice mucho de alguien.	Los gestos, la forma vestirse, la forma en que uno se para y la forma en que uno se arregla la cara y el pelo.	Primero que todo para mí lo importante es que la persona o sea yo me encuentre bien mentalmente. Otro elemento importante para la persona con discapacidad es la aceptación de uno mismo, como es uno. Lo específico es la limitación de lo visual. Si yo me	La actitud, eso es algo muy importante porque eso te hace no esconderte de las personas y no pensar mal, como no miro y nadie me mira.	De los diez sujetos entrevistados, los cinco sujetos masculinos mencionaron que una parte importante de la imagen corporal es la personalidad y la actitud que ellos tengan ya que dicha se verá reflejada en el cuerpo. Tres de ellos mencionaron los aspectos físicos que aportan a una buena imagen corporal. Como por ejemplo, tipo de vestuario. Con

		<p>primero es la formación inicial que se tiene en el círculo familiar. Segundo, a través del tiempo uno comienza a darse cuenta, valorarse y entra una parte muy importante, la comparación. Ese es un elemento que define la manera en que las personas se valoran.</p>							<p>quiero, voy a tener una imagen adecuada. Cuidar la presentación en cuanto andar con la ropa limpia, zapatos limpios, bañadas, peinado, la piel en buen estado. Un elemento importante es cuidar la imagen.</p>		<p>respecto a los sujetos femeninos, las cinco mujeres mencionaron que la limpieza, arreglo personal, vestuario y postura son aspectos que forman y constituyen la imagen corporal. Una de ellas mencionó que la aceptación ante la limitación visual es importante para dicho aspecto y dos participantes incluyeron la personalidad y actitud como un elemento que contribuye a la imagen corporal.</p>
2.	<p>Es la proyección de mi personalidad, reflejada a través de la vestimenta,</p>	<p>Es la percepción que cada individuo tiene de lo que es físicamente. También es el valor que uno se da y</p>	<p>Es el cuidado que debe tenerse como persona independiente de la condición y situación como ser humano.</p>	<p>La imagen corporal es la presentación, los actos que la persona hace en sociedad. Hay muchas</p>	<p>Para mí es una persona que está bien vestida, bien arreglada. Es verse bien y lo</p>	<p>Es estar presentable, actuar naturalmente, ser uno mismo y no fingir ser otra persona y ser directo.</p>	<p>Es lo que dice y representa a la persona y de nuestra actitud y como nos proyectamos. Se dice mucho a</p>	<p>Es la expresión del cuerpo y como se arregla uno y como se ve uno.</p>	<p>Es el cuidado y la actitud que uno proyecta. Es tener una buena presentación personal, hacer que la gente me</p>	<p>Es el reflejo del estado anímico de una persona a través de su vestimenta</p>	<p>Los participantes coinciden en el concepto que se tiene sobre imagen corporal. Los diez participantes consideran que</p>

	lenguaje corporal, además de la actitud que me define.	como un se quiere.		personas que hacen actos incorrectos, hay que ser cordial para tener una buena imagen corporal.	que uno refleja.		través del vestuario.		vea bien.		la imagen corporal es el reflejo de la personalidad y que esta se ve representada en la forma de vestir, arreglarse y la postura que se utilice. Mencionaron aspectos como: cuidado de uno mismo, actitud, estado anímico y expresión del cuerpo. Los elementos anteriormente mencionados dan a conocer que todos los participantes ven al cuerpo como un espejo de su estado interno para la sociedad.
3.	Es la congruencia entre la vestimenta, lenguaje corporal y actitud.	Es tener aceptación de los rasgos físicos. Como por ejemplo, color de piel, ojos, formas, altura el peso creo que es	Es donde tener que cuidar tu arreglo físico con su imagen, uno se tiene que sentir bien como es corporalmente y el arreglo lo complementa, pero en principio	Que la persona tenga un buen cuerpo, que la persona esté bien arreglada. Que estén peinados, que la cara esté limpia,	Es estar cómodo con sus propios gustos, estar bien de salud física, mantener bien el cuerpo. Para mi	Arreglarse de forma cómoda, no estar inconforme a la hora de estar en un lugar, sentirse bien con la ropa que tiene uno.	Para mi es como cumplir con los estándares de la sociedad y tener esa seguridad de lo que yo uso, mi vestuario y	Para mi es muy importante tener una buena presentación, el vestuario que me haga ver bien, los	Tiene que ser acorde a mi personalidad, trabajo, mi discapacidad y mi actitud. Para mi es vestirse sencilla, me gusta lo sobrio, hay	Es tener paz, aceptación, aceptarse uno tal como es	Siete de diez participantes utilizaron la frase "Sentirse bien" ya sea para referirse a la condición de cuerpo o a lo que les ha tocado acoplarse. Dos sujetos

		relativo. También creo que tiene mucho que ver la cultura en que nacimos. Como comentarios como "Yo debí haber nacido en otro lado." Tener rutinas, hábitos y adaptarse.	sentirse bien como uno es.	la ropa esté limpia. Yo creo que lo corporal es esa parte de sea un cuerpo sano.	es más que todo cuidar el cuerpo.	Siempre ser y hablar directo sin peros en la boca y eso ayuda a verse bien y ser uno mismo.	depende de eso me proyecto yo.	gestos al momento de expresarnos, saber arreglars e la cara, la forma de caminar y la postura que uno pone.	que vestirse conforme a la edad.		masculinos mencionaron que tener una buena imagen corporal es el tener un adecuado aspecto físico y poder verse arreglado ante la sociedad. Las cinco mujeres consideran que una buena imagen corporal se consigue teniendo un vestuario adecuado, comodidad en la vestimenta y mantener su cuerpo limpio y arreglado. Una de ellas agregó que el concepto de una adecuada imagen corporal se relaciona con cumplir los estándares de la sociedad para así poder encajar en lo considerado "bueno".
<b>B</b>											
<b>4</b>	Soy una persona que	Sí, fue algo espectacular . Es	En mi condición propia es por	No, nunca me ví, siempre lo	No, nunca me vi porque	No, no me importó. No fue algo	No, no me vi ni me veo y me frustré	Me vi al espejo, pero fue	Solo me podía ver del lado, el lado	No, no me logro ver ni me logré.	La frustración ante el no poderse ver en

	adquirí la discapacidad, por lo tanto con frecuencia me veía al espejo por... lo tanto tengo una concepción de mi figura casi clara a pesar de no verme desde hace 20 años.	agradable poder verse, conocerse y aceptarse. Actualmente no puedo ver nada. Es una situación frustrante y no quiero decir triste, pero es extraña. En mi caso es difícil por el tema de rasurarse. Es de irse adaptando porque ya no me puedo ver y ahora lo tengo que hacer todo con el tacto. Hay que saber colocar el peina, la rasuradora.	un diagnóstico de Retinitis pigmentaria entonces la visión se va desapareciendo. Nunca me vi al 100 pero si lograba ver mi figura, nunca vi aspectos como el color de mis ojos o rasgos detallados. Guardo cierta imagen de como soy. Guardo esos recuerdos porque hoy ya no me veo al espejo desde hace bastante.	quise hacer y a sabiendas que no podía siempre lo intentaba. Siempre me imaginé, pero en definitiva no es lo mismo imaginarse y verse de verdad. Obviamente la cara cambia y eso nunca lo he visto.	nunca tuve vista. Varias veces me frustré que no podía verme porque me generaba muchas preguntas que era verse realmente ante un espejo.	importante para mi porque no tengo el concepto.	bastante. Siempre he querido verme y muchas veces quisiera verme cómoda y no me puedo verme. A veces duele no verse y no ver los cambios de mi cuerpo es muy fuerte.	muy poco, solo miraba mi silueta. Ahora no me siento segura si me pongo frente a un espejo y me siento mucho mejor a imaginarme. No me motiva verme ni quiero verme, yo me siento mejor cuando me imagino.	derecho. Me gustaba ver mi ojo derecho porque era el que estaba bien y se miraba bien, pero cuando me miraba del lado izquierdo no me gustaba. Odiaba verme ese ojo, ese color gris feo del ojo. Mucho tiempo me consideré fea por eso. Cuando me dejé de verme frustré mucho cuando ya no me pude ver. Ahora mis espejos son la mirada de los otros, en especial la de los hombres.	Me pusieron en terapias donde me pedían y casi obligaban a intentarme ver, me sentí incompleta, me dio mucho miedo.	un espejo es evidente en los diez participantes. A pesar de que algunos sí tuvieron algún tipo de idea o concepto de su figura ante un espejo. Las mujeres expresaron sentir inseguridad, deseo de quererse ver y una de ellas mencionó que prefiere imaginarse ya que nunca le pareció verse ante un espejo. Los hombres expresaron tener el recuerdo de su imagen y en dos participantes se pudo destacar que el intento de hacerlo a pesar de no lograrlo es evidente.
5	Algunas veces he preguntado a mi familia	Yo creo que permanece lo mismo con un poco de desgaste.	Yo diría que no ha cambiado sigo siendo la misma persona delgada de	Ha cambiado bastante o bueno, eso me han	Me he dado cuenta de mis cambios	Sigo siendo la misma y creo que he crecido. Para mi sigo	A cambiado bastante, yo antes me sentía bien y ahora me	Ha sido mejor porque mi imagen	Ha sido positivo porque yo tuve un problema	Ha cambiado a medida que he aceptado mi	Los hombres orientaron su respuesta hacia aquellos cambios físicos

	<p>del cambio de mis facciones personales, también busco su opinión de la ropa de moda y las acciones que la gente realiza con mi persona.</p>	<p>Me han dicho que se me ha caído el pelo en las entradas y si no me dicen no me doy cuenta. Ha sido una percepción que sigue siendo la misma desde la última vez que me ví al espejo. Si alguien no me lo dice y no lo veo creo que no hay cambios.</p>	<p>como he sido siempre. Es una percepción que me agrada.</p>	<p>dicho. Yo antes cuidaba mucho mi imagen, yo me fijaba en estar bien arreglado y así. Cuando fui creciendo me dejé de importar como me arreglo. Ya no me peino, ya no me preocupo por mi ropa. Solo me arreglo cuando tengo algo sumamente importante.</p>	<p>físicos y a veces me han dicho como he cambiado . El pelo, el color del pelo, mi complexión física.</p>	<p>siendo la misma. Siempre ha sido estar lo más cómoda posible.</p>	<p>siento incómoda con mi cuerpo y tiene mucho que ver con el hecho que no tengo una opinión segura. Me he sigo adaptando a mi discapacidad</p>	<p>ha mejorado en estilo, y belleza. Me dejé de ver y ahora me siento tan segura, el espejo engaña.</p>	<p>muy fuerte a nivel emocional y estuve en tratamiento psicológico. Me sirvió para corregir mi vida, me acepté, me gustó más mi ojo izquierdo. Ha cambiado para bien.</p>	<p>condición, mi discapacidad, el no verme, he mejorado. Antes no me soportaba de cómo me veo</p>	<p>tanto positivos como negativos para ellos. Es decir, cambios debido a la edad, cambios en la moda y la complexión del cuerpo y rasgos faciales que han ido variando. Las mujeres orientaron su respuesta hacia la aceptación de su cuerpo y condición, los cambios positivos acerca de su imagen y la opinión de los otros. Con respecto a esta pregunta se pudo notar que los hombres tuvieron más apertura para responder de forma concreta y se mostraron indiferentes al mencionar los cambios y percepción de su cuerpo. Por otro lado, las mujeres se mostraron resistentes y cerradas ante la</p>
--	--	---	---	--	--	--	---	---	--	---	---

												pregunta. Las cinco participantes orientaban su respuesta hacia una tercera persona y al aspecto de la aceptación de la imagen por lo que se tuvo que redirigir la pregunta para así obtener las respuestas de cada una con relación a su propia experiencia. Cuatro de las cinco mujeres se mostraron incomodas al momento de responder a esto.
6	Desde niño mi familia interactuaba con la vestimenta, me enseñaron la combinación de colores y tipos de ropa que	Es prioridad en la vida de uno. Es un rol fundamental. Considero que puede provocar que tu autoestima sea mayor o sea menor porque ellos te dicen lo que ven. Yo	Bueno, muchos de mi familia e incluso amigos y amigas siempre han subrayado esa parte que he sido delgado, pero también son aspectos que vienen de familia. Ha sido importante la mirada de la gente en	Es importante, cuento mucho con esa opinión. Me gusta que me digan si me veo más viejo o no. He tratado de siempre tener esa opinión de mis	Juegan un rol muy importante y porque me dicen lo que no veo. Como colores, tipo de ropa, si se me ve bien. Más que todo yo le	Mi mamá siempre me ha ayudado en ver que esté bien y no me haga falta algo. Mi mamá siempre ha sido muy directa y la comunicación con ese tema es muy	Me es muy importante, para i no es fácil no tener a mis hermanas. Yo necesito mucho de la opinión de los otros, no me atrevo a comprar ropa, para que me den la opinión	No me guío mucho por la opinión de los demás, no pregunto solo me pongo lo que a mi me hace sentirme cómoda.	Mi mamá siempre fue mi espejo, ella siempre me dijo, su opinión tenía mucho peso. Ella era muy directa, ella me aseguraba y me corregía. Era mi mejor espejo. Siempre	Es vital, es mi hijo pequeño, Él me apoya, con mucho cariño me dice la verdad y no lo que no me va. Todos los demás no me dicen nada. En un tiempo,	Es evidente que la madre es la persona en la que todos los participantes pueden contar. Nueve de diez sujetos consideran que su madre es la persona quien les da la opinión más sincera y directa. La participante	



	<p>van corre con cada situación social, al perder la vista todo este conocimiento adquirido ahora es una base importante para imagen en todos los contextos en los que me desenvuelvo</p>	<p>voy con mi mamá y le pregunté si tengo arrugas o no, me dijo que no. Yo también quiero oír la opinión de otros para saber lo malo. Mis papás me dicen los cambios que son obvios. Depende mucho como dicen y me transmiten los cambios de mi cuerpo. A mi me gusta que me digan las cosas directamente. Mi mamá se encarga de echarme cosas en el pelo cosas para que no se me caigan porque yo no me preocupo en</p>	<p>decirme si me veo bien o no. Cuando me dicen si la ropa me queda bien o no porque a veces uno como hombre es un cuidado menor con respecto al arreglo. A veces solo me pongo una playera y ya, pero hay gente que si te mira y hay algunos que tienen facilidad de decirme las cosas. La gente hace esa mirada.</p>	<p>familiares.</p>	<p>pregunto a mi mamá.</p>	<p>abierta.</p>	<p>de los colores. Necesito que alguien me mire.</p>	<p>Yo confío que si me siento bien, me veo bien. Ellos me ayudan cuando si se ve muy mal o la ropa está manchada.</p>	<p>intenté imitar a mi tía y fue otro espejo</p>	<p>tuve unas alumnas y ellas fueron mis mejores ojos</p>	<p>que no mencionó a su madre, comentó que es su hijo quien le apoya en este sentido. Los diez participantes consideran que el hecho que un familiar les vea la vestimenta o les apoye en el arreglo personal les da seguridad. Los hombres expresaron que les agrada saber cuando algo de su imagen no está bien o puede mejorar. Por ejemplo, vestimenta, cambios físicos notorios y postura. Las mujeres, tienden a buscar los comentarios positivos que les hagan sentir seguras y cómodas.</p>
--	---	--	--	--------------------	----------------------------	-----------------	--	---	--	--	---

		eso. Uno aprende a verse internamente.									
<b>C</b>											
<b>7</b>	Por comentarios que la misma gente me dice: tengo una buena aceptación de mi persona por la forma en que visto, la cual complemento con una buena actitud.	Como yo veo. Yo creo que la gente ve en ti lo que tu proyectas. Te ven como tú te sentís. Yo me veo muy bien, yo percibo una imagen de aceptación, no busco mejorarme para proyectar algo mejor. Creo que lo que sí trato la manera es de cuidarme mucho el tema de la limpieza y el cabello. Siempre tenerlo limpio, corto. Me gusta dar la impresión de estar limpio. Me gusta tener	Bien en términos generales. Me ven bien por el tipo de actividades en las que he estado involucrado. Me mantengo en actividades de deporte entonces trato de combinar esas dos partes en las que la gente me percibe muy bien por ser una persona activa, por participar. Me siguen viendo como alguien bien corporalmente. En cuanto a mi presentación hay quienes que sí me dicen aspectos como el largo de mi pelo o si mi ropa. En sí es como yo me	Yo percibo que me ven como una gente común y corriente en cuanto a mi imagen física. Yo siempre intento dar la misma imagen, pero esa opinión no es tan importante.	Es algo bien difícil porque no todos te ven igual. Hay gente que me ve como alguien que puede sobresalir y que tiene la necesidad de superación y esas ganas de vivir. También hay gente que me ve como un estorbo en la sociedad y eso por la misma discapacidad de uno y por	La gente al principio es como que actúan muy falso y al final se acoplan y llegamos a ser buenos amigos. Al principio tienen como miedo. A veces no saben cómo tratarme.	Siento que me ven bien, a veces creo que me lo dicen por compromiso, pero igual yo necesito la opinión. Me da seguridad recibir esos comentarios y dice mucho de mi actitud.	Me ven muy bien, siempre me dicen que me veo linda y siempre me complementan en algo.	Considero que me ven una persona con carácter muy fuerte y sé que lo reflejo con mi vestuario. Creo que me ven que tengo un buen arreglo personal.	Cuatro de los cinco sujetos hombres consideran que los otros les ven bien. El participante que no considera que le ven bien, expresó que en ocasiones percibe que le ven como un estorbo por la discapacidad. Tres mujeres mencionaron que perciben una buena opinión por parte los otros ante su imagen. Una participante expresó que no siempre	

		la camisa bien planchada y lavada. Soy disciplinado y recto. Que rico sentir a alguien que huele bien, creo que nosotros los ciegos el olor es un algo que captamos muy bien.	siento.		la misma falta de educación cultural . Yo creo que mis amigos me ven bien y la gente lejana a mi no tanto.						le ven bien, sin embargo, le sirve la opinión de los otros para sentirse segura. La quinta participante comenta que le ven con admiración y eso le hace sentir muy bien. Al momento de realizar esta pregunta a los participantes se pudo notar que los hombres contestaron con facilidad y despreocupación. Las mujeres se vieron en una posición incómoda y cuatro de ellas se tomaron bastante
--	--	---	---------	--	--	--	--	--	--	--	---

										tiempo en encontrar una respuesta para dicha pregunta. Me ven con admiración y eso me encanta.	
8	Sin duda... parte de mi aceptación social es mi vestimenta, busco que este a la moda sin caer en contextos que quizá no van con mi forma de vestir. Por otro lado me visto acorde a cada situación a la que me enfrento social y laboralmente.	Sí, yo creo que la gente ve, ve en nosotros una imagen de limpieza de arreglo. Eso invita a la gente a estar con uno, creo que les parece agradable. A mi me han dicho que mi olor atrae y que mi ropa también. Yo le pongo mucha atención al olor de una persona y eso me atrae. Creo que el comportamiento debería ser como lo	No, primero porque reitero que yo me siento bien como estoy y para mucha gente dicen que necesitaría cambiar, pero eso va desde que la sociedad percibe esas cosas. Yo me siento bien independiente de sí la sociedad me acepta o no. En el sentido de como arreglarse sí influye. Primero, la discapacidad está mal vista en términos generales y si hablamos de ciegos creen que porque no vemos no nos	Sí, yo pienso que sí. Yo creo que la gente nos ve como nosotros reflejamos. Es importante medio arreglarse para que a uno lo tomen en cuenta.	En parte sí porque lo que sucede es que uno demuestra a cosas interesantes en la imagen. Tener una buena imagen da lugar a mucho, trabajo, amigos, que te traten bien. Yo creo que eso ayuda por lo mismo de la discapacidad ya que te quita algo de eso de	Sí, porque ayuda a otras personas a ser expresivas y hablar claro. He podido enseñarle a gente cosas que creen que no puedo hacer.	Sí, definitivamente porque es le da a uno esa posibilidad de quitarse el estereotipo. Como cuando te dicen que los ciegos no se saben arreglar. A mi no me gusta parecer ciega, no me gusta que me vean así. A mi sí me ha ayudado.	Sí, porque hay personas que por el simple hecho de verte te hacen de menos o te toman en cuenta. Hay que inspirar a que a uno le ayuden. Casi siempre me ofrecen ayuda, yo trato de dar una buena impresión. No porque hay personas	Sí, en una buena parte. Todo influye, pero en algún momento es esto de cómo te miro, te trato. Si uno se ve mal vestido a uno le tienen más lástima.	Sí, ayuda mucho porque me han dicho que si me veo bien, me aceptan y si no doy lástima. No me puedo abandonar porque no causa una buena impresión.	Todos los participantes consideran que la imagen física sí aporta y contribuye a la inclusión social. Las respuestas concuerdan en el aspecto que serán aceptados y tomados en cuenta siempre y cuando se vean bien y presentable. Tres hombres expresaron que el olor de las personas y de ellos mismos es algo importante, es un aspecto que les llama la atención y les atrae. Un hombre y una mujer mencionaron el aspecto de los

		que proyectan.	<p>arreglamos o no nos bañamos. Creen que si no vemos no influyen los colores, para que arreglarnos. La segunda parte, no se tiene que ver a las personas con discapacidad visual como alguien diferente, cada quien crea su propia personalidad, su propio cuidado, su arreglo, su limpieza, su combinación de estilos porque hay quienes sí se arreglan y hay quienes no se arreglan y sí están descuidados. Precisamente tienen que ver a la persona, el nombre de la persona no como me arreglo.</p>		no ver.			que si no se arreglan y se ven muy mal, pero hay que saber conocer a las personas.			<p>estereotipos de la discapacidad visual, haciendo referencia a que el arreglarse y tener una adecuada imagen física les ayuda a disminuir los estereotipo de la discapacidad visual. Como por ejemplo, "los ciegos no se arreglan si no ven los colores", "Los ciegos no saben como vestirse".</p>
--	--	----------------	--	--	---------	--	--	--	--	--	--

9	Depende de la persona y la forma en que me lo digan, generalmente lesivo comentar ios positivos y en ocasiones que me dan con el fin de mejorar mi imagen.	Ninguna, porque creo que lo más importante es que uno se sienta bien. Si tú te sentís bien no te debería importar lo que dicen los demás. Creo que es una cuestión muy personal porque sino en mi vida entran los modelos y para que me digan que me vería mejor con algo diferente. Creo que el asunto está en el autoestima porque la gente puede destruirlo a uno. Yo me siento bien con mi imagen y eso lo hago teniendo una	En mi caso, mucha gente me percibe bien ya sean amigos o familiares con o sin discapacidad. Me agrada que me vean bien, me importa cuando me dicen que me veo bien.	Tiene mucha importancia , porque cuando me dan una opinión la tomo mucho en cuenta, siempre hago los cambios que me digan. Si la respuesta no es positiva no cambio y si es negativa no.	La verdad es que con que se sienta bien uno es importante, pero también sirven las opiniones de los demás. Si sé que depende mucho de la opinión propia porque yo creo que eso me hace distinto a mi.	Nunca me han hablado de eso, pero sí me importa y cuando es bueno lo agradezco porque me reconocen mi esfuerzo.	A mi me importa mucho siempre y cuando sea gente cercana a mi. Si es alguien extraño no lo tomo en cuenta.	A pesar de que tengo buenas y muy malas opiniones es algo a lo que no le pongo mucha importancia. Confío y creo mucho en mí, a los comentarios buenos los tomo y los malos los dejo no me gustan.	Sí, me importa mucho porque como dije, los hombres son mis espejos. A mi no me gusta que me digan que me veo mal, si a alguien no le gusta lo que tengo puesto nunca más me lo vuelvo a poner.	Siento que la opinión de los otros me hace tomar retos, sí me importa. Lo tomo como una mirada, como una observación . Antes de comenzar a hacer algo, siempre pregunto a alguien de confianza.	La opinión de los otros acerca de la imagen física es en definitiva importante para los sujetos entrevistados. Tres hombres consideran la opinión de los otros con respecto a su arreglo como algo importante y a tomar en cuenta. Los otros dos participantes no consideran esto como algo importante, sin embargo, reconocen que la opinión de los otros sí es útil en ocasiones. Las cinco mujeres consideran la opinión de los otros como algo importante y esta consideración tiende a elevarse cuando los comentarios que reciben son positivos. Una de ellas expresó
---	--	--	---	--	---	---	--	---	--	---	---

		<p>identidad propia, no busco modelos, no me adapto a la moda. Yo me compro lo que me hace sentir bien, mantengo siempre la misma imagen, no cambio con eso porque es tan de acuerdo con la personalidad que tengo.</p>									<p>que no le es de tanta importancia dichas opiniones ya que ella confía mucho en sí misma.</p>
10	<p>No es algo que defina el trato entre nosotros, sin embargo destacamos a la persona que puede ser más agradable a la vista.</p>	<p>No es importante, todos fuimos creados de alguna manera y no creo que exista un standard de belleza y creo que la belleza está cuando la gente aprende a identificarlo. Yo en una persona puedo ver lo</p>	<p>No, porque me he dado cuenta que describir quien es uno va más allá de tu aspecto físico, sin embargo, existen miradas propias de tu parte física que de alguna manera sí influyen en la personalidad y en las personas con las que me relaciono. Por ejemplo, una buena personalidad</p>	<p>No, al menos en mi grupo de gente cercana no es importante. Nunca nos decimos nada, nos vemos como amigos y con cariño. No criticamos nuestra imagen física.</p>	<p>No, porque por lo menos nunca me han cuestionado entre mis amigos y yo tampoco los juzgo por lo que ellos usan. Me aceptan tal y como soy.</p>	<p>No, me he dado cuenta que la actitud de las personas cuenta más y nunca han juzgado mi imagen.</p>	<p>No, porque se acostumbraron a ayudarme y a vernos con el corazón.</p>	<p>No, la belleza física no pero el arreglarse, el verse bien y el no estar en facha sí. Eso es algo que tomamos en cuenta. Sí es importante porque queremos</p>	<p>Sí, la buena presentación y la belleza porque como es algo temporal lo debemos explotar. La presentación personal en mi grupo es importante. Yo puedo ser fea, pero sí me visto bien se me quita lo feo. Como dije, la opinión de mis amigos y</p>	<p>No, no es importante sino más bien la emocional. La belleza emocional es muy importante</p>	<p>Nueve de diez sujetos consideran que la imagen y belleza física no es importante en su grupo de amigos o personas cercanas. Es la actitud, estado de ánimo, personalidad y cariño son los elementos que prevalecen en sus círculos de amigos. Por otra parte, una de las</p>

		<p>bonito que tiene, pero hay que aprender a ver y no a comparar la belleza de modelaje. Creo que la belleza la veo muy diferente. Yo que soy una persona con discapacidad visual y no puedo ver los detalles de sus rasgos. Yo siempre le pregunto a alguien que ve "¿Cómo es la persona?" y pido la descripción exacta y en mi cabeza me hago la imagen. Yo veo la belleza a través del tacto, para mí es con la exploración y me hago una imagen</p>	<p>con alguien que tiene rasgos agradables o que me parezcan atractivos. Yo creo que hay quienes son simpáticos físicamente, pero arrogantes entonces los alejo. Yo creo que es un complemento.</p>					<p>s vernos bien arreglados y saber que ponerse, queremos estar presentes. En cierta parte influye mucho por la gente con la que uno se junta.</p>	<p>grupo de personas es muy importante entonces si llega a ser algo esencial.</p>		<p>participantes sí considera que la imagen y belleza física es importante en su grupo de amigos ya que esta es temporal y debe explotarse y a su vez dice mucho de las personas con las que ella se junta. Ninguno de los participantes se mostró renuente o incómodo ante esta pregunta ya que la respuesta parecía estar más que clara.</p>
--	--	---	---	--	--	--	--	--	---	--	--



		de la persona con su rostro. Yo si logro determinar belleza física a parte de lo interior.									
<b>D</b>											
<b>11</b>	Considero que es la adecuada , me acepto y valoro tal como soy	Yo la percibo agradable, siento que proyecto seguridad y que o me afectan los comentarios de los demás. Sé que tengo que hacer algunas mejoras para largo tiempo. Como bajar de peso, cuidarme el pelo y la piel. Al final sé que la imagen se va a desgastar y de nuevo, entra el tema de la aceptación. Me tienen que gustar	La percibo bien, sigo y me mantengo físicamente por la poca actividad física o deportiva que realizo. Me gusta caminar y eso ayuda mucho a sentirme y mantenerme bien.	La percibo normal y bien porque a mi me gusta y me siento cómodo como me arreglo aunque no me arregle bien.	Sí, me gusta porque uno no debe estar inconforme con el cuerpo, pero uno también lo hace a las posibilidades de uno. Como por ejemplo, el saber que necesito ayuda para elegir los colores e intentar arreglarse como uno mejor pueda.	Me gusta como me arreglo, me gusta sentirme cómoda y a mi gusto. Lo que más me gusta de arreglarme. Me encanta elegir la ropa.	Yo la percibo agradable, bien y siempre busco como mejorar. Me dan ganas de cambiar por salud más que todo.	Siento que es muy buena, pero me gustaría mejorarla en cuanto a tener más combinaciones y estilos.	La veo bien, yo ahora me siento bien. Creo que me arreglo conforme a mi personalidad , soy sobria y sencilla. No me gusta vestirme diferente, de cómo dejé de ver.	Hoy, la percibo bien, me siento que tengo que seguir manteniendo o mi cuerpo. Sé que tengo que mejorar porque me lo han dicho.	Los participantes se perciben con una buena imagen corporal en general. Los hombres mencionaron sentirse bien, sin embargo, reconocen de forma rápida y fácil aquellos aspectos que quieren mejorar sobre su cuerpo. Por ejemplo, el cuidado del cabello, complexión corporal y vestimenta. Las mujeres expresaron sentirse bien, pero solamente dos de ellas mencionaron los aspectos que les gustaría cambiar sobre

		mis arrugas y el pelo.									su imagen. Por ejemplo, complexión corporal y estilo de vestuario.
12	Camino, intento jugar alguna vez futbol y comienzo a cuidar mi alimentación.	Hago ejercicio y trato mucho de balancear la comida, no dietas. Me gusta hacer ejercicios de cardio, caminar, trotar y a veces hago pesas. Lo hago todos los días y por lo menos una hora y media al día. Me gusta salir a caminar todos los días. La comida la balanceo de forma en que tres o cuatro días como saludablemente y los otros días como	No tengo una rutina solo juego los fines de semana. Es un deporte que me apasiona.	Camino mucho con mi perro y claro que me baño y limpio.	Me baño, me intento arreglar lo mejor posible y hago deporte.	Obviamente bañarme y mantener la limpieza. Hacer ejercicio, nadar y cuidar de mi piel. Me gusta usar productos naturales para la piel.	Hago ejercicio y me baño todos los días. Cuido de mi pelo, mi piel y el maquillaje.	Me arreglo el pelo y siempre intento tenerlo bien peinado. Me gusta usar maquillaje sencillo, pero elegante. Me gusta maquillarme mucho y casi no lo hago porque necesito ayuda. Me pongo ampollas para el pelo.	Me pongo muchas cremas en la cara, cuido mucho mi pelo, me peino y hago lo mejor posible. No uso maquillaje, no me siento segura usando maquillaje entonces no uso nada de rubor ni eso.	La higiene diaria, ropa limpia, me intento arreglar el cuerpo Duermo mucho también	El ejercicio y la limpieza del cuerpo son dos elementos que se presentan en las respuestas de todos los participantes. Nueve de diez participantes mencionaron tener una rutina de ejercicio de aproximadamente una hora y solamente un participante mencionó que no le gustaba tener ninguna rutina de ejercicio. Es notorio que los hombres realizan más deporte que las mujeres. Como por ejemplo, goalball y levantamiento de pesas. Las mujeres optan por ejercicios de cardio y rutina en casa.

		comida que tenga más grasa.									
13	No ninguna	Entrené desde pequeño ejercicios exigentes. Después de eso me sigo manteniendo, no tan fuerte, pero ya no de forma exigente. Con respecto a la alimentación, le pregunté a un nutricionista como le hacia y me dijo que tenía que comer tres días saludable y los otros días no.	La alimentación no afecta en mi, puedo comer o no comer porque no subo ni bajo de peso entonces no tengo una rutina de alimentación. De las rutina que hago es Goalball y ajedrez.	Solo camino con mi perro en las tardes y con la comida no tengo ninguna dieta y nunca la he tenido.	Hago ejercicio regular. Hago atletismo, pero ya no tanto. En cuanto a la alimentación no tengo una rutina, la verdad no me preocupo por eso.	Tengo una rutina de ejercicio. Hago una hora de bicicleta tres veces por semana y nado de dos a tres veces por semana.	Hago media hora de ejercicio seis veces por semana. Con respecto a la comida empecé una dieta y ahora procuro alimentarme bien. Desde hace poco me empezó a importar la comida.	Voy al gimnasio a veces cuando me dan ganas. Tomo mucha agua y productos naturales y cosas así. No hago dietas porque no me gustan.	Sí, a veces hago 15 minutos de caminata. La alimentación si me cuida. Me gusta comer frutas y agua, y tengo una dieta por Diabetes.	Camino 40 minutos, otros días salto cuerda. Hago ejercicios todos los días. Como muchas frutas, procuro no comer pan dulce ni cosas dulces. Casi siempre como galletas de avena, manías, evito todo lo que haga daño y que tenga grasas. Tomo mucha limonada, té de canela y trato de tener un horario de comida	Se puede notar que los hombres no tienen una rutina de ejercicio ni una dieta alimentaria. Dos de ellos mencionaron que la alimentación no afecta su imagen corporal. Las mujeres sí tienen una rutina constante de ejercicio y mantienen una dieta alimentaria. Las cinco mujeres mencionaron ser constantes con dichas actividades.
14	Mis brazos, ciento que	La altura, me hace sentir bien. Me permite	En términos generales todo, pero resaltara mis labios por	Los pies, me gustan porque me permiten	Me gusta todo mi cuerpo, me	No tengo respuesta para esta pregunta,	Mis manos porque con ellas puedo hacer	Me gusta mucho mi pelo, es muy	No tenía ninguna, pero hace un tiempo me	Mis piernas, porque en la infancia jugué	Es evidente que todos los participantes sí lograron

	cubren los requisitos para verse masculinos.	mantener mi personalidad, me mantengo con la imagen de fuerza o fortaleza, dureza, no se hace para atrás, es resistente. Mi altura hace que yo mantenga mi personalidad. Me gustan mis ojos porque son medio chinitos y porque son la ventana del alma. Me gusta mi voz.	la forma que tienen. Es algo que siempre me gustó ver, era uno de los aspectos que me gustaron mucho de mi cuerpo.	hacer muchas cosas y porque me parecen de buen tamaño.	parece que estoy de acuerdo con mi cuerpo porque así me hizo Dios.	no sé que parte de mi cuerpo me hace sentir bien.	bastantes cosas y me deja ver el mundo.	liso y largo y me da mucho estilo. Lo cuidó mucho por eso.	empezó a gustar mi busto. Me empezó a gustar por la mirada del sexo opuesto.	BasketBall y siento que tengo piernas firmes	reconocer aquel aspecto que les agrada más sobre su cuerpo o imagen. Con excepción de una mujer quien no tuvo respuesta a dicha pregunta.
15	Mi cuello, considero que es muy grueso y no es tan largo.	Las uñas de las manos, me las como y eso lo hago porque siempre necesito tener algo en las manos. No me gustan por como se ven, sé que	No, me siento bien como soy, sé que no tengo los mejores brazos pero me siento bien. Me han hablado de mis orejas, pero las aprendí a aceptar, igual de mi peso. Mis ojos son	No, porque todas las partes del cuerpo me sirven, menos los ojos.	Mis ojos, pero supongo que así los hizo Dios y entonces no puedo renegar por eso.	Ninguna.	No me gusta mi busto porque lo siento muy grande, no me gusta como me queda la ropa. Siempre ha sido un problema,	Mi altura, porque siempre quise ser muy alta y no uso tacones.	Ninguna porque ahora me acepto tal y como soy, si así me hizo Dios, soy perfecta. Antes no me gustaba mi ojo izquierdo.	No me gusta mi busto, tengo mucho. Me genera mucho dolor de espalda y eso no va con la estatura	Las partes de su cuerpo o de su imagen que no les agrada es mayormente porque les hace sentir inseguridad o porque consideran que dicha parte es muy grande para su imagen.

		<p>es algo que yo provoqué, pero no me agrada sentirlo. Tampoco me gusta mi nariz porque es muy ancha. Sé que si combina con mi cara. Comparo mi nariz con la de mi abuelo, la de él era extremadamente ancha y la gente me ha dicho que tengo esa nariz.</p>	<p>pequeños, pero es algo que también es mío.</p>				<p>nunca me ha gustado, me da pena.</p>				
16	<p>Utilizo un perro guía, claro que impacta en mi imagen, siempre he pensado que mi guía me da otra imagen y aceptación social.</p>	<p>Uso bastón cuando solo y cuando estoy acompañado o no lo uso. Sí forma parte de mi imagen. Si yo digo que no es rechazar algo que me sirve o de mi realidad. Mejor lo</p>	<p>Yo utilizo bastón para moverme. Sí, lo relaciono porque el bastón aparte de que te da independencia y autonomía personal en mi caso me da seguridad al caminar. Por cuestiones de nuestro nivel de acceso es importante. La</p>	<p>Sí forma parte porque obviamente al tener un perro no te da esa imagen de ciego con el bastón. Te da una imagen bonita y agradable.</p>	<p>Uso el bastón, es estresante usar el bastón, pero no me importa si se ve mal o bien, pero sí demuestra que uno no ve. Es un anuncio</p>	<p>Me gusta ir con alguna persona. No me gusta usar el bastón y me parece algo re incómodo.</p>	<p>Uso el bastón, hasta tiene nombre. Si forma parte de mi imagen, yo me tomo hasta fotos con mi bastón. Me gusta mucho tenerlo.</p>	<p>Uso el bastón, creo que sí forma parte de mi imagen corporal. Es algo que me complementa, me da seguridad y caminar mejor. Siempre</p>	<p>Yo usaba mucho tiempo el bastón y sí es parte de mi cuerpo, sí es algo mío. Yo utilizo perro porque me da calidad de vida, seguridad, compañía. El perro es parte de mi imagen y he</p>	<p>Mi perro, me siento segura y elegante con él. Siento que me da mucha vista, no como el bastón</p>	<p>Todos los sujetos consideran que la herramienta de movilidad es parte de su imagen. Y aporta a la percepción de sí mismo y de los otros. Tres de diez sujetos utilizan perro guía y los tres mencionaron sentirse cómodos,</p>

		<p>adhiero a mi y es parte de mi, es lo que soy. Es la imagen que proyecto, yo, con tacuche y bastón. Me provoca satisfacción de que la gente me mire que salgo adelante y que cargo mi herramienta y es un accesorio que forma parte de mi vida.</p>	<p>propia presentación del bastón es importante porque cuando ya está desgastado o cuando se despinta. Eso puede hacer que cambie la percepción de uno o mi presencia y eso hace que la gente lo mire a uno mal. El bastón es alguien que me acompaña siempre porque si lo dejo tengo que ver como me las arreglo dependiendo de como y con quien ando. La persona que no ve puede dejar todo menos el bastón. Yo considero que el bastón es una herramienta de apoyo, pero para mí sí es algo que me da características. Es algo que</p>		<p>que dice "no veo nada" A veces no lo uso porque no lo necesito.</p>			<p>lo soy creo que me da lugar. Cuando voy acompañada lo dejo.</p>	<p>llegado a ser reconocida como la señora del perro. El perro da mucha más imagen que el bastón. Ambas cosas con parte de mi cuerpo.</p>		<p>seguros, con elegancia y presencia al utilizar un perro guía. Solamente una persona no utiliza bastón o perro guía, comentó que prefiere estar acompañada de alguien más ya que le hace sentir incómoda el usar alguna herramientas. Seis personas utilizan bastón blanco y expresaron que dicha herramienta sí es parte de su imagen física.</p>
--	--	---	---	--	--	--	--	--	---	--	--

			influye en tu presentación. Hace que mucha gente te observe, te mire. Viene siendo un complemento del cuerpo y la presentación.								
17	Si, los utilizo por imagen y además para evitar conflictos ya que en varias ocasiones recibo comentarios sobre mi discapacidad, en donde me dicen que me hago pasar por ciego.	Sí los uso, pero cuando hay demasiado sol. Los uso cuando salgo a caminar y los uso porque me protegen los ojos. Cuando estoy con la gente de trabajo no uso lentes. A veces los uso porque no me gusta que vean los ojos porque uno no tiene el movimiento adecuado. Creo que con algunas personas no escondo los ojos.	Utilizo lentes claros porque son parte de mi presentación personal aunque no los necesite. Los rasgos físicos en los ojos no son tan obvios en mi. Yo los he usado por mucho tiempo y se volvieron parte de mi estilo, son parte de mi vida. Es muy raro que no use lentes. La gente siempre me pregunta que porque los uso y a veces parece que si veo. La vez que usé lentes oscuros fue cuando el Sol me lastimaba la retina, pero	No, no uso y cuando los usé lo hice con el fin de protegerme.	Sí, lo uso por ética, por protección y porque se ven mejor en mi cara.	No, no utilizo.	Sí, los uso porque me dan protección y también porque me veo mejor. Los uso por las dos razones. Me han dicho que me veo bien y que eso hace que me miren menos.	No, no uso nada, no los necesito y si me gustaría usarlos para tener más estilo y que se vea más estética mi cara.	Sí, uso lentes oscuros por protección y no me importa si se ve o no se ve bien. A veces sirve para que no me vean el ojo, pero otros días no me importa.	No, Sí, los uso para anunciarle al mundo que soy ciega, pero cuando llevo al perro no los necesito	Los cinco hombres utilizan lentes por asuntos de estética y estilo. Tres de ellos los utilizan también por protección ya sea al sol o a evitar golpes. Dos mujeres no utilizan lentes oscuros, sin embargo, una de ellas desearía hacerlo. Las otras tres mujeres los utilizan por estética y para evitar que sus ojos o rasgos oculares sean vistos por los otros.

			los dejé de usar porque preferí los claros.								
<b>18</b>	No	Mis manos me gustan porque son grandes.	Me siento bien con mi cuerpo a pesar que me miren muy delgado y eso permite mi salud emocional y mental. Me considero una persona relativamente baja y muy delgada. No me quejo de mi cuerpo por ahora porque me siento bien, estoy saludable.	Me gustan mis manos por el tamaño y porque son mis ojos, sin ellas no podría hacer muchas cosas.	No, yo no puedo renegar sobre mi cuerpo.	No	No, creo que es suficiente.	Mi piel, me gusta el color. Me hace sentir muy segura.	Mi pelo, me gusta porque lo arreglo y cuando lo pinto me gusta más. Me encanta la piel de mi cara porque no tengo tantas arrugas. Me lo admiran mucho, me lo miran mucho y me dicen mucho.	Mi pelo, me cuido mucho el pelo porque me dicen que es muy negro y que se parece al de mi perro	Los aspectos que los participantes decidieron mencionar en esta pregunta fueron, las manos y el pelo. Tres hombres mencionaron que sus manos son de su agrado y utilidad para percibir el mundo. Por otro lado, dos mujeres comentaron que su pelo les agrada y es algo que cuidan y valoran. Solamente una mujer mencionó que le agrada su piel y su color.
<b>19</b>	Generalmente todo lo que realizo con relación a mi persona	Son los míos siempre y a veces pido opinión. Pido opinión al momento de comparar ropa. Lo mejor es ir	En principio son mis decisiones. Tengo mis colores favoritos, rojo y negro. Si sé que me gusta la ropa	Muchas veces yo decido y me gusta como me percibo, pero cuando entro en una	Sí, yo siempre le pregunto a alguien. Casi siempre le pido opinión a	Primero tomo en cuenta mis gustos y después en la persona que confío. Cuando no estoy	Primero tomo mi opinión, pero no deja de ser importante la opinión de mis familiares.	Cuando voy a comprar ropa sí pregunto como es y sí va alguien conmigo	Sí, tomo mucho la opinión de los otros. Fundamento bastante en lo que los otros me dicen.	Siempre le pregunto a mi hijo, a mi mamá de una primera opinión. Yo antes de comprar algo o de	Los hombres tienden a dirigir sus elecciones de estilo por los gustos y opinión propia. Cuatro de ellos eligen y deciden sobre este tema a



	<p>es basado en mi persona y decisiones propias.</p>	<p>con la mamá primero porque tiene buen gusto y porque tiene paciencia. Yo siempre le he dicho que busco y si encontramos lo que busco excelente y si no, me sugiere. Usualmente me describe la ropa a detalle. Yo siempre elijo lo que yo quiero aunque a los demás no les guste. Yo tengo colores que son de mi personalidad, anaranjado, rojo, café, azul y negro. No me adapto a la moda. No me importa la moda y</p>	<p>ajustada porque no me gusta la ropa muy floja ni largas. La ropa tiene que ser lo común; una camisa que te llegue 3 o 4 dedos de bajo de la cintura. Si compro ropa voy solo y la gente que está en la tienda me ayuda. Regularmente yo pido el color y me enseñan estilos. Me pruebo la ropa, si me siento cómodo me la llevo o me cambio. Usualmente tomo la sugerencia de la mirada de la otra persona, pero yo decido que ropa y que color elegir. Para mi es solo una sugerencia.</p>	<p>inseguridad tremenda sí tomo la opinión de los otros.</p>	<p>mis amigos hombres cuando se trata de arreglarse.</p>	<p>segura tomo la opinión de mi mamá. Cuando me toca arreglarme y usar vestidos.</p>	<p>Yo creo en la opinión de los otros, confío mucho en la mirada de mi hermana.</p>	<p>siempre pregunto cuál se ve mejor y tomo esa decisión. Cuando me siento segura con la ropa aunque a la otra persona no le gusta yo me la llevo.</p>	<p>Cuando hay algo que me queda bien a mi y a la persona le gusta es perfecto.</p>	<p>elegir les pregunto a ellos porque ellos son mis ojos. Yo la verdad sí me baso en la opinión de los demás</p>	<p>pesar que a los otros no les parezca. Solamente uno de los participantes hombres mencionó buscar la asesoría de otros para elegir y tomar decisión sobre su estilo. Por otro lado, las mujeres tienden a elegir con base a su preferencia y opinión propia, pero siempre buscan la opinión de la madre, una amiga o alguien cercano para respaldar su elección. Las cinco mujeres tienden a sentirse inseguras al momento de no preguntarle a alguien más acerca de su elección.</p>
--	--	--	---	--	--	--	---	--	--	--	---

		odio que me digan que no estoy a la moda. No me interesa saber que es lo nuevo. Yo creo que las modas son para las personas que no saben cómo son y yo sé quién soy.									
20	Lo que cambiaría es mi complexión, lo haría haciendo ejercicio y con el fin de estar bien de salud.	Yo no cambiaría nada, hay muchas razones. La primera es desde el punto de vista espiritual y yo creo que Dios me hizo como soy por alguna razón. La segunda, desde el punto de vista individual y de aceptación. Yo creo que todos tenemos algo bonito	No cambiaría nada de mi cuerpo, me siento bien como soy y como estoy. Creo que mis manos son apropiadas para lo que realizo, mis piernas igual. Mi rostro también y el cabello que es parte del arreglo trato de mantenerlo lo mejor posible. No soy alguien que exagera con los estilos. La expresión de mi rostro o de mis ojos	Yo cambiaría mi cabello, me lo arreglaría más, sé que me lo puedo mejorar y talvez no sería tan feo.	Cambiaría y mejoraría mi nivel físico, mi peso, mi estilo de pelo. Me gustaría tener un cuerpo más ágil, me gustaría tener mejor cuerpo.	No cambiaría nada porque me he acostumbrado a mi cuerpo y soy feliz ahora.	Bueno, pues cambiaría mi peso, mi busto y mis brazos. Me harían sentir más segura y más ágil.	Mi altura, la cambiaría, usaría tacones. También me gustaría tener más combinaciones de ropa o de estilos, pero no me animo porque me da miedo.	Cambiaría mi estatura y a veces mi forma de arreglarme. Algo más elegante, la estatura da elegancia.	Cambiaría o estatura, la estatura te hace ver con más presencia.	La mayor parte de los participantes cambiarían aspectos físicos como por ejemplo, la altura y la complexión del cuerpo. Dos hombres cambiarían su complexión física, dos no cambiaría nada acerca de su imagen o su cuerpo y uno cambiaría su estilo de peinarse. Tres mujeres cambiarían su estatura, una de ellas no cambiaría nada

		<p>y lo que necesitamos encontrar es a alguien quien le guste. Tercero, no cambiaría porque dejaría de ser yo. Lo que me gusta y no me gusta forma parte de mi y de mi aceptación. No quiero cambiar para agradarle a alguien.</p>	<p>cuando converso con la gente también me parece bien a como soy. No es porque no miro cierro los ojos porque parecería que estoy durmiendo. Aprendí a tener una comunicación visual con la gente que ve.</p> <p>Yo cerraría con que el mundo está hecho para la gente que ve. Todo lo que se diseña, lo que se crea está formado bajo lo visual, los colores. En específico por lo corporal sobre cómo te ves o como la gente lo mira a uno, pero lo más importante es como uno lo ve. En micros los colores me ayudaron a tener una vida como todo</p>									<p>y la quinta participante cambiaría su busto y sus brazos.</p>
--	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--

			mundo bajo la perspectiva visual, es algo que tiene que ver mucho con que me recuerdo, que me puedo imaginar ahora.								
<b>Observaciones y análisis por persona</b>	Al inicio de la entrevista a el participante se mostró incómodo y buscaba dar respuestas bastante generales como se puede observar en la pregunta 1 y 2. Las respuestas obtenidas después de realizar la entrevista dan a conocer que el	Es interesante que en la entrevista se encuentre repetidas veces los términos aceptación, valor y autoestima. El participante inicia diciendo que su imagen es formada por el valor que se le ha dado a su persona, empezando por el núcleo familiar. Constantemente mencionó que la aceptación	Las respuestas de este participante fueron orientadas hacia la personalidad y la independencia que él refleja. Es interesante que considere que el bastón blanco es un complemento de su cuerpo y no solamente un accesorio de su imagen física. Así también, mencionó que dicha herramienta de movilidad provoca que le vean, que le miren por lo que podría tomarse como un aspecto	Es interesante que las partes de su cuerpo que le agradan a este participante son aquellas que son de suma utilidad para él, las manos y los pies. Esto se correlaciona con el hecho de que no hay parte de su cuerpo que no le guste porque así los ha hecho Dios. Dicha validación se repite cuando se le pregunta si hay	Este es el único participante que validó sus respuestas con la existencia de Dios en su vida. Mencionó que no puede renegar de sus ojos a pesar que no le gustan porque así los ha hecho Dios. Dicha validación se repite cuando se le pregunta si hay	Esta participante se mostró sumamente cerrada al momento de realizar la entrevista ya que en la mayoría de respuestas se puede notar que parecía no saber o no tener nada para decir. Es interesante que haya sido la única entrevistada tanto entre mujeres y hombres que no supo decir que parte	Parece que la mirada de los otros es importante para esta persona tanto para sentirse segura y por otro lado, busca que no le miren a los ojos y es una de las razones por las cuales usa lentes oscuros. Es evidente que el bastón es de alguna manera parte de su imagen y su cuerpo como también de su identidad.	Al igual que la participante f4, esta persona mencionó que la imagen corporal está mayormente constituida por el arreglo, el vestuario, la postura y la forma en que se arreglan. Es notorio que esta persona se ocupa de el arreglo facial, su	La mirada de los otros, en especial la del sexo opuesto es sumamente importante para esta persona. Es interesante que el busto se volvió su parte favorita de su cuerpo una vez fue reconocida y vista por los otros, los hombres. Así también, mencionó que sus mejores espejos son los ojos de los hombres y la mirada de su madre. Utiliza perro guía y	Es interesante que esta persona se cuida el pelo y le agrada dicho aspecto de su cuerpo debido a que es negro como el de su perro guía, el elemento que le da "elegancia" al momento de moverse. Es la única participante que mencionó pedir opinión de su hijo pequeño y ser él en la persona que más confía.	En general, se puede notar que la mayoría de sujetos entrevistados consideran que el no verse al espejo les causa frustración y tristeza. Los cuatro participantes que utilizan perro guía como herramienta de movilidad hicieron énfasis en la presentación que este les da, una que les agrada más que aquella que da el bastón blanco. A su vez, es evidente que todos los sujetos que sí utilizan alguna herramienta de

participante le da un lugar importante a la sociedad, la forma de presentarse ante la misma y la opinión de los otros. Es claro que considera que su perro guía sí influye en su presentación e imagen física ya que lo deja claro en su respuesta y al momento de que se le hizo la pregunta contestó con cierta emoción,	era un elemento importante para el desarrollo de su imagen física, sin embargo, en la pregunta número 20 se puede notar que combina esta aceptación con la idea de saber quien es él. Comenta que no le importa los estándares de la sociedad, que no le interesa estar a la moda y que él tiene su propio estilo por saber quien es, sin embargo, en la pregunta 20 agrega que odia que le digan que no esta a la moda. Cuestión	importante a considerar ya que la mirada de los otros resulta importante al momento de desplazarse de forma independiente. A comparación de los demás sujetos, este participante utiliza lentes claros por estilo y gusto propio. Mientras que los demás los utilizan por protección y por mantener cierta imagen.	entrevistados de sexo masculino, es el único que no usa lentes oscuros por ninguna razón. Considera que su perro le da una buena imagen y no lo hace ver como el ciego con bastón, sin embargo, cuando se le hizo esta pregunta se mostró tenso y se pudo notar su incomodidad al responderla.	algo que le gustaría mencionar acerca de su imagen que no haya mencionado antes. Por otro lado, se confirma que a todos los sujetos masculinos que fueron entrevistados les parece frustrante no poderse ver ante un espejo a pesar de sus distintas condiciones de ceguera. Así también, este fue el único participante que le parece	de su cuerpo le agrada y que no hay parte de su cuerpo que no le agrade. Así mismo, es la única persona que no utiliza alguna herramienta de movilidad para su independencia, tiende a contar con alguna persona de apoyo y que le acompañe siempre. Parece que la comodidad es algo importante que constituye su imagen ya que elige la vestimenta por comodidad y el arreglo	Es interesante que sea esta una herramienta a la que ella le ha puesto un nombre y se toma fotos con él. Con esto se puede notar que el apego que tiene a dicha herramienta es fuerte. Por otra parte, considera la opinión de los otros, los estándares sociales y la mirada de quienes le rodean como aspectos importantes que rigen su imagen física.	vestimenta y su cabello. A comparación de los participantes anteriores, quienes mencionan importarles más la personalidad y actitud que tengan. A pesar de que le gustaría usar lentes oscuros por asuntos de estética y estilo de su cara, no lo ha implementado. Ante esta pregunta se mostró con una actitud cerrada y	debido a esto ha sido reconocida e identificada como “la señora del perro”. Cuando respondió a dicha pregunta se pudo notar el agrado, felicidad y privilegio que es para ella ser reconocida por utilizar un perro como herramienta de movilidad.	Es interesante que las cinco mujeres también consideren que no verse al espejo es frustrante y incluso algunas mencionaron que les causaba cierto dolor o tristeza.	movilidad consideran que esta forma parte de su imagen corporal. La mayoría de sujetos usan lentes oscuros tanto para protección como para complementar la estética. Se puede notar a través de las respuestas obtenidas que los hombres están más abiertos a recibir opiniones de crítica hacia su imagen que las mujeres. Las mujeres tienden a darle importancia a aquellas opiniones que complementan o afirman su belleza.
--	---	--	--	--	--	--	---	--	---	---

	orgullo y facilidad.	<p>que podría contradecirlo anteriormente mencionado. Es interesante que la altura sea el aspecto que le hace sentir mejor sobre su imagen ya que le da esa postura de masculinidad, dureza y que no se hace para atrás.</p> <p>Agregó que no le gustan sus uñas de las manos, pero en la pregunta 18 menciona que sus manos sí le gustan a pesar de las uñas. Dicho participante también considera que su herramienta de</p>			<p>estresante usar el bastón y que considera que algunas personas le ven como un estorbo a causa de su discapacidad.</p>	del cuerpo también.		resistente.			
--	----------------------	---	--	--	--	---------------------	--	-------------	--	--	--

		movilidad es parte de su imagen.										
--	--	----------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

## 8.3 Trifoliar

### Impresión, página 1

#### Reflexiona:

- \* ¿Cómo se refleja tu actitud y personalidad en tu imagen corporal?
- \* ¿Cómo cuidas tu imagen corporal?
- \* ¿Qué imagen deseas proyectar?
- \* ¿Qué aspecto de tu imagen te hace único/a?
- \* ¿Te agrada tu imagen corporal actual?



<http://talent.paperblog.com/>



#### Información adicional de interés:

- ◊ Institución del Procurador de los Derechos Humanos: [www.pdh.org.gt](http://www.pdh.org.gt)
- ◊ Escuela para Entrenamiento de Perros Guía para Ciegos: [www.perrosguia.org.mx](http://www.perrosguia.org.mx)
- ◊ Benemérito Comité de Prolegos y Sordos de Guatemala: [www.prolegosyordos.org.gt](http://www.prolegosyordos.org.gt)
- ◊ Organización Nacional de Ciegos de España: [www.once.es/](http://www.once.es/)
- ◊ National Federation of the Blind: [www.nfb.org/](http://www.nfb.org/)

Marcela Lorenzana Padilla

Licenciatura en Psicología Clínica  
Facultad de Humanidades  
Universidad Rafael Landívar

E-mail: [marcela.lorenzana.p@gmail.com](mailto:marcela.lorenzana.p@gmail.com)

*"La belleza no mira, solo es mirada"*  
Albert Einstein





## Imagen corporal en personas con discapacidad visual

### ¿Qué es la imagen corporal?

Jean Le Boulch (1998) define la imagen corporal como el conocimiento inmediato y continuo que tenemos de nuestro cuerpo, en reposo o en movimiento, con relación a sus diferentes partes y, sobre todo, con relación al espacio y los objetos que rodean a la persona. Dicho autor brinda una definición relacionada con lo externo y afirma que es un conocimiento inmediato que se tiene. Por otro lado, Vayer y Pick (1985) lo definen como la organización de las sensaciones relativas al propio cuerpo, con relación a los datos del medio exterior.

## Factores que constituyen la imagen corporal en personas con discapacidad visual:

**Actitud:** Poser una actitud positiva ante la vida y sus diferentes circunstancias.

**Arreglo e higiene personal:** Vestirse apropiadamente según la ocasión y tipo de cuerpo.

**Posturas:** Mantener una posición erguida y cómoda.

### Recomendaciones:

⇒ *En cuanto a aspectos de movilidad:*

Actualizarse en nuevas herramientas y técnicas de movilidad.

Cuando se cuenta con el apoyo de un perro guía, procurar cumplir con la higiene, cepillado y cuidados adecuados.

⇒ *Con respecto al arreglo personal:*

En caso sea necesario, buscar asesoría de moda y productos de belleza personal.

⇒ *Busca ayuda con un psicólogo para manejar de manera asertiva tus emociones*

### Se tiene una imagen corporal positiva si:

- Existe una percepción clara del cuerpo.
- Se está a gusto con el cuerpo y se entiende que el aspecto físico de una persona no implica su carácter y valor personal.
- La formación de la imagen corporal es un proceso que va cambiando, a lo largo de la vida esta imagen puede modificarse hacia una mayor aceptación.

### Se tiene una imagen corporal negativa cuando:

- Valoramos de una manera equivocada las formas corporales y las partes del cuerpo como no son realmente.
- Se esté convencido de que solamente otras personas son atractivas.
- Se siente vergüenza y ansiedad por el cuerpo.
- Se siente incómodo y raro en el propio cuerpo. No nos aceptamos.
- **Si crees tener algunos de estos pensamientos, procurar buscar ayuda de un profesional de la salud mental**



El espejo. <http://www.aticentia.com/>

#### **8.4 Folleto informativo en sistema Braille**

Para obtener un folleto informativo en sistema Braille, escribir a:

[marcelalorenzanap@gmail.com](mailto:marcelalorenzanap@gmail.com)