

UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO
FACULTAD DE JURISPRUDENCIA Y CIENCIAS SOCIALES
CARRERA DE TRABAJO SOCIAL

TEMA:

"Cosificación de la mujer en estudiantes universitarios"

Trabajo de Titulación

AUTOR:

Kerly Yadira Calvopiña Chicaiza

TUTOR:

Mg. Lic. Silvia Susana Torres Carrillo

Ambato-Ecuador

2024

APROBACIÓN DEL TUTOR

En calidad de Tutora del Trabajo de Integración Curricular titulado **"COSIFICACIÓN DE LA MUJER EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS"** de la Srta. **KERLY YADIRA CALVOPIÑA CHICAIZA**, portadora de la C.C. 1803734597, egresada de la Carrera de Trabajo Social de la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales de la Universidad Técnica de Ambato, certifico la autenticidad y culminación del trabajo mencionado, mismo que reúne los requisitos necesarios para ser sometido a evaluación por parte del tribunal que el Honorable Consejo Directivo de la Facultad designe para su respectivo estudio y calificación.

Ambato, 24 de junio del 2024

Firmado electrónicamente por:
SILVIA SUSANA
TORRES CARRILLO

……

Mg. Lic. Silvia Susana Torres Carrillo

Tutora Trabajo Integración Curricular

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Las opiniones, ideas y comentarios expresados son de exclusiva responsabilidad del autor, a excepción de las citas bibliográficas. Dejo constancia que este informe es resultado de una investigación exhaustiva realizada por la responsable de la indagación, con el tema **"COSIFICACIÓN DE LA MUJER EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS",** cuyos resultados, revisión bibliográfica y de campo permitieron llegar a las conclusiones y recomendaciones presentadas en el escrito.

Ambato, 24 de junio del 2024



……..

Kerly Yadira Calvopiña Chicaiza.

C.C. 1803734597

AUTOR

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de esta tesis o parte de ella un documento disponible para su lectura, consulta y proceso de investigación según las normas de la institución.

Cedo los derechos en línea patrimoniales de mi tesis, con fines de difusión pública, además apruebo la producción de esta tesis, dentro de las regulaciones de la universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Ambato, 24 de junio del 2024



……..

Kerly Yadira Calvopiña Chicaiza.

C.C. 1803734597

AUTOR

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Los Miembros del Tribunal de Grado APRUEBAN el Trabajo de Investigación sobre **"COSIFICACIÓN DE LA MUJER EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS"**, presentado por la Srta. Luz María Morales Aponte, de conformidad con el Reglamento de Graduación para obtener el Título Terminal de Tercer Nivel de la Universidad Técnica de Ambato.

Ambato, …de …del 2024

Para constancia firman:

……..

Presidente del Tribunal

…… ……..……

Miembro del Tribunal Miembro del Tribunal

DEDICATORIA

A la persona que se convirtió en mi ángel, a la mujer que me enseño el valor del trabajo y del estudió, al más grande regalo que Dios me pudo dar; hiciste que la vida resultara más fácil sin siquiera intentarlo. “Mi Cota”, Mi abuelita por ella y para ella todo mi esfuerzo y dedicación. Pasaste de estar conmigo a vivir dentro de mí; sé que desde donde te encuentres celebras conmigo cada uno de mis triunfos.

Kerly Calvopiña

AGRADECIMIENTO

A mi madre Myriam Chicaiza porque con su cariño y dedicación supo guiarme para convertirme en la mujer que ahora soy, con mucho amor, me sostuviste. En medio de mis angustias y grandes preocupaciones, tú me diste consuelo y alegría.

A mi padre Germán Calvopiña por su temple y esfuerzo, que supieron ser pilares para alcanzar mis objetivos.

A mi hermano Roney Calvopiña que con sus risas y ocurrencias supo ser un alivio en los momentos más difíciles.

A mi precioso y terco Rex por su incondicional y amor.

Kerly Calvopiña

ÍNDICE GENERAL

APROBACIÓN DEL TUTOR....ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN iii
DERECHOS DE AUTOR....iv
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO v
DEDICATORIA vi
AGRADECIMIENTO....vii
RESUMEN EJECUTIVO xi
EXECUTIVE SUMMARY....xii
CAPÍTULO I.- MARCO TEÓRICO....1
1.1 Antecedentes investigativos 1
Situación problemática 1
Problema científico....5
Delimitación del problema 5
Delimitación espacial 6
Delimitación temporal: 6
Investigaciones previas....6
Desarrollo teórico 12
1.2 Objetivos....27
Objetivo General....27
Objetivos Específicos 27
Capítulo II.- Metodología....28
2.1 Materiale....28
2.2 Métodos 29
Enfoque de investigación....29
Modalidades de Investigación 30
Métodos de la investigación 32
CAPÍTULO III.- RESULTADOS....35
3.1 Análisis y discusión de resultados....35
3.2 Verificación de Hipótesis 48

CAPITULO IV.- DISCUSIÓN 65
CAPITULO V.- CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 68
4.2 RECOMENDACIONES 69
REFERENCIAS BIBLIOGRAFÍAS 71
Anexos 72

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Variables Sociodemográficas **35**
Tabla 2. Prueba de Confiabilidad ISOS **36**
Tabla 3. Nivel de Aproximaciones explícitas no deseadas **37**
Tabla 4. Nivel de Evaluación corporal **38**
Tabla 5. Nivel de Cosificación **40**
Tabla 6. Prueba de Confiabilidad Vergüenza Corporal **41**
Tabla 7. Nivel de Vergüenza Corporal **42**
Tabla 7. Prueba de Confiabilidad Autoestima **43**
Tabla 8. Nivel de Autoestima **44**
Tabla 9. Prueba de Confiabilidad Poder **45**
Tabla 10. Nivel de Poder Duro **46**
Tabla 11. Nivel de Poder Blando **47**
Tabla 12. Prueba de Normalidad **48**
Figura 12. Histograma de Prueba de Normalidad **49**
Tabla 13. Correlación de Variables de Estudio **50**
Tabla 14 Facultad y Cosificación **51**
Tabla 15. Prueba de chi-cuadrado **52**
Tabla 16. Percentiles de las Variables **53**

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 3. Porcentaje de Aproximaciones explícitas no deseadas **37**

Figura 4. Porcentaje de Evaluación corporal **39**

Figura 5. Porcentaje de Cosificación **40**

Figura 7. Porcentaje de Vergüenza Corporal **42**

Figura 8. Porcentaje de Autoestima **44**

Figura 10. Porcentaje de Poder Duro **46**

Figura 11. Porcentaje de Poder Blando **47**

RESUMEN EJECUTIVO

La cosificación de la mujer es un proceso social en el que las mujeres son tratadas como objetos, centrándose en sus cuerpos y negando su individualidad y papel activo en la sociedad. Este proceso les niega derechos civiles y políticos, encasillándolas en un sistema patriarcal y liberal donde sus cuerpos son sexual izados y utilizados según intereses de grupos y organizaciones. La imagen corporal de las mujeres está estrechamente ligada a sus avances profesionales y familiares, sirviendo de base para definir roles sociales y su valor. La juventud y belleza, asociadas a la fertilidad, se convierten en deseos principales de los hombres, lo que lleva a que las mujeres acepten la cosificación para obtener aprobación masculina, a pesar de que los estándares sociales se vuelven más estrictos con el tiempo. El objetivo de la investigación es determinar la existencia de la cosificación de la mujer en estudiantes universitarios de la Universidad Técnica de Ambato; esta investigación tuvo un enfoque cuantitativo de carácter exploratorio descriptivo y correlacional, se trabajó con una muestra de 283 estudiantes mujeres con edades de los 18 y 30 años, se utilizó instrumentos: Interpersonal Sexual Objectification Scale (ISOS) adoptado y aplicado por Sáez et al. (2012) está compuesta por 15 preguntas, la escala de Autoestima aptada y traducida al español por Atienza et al. (2000), mismo que incluye 10 ítems, escala Objetified Body Consciusness Scale (OBCS) consta de 24 ítems, escala de Sensación de Poder General creado Anderson y Cols (2012), en la cual consta 8 ítems. los resultados obtenidos de demuestran que existe cosificación; al mismo tiempo, muestra que la autoestima de las mujeres resultó afectada como la vergüenza corporal y la sensación de poder la investigación; se concluye que se deben crear estrategias a través de equipos multidisciplinarios en donde se socialice sobre la cosificación con el objetivo para dejar de normalizar estás prácticas.

Palabras claves: Cosificación de la mujer, autoestima, vergüenza corporal, auto cosificación.

EXECUTIVE SUMMARY

The objectification of women is a social process in which women are treated as objects, focusing on their bodies and denying their individuality and active role in society. This process denies them civil and political rights, pigeonholing them in a patriarchal and liberal system where their bodies are sexualized and used according to the interests of groups and organizations. Women's body image is closely linked to their professional and family advancements, serving as the basis for defining social roles and their value. Youth and beauty, associated with fertility, become primary desires of men, leading women to accept objectification to gain male approval, even though social standards become stricter over time. The objective of the research is to determine the existence of the objectification of women in university students at the Technical University of Ambato; This research had a quantitative approach of an exploratory, descriptive and correlational nature, we worked with a sample of 283 female students between the ages of 18 and 30, instruments were used: Interpersonal Sexual Objectification Scale (ISOS) adopted and applied by Sáez et al. (2012) is composed of 15 questions, the Self-esteem scale adapted and translated into Spanish by Atienza et al. (2000), which includes 10 items, the Objectified Body Consciusness Scale (OBCS) consists of 24 items, the General Power Feeling scale created by Anderson and Cols (2012), which consists of 8 items. The results obtained demonstrate that reification exists; At the same time, the research shows that women's self-esteem was affected, as was body shame and the feeling of power; It is concluded that strategies must be created through multidisciplinary teams where reification is socialized with the objective of stopping normalizing these practices.

Keywords: Objectification of women, self-esteem, body shame, self-objectification

CAPÍTULO I.- MARCO TEÓRICO

1.1 Antecedentes investigativos

Situación problemática

La cosificación de la mujer se refiere a la reducción de la mujer a su cuerpo o partes del mismo. Esta anomalía puede verse como una manera de sexismo en el que las mujeres son tratadas de manera diferente, disminuyendo así la importancia de sus cualidades inherentes (Saez et al., 2013).

Es un fenómeno social y cultural que ha ido surgiendo a lo largo de la historia, aunque tiene diferentes manifestaciones y matices en distintas épocas y contextos. En esencia, menospreciar la apariencia o la función sexual de una mujer significa devaluar su valor como persona integral con sus sentimientos, pensamientos y habilidades.

Este proceso de transformación adopta muchas formas en la sociedad moderna. Si nos fijamos en la cosificación sexual en los medios, las mujeres se presentan principalmente como objetos de deseo y placer para el consumo masculino. Asimismo, la cosificación de las mujeres también se puede observar en el ámbito laboral, donde persisten la desigualdad salarial y los obstáculos para acceder a puestos de poder debido a prejuicios de género profundamente arraigados en la sociedad.

Además, las mujeres en política suelen ser juzgadas y juzgadas por su apariencia o su forma de vestir, perjudicando así su profesionalismo y capacidad de liderazgo. Este proceso de cosificación no sólo afecta la visión que la sociedad tiene de las mujeres, sino que también afecta la autoestima y la percepción personal de las propias mujeres, y ayuda a limitar la internalización de los roles y estereotipos de género.

Es importante reconocer que la cosificación de las mujeres no es sólo un problema individual, sino un problema estructural basado en sistemas de poder y dinámicas sociales que mantienen la desigualdad de género. Por lo tanto, abordar este fenómeno requiere un esfuerzo concertado para desafiar y cambiar las normas y prácticas que contribuyen a su perpetuación, promoviendo la igualdad de género y respetando la dignidad humana y la autonomía de todas las personas, independientemente de su género. Por lo tanto, la propuesta de investigación tiene el objetivo de

determinar como la cosificación influye en las estudiantes universitarias de las facultades de Jurisprudencia y Ciencias Humanas

A nivel mundial se conoce que las mujeres fueron calificadas como el sexo débil, es desde ahí que nace el egocentrismo en el sexo opuesto para determinar que los hombres pueden tener más fuerza, poder y decisiones.

En un estudio realizado en España por Álvarez et al. (2020), a mujeres universitarias el 65,5% de las mismas afirmaron haber sido víctimas de cosificación, mientras que un 34,5% indicaron nunca haber sufrido de este fenómeno, por otro lado, el 77% reporta que les afectaría de manera negativa, el 6% indica que les afectaría de manera positiva y por último el 16,4% resalta que no tendría ningún efecto sobre ellas.

En el lugar de trabajo, las mujeres ganan menos a pesar de tener los mismos puestos y responsabilidades que los hombres. Además, según la ONU, menos de un tercio de los puestos de liderazgo están ocupados por mujeres. Su trabajo también tiende a ser más inseguro. Según la ONU, el 60% de las mujeres trabajan en empleos relacionados con la economía sumergida. Esto significa que no tienen contrato ni seguridad laboral, lo que los lleva a la pobreza. Además, según la ONU, las mujeres suelen dedicar tres veces más tiempo que los hombres a trabajos no remunerados, como las tareas del hogar o el cuidado de la familia o los hijos (ONU, 2020).

Problemas como la violencia de género, el matrimonio infantil o la violencia sexual surgen porque todavía existe en todo el mundo la creencia de que las mujeres son débiles y no merecen el mismo respeto que los hombres.

La desigualdad de género que la mujer ha vivido a lo largo de los años ha impedido que se desarrollen de manera integral y sin ningún tipo de limitaciones a nivel global, el Banco Mundial, (2022) señala que 2400 millones de mujeres no tienen las mismas oportunidades económicas que los hombres, por otro lado, en 178 países continúan las muros legales, en 86 países las mujeres afrontan algún tipo de limitación laboral y los últimos 95 países se vive una igualdad de género por igual trabajo; después de la pandemia sólo 23 países reformaron sus leyes y en estas se dio una inclusión económica para las mujeres

Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS 2021), indica que una de cada tres mujeres en el mundo es decir el 30% ha sufrido violencia por parte de su pareja o terceros en algún momento de su vida; según un análisis este es un problema que afecta a 161 países, las afectadas

son mujeres entre 15 a 49 años es decir un 27%

Las mujeres y sus cuerpos son cosificados como si fueran objetos privados de agencia, niega su distinción y papel como sujetos y actores políticos. La instrumentalización de las mujeres las priva de su autonomía y subjetividad de sus derechos civiles y políticos. Sus cuerpos sexualizados se transforman o transformados en productos utilizados como mercancías por sistemas liberales y patriarcales, intercambiados o manipulados según los intereses de grupos y organizaciones de orientación masculina (Gonzalez & Martín, 2018).

El estado patriarcal extremo que viven en ciertos países de Latinoamérica como son México y Colombia, en donde las mujeres son tratadas sólo como objetos sexuales o como monedas de cambio por grupos delictivos; se estima que más de 800 mujeres serán asesinadas en un periodo de 6 años en México; mientras tanto en los últimos 10 años en Colombia se han documentado numerosos casos de abusos y violencia contra la mujer por parte de grupos Paramilitares (Rodríguez, 2014).

De acuerdo con la (*BID | Estudio revela alta desigualdad de género en empresas de América Latina y el Caribe,* s. f.) solo un 22% de las mujeres en América latina ocupan cargos politos; una de cada tres mujeres no dispone de ingresos propios, zonas rurales estas cifras aumentan 118 mujeres viven en pobreza.

Dentro de la región de América Latina y el Caribe sólo 24 países de los 33 cuentan con leyes exclusivamente que sancionan la violencia doméstica y sólo 9 de los 33 países abordan diferentes tipos de violencia que enfrentan las mujeres, Latinoamérica es una región que avanza a pasos lentos sobre legislación respecto a las mujeres; las políticas regionales se van adaptando de acuerdo a las necesidades que tengan las féminas, dentro de este contexto sólo el 14% de las denuncias son efectuadas y sancionadas (Moreno & Pardo, 2018).

Si bien América Latina ha tomado medidas decisivas para combatir el estigma y promover el empoderamiento de las mujeres, más de 125 millones de mujeres en la región aún enfrentan desafíos de igualdad de género en la fuerza laboral, según la Organización Mundial del Trabajo. En Nicaragua limita el acceso a la esfera política y a puestos de poder. Precisamente por ser mujeres tenemos muchas vulnerabilidades, las mujeres encarceladas o liberadas por motivos políticos sufrieron violencia, agresiones y acoso por parte de funcionarios del régimen (Abarca, 2020).

América Latina está constituida como una parte de la violencia de género en esta región es una de

las más altas del mundo. Los gobiernos y los anunciantes deben colaborar para asegurarse de que los niños, niñas y adolescentes vean contenido que fomente una sociedad más igualitaria en la que los hombres puedan cuidar, las mujeres puedan ocupar puestos de liderazgo y las niñas y adolescentes se sientan seguras dondequiera que estén. (UNICEF, 2022).

En la actualidad aún se visualiza estándares que marcan barreras importantes para las mujeres, al ser materializadas, si no tienen buen cuerpo o una imagen adecuada no tienen acceso a los entornos, sociales, educativos, políticos y económicos.

El estatus subordinado de la mujer, condiciones que las mujeres han buscado cambiar desde la antigüedad, ha sido muy debatido en todo el mundo y tiene especificidad y raíces profundas en América Latina, vinculadas a la formación de la región a través del proceso de conquista. Colonización de los estados-nación y posterior independencia. La construcción social de la existencia de una mujer y un hombre y las normas de su relación están arraigadas en el vínculo racial (Bonder, 2004).

El hecho de que la cosificación de las mujeres sea vista como parte de un sistema simbólico que mantiene la desigualdad de género e incluso crea ciertas formas de violencia contra las mujeres hace que el "dominio de la belleza" sea un ejemplo de violencia simbólica (Encalada & Vasco, 2017).

En el Ecuador, el activismo de las mujeres sigue manteniendo una perspectiva crítica sobre las cuestiones sociales a través del nuevo feminismo, centrándose en cuestiones importantes del país, como el derecho al aborto o los altos niveles de violencia de género. Según la Fundación ALDEA, (2022). Ecuador registró 186 casos de feminicidio en 2021, un aumento del 57% en un año, un enorme 45,8% de los encuestados creía que la cosificación sexual de las mujeres era una forma de violencia, y el 33% también creía que era una forma de baja autoestima entre las mujeres. La violencia no solo tiene que ver con el maltrato físico sino también psicológico, que las mujeres atraviesan en el país, siendo una forma continua desde años atrás de marcar brechas en entre hombres y mujeres que deben ser modificados para calmar esta problemática

Según datos del Instituto Nacional de Estadísticas y Censo (2019), en el Ecuador 6 de cada 10 mujeres han vivido algún tipo de violencia de género siendo el área urbana la más afectada con 61,4% siguiéndole el área rural con el 58,7%; siendo la violencia psicológica la más representativa con un 53,9% a esta le sigue la violencia física con el 38%, con un 25,7% la violencia sexual y por último con un 16,7% la violencia patrimonial.

Algunos datos recabados por UNFPA ECUADOR (2021), 65 de 100 mujeres han sufrido algún tipo de violencia en algún momento de su vida, pero con la pandemia esta situación se agravado ya que según datos del ECU 911 Recibieron 89725 llamadas denunciando violencia de género, sin embargo, este número podría aumentar si se realiza un análisis de los hogares en el Ecuador que no tienen acceso de manera fácil y efectiva a los números de emergencia.

La investigación explicara la relación que existe entre el problema de la cosificación de la mujer en estudiantes universitarios; abordando temas de violencia contra la mujer y como ésta ha sido normalizada por las mismas, a tal punto de inconscientemente desear ser admiradas sólo por su aspecto físico dejando a un lado sus capacidades intelectuales y emocionales; lo que provoca dependencia hacia la aprobación y el cumplimiento de estereotipos dentro de una sociedad la cual es sumamente agresiva con las decisiones de las mujeres.

Problema científico

Dentro del proyecto se formuló la siguiente interrogante:

¿Cómo influye la cosificación en los estudiantes universitarios?

Delimitación del problema

Línea de investigación: Sociedad, cultura

Área: Social, Genero, Educativa

Campo: Trabajo Social

Área: Social, Genero, Educativa

Aspecto: Mujeres

Delimitación espacial

Provincia: Tungurahua

Cantón: Ambato

Delimitación temporal: Universidad Técnica de Ambato – Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales (carrera de trabajo social), Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación (carrera de educación inicial)

Investigaciones previas

El estudio de la cosificación de la mujer puede fomentar una conciencia crítica sobre las representaciones de género en la sociedad y motivar el activismo para combatir la discriminación y la injusticia. Al educarnos sobre este tema, podemos involucrarnos en acciones concretas para promover el cambio social y la igualdad de género.

Comprender y desafiar la cosificación de la mujer es fundamental para construir relaciones más saludables y respetuosas entre los géneros. Al reconocer la dignidad y la autonomía de todas las personas, podemos fomentar relaciones basadas en el respeto mutuo y la igualdad.

Por medio de varias investigaciones se ha podido dar una mejor contextualización sobre la cosificación de la mujer y sus efectos sobre la misma; a través de los diversos estudios se busca dar una visualización a los problemas que provoca y promueve dentro de la sociedad violencia invisibilidad.

En el estudio "ANÁLISIS DE LA COSIFICACIÓN DE LA MUJER DESDE UNA PERSPECTIVA DE GÉNERO" cuyos objetivos fueron como la cosificación influye en la violación de los derechos humanos de las niñas y mujeres, la metodología utilizada dentro de la investigación fue un análisis sobre la información de los medios de comunicación que son claves en la fomentación y normalización de los roles tradicionales atribuidos a las mujeres en la sociedad, en la cual se da más valor a la apariencia física enmarcada a estereotipos los mismos que no consideran un proceso de formación integral y de inclusión social. Como un punto importante el autor señala que la cosificación puede tener consecuencias en la salud de las mujeres a niveles físicos, emocionales y de seguridad personal (López, 2018).

Verdú, (2018) en su investigación "EL SUFRIMIENTO DE LA MUJER OBJETO. CONSECUENCIAS DE LA COSIFICACIÓN SEXUAL DE LAS MUJERES EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN" resalta la teoría feminista para analizar los factores que hacen que la cosificación sea parte de la violencia simboliza que afecta de manera directa a las mujeres, la cultura cosificadora reduce a la mujer a lo estético y sexual provocando bajos niveles de autoestima o manifestación de depresión o ansiedad en las féminas; las teorías feministas han denunciado de manera tajante que el cuerpo de las mujeres se ha vuelto un campo de batalla en que se concentran agresiones con el fin de someter a la mujer. Como una conclusión la autora señala que a pesar de la igual que se vive dentro dela sociedad, todavía existen mecanismos estructurales de discriminación

En el trabajo "COSIFICACIÓN FEMENINA EN LA ERA DEL CAPITALISMO TARDÍO" propuesto por Domínguez & Georgina (2014), hace énfasis en los estudios de género los cuales repiten conceptos que hablan sobre la identidad e incivilidad y como la definición de mujer han quedado obsoletas con el pasar del tiempo; los atributos físicos siguen siendo determinantes para darle valía a una mujer, dejando de lado otras características como la inteligencia. Esto ha sido un limitante para la participación y provoca que la mujer se vuelva netamente un objeto. Se debe señalar que cada sociedad marca cierto tipo de comportamientos los mismos que marcan la identidad de las mujeres en el círculo social que se desenvuelven.

En el trabajo de investigación "LA HIPERSEXUALIZACIÓN DEL CUERPO DE LA MUJER EN LAS CAMPAÑAS DE INFLUENCER MARKETING" El cuerpo de las mujeres correo peligro dentro de una sociedad capitalista que lo único que busca generar dinero si impórtale la violencia que ejerce hacia las mujeres, se realizó un estudio cualitativo a mujeres y mujeres transexuales de 16 a 63 años obteniendo una muestra de 81 encuestas logrando que un 67,5 por cierto de las encuestadas reconozcan que han sido objeto de cosificación en algún punto de sus vidas (Gonzales, 2022).

La investigación propuesta por Bautista et al. (2020), sobre "Consecuencias de la cosificación: ¿Me siento mujer o me siento objeto?" Dentro de la línea de investigación se busca estudiar las consecuencias de la cosificación y las diferencias que existen cuando la cosificación es llevada por parte de un hombre o una mujer, uno de las graves consecuencias que afrontan las mujeres, desde tempranas edades aprenden a examinar minuciosamente su aspecto provocando la aparición de ansiedad, vergüenza y la falta de autocontrol sobre sus emociones; ahora bien una de las más graves

consecuencias de la cosificación es la deshumanización de las personas la cual provoca que existe una disminución en el valor moral, en la competencia y en la capacidad para experimentar cualquier tipo de sentimiento cuando sus cuerpos son sexualizados.

Debemos tener en cuenta que la clasificación se basa en estereotipos marcados por la sociedad, sin embargo, a través del tiempo se han ido interiorizando lo que ha provocado la aceptación al momento de recibir alguna crítica sobre los cuerpos, según varias estadísticas cuando se recibe algún tipo de comentario por una persona conocida se tiende a elevar el ego, pero si los comentarios son recibidos por desconocidos la mujer se suele percibir como menos competente e inclusive puede llegar a tener problemas en el ámbito psicosocial.

Debemos mencionar que el sexismo y la cosificación van de la mano como lo señala Sáez et al. (2012), puesto que limita la actuación de la mujer en la toma de decisiones colectivas provocando una falla en las relaciones interpersonales en la cual se llega a aceptar en mayor medida el sexismo benévolo esto es reforzado con las diferencias de poder entre hombres y mujeres lo más preocupante de todo esto es que se fomenta el aumento a la tolerancia es que se fomenta la tolerancia hacia el maltrato; el atractivo físico de la mujer facilita ciertos beneficios sociales debido a que son más valorados que las habilidades emocionales y cognitivas que pueda poseer, es por esta razón que se da una jerarquización de poder en donde el hombre protege y admira al sexo opuesto recompensándolo por su físico.

Dichas prácticas patriarcales son confirmadas en la investigación de Rojas (2004), en donde asegura que una simple expresión encierra la verdad de toda una sociedad ya que inconscientemente las mujeres son vistas como un bien material y romper estos paradigmas suele ser muy difícil; Los avances que han tenido las mujeres en los últimos años han provocado un sentimiento de odio desprecio y aversión hacia las féminas que rompen con los estereotipos de una sociedad que las asfixia y las violenta de manera sexual y física, en muchos de los casos las víctimas no denuncian a sus agresores debido a que se encuentran en una posición de dependencia ya sea económica o emocional.

Este tipo de prácticas resultan pasar desapercibidas por parte de ambos sexos puesto que la mayoría de personas no conoce el significado de la palabra cosificación y lo confunde con humillación o violencia física que se puede ejercer sobre las mujeres es por esta razón que se debe educar para generar nuevos aprendizajes con valores que respeten la integridad de cada actor social con el

objetivo de que se desmarque a las mujeres como un objeto sexual y no como sujetos sociales capaces de sentir y deber la realidad que las rodea (Torres, 2021).

El autor Garazi (2015), con su investigación "Cosificación de los adolescentes en las redes sociales" nos muestra otra perspectiva de lo que se vive en esta realidad tecnológica, en la cual existen aplicaciones que facilitan la emisión de fotografías las mismas que generan una identidad digital dependiendo de cada persona y cómo está expone su vida en las redes, desde estos medios se crean canales de comunicación los cuales facilitan la interacción y crea modelos de cuerpos perfectos al mismo tiempo damos una imagen de cómo queremos que nos perciba el resto, a su vez esto también provoca que nuestra vida dependa de la aceptación en las redes para poder sentirnos seguros sobre nuestro cuerpo sobre nuestra apariencia física.

El estado debe actuar como un agente regulador en la difusión de fotografías y en la educación que reciben los niños dentro de las aulas con el fin de generar nuevas formas de cultura para las futuras generaciones es responsabilidad de toda la sociedad eliminar los estereotipos que tanto daño causan principalmente a las mujeres, las cuales desde muy pequeñas suelen ser cosificadas tanto por su familia como por desconocidos a tal punto que llegan a provocar enfermedades silenciosas y al no contar con el apoyo necesario pueden ser víctimas de violencia (López y Gómez, 2018).

En el estudio "¿Empoderamiento o Subyugación de la Mujer? Experiencias de Cosificación Sexual Interpersonal", los investigadores Espósito (2012), plantearon como objetivo analizar el fenómeno de la cosificación sexual en hombres y mujeres y como esta se relaciona con aristas ideológicas como son el poder y el sexismo, al mismo tiempo se busca explicar cómo la autoestima y el disfrute de la sexualización suelen ser afectados. Dentro de la investigación se utilizaron 3 cuestionarios con diferentes sub escalas que buscaban explicar la percepción de la cosificación sexual entre hombres y mujeres; se encuestaron a 251 participantes con edades comprendidas entre los 18 y 53 años. Los resultados arrojados muestran que la cosificación no refuerza la autoestima de las mujeres a diferencia de los hombres, los cuales en ellos se genera una sensación de poder y satisfacción.

El fenómeno de la cosificación es percibido como una problemática social, debido a que la gran mayoría de las mujeres no tiene conciencia al momento de ser cosificadas ya que este genera un falso empoderamiento, el mismo que justifica ciertas actitudes de terceros con respecto al cuerpo de las mujeres; en este sentido se generan graves consecuencias con respecto al autoconcepto y a

la autoestima. En otros términos, debemos señalar que la cosificación femenina es una forma de control patriarcal que por años ha generado que la mujer mantenga una posición subordinada.

Por parte de Suarez (2017), en su trabajo titulado: "Gordofobia: Un tránsito entre la enfermedad y la cosificación del cuerpo femenino" El principal objetivo dentro del estudio es cuestionar el ideal de belleza actual con una perspectiva de género y como estos mecanismos culturales existen entre hombres y mujeres. De ahí que, las mujeres sufran en mayor medida por los cánones de belleza dominantes. La metodología utilizada se realizó a través de un análisis bibliográfico en donde se incorporan diferentes autores, libros, artículos y recursos literarios para poder dar una conceptualización más clara.

En este sentido la mujer es sometida a aquellas características físicas que la sociedad impone a través de la cultura colocándolas como paradigmas de belleza que a través del tiempo y la moda son modificadas de acuerdo a las necesidades de la sociedad. Dentro de este margen se genera la violencia simbólica con la ayuda de los medios de comunicación los cuales promueven un cuerpo ideal por ende se excluye aquellas mujeres que se niegan a ser cosificadas.

"Entre la mofa y la cosificación: representaciones del futbol femenino en el No-Do y las comedias de los años setenta" escrito por Cordero (2020), estudia los diferentes discursos biológicos y culturales que circulaban en los años setenta; La creación del fútbol femenino amenazaba a los estándares heteropartiarcales de la sociedad debido a que la mujer intentaba incursionar en un ámbito netamente masculino, como consecuencia de esta generar se utilizaba el humor para poder cosificarla y hacer burla de las supuestas limitaciones biológicas de la misma. Cabe señalar que las bromas son una fuerza coercitiva que disminuya el potencial y la influencia liberadora que la mujer tiene al momento de desenvolverse en campos dominados por los hombres.

La representación del cuerpo femenino se basa en el ámbito en que se desenvuelven generando una represión que alberga tensión es en torno a los roles de géneros en un contexto de modernización, dentro del ámbito futbolístico se resaltan los aspectos físicos antes que sus habilidades y capacidades. La mujer para ser valorada dentro de un ámbito controlado por hombres debes tener ciertas características como delicadeza y belleza.

Mercado (2016), en su trabajo "SUMISA Y SEXY. La publicidad como trasmisor de roles de género femenino y cosificación de las mujeres" Tiene por objetivos observar como en ocasiones la publicidad Aumenta la violencia machista o es un factor determinante a la hora de estudiar el

patriarcado y la cosificación de la mujer que por años ha sido justificada y normalizada, Dentro del trabajo se utiliza una metodología de análisis bibliográfico y a su vez se empleó un tenso online en el cual se utilizó una muestra entre hombres y mujeres con edades comprendidas entre los 20 y 30 años. Con el análisis de los resultados se logró determinar que los estereotipos crean una rivalidad entre hombre entre las mujeres las mismas que piensan determinar que los estereotipos crean una revalidad entre mujeres, las mismas que al tener más oportunidad con los hombres creen haber alcanzado un ideal de belleza.

Las inseguridades generadas en las mujeres son causadas por no poseer la atención del género masculino o por lo menos eso es lo que nos han hecho creer durante años, sin embargo, se exponen cánones irracionales de belleza los mismos que promueven el patriarcado, este tiene por objetivo para conseguir una aprobación social en un mundo imperfecto queriendo alcanzar la perfección.

El investigador Alvarado (2019), plasmo sus ideas en "La producción de una cultura-mundo hacia la cosificación de las mujeres" El objeto de investigación es analizar el uso de los cuerpos femeninos para fines del mercado y cómo estos provocan altos beneficios económicos, como una consecuencia colateral como las mujeres son instrumentalizadas lo que provoca repercusiones en su integridad física y psicológica. De esta manera se crean aspiraciones con las cuales se busca una pertenencia social a través de una persecución en donde las mujeres decidan sentirse deseadas y adoradas provocando que se conviertan consumidoras aspiraciones de cuerpos o ideales impuestos.

Las industrias culturales que existen en el mundo se han ampliado gracias al alcance de las redes sociales las mismas que generan violencia hacia las mujeres las cuales las ubican en un sistema económico patriarcal en el cual se deja un lado a la salud y la estima propia para ser obligadas a sentirse; deseadas, adoradas o admiradas; con la estandarización se genera excesos que son que afectan a la salud de las mujeres provocando desórdenes de alimenticios.

"La deshumanización y cosificación sexual de la mujer en la literatura peruana contemporánea" creada por Becerra (2022), dicho trabajo cumple con el propósito de dar una visualización sobre el machismo y las desventajas para la mujer en donde: se permite, se justifica y se tolera la violencia de género reduciéndolas a un objeto sexual, esta violencia es utilizada como una herramienta de guerra para deshumanizar a las mujeres. La metodología empleada fueron análisis bibliográfico de diferentes lecturas en las cuales se expone a la mujer como un objeto de cambio dejando a un lado su participación en hechos históricos que tuvieron precedentes en una nación.

Los estereotipos de género han provocado que a las mujeres sean vistas como seres débiles que están al servicio de los hombres machista que de devalúa a las mujeres. Cuando existen conflictos internos dentro de una nación los roles de género se acentúan provocando destrucción y violencia sobre la concepción de las mujeres; la desigualdad es evidente ya que la agresividad con la que son tratadas y violentadas se debe a los estigmas generados por la sociedad.

Desarrollo teórico

Definición

Para López et al. (2018), la cosificación es un es un proceso de construcción social en el cual las mujeres son sometidas aún todo homogéneo, en donde se las objetiviza por medio de sus cuerpos, como si de objetos se tratara; negando su diferenciación y que son actores políticos activo dentro de la sociedad. Cuando este proceso se pone en marcha se niegan los derechos civiles o políticos y pasan a ser parte de un sistema liberal y patriarcal en donde los cuerpos son sexualizados e intercambiados a partir de intereses grupales y de organizaciones.

Para los autores la imagen del cuerpo de la mujer está íntimamente relacionado con los avances que puede tener en su vida profesional o familiar, la misma ha sido la base para consolidar los roles sociales y determinar qué tan valiosa puede llegar a ser. Calificándola a partir de su juventud y su belleza puesto que estos están relacionados con una percepción de fertilidad, en donde esto se convierte en el deseo principal de los hombres, pero dicha relación no siempre tiene consecuencias positivas ya que con los cambios y el desarrollo dentro de una sociedad los estándares se vuelven más estrictos; provocando que las mujeres permitan la cosificación con el objetivo de alcanzar la aprobación masculina.

Al desposeer de toda habilidad a la mujer se reduce su competencia y la percepción sobre la sensibilidad de cualquier tipo de emoción e incluyendo del estado moral; esto se ha demostrado a través de estudios en donde se exhibe a las mujeres dando prioridad a sus cuerpos, mientras que a los hombres se los representa sólo con su rostro; como consecuencia de esto las personas pueden llegar a percibir a las mujeres como: desagradables, ambiciosas e incompetentes. Con estas afirmaciones se ha logrado que el deseo sexual por las mujeres se lo vea el único medio para alcanzar la satisfacción, (Alba, 2016).

La autoestima moral de las mujeres está afectada directamente por la cosificación qué experimentan de manera continua, provocando en ellas sentimientos de auto desprecio; en donde no se consideran dignas de respeto ni protección moral. La cosificación se puede considerar como un medio de dominación en donde un sujeto es sometido a maltratos psicológicos que en la mayoría de los casos son aceptadas debido a que es visto como el único medio para alcanzar la realización y la simpatía interpersonal, (Torres, 2022).

Teorías

Teoría de la objetivación

La teoría de la objetivación propuesta por Fredrickson & Roberts (1997), postulan que las niñas y las mujeres son aculturadas para interiorizar la perspectiva en donde un observador puede juzgar su apariencia física, este proceso puede conducir a que las mujeres lleven un seguimiento diario sobre su cuerpo; lo que provoca que se generen sentimientos de vergüenza y ansiedad. La teoría de la cosificación explica a profundidad porque dichos riesgos se dan en sintonía con los cambios y las etapas que tienen las mujeres; es decir que mientras la mujer madura lo estándares aumenta dependiendo su entorno social.

Según el autor el cuerpo no solo se construye a partir de la biología, puesto que existen contextos sociales y culturales que construyen el cuerpo a través de prácticas y discursos socioculturales; la cosificación dentro de estos provoca que las funciones sexuales de la mujer sean separados de su persona reduciéndola a la condición de un "instrumento", es decir, son tratadas como cuerpos; cuerpos que existen para el placer y el uso de terceros. Se debe señalar que la cosificación no está bajo el control de las mujeres ya que pocas pueden evitar por completo contextos altamente cosificadores.

Dentro de la teoría de la cosificación se toman dos rutas la primera explica que la cosificación fomenta el seguimiento corporal provocando en las mujeres vergüenza, ansiedad y una nula conciencia sobre los estados corporales internos; la segunda y la más extrema trata sobre violación, incesto, acoso sexual o golpes. En dónde el cuerpo de la mujer es tratado como un mero instrumento por parte de su perpetrador

La cosificación es un proceso minucioso que comienza desde temprano edades, con el objetivo de que las niñas y mujeres en algún nivel de sus vidas se traten y se vean a sí mismas como objetos que pueden ser mirados y evaluados. Este proceso comienza con el cumplimiento de presiones

externas que se da a través de la identificación personal y finaliza cuando las personas llegan a socializar; provocando que ciertas experiencias que pueden llegar a tener una mujer se base en como luzca; para ejemplificar esto hay que tomar en cuenta que una mujer con obesidad no puede interactuar socialmente de una manera normativa puesto que tienden a sufrir discriminación y la hostilidad de los varones. En pocas palabras las mujeres pueden alcanzar un alto estatus si su apariencia física cumple con los estándares establecidos.

El atractivo físico es una moneda de cambio que otorga a las féminas un buen trato, éxito social y económico. Podría decirse que las mujeres ven en su belleza física un poder que les otorga facilidades; sin embargo, esto es un arma de doble filo ya que dependerá de los gustos de la cultura dominante en la que se desenvuelva la mujer; en muchos de los casos la cosificación es disfrazada a través de una admiración positiva.

Una vez culminado el proceso de cosificación se da algo llamado autocosificación en donde las mujeres tienden a tener preocupaciones relacionadas con los observadores que pueden ser reales o imaginarios, presentes o previstos, Provocando en ellas una vigilancia habitual y la búsqueda del control sobre su apariencia.

La cosificación es una de las principales causas de la depresión en las mujeres, debido a que al tener un estatus social inferior y una relativa a falta de poder que experimentan las mujeres en sus relaciones, pueden hacerlas sentir incapaces de lograr sus objetivos y controlar los resultados de su vida, también ciertas características de la personalidad que son típicas en las mujeres como: ser emocionales, no asertivas, abnegadas o enfocadas en las relaciones. provocan que las mujeres desarrollen rasgos que pueden comprometer su salud mental todo con el objetivo de entrar en el estándar de una buena mujer provocando en ellas la pérdida de su ser.

Para comprender esta teoría es importante entender que la cosificación está interiorizada y aceptada por la sociedad debido a la opresión que sufre la mujer en las diferentes áreas, provocando en ellas la búsqueda de superación a través de mecanismos que pueden afectar su salud e integridad.

Teoría Feminista

La teoría feminista según Gross & Monica (1995), nace por el cuestionamiento a las teorías tradicionales en donde las mujeres tenían poca o nula participación, lo que buscaban era ser incluidas como posibles objetos de investigación; en donde todas las técnicas y métodos dejarán de ser patriarcales y formarán algo radical para que las mujeres sean tratadas como iguales.

Rasgos del desarrollo teórico feminista mencionados por los autores son los siguientes:

1. Lo femenino se convierte en objeto focal de investigación empírica y teórica, provocando que de estas se den teorías e investigaciones más profundas, puesto que durante la historia fueron relegadas a ser coprotagonistas
2. Las mujeres y lo femenino dejan de ser un tema excluido e ignorado y pasan a ser iguales a los hombres en términos intelectuales, socioeconómicos y culturales
3. La teoría hace una crítica a los componentes patriarcales, sin embargo, no se cuestiona sobre las estructuras y las suposiciones epistemológicas o políticas
4. La teoría feminista se enfoca en los "asuntos de las mujeres" es decir deja de lado los asuntos públicos y más amplios patriarcales y la postura de las mujeres frente a ellos.
5. Con respeto a los discursos patriarcales algunos de ellos son rechazados definitivamente y otros son aceptados con ciertas modificaciones para que las mujeres puedan ser incluidas dentro de estos discursos

Su objetivo central no sólo es realizar una crítica al sistema patriarcal en el que viven las mujeres puesto que, al mismo tiempo desarrolla y exploran alternativas lo que ha provocado nuevas perspectivas femeninas que han sido poco exploradas. La teoría reconoce sus condiciones y limitaciones, las acepta dado que estas son su razón de ser.

Lo que se entiende por feminismo es que aquellas personas y grupos que estén orientadas a acabar con la desigualdad, subordinación y opresión de las mujeres a causa de las estructuras patriarcales impuestas; logrando una emancipación dentro de la sociedad en donde no tenga cabida la discriminación por razones de género. Desde esta perspectiva se han creado diferentes corrientes feministas qué tienen posturas políticas y filosóficas subyacentes con la primera premisa (Miguel, 2011).

La autora señala diferentes corrientes feministas:

Feminismo liberal

Se centra en valores como la dignidad, igualdad, autonomía y libertad; esta considera que las mujeres son oprimidas ya que no son tratadas como igual a los hombres y no existen igualdad de oportunidades reales que puedan revertir esta situación. A su vez ésta busca crear oportunidades y generar leyes que lleven a reformar los derechos y la representación en planos nacionales e internacionales, buscando reproducir leyes más humanas.

Feminismo radical

Hace una crítica a la dominación del hombre sobre la mujer, ésta no sólo busca la reconstrucción de leyes, sino que va más allá puesto que se centre en los esquemas de los valores de los hombres. En lugar de exigir igualdad de poder propone una contracultura en la que enfatice los valores y experiencias femeninas.

Esta teoría es fundamental para demostrar las necesidades de las mujeres dentro de la sociedad en donde en muchas ocasiones su papel se ha desempeñado básicamente para la familia, provocando en ellas frustraciones y en ocasiones la aceptación de la represión machista en una visión patriarcal en donde las mujeres son incapaces de ser líderes en diferentes campos

Disfrute de la sexualizacion

La aceptación de la sexualización se fundamenta en la aprobación de los comportamientos basados en el atractivo sexual de las mujeres, esto se debe a un sentido de pertenencia cimentado en la cultura a través de la aceptación voluntaria o de la interiorización de las obligaciones impuestas desde el exterior; La mujer busca atraer sexualmente la atención de un hombre para sentirse valorada o admirada, dichos sentimientos refuerzan la idea de tener todo bajo control, sin embargo, es un mecanismo de control hacia las mujer, en donde los hombres tienen el poder de juzgar y justiciar ciertos actos discriminativos, (Morales, 2021).

Un estudio realizado por Delong (2019), revela que las mujeres que disfrutan de la sexualización tienen más probabilidades de sentirse cosificadas por sus parejas lo que conlleva a un menor grado de satisfacción dentro de la relación. El falso empoderamiento que ocasiona ser sexualizadas conlleva a las mujeres a tener conductas como: exaltación de ciertos atributos de su cuerpo, modificaciones de estéticas o hiperfeminidad con el fin de aumentar su estatus social dentro de la comunidad masculina.

Las mujeres que ven de manera positiva la sexualización tienden a tener más tolerancia al acoso sexual o la aceptación de la degradación de las mujeres, la gran mayoría de féminas basan su autoestima en ser sexualizadas lo que provoca romper sus límites para lograr una aceptación que se ajuste al contexto en el que se desenvuelven. El cuerpo femenino simboliza las inequidades profundas de género vividas dentro de la sociedad a partir de una subyugación que por años ha sido ignorada

Autocosificación

La autocosificación es una manera de violencia que las mujeres ejercen sobre sí mismas, la persona se reduce o trata exclusivamente como un cuerpo y se valora en la medida en la que puede ser consumida disfrutada o usada por otras personas. Ésta puede llevar a problemas psicológicos como: depresión, trastornos alimenticios, disfunción sexual y baja autoestima, pero de demos que esto no relacionado con el narcisismo al contrario es un proceso que les ayuda a controlar hasta cierto punto la manera en la que les gustaría ser percibidas (Zurbriggen, 2013).

El proceso de autocosificación suele darse desde la edad media de las mujeres, en dónde se crea una conexión interna con sus cuerpos ya que puede encontrarse con situaciones En las cuales se sienten presionadas por alcanzar ideales de belleza; Dentro de la misma existen dos factores importantes que son: vergüenza corporal y control de la apariencia corporal

Vigilancia corporal: Consiste en una vigilancia constante del propio cuerpo para constatar que se ajusta a los cánones de belleza que la sociedad dicta como deseables.

Vergüenza corporal: Surge a partir de la imposibilidad de alcanzar el ideal de belleza que se impone a la mujer desde el exterior.

Control de la apariencia corporal: Es el nivel de percepción de control que las mujeres tienen sobre su apariencia corporal, para que esta se ajuste a los cánones de belleza.

Imagen Corporal

Como señalo Vaquero et al. (2013), la imagen corporal no está necesariamente relacionada con la apariencia física real, es decir ésta se da por la valoración individual que hace la persona sobre su propio cuerpo; cuando se realiza una evaluación sobre las dimensiones corporales no suelen coincidir esto se debe a que está formada por diferentes componentes que son: perceptual, que es la percepción del cuerpo en su totalidad; cognitivo, valoración respecto al cuerpo; afectivo, sentimientos respecto al cuerpo; conductual, acciones que se dan por la percepción.

Los estándares de belleza y la cultura han desarrollado los conceptos sobre la imagen corporal lo que dependerá netamente de los aspectos ambientales biológicos y socioculturales; la preocupación del cuerpo en los últimos tiempos ha alcanzado proporciones elevadas ya que la imagen de la mujer

mueve cantidades enormes de dinero, lo que genera presión para alcanzar estándares que aumentan o disminuyen el valor de la mujer dependiendo de su imagen corporal.

Al mismo tiempo Rodriguez & Alvis(2015), afirma que la imagen corporal sufre modificaciones dependiendo de la etapa en la que se encuentra la persona, estas serán reforzadas por las experiencias que se den en torno al individuo. Existen factores internos externos como los medios de comunicación que ejercen una presión indefinida provocando en los usuarios patologías y patrones, para lograr alcanzar o llegar al "peso óptimo" lo que provoca en diferentes personas trastornos de conductas alimenticias.

Cuando se posee características aceptadas suele influenciar en la autoestima, debido a que si no se posee la aceptación de terceros las personas suelen valorarse de manera negativa; la idea de un cuerpo perfecto es transmitido a través de amigos familiares o por los pares, lo que desarrolla una autoconciencia basada en la opinión social dentro de lo normativo

Vergüenza Corporal

Para Velasco (2010), la vergüenza corporal es del rechazo del cuerpo es decir un miedo externo a no ser aceptado, la vergüenza puede ser reforzada por los patrones y el aprendizaje tanto familiares como sociales; este tipo de vergüenza nos obliga a renegar sobre nuestro cuerpo lo que provoca un ocultamiento a través de algún tipo de vestimenta, provocando en las en las mujeres la falta de aceptación sobre sus límites y defectos; que en muchas ocasiones generan un sentimiento de fracaso al no sentirse dignos de la apreciación de terceros. La evaluación sobre la apariencia física provoca en los seres humanos la limitación de sus capacidades.

En muchas de las mujeres este tipo de vergüenza provoca distorsión sobre alguna parte de su cuerpo ya sea con su tamaño o su forma negando la realidad; viendo a su cuerpo como un fracaso haciéndola sentir incómodas de manera pública y en la intimidad, en una fobia generando ansiedad social al ser observados y evaluados por terceras personas.

La evaluación generada según Meneses & Moncada (2008), está influenciada por aspectos emocionales y genéticos es por eso que es un constructo complejo; por ejemplo, dependerá de cómo se siente y piensa dentro de su círculo social esto ayudará a la aceptación de su cuerpo algunas de las conductas que se dan debido a la vergüenza corporal, la búsqueda de satisfacción resulta en un reto para poder alcanzar un cuerpo determinado y evitar la vergüenza corporal.

Sexismo

Existen varias conceptualizaciones qué hablan sobre sexismo y todas tienen el mismo punto de partida: "La discriminación basada en el sexo" en dónde lo masculino debe ser entendido como lo universal o lo único, a su vez de manera consciente oprime y niega los derechos de las mujeres con mecanismos sutiles y en otros casos violentos que invisibiliza desvalorizan o estereotipan a las mujeres. Como ya mencionamos es una forma de discriminación que utilice el sexo como un criterio para atribuir capacidades, valoración y el significado creado sobre la vida social en pocas palabras es un constructo social que ordena la realidad y separa lo femenino de lo masculino (Donado, 2011).

Además, para el autor el sexismo se da por la diferencia de género en los ámbitos de trabajo, socioculturales, religiosos y familiar en donde se limita a la mujer a ciertas labores que no puede desarrollar completamente sus habilidades y capacidades provocando una participación mínima dentro del ámbito social

Sí de ámbitos hablamos debemos tomar en cuenta que en el lenguaje la mujer no ocupa un espacio significativo ya que la existencia de la mujer dentro de esta categoría queda supeditada a un "otro" en la cual se le niega la calidad de sujeto; con la incorporación de las mujeres a más ámbitos profesionales se han creado nuevos términos para visualizar a las mujeres.

Sexismo benévolo

Según Orozco (2018), menciona que el este tipo de sexismo se lo muestra bajo un tono positivo, debido a que se les adjudica sentimientos o efectos como la compasión, la ternura y la afectividad; desde la visión de la mujer son aceptados y vistos como roles tradicionales y son asociados a la protección masculina, sin embargo, se debe señalar que la mujer es relegada a un nivel menor donde no goza de independencia y la delimita a un rol social. Para entender la profundidad el autor señala varias categorías en las cuales quiere profundizar de manera más asertiva como el sexismo benévolo marca a la supremacía masculina.

El autor añade categorías:

-Paternalismo protector: Dentro de esta el hombre trata a la mujer como un padre trataría a sus hijos, aquí la mujer depende exclusivamente del hombre lo que provoca que de manera implícita o

explícita reconozca su inferioridad

-Diferenciación de género complementaria: En esta categoría la mujer es percibida como un complemento del hombre es decir todas sus habilidades recaen en las actividades del hogar y el cuidado de la familia lo que provoca una independe una codependencia de las mujeres, otorgándole al hombre un dominio económico y estructural

-Intimidad heterosexual: Aquí se ve a la mujer como una máquina para poder procrear, siendo esto su único valor para el género masculino

El sexismo benévolo refuerza la idea de que las mujeres son débiles y deben ser protegidas; se ha comprobado en varias investigaciones que este se ha comprobado en varias investigaciones que cuando existe un riesgo de violencia o de ser víctimas de algún tipo de crimen este tipo de sexismo es aceptado e interiorizado con el fin de generar empatía

Sexismo ambivalente

La teoría del sexismo ambivalente propuesta por Glick y Fiske (1996), "la existencia simultanea del poder estructural de los varones y el poder diádico de las mujeres (basado en la interdependencia en las relaciones) crean ideologías sexistas ambivalentes, compuestas del sexismo hostil y el sexismo ambivalente". Esto quiere decir que dentro de la visión de un hombre sexista se crea visiones polarizadas las cual se dan para evitar conflictos internos, categorizan a las mujeres en subgrupos dividiéndolas en favorables o desfavorables.

Como un aspecto positivo el sexenio ambivalente es una base importante para conseguir una igualdad real entre hombres y mujeres, puesto que por medio de las diferentes escalas se puede identificar qué actitudes pueden perjudicar a las mujeres y de esta manera se crean y mejorar la realidad en la cual ambos géneros pueden satisfacer sus necesidades

Poder

Para Foucault (2000), el poder no sólo se posee este es un privilegio para ciertas clases sociales, el cual les permite funcionar plenamente en un sistema de producción en el cual se exprime algunas necesidades. Atreves de este se busca fascinar, aterrorizar e inmovilizar ya que al mismo tiempo es un fundador que garantiza el orden de manera intensa y eficaz.

Las relaciones interpersonales son el punto de partida para poder entender el “poder”, al mismo tiempo estos vínculos se manifiestan según estatus, roles y procesos que se adquiere a través de

lazos que se forman con la interacción; además con las relaciones se establecen que conductas son aceptables generando en los individuos una debida competencia social pues estas persiguen un objetivo común. Sin embargo, al ejercer el poder las personas tienden a ampliar las desigualdades lo que genera en ciertos individuos "temor" al momento de relacionarse con personas que ostentan una figura de poder.

Dentro de la cultura la mujer ha luchado por alcanzar un espacio en el ámbito público logrando alcanzar un liderazgo femenino, implicando un cambio en la identidad de las mujeres debido a que dejan de ser "para otros" y crecen individualmente permitiéndoles generar su propia identidad en donde son conscientes de las capacidades y habilidades que poseen; dichos cambios en cierto punto generan conflictos entre mujeres, esto se da al imitar el ejercicio de poder patriarcal y el reconocimiento dentro del mundo masculino

En todas las concepciones figura el término individuo refiriéndose al varón, el cual es dueño de sus acciones y no está asociado a las relaciones familiares provocando que de manera simbólica y práctica los espacios de poder para las mujeres sean reducidos justamente al no manejar y comprender los códigos requeridos son excluidas lo que ha provocado que el deseo de poder por parte de las mujeres entre en conflicto, en especial cuando las mujeres quieren vivir sin riesgos, en donde quieren ser respetadas y no violentada; para poder de esta manera acceder a los recursos para satisfacer sus necesidades y al mismo tiempo no ser oprimidas ante las desigualdades de condiciones que se dan dentro de instituciones, en donde el poder usualmente suele ser protagonizado por hombres. En resumen, el poderío de las mujeres es ser consideradas humanas y vivir en libertad sin ningún tipo de excepción

Autoestima

Para el autor la autoestima es vital para el desarrollo, esta influye en la salud psicológica puesto que nos referimos a la actitud hacia nosotros mismos; le estima que un individuo siente influye en la manera de apreciar los objetos, sucesos y las personas de su entorno. Es considerada una actitud habitual la que se manifiesta a través de la forma de pensar, amar, sentir y comportarse con los demás. Es un sistema complejo ordenado mediante las experiencias vividas en la niñez, adolescencia y la adultez, esta no es innata debido a que debido a que se debe a una larga secuencia de acciones y sentimientos que se dan en nuestro día a día.

Dentro de esto se esconde los niveles más profundos de nuestras capacidades que son el resultado

de la unión de nuestros hábitos, para algunos autores cuando una persona goza de una autoestima alta la misma se vuelven más independientes y más abiertas al momento de sentir y pensar, no les temen a los cambios y confíe en el plenamente

Existen 3 componentes que forman parte de la autoestima

Componente cognitivo: Esto depende de la madurez psicológica y del intelecto de cada persona es un conjunto de saberes sobre uno mismo.

Componente afectivo: Puede ser positiva o negativa, debido a que es un juicio de valor ante nuestras cualidades que representan una respuesta ante lo que percibimos de nosotros; se puede considerar el corazón de la autoestima es decir la validación y la aceptación de nuestros defectos y virtudes.

Componente conductual: Es la intención, tensión y decisión de actuar ante los demás es el refuerzo que alcanzamos al momento de ser aceptados dentro de nuestro círculo social.

Según los autores campos y Muñoz la formación de la autoestima se da a partir de ciertos elementos que son:

Amor

Seguridad

Conductas firmes, mas no violentas respecto

Autoconfianza

Sentido de pertenencia

Se necesita experimentar todos estos elementos por parte de nuestra familia, amigos y terceros. Es fundamental en los primeros años de vida de los niños y niñas, debido a que la autoestima nos permite un mejor desarrollo y el reconocimiento de nuestras habilidades para poder potenciarlas en el ámbito que nos desarrollemos; es indispensable identificar los elementos con el fin de elaborar estrategias que nos lleven a mantenerlas y a fortalecerlas en un estado elevado.

En opinión de Maslow las personas que no han desarrollado una autoestima adecuada nunca podrán autorrealizarse, este aprendizaje se genera de una manera no intencional es decir se moldea a la persona desde varios contextos informales educativos. El cerebro es social como consecuencia de esto el desarrollo de la autoestima está influenciado por la naturaleza de las relaciones sociales y el establecimiento de una comunidad saludable debido a que busca alimentarse y encontrar

seguridad para lograr generar una identidad en dónde busca trascender

Medios de comunicación

Los medios de comunicación son un instrumento fundamental para poder llegar con un mensaje esencial, debemos mencionar que se encuentran en constante evolución adaptándose a los cambios económicos y sociales que se dan con el desarrollo de las sociedades. En un sentido más amplio el rol fundamental de comunicar es informar, educar y distraer; actualmente el objetivo de dichos medios es vigilar al consumidor y robotizarlo para vender lo que ellos quieren. Pero lo más importante dentro del actuar de los medios de comunicación es el de implantar y reforzar los roles dentro de la sociedad para de esta manera poder controlar al público sin importarle las graves consecuencias tanto físicas, como mentales que pueden existir.

Son considerados una pieza clave en la construcción de la agenda pública y de los sujetos, lo que conlleva una homogeneización de los discursos y el afianzamiento de dominación; las nuevas tecnologías se han convertido en una herramienta poderosa que modifican e incrementan la capacidad de acción sobre los pensamientos y crean una nueva cultura, debido a esto la información es menos variada lo que ha provocado que no se distinga la realidad de la ficción otorgándole al espectador menor capacidad crítica y analítica.

La función social que tienen los medios de comunicación dentro del público es garantizar el pluralismo informativo empleando herramientas de difusión cultural y explorando un potencial educativo por medio de criterios profesionales que están orientados a construir la realidad social y volverse mediadores sistemáticos dentro y fuera del público.

Un punto importante a tratar es que los medios de comunicación no reflejan la realidad de la mujer, en páginas de periódicos, revistas, en el cine y en las redes sociales se representa la mujer de una manera estereotipada relacionándola con el hogar y con la familia: siempre preocupada de su aspecto físico y nunca de su lado intelectual provocando así la cosificación sexual y disfrazándola como feminidad ; los medios masivos son el claro ejemplo de la reproducción de estereotipos lo que fomenta la brecha entre hombres y mujeres; y como resultado de esto se obtiene la minimización del valor de la mujer

Para el autor Delgado (2017) se vende la mujer como algo posible o deseable, explotan su sexualidad y su apariencia física para alcanzar la sumisión o sometimiento; mientras que los hombres alcanzan el poder y el estatus, provocando que de esta manera miles de mujeres se vuelvan

víctimas de violencia

Violencia

De acuerdo a Pacheco (2016), la violencia es el uso desmedido de la fuerza con el fin de herir a un individuo o a un grupo este tipo de acciones han sido aceptadas; dentro de esta existen dos protagonistas: el agresor es el dominante y se mueve en un ambiente donde la víctima se encuentra en un papel subordinado, esto se da en un contexto de continua agresión, en la que se combina humillación, intimidación y control. La violencia logra estructuras dominantes que como consecuencias se origina la dependencia y el abuso. La única violencia que puede ser medida es la violencia física debido a que es un ataque directo contra otra persona esta tiene un carácter triple es decir es brutal, exterior y dolorosa.

Así mismo, para el autor la violencia puede representar o medir las relaciones sociales puesto que es la reproducción de mecanismos en donde se representan patrones comportamentales, que se dan a partir de la temporalidad; en esta amplitud la violencia tiene consecuencias en donde las víctimas pueden verse limitadas al buscar ayuda esto se da por la normalización que viven ciertos grupos sociales

Violencia psicológica

Según Poalacin & Bermúdez (2023), la violencia psicológica es entendida como los actos que se dan a través de amenazas, manipulación, aislamiento, hostigamiento, etc. este tipo de violencia es difícil de cuestionar debido al estado emocional de las personas suele llegar a normalizar este tipo de conductas provocando en ellas perjuicios en su salud mental; con el objetivo de conseguir o imponer ciertas ideas sobre las víctimas este tipo de violencias pueden llegar a ser crónicas debido a las secuelas mentales que puede ocasionar en el presente, debido a que las victimas suelen relacionarlos con ciertos elementos u escenarios en el que se desenvuelven las víctimas.

Otros de los resultados preocupantes es la baja autoestima que provoca y ya que le reducen las oportunidades de interacción y acceso con sus habilidades capacidades perjudica a las mujeres a la hora interactuar consigo mismas.

Este tipo de violencias no ha tenido la relevancia correspondiente, debido al no haber daño físico, pasa desapercibida se deben mencionar que es subjetiva debido a que toma varias formas dependiendo del sujeto; es por esta razón que es difícil de estudiar. Justo por ello, es necesario

analizar normas, patrones, y estilos de comportamiento tanto individuales como interpersonales, esto será de gran ayuda para comprender que muchos de los agresores tienen no tienen la intencionalidad de hacerlo. Debemos ser claros que la violencia psicológica no es una conducta establecida más bien se le entiende como comportamientos, (Salazar et al., 2014).

Cuando ha existido un evento traumático o violento el umbral de tolerancia ante el sufrimiento tiende a modificarse, provocando en muchos de los casos una normalización a cierto nivel de violencia; debido a que ven los ataques como algo generalizado que no pueden afectar su propio ser.

Sin embargo, deja una huella o cicatriz invisible que se mantendrá activa si no es tratado adecuadamente la duración de dicha secuela no tiene un tiempo determinado, a su vez, pueden ser reversibles o no; dependerá de las características en las que se haya originado la misma, este tipo de violencias pueden caer en agresiones físicas o sexuales que en muchos de los casos la víctima tiende a justificar los por el grado de manipulación a la que se expuso con anterioridad.

Violencia simbólica

La violencia simbólica según Calderone (2004), es un fenómeno de dominación en las relaciones sociales que enfatiza en el funcionamiento y la eficiencia del mismo, mediante estructuras objetivas que se mezclan con estructuras cognitivas y que da como resultado una persuasión clandestina que es vista como la más severa de todas. Esta se puede alojar en acontecimientos culturales y sociales mediante: lenguaje, educación o religión; dentro de esta violencia el agresor es visto como el dominante con el único capaz de adquirir poder.

El origen de la fuerza de esta violencia radica en la normalización de los comportamientos de dominación, con los cuales se justifica la desigualdad social y provocando una nula reacción por parte de las personas. Las conductas que imponen provocan la reducción de la libertad o de la forma de vida, hasta el punto de hacer una completa reestructuración del medio social que como resultado termina en una marginación extrema, (Fabiani, 2022).

La violencia simbólica es la base principal de todos los tipos de violencia, debido a que se transmite a través de costumbres prácticas y tradiciones que se refuerzan en base de relaciones de dominación y sumisión, es por esta razón, que se encuentra presente en todas las relaciones sociales y en todos sus niveles, en esta no existe un cuestionamiento válido ya que la única autoridad es el poder de sometimiento. Este tipo de violencia se las puede palpar en la desigualdad de las mujeres al negarles

los espacios adecuados y asignarles ciertos roles que en muchos de los casos o en muchas culturas son vistas como naturales; la idea de la violencia simbólica es reforzada mediante los medios de comunicación debido a que en estos representan a las mujeres como objetos explotados por su belleza y dejando a un lado sus verdaderas capacidades, (CONAPO, 2020).

Roles de género

Estos son el conjunto de creencias o características que son apropiados tanto para hombres como para mujeres, esta marca el comportamiento y la participación en actividades: socioeconómicas, políticas y culturales dentro de la sociedad; provocando un posicionamiento dentro de la estructura social la misma que está afianzada con base en la desigualdad. Los roles de género se van adquiriendo desde la niñez y se cimientan en la adolescencia, puesto que son transmitidos a través de la socialización familiar, escolar o medios de comunicación; esos tres agentes actúan como reguladores de los comportamientos y expresiones según los estados emocionales en los que se puede encontrar tanto hombres como mujeres. Saldivar et al., (2015)

Los roles de género son parte del aprendizaje formal en que se le asigna ciertos atributos al sexo biológico, es por esta razón que desde muy pequeños las mujeres deben cumplir con las tareas del hogar porque solo de esta manera estarían “preparadas para la vida adulta” sus principales actividades están centradas en la estética de su cuerpo, en ser amables, en ser madre y generosas, por otro lado, los niños se los educa de manera más libre y autónoma ya que los mismos pueden elegir su camino. Instituto Nacional de las mujeres, (2004)

Al ser un constructo social este puede modificarse, aquellos mandatos dentro de una cultura pueden desaparecer o a su vez se afianzan ya que son una actuación reiterada y obligatoria que los seres humanos realizamos dentro de la practica social, para poder seguir de manera puntal las normas sociales que se imponen a nuestros cuerpos desde tempranas edades Macías, (2022).

1.2 Objetivos

Objetivo General

Determinar la existencia de la cosificación de la mujer en estudiantes Universitarios.

Objetivos Específicos

- Identificar los factores de la cosificación de la mujer en estudiantes universitarios
- Analizar los efectos de la cosificación de la mujer en estudiantes universitarios
- Proponer una alternativa para reducir la cosificación de la mujer

Capítulo II.- Metodología

2.1 Materiale

En la investigación se tomaron instrumentos confiables de autores, los mismos que nos permiten medir y evaluar de manera efectiva nuestra variable de estudio, para de esta manera cumplir con los objetivos propuestos.

Los instrumentos utilizados fueron: Interpersonal Sexual Objectification Scale (ISOS) adoptado y aplicado por Sáez et al. (2012), para la versión española, este cuestionario tiene por objetivos evaluar la objetivización sexual interpersonal, mediante dos factores: evaluación corporal y avances sexuales explícitos no deseados; está compuesta por 15 preguntas las mismas que están divididas entre los factores de antes mencionados, una de las ventajas de este cuestionario es que nos ayuda a evaluar la frecuencia en que las mujeres suelen ser víctimas de la cosificación. La escala utilizada es tipo Likert de 5 opciones que van desde Nunca hasta Siempre.

La validez del contenido de dicha escala si obtuvo con el juicio de expertos y el programa Factor 9.2 con el cual se obtuvo la evidencia de confiabilidad: 0,89 para avances sexuales explícitos no deseados y 0,87 para evaluación corporal.

Otro de los instrumentos utilizados fue la escala de Autoestima aptada y traducida al español por Atienza et al. (2000), mismo que incluye 10 ítems en las cuales se puede apreciar 5 preguntas redactadas de manera positiva y las otros 5 restantes de manera negativa, dentro de esta se utiliza una escala tipo Likert del 1 al 4

A través de una prueba piloto realizada por los investigadores se obtuvo una validez con el coeficiente Alfa de Cronbach de 0.837

También, se aplicó la escala Objetified Body Consciusness Scale (OBCS) adaptada y traducida al español Delgado et al. (2012), consta de 24 ítems, los cuales están divididos en sus escalas en 3 subescalas: la primera vigilancia corporal, la segunda subescala de vergüenza corporal y por último subescala de creencias de control; utilizan una escala tipo Likert del 1 al 5

A través de 3 estudios realizados a mujeres universitarias si obtuvo puntuaciones de validez 79, 79 y 73, estas puntuaciones se dan a la subescalas antes mencionadas

El último cuestionario aplicarse fue la escala de Sensación de Poder General creado Anderson y Cols (2012), en la cual consta 8 ítems divididos por poder blando y poder duro, esto se los mide a través de una escala tipo Likert del 1 al 5. Se obtuvo a partir de estudios de validez una puntuación de 0.735

2.2 Métodos

Enfoque de investigación

Una investigación científica esencial para conseguir información más rigurosa y cuidadosamente realizada, se debe elegir correctamente los métodos para poder generar procesos adecuados cumpliendo con los objetivos de la investigación.

Para Cadena et al. (2017), la investigación cuantitativa tiene un diseño de exploración flexible que incita al investigador a ver el escenario y a las personas con una perspectiva holística los cuales no son reducidos solamente a las variables si no son vistos como un todo. Al mismo tiempo comprende la realidad de las personas aportando creencias y perspectivas que son valiosas en la validez del objeto de estudio, Todos los escenarios son dignos de una investigación cuantitativa puesto que el investigador no es esclavo de un procedimiento o de una técnica específica

El enfoque cuantitativo va a responder de manera integral a nuestro proyecto de investigación, debido a que nos ayuda a conocer la realidad de la situación de una forma imparcial, también se recolectan y analizan los datos mediante variables medibles. La investigación cuantitativa implica el uso de herramientas informáticas, estadísticas o matemáticas para obtener resultados más acertados esto es de gran ayuda ya que cuantifica el problema y explica las generalidades mediante la búsqueda de resultados confiables dentro de una población

Babativa (2017), añade que la investigación cuantitativa se basa en una normativa ética fundada en la honestidad y respeto y responsabilidad, debido a que se solicitan los permisos correspondientes dentro de las organizaciones para que las personas se mantengan informadas de cómo será manejada la información y qué datos se les solicitará dentro del proceso; al utilizar herramientas tecnológicas se regulan los efectos negativos con respecto a los intereses particulares que pueda llegar a tener una investigación, lo cual permite tener un equilibrio y evolución social al servicio de toda del proyecto.

Podemos señalar que a través de ordenar y sistematizar de manera ordenada los conocimientos se

pudo establecer: qué es lo que se deseaba saber y cómo deberíamos medirlo es por esta razón que el enfoque cuantitativo mediante su análisis matemático y estadístico nos va ayudar a explicar y describir como el fenómeno de la cosificación tiene relevancia dentro de la comunidad universitaria

La recolección de datos de la investigación se utilizaron instrumentos, los cuales manejaban escalas tipo Likert las mismas que fueron utilizadas para un análisis estadístico sobre la cosificación en estudiantes la cosificación de las mujeres en estudiantes universitarios

Modalidades de Investigación

Bibliográfico

La investigación bibliográfica es la exploración de productos académicos anteriormente expuestos que nos permiten conocer el estado del arte, el cual va a ser nuestro punto de partida para localizar información este va a ser nuestro punto de partida para generar nuevos conocimientos basados en autores concretos y explorar temas de manera eficaz y pertinente contribuyendo a la calidad del trabajo (Serrano et al.,2016).

Para Carrasco y Calderero (2000), una de las mayores ventajas es que este tipo de investigación nos permiten adentrarnos a fenómenos y abarcar realidades de espacio-temporal recopiladas en libros, revistas, artículos, etc. Esta recolección sí he facilitado por medio del Internet el cual nos ha proporcionado una visión panorámica y sistémica de múltiples fuentes

De campo

Para Graterol (2011), presenta la investigación de campo como un recurso investigativo en dónde se recolecta información en condiciones controladas externas, con el objetivo de descubrir las causas o la situación que está produciendo el problema a estudiar; este tipo de investigaciones permite recolectar la realidad social y diagnosticar las necesidades ya que la investigador puede adentrarse en el medio para obtener experiencias que ayuden a la transformación de la investigación del estudio.

Esta es flexible ya que puede adaptarse a diferentes medios ya sea públicos o privados, a su vez pueden aplicarse diferentes tipos de cuestionarios los cuales ayudarán al investigador al llegar escenarios poco explorados, la nueva información deberá ser evaluada para determinar su factibilidad y viabilidad (Maxula y Lozada, 2011).

Niveles de investigación

Se implementó una investigación **descriptiva** la cual se caracteriza por registrar, analizar e interpretar la naturaleza de los fenómenos, se debe señalar que el investigador no tiene ningún tipo de control sobre el objeto a estudiar; su único papel es el de recolectar información suministrada a través de los instrumentos aplicados, una vez obtenidos los datos deben ser observados y estudiados de manera cualitativa o cuantitativa dependiendo de lo que busca la investigación (Alban et al.,2020).

Con el estudio descriptivo se facilitó el análisis de los factores in efectos que tienen la cosificación sobre las mujeres estos se dan por la recolección de datos y el debido estudio del estado del arte de la investigación.

De la misma manera, se aplicó una investigación **exploratoria,** la cual Zafa (2006), describe la como algo específico que ha sido poco explorado y reconocido que ha sido difícil de formular hipótesis que precisen o generalicen sus resultados, estos pueden aparecer como un fenómeno novedoso que nos impulsan a llevar investigaciones profundas con los cuales generamos nuevos conceptos y afirmaciones a partir de las necesidades que esté generando este tipo de problemas; la investigación exploratoria se puede implementar en diferentes modelos y tipos de investigación, puesto que se adapta al tiempo y al espacio del estudio

El fenómeno de la cosificación es algo novedoso dentro del contexto ecuatoriano poco estudiado y relacionado en el ámbito universitario muchos de las veces este fenómeno se confunde con empoderamiento, lo que nos ha permitido explorar las causas que han provocado la aceptación de las mujeres de sobre este fenómeno.

Por último, fue de gran ayuda a la investigación **correlacional,** según García (2007), el principal objetivo de esta investigación es encontrar las explicaciones mediante la comparación de dos variables sin que exista en medio una manipulación de las mismas, la relación de la intensidad de las variables se mide a través del coeficiente de correlación el mismo que nos permite saber cuáles son las medidas de control experimental, debemos señalar que este tipo de investigación no presenta las causas de manera directa ya que se enfoca en el control de las variables y en la obtención de resultados que sean válidos

A pesar que nuestra investigación no cuenta con dos variables se decidió implementar una investigación correlacional, debido a que se aplicó en dos diferentes entornos con el fin de

determinar si existe alguna variación con respecto a la cosificación en las facultades de: Jurisprudencia y Ciencias Sociales y Ciencias humanas y de la Educación

Métodos de la investigación

Analítico sintético

Esto se lleva a partir de la descomposición del objeto en partes más pequeñas con el fin de estudiar los de forma separada para luego integrar dichas partes y estudiarlas de manera holística; las partes pueden ser las causas, la naturaleza, los efectos, etc. debido a que cada una están relacionadas y juegan un papel importante al momento de hablar del tema de investigación según (Jiménez, 2017).

Hipotético deductivo

Para Gianella (1995), este método plantea hipótesis las cuales se toman como verdades, sin embargo, no tienen ninguna certeza de ellas, son supuestos que anticipan una solución al problema es decir buscan dar respuestas; a través de estructuras ordenadas que pueden ser fundamentales derivadas o auxiliares de ésta se derivan consecuencias que deberán ser comprobadas empíricamente para dar un contraste y obtener resultados que refuten o afiancen la hipótesis planteada

Población

La población está compuesta por elementos como personas, objetos, historias clínicas u organizaciones que participan dentro del problema; el mismo que fue delimitado a partir del análisis de la investigación la población, también es conocida como universo en la cual va a ser estudiada, cuantificada y delimitada a partir de las características del entorno, el tiempo y el contenido (Toledo, 2018)

La población de estudio fue en los estudiantes en estudiantes universitarias de la Universidad Técnica de Ambato que oscila una edad entre 18 a 35 años; la carrera de Trabajo Social consta de 213 estudiantes mujeres y la carrera de Educación Inicial cuenta con 271 estudiantes todas ellas mujeres, dando un total 848 estudiantes

Muestra

Según la muestra es un subconjunto o parte del universo, en el cual se llevará el estudio existen diferentes procedimientos para obtener el número de componentes que van a ser parte de la

muestra. Se debe señala

r que el tamaño de la muestra se puede definir a partir de dos criterios: el primero son los recursos y los requerimientos que disponga la investigación y el segundo es la lógica que tiene el investigador para seleccionar la muestra; el tamaño de la muestra siempre se va a manejar por fórmulas de estadísticas las cuales será más fáciles de aplicar para su posterior análisis

En nuestro estudio la población a investigar está conformada está compuesta por un total de 484 Estudiantes divididos en dos cientos 13 de la Facultad de jurisprudencia y Ciencias Sociales carrera de trabajo social y 271 estudiantes de la facultad de Ciencias humanas y de la educación carrera de educación inicial Ya que la población sobrepasa los 100 estudiantes se utilizó una fórmula de muestreo para obtener de manera más precisa cuál sería la muestra adecuada para nuestra investigación

$$n = \frac{z^2 * p * q * N}{e^2(N-1) + z^2 * p * q}$$

n = muestra

p= Probabilidad a favor (0,5)

q= Probabilidad en contra (0,5)

z= nivel de confianza (1,96 – 95%)

e= error de la muestra (0,05)

N= población

$$n = \frac{1.96^{\,2} * 0.5 * 0.5 * 484}{0.05^{\,2}(484-1) + 1.96^{\,2} * 0.5 * 0.5}$$

$$n = \frac{3.8416 * 0.5 * 0.5 * 484}{0.0025\,(484-1) + 3.8416 * 0.5 * 0.5}$$

$$n = \frac{464{,}83}{2{,}16}$$

$$n = 283.01$$

$$n = 283$$

Mediante la aplicación de la fórmula se obtuvo que la muestra poblacional es de 283 estudiantes de las facultades de Jurisprudencia y Ciencias Sociales carrera de Trabajo Social y Ciencias Humanas y de la Educación carrera de Trabajo Social a los cuales se aplicó el cuestionario

Muestreo por conveniencia

Permite elegir aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos; fundamentado en la conveniente facilidad y proximidad de los sujetos para el investigador. Es considerada una técnica de muestreo no probabilístico y no aleatorio que se utiliza para crear muestras, según la facilidad de acceso, la disponibilidad de personas que formarán parte de la muestra en un intervalo de tiempo determinado, o cualquier otra característica práctica de un artículo en particular (Otzen y Manterola, 2017).

CAPÍTULO III.- RESULTADOS

3.1 Análisis y discusión de resultados

En este capítulo se expone el análisis de interpretación de los resultados que se obtuvieron por la aplicación de los instrumentos de recolección de datos con el objetivo de responder a los objetivos de la investigación

Características sociodemográficas.

Tabla 1. *Variables Sociodemográficas*

		f	%
Estado Civil	Soltera	274	94,5
	Unión Libre	9	3,1
	Casada	7	2,4
Etnia	Indígena	16	5,5
	Afroecuatoriana	1	0,3
	Mestiza	272	93,8
	Blanca	1	0,3
Edad	18 años a 20 años	177	61,0
	21 años a 22 años	71	24,5
	23 años a 25 años	27	9,3
	26 años a 28 años	12	4,1
	29 años a 30 años	3	1,0

Facultad	Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación	217	74,8
	Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales	73	25,2

Nota: f =frecuencia; % =porcentaje

En la presente investigación participaron 290 mujeres de la Universidad Técnica Ambato, quienes en su mayoría pertenecían a la Facultad de Ciencias Humanas (n=217; 74,8%) y el resto a la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales (n=73; 25,2%). En cuanto a su estado civil informaron que el 94,5% (n=274) son solteras, seguido del 3,1% (n=9) que viven en unión libre y el 2,4% (n=7) que son casadas. La gran parte de las participantes se identificaron como mestizas (n=272; 93,8%), y en menor medida como indígenas (n=16; 5,5%), afroecuatorianas (n=1; 0,3%) y blancas (n=1; 0,3%). Además, la distribución de la edad revela que el 61,0% (n=177) tenían entre 18 y 20 años, así mismo gran porcentaje del 24,5% (n=71) estaban entre los 21 y 22 años, mientras que en menor porcentaje con el 9,3% (n=27) tenían entre 23 y 25 años, el 4,1% (n=12) entre 26 y 28 años, y por último el 1,0% (n=3) tenían entre 29 y 30 años.

Cosificación

Tabla 2. *Prueba de Confiabilidad ISOS*

	α
Cosificación	,94
Aproximaciones explícitas no deseadas.	,87
Evaluación corporal	,93

Nota: α=Alfa de Cronbach

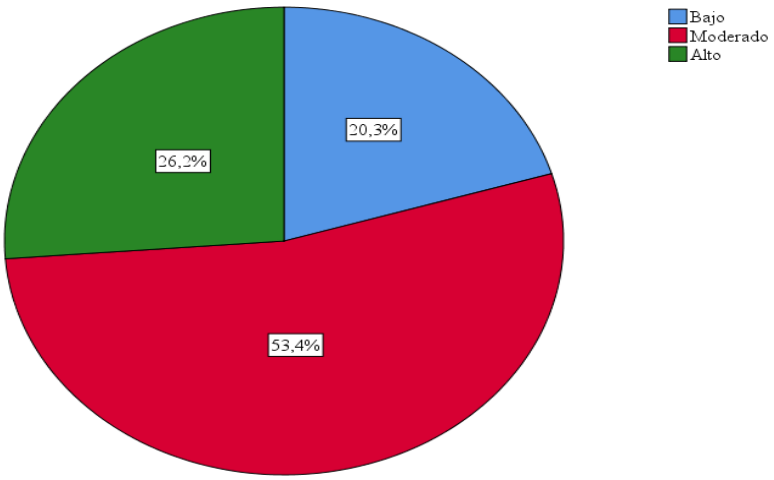
La cosificación sexual femenina en las relaciones interpersonales, continuando con el modelo de Lozano et al. (2015) se manifiesta con la evaluación del cuerpo y los avances sexuales no deseados en el contexto interpersonal. En este sentido se realizó una prueba de fiabilidad para observar la consistencia de la Cosificación, mismo que es excelente al haber obtenido un coeficiente Alfa de Cronbach α=0,94. Seguidamente se realizó la prueba de fiabilidad para las dimensiones que la componen y se logró observar que Evaluación corporal (α=93) y Aproximaciones explícitas no deseadas (α=0,87) también tuvieron valores adecuados para su aplicación en el contexto ecuatoriano.

Tabla 3. *Nivel de Aproximaciones explícitas no deseadas*

	f	%
Bajo	59	20,3
Moderado	155	53,4
Alto	76	26,2

Nota: f =frecuencia; % =porcentaje

Figura 3. *Porcentaje de Aproximaciones explícitas no deseadas*



Los datos indican que la mayoría de los participantes, el 53,4% (n=155), experimentaron un nivel

moderado de aproximaciones explícitas no deseadas, mientras que el 26,2% (n=76) reporto un nivel alto y el 20,3% (n=59) un nivel bajo. Esto sugiere que una porción considerable de mujeres evaluadas se ve afectada en algún grado por situaciones que tienen connotaciones sexuales invasivas e incómodas.

Un 76, 8 % de estudiantes de encuestadas señalaron que en algún punto de sus vidas han sufrido algún tipo de agresión sexual ya sea alta o moderada; este tipo de conductas afecta directamente a la dignidad de las mujeres, debido a que pierde el control sobre nuestros cuerpos cuando suceden estos hechos; este tipo de actos suelen provocar en las víctimas sentimientos de culpabilidad y vergüenza que en muchos de los casos son reprimidos para evitar ser juzgados y cuestionados sobre el contexto en el que sucedieron. Los agresores justifican estas conductas debido a la vestimenta, el sexo, el cuerpo o la sexualidad de la mujer, de esta manera buscan generan confusión en la victima, (Ministerio de la mujer y desarrollo social, 2011)

Por otra parte, las mujeres que marcaron con un nivel bajo acerca de las aproximaciones sexuales se podría deber a que las agresiones sexuales en muchas de las ocasiones no dejan secuelas físicas visibles, pero afectan gravemente en el plano psicológico. Este fenómeno se podría deber a las normas y los estereotipos que se manejan dentro de una cultura. Por ejemplo, sí un hombre es conflictivo o expresivo lo califican como un “macho” y al mismo tiempo la mujer se debe mostrar agradecimiento y aguantar este tipo de violencia debido a que estas son concedidas como muestras de cariño o de admiración, (Torres, 2015)

Se debe evitar la normalización de la violencia para que se eliminen los ciclos de violencia, en donde las víctimas, crecen en entornos violentos pudiendo llegar a aceptar y replicar estos comportamientos en futuras relaciones lo que provocará que más mujeres sufran este tipo de conducta sin ningún tipo de repercusión.

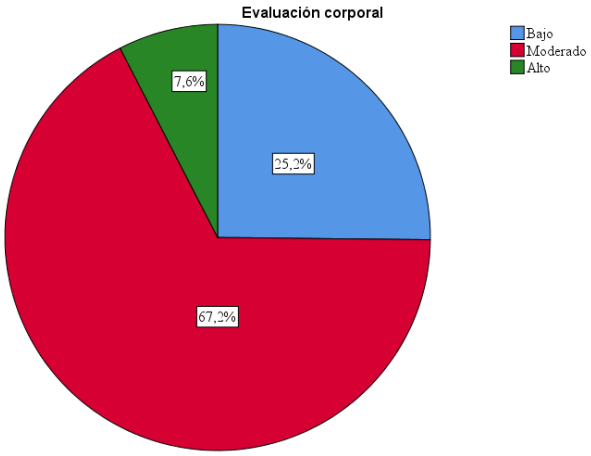
Tabla 4. Nivel de Evaluación corporal

	f	**%**
Bajo	73	25,2

Medio	195	67,2
Alto	22	7,6

Nota: f =frecuencia; % =porcentaje

Figura 4. *Porcentaje de Evaluación corporal*



En la evaluación corporal, del total de las participantes gran parte con el 67,2% (n=195), se encuentran en un nivel medio, seguido del 25,2% (n=73) que informaron un nivel bajo y el 7,6% (n=22) que indicaron un nivel alto de evaluación corporal. Aunque los resultados permiten determinar que las mujeres evaluadas no se sienten particularmente preocupados o afectados por su evaluación corporal, existe un grupo significativo que podría estar en riesgo de tener una sobreevaluación corporal, lo cual puede ser relevante para su bienestar general.

Con un porcentaje alto se muestra que la mayoría de las mujeres han sentido una evaluación corporal de terceros, como afirma Rodríguez & Cruz (2006), esta puede provocar una gran presión social que es impuesta por un modelo estético y la importancia de la imagen con el fin de satisfacer a la población en general; la evaluación corporal es el punto de partida para medir la autoestima y la satisfacción con la imagen, que pueden estar moduladas por aspectos biológicos, sociales y culturales; todo lo antes mencionado, se puede provocar trastornos de conducta alimenticia en donde la imagen se distorsiona y los pensamientos hacia el cuerpo son negativos

La evaluación corporal logra crear imágenes inexactas de tal forma que se glorifica la belleza, disminuye la salud y la juventud es vista como algo divino. Cuando un cuerpo sale de los estándares

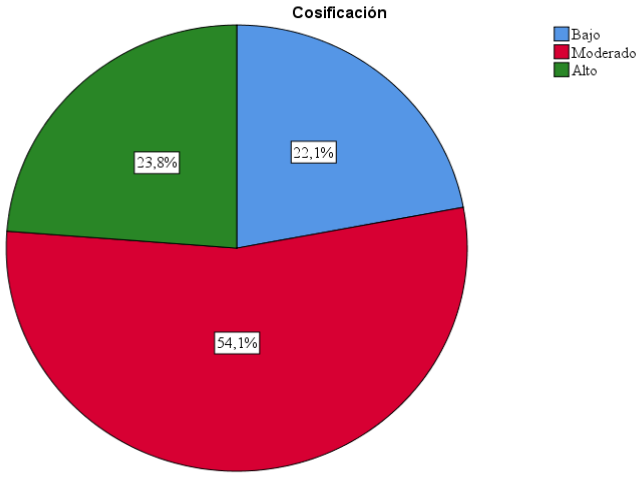
comunes suele sufrir violencia simbólica o física al considéralos poco saludables o poco estético, lo que aumenta la dismorfia y la frustración en torno a la imagen provocando en las víctimas vulnerabilidad (Arroyo, 2008)

Tabla 5. *Nivel de Cosificación*

	F	**%**
Bajo	64	22,1
Moderado	157	54,1
Alto	69	23,8

Nota: f =frecuencia; % =porcentaje

Figura 5. *Porcentaje de Cosificación*



Los datos presentados muestran los niveles de cosificación experimentados por los participantes, donde en gran parte el 54.1% (n=157) experimentó un nivel moderado de cosificación, mientras que el 23.8% (n=69) indicó un nivel alto, y el 22.1% (n=64) reportó un nivel bajo de cosificación. Estos hallazgos indican que las mujeres experimentan diferentes grados de cosificación. Algunas

enfrentan este fenómeno de manera menos severa, sin que afecte considerablemente su bienestar. Sin embargo, para algunas de las mujeres evaluadas, la cosificación es un problema social que las perjudica, posiblemente sienten que se reduce su valor intrínseco y multifacético como ser humano, y pueden percibir que son valoradas solamente por su aspecto físico o atractivo sexual.

Esto nos permite mencionar que la cosificación instrumentaliza a las mujeres, negándoles su autonomía y sólo refiriéndose a ellas como cuerpo sexualizados que son convertidos en un producto para el uso del sistema patriarcal, como simple mercadería que se puede intercambiar o manipular entre grupos u organizaciones; con las diferentes tecnologías y la comunicación se logran establecer los roles que permiten generar un control social basado en la supuesta liberación de la mujer; sin embargo, esta fachada puede llevar dinámicas sociales perjudiciales debido a que la imagen de la mujer es expuesta de una sola manera, (Gonzales & Torrado, 2019).

La sociedad todavía no es consciente del alcance y el impacto de la cultura cosificadora, en muchas ocasiones se plantea un patrón regido a la feminidad afectado por lo estético y lo sexual lo que provoca en las mujeres bajos niveles de autoestima y en muchas ocasiones enfermedades como depresión o ansiedad; la frustración femenina que se da por envejecer no es una simple casualidad, debido a que las mujeres son sometidas a múltiples de agresiones que sirven a los intereses de dominación patriarcal que es disfrazado mediante un discurso de empoderamiento, (Verdu, 2018).

Vergüenza Corporal

Tabla 6. *Prueba de Confiabilidad Vergüenza Corporal*

	α
Vergüenza Corporal	,83

Nota: α=Alfa de Cronbach

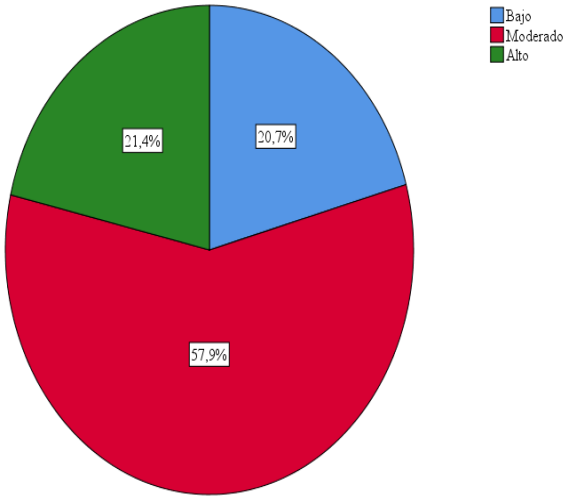
La escala de vergüenza corporal se seleccionó basado en el estudio de Jiménez et al. (2020), quienes señalan que la evidencia ha demostrado una adecuada estructura y consistencia de la escala. Efectivamente, el valor α=,83 de la prueba de confiabilidad del conjunto de ítems determina que su consistencia interna es buen, esto significa que cumple con otro criterio para obtener información y se recomiende su aplicación en estudiantes universitarios del Ecuador.

Tabla 7. *Nivel de Vergüenza Corporal*

	F	**%**
Bajo	60	20,7
Moderado	168	57,9
Alto	62	21,4

Nota: f =frecuencia; % =porcentaje

Figura 7. *Porcentaje de Vergüenza Corporal*



Del total de mujeres que participaron muestran los niveles de vergüenza corporal experimentados, donde mayormente experimentaron un nivel moderado (n=168; 57.9%), seguido de quienes reportaron un nivel alto (n=62; 21.4%), por último, indicó un nivel bajo que un (n=60; 20.7%).

Estos resultados sugieren gran parte las participantes experimentan cierta vergüenza relacionada con su cuerpo, y que puede escalar a niveles preocupantes que puede estar relacionada con la insatisfacción con la apariencia física, la comparación con estándares culturales de belleza o la preocupación por el peso y la forma corporal.

Dentro de las encuestadas manifestaron un gran número sentir vergüenza corporal y es una experiencia común, lo que es preocupante debido a que esta es un acto que provoca sentirse avergonzado sobre la apariencia y se ha intensificado debido a las redes sociales, puesto que estas emplean sus propios estándares de belleza; en donde se juzga: el peso, el color de piel, acné, estría, celulitis, etc. Estas acciones no son nuevas debido a que en el pasado las mujeres siempre han tenido que afrontar el desprecio o la aceptación por la forma en la que se ven

Las mujeres que sufren este tipo de casos suelen idealizar imágenes que son proyectadas en los medios de comunicación al compararse con esta, su autoestima puede verse perjudicada llevándoles a sentimientos de desprecio. La prevalencia de la vergüenza corporal fomenta representaciones poco realistas sobre los cuerpos

Autoestima

Tabla 7. *Prueba de Confiabilidad Autoestima*

	α
Autoestima	,77

Nota: α=Alfa de Cronbach

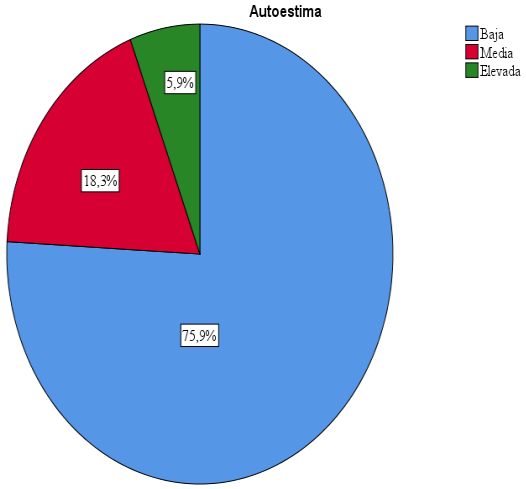
En este caso la autoestima por la escala de Rosenberg, se utiliza el estudio descrito en Bueno-Pacheco et al. (2020) que tuvo como objetivo evaluar las propiedades psicométricas del instrumento con población ecuatoriana. Los resultados de la confiabilidad de la escala para la evaluación de la autoestima en mujeres universitarias ecuatorianas son aceptables, debido a que alcanzó un α=,77 que se considera dentro de los lineamientos suficientemente fiables.

Tabla 8. *Nivel de Autoestima*

	f	%
Baja	220	75,9
Media	53	18,3
Elevada	17	5,9

Nota: f =frecuencia; % =porcentaje

Figura 8. *Porcentaje de Autoestima*



Los datos presentados muestran que los niveles de autoestima de los participantes, tiende en su mayoría a una baja autoestima con el 75.9% (n=220), en menor proporción el 18.3% (n=53) indicó tener una autoestima media que representa y solo el 5.9% (n=17) reportó una autoestima elevada. Estos resultados sugieren que existe niveles preocupantes en la autoestima que puede ser prevalente entre las participantes, puede observarse una clara afectación en contraste con la autoestima elevada, lo que implica que las mujeres pueden optar por una percepción negativa de sí mismo.

Los resultados arrojados en el test de autoestima son alarmantes debido a que la mayoría de participantes presentan baja autoestima lo que sugiere que viven en una lucha constante sobre la

perspectiva de sí mismos, la baja autoestima es expresada por el temor a ser rechazados o por la falta de seguridad; en algunas ocasiones las personas sobreponen las opiniones de tercero sobre ellos, provocando trastornos emocionales que alteran el ritmo de la vida, (Perez, 2019)

La forma en la que una persona es valorada está influenciada por agentes de externos, que pueden variar a lo largo del tiempo estos pueden ser los causantes en el aumento o disminución de la autoestima; provocando serios problemas a niveles familiares, sociales o laborales una baja autoestima se puede deber a la poco asertividad sobre las virtudes y defectos que posee el individuo. (Naranjo Pereira, 2007)

La autoestima es la base de una persona, puesto que se va construyendo y desarrollando a partir de las primeras etapas, en la cual se deben tener bases sólidas para que ésta tenga un proceso adecuado a lo largo de la vida. Cuando una persona maneja una buena autoestima genera autoconfianza y se desenvuelve con facilidad ante los retos del diario vivir, también provoca sentirse digno de respeto y amor constituyendo mejores relaciones interpersonales en las cuales se sienta satisfecho y las vea como una fortaleza emocional.

Poder

Tabla 9. *Prueba de Confiabilidad Poder*

	α
Duro	,69
Blando	,66

Nota: α=Alfa de Cronbach

La sensación de poder según Willis et al. (2016) se refiere a cómo las personas perciben su habilidad para ejercer influencia y control sobre otros en diferentes contextos sociales, mediante dos formas de interacciones denominadas poder duro y poder blando. En el análisis de la confiabilidad se observa que las dimensiones poder duro (α=,69) y poder blando (α=,696) tienen

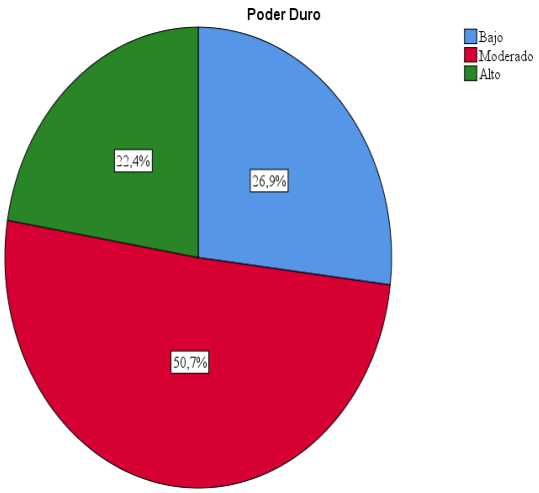
una aproximación a ser aceptables, se requiere mayor evidencia psicométrica en el contexto ecuatoriano.

Tabla 10. *Nivel de Poder Duro*

	f	%
Baja	78	26,9
Media	147	50,7
Elevada	65	22,4

Nota: f =frecuencia; % =porcentaje

Figura 10. *Porcentaje de Poder Duro*



Los resultados muestran que los niveles de poder duro percibidos por los participantes se componen mayormente del 50.7% (n=147) en el nivel medio, continuando con el 26.9% (n=78) que indicó tener un nivel bajo, y que el 22.4% (n=65) reportó un nivel elevado. Estos resultados sugieren que la percepción del poder duro tiene distribución relativamente equilibrada entre los valores extremos, así las mujeres pueden optar por tener mucha o poca influencia que no recibe oposición, reflejando el grado de autoridad para considerarse determinante.

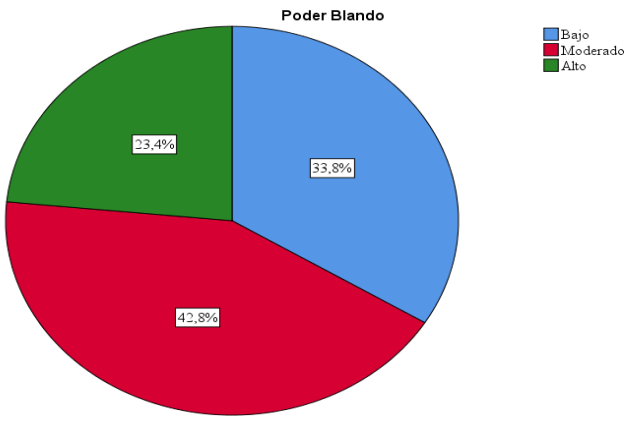
Después de los datos obtenidos se puede observar que existe un equilibrio en donde las mujeres sugieren tener un control al momento de interactuar en grupos u organizaciones, esto se ha logrado mediante las luchas que han llevado a cabo las mujeres en donde se han trastocado los sistemas y se han modificado ciertos ciertas jerarquías para poder tener control y autonomía con una visión utópica de un mundo placentero, (Santillana, 2005)

Tabla 11. *Nivel de Poder Blando*

	f	%
Baja	98	33,8
Media	124	42,8
Elevada	68	23,4

Nota: f =frecuencia; % =porcentaje

Figura 11. *Porcentaje de Poder Blando*



Los niveles de poder blando de los participantes, con el 42.8% (n=124) aseguró percibir un nivel medio de poder blando, el 33.8% (n=98) indicó tener un nivel bajo, mientras que un 23.4% (n=68) reportó un nivel alto. Estos resultados sugieren una distribución algo significativa entre niveles, es

decir existen mujeres que se les complique expresarse de forma indirecta, mientras que también ha quienes podían tener la capacidad de conseguir hacer notar sus pensamientos y emociones de manera no autoritaria.

Un gran grupo de encuestadas sugieren no poder expresarse de manera directa; como señala el autor (Hierro, 2024)esto se podría deber a un fenómeno multifacético que se reflejen en la infravaloración de lo femenino y su capacidad para conseguir sus objetivos; muchas de las mujeres encuentran difícil avanzar en ciertos niveles jerárquicos debido a las limitaciones tradicionales. La poca participación y la desigualdad de género provocando que las mujeres tengan roles secundarios y limitando sus capacidades.

3.2 Verificación de Hipótesis

En este apartado se determinará si la cosificación también se correlaciona con variables identificadas en la literatura, entre las que se encuentra la Vergüenza Corporal, Autoestima, Poder Duro y Poder Blando. De modo que, para este estudio conformado de una muestra superior a 50 personas, se utiliza el estadístico de normalidad Kolmogórov-Smirnov.

De esta manera se pudo determinar la siguiente hipótesis de investigación:

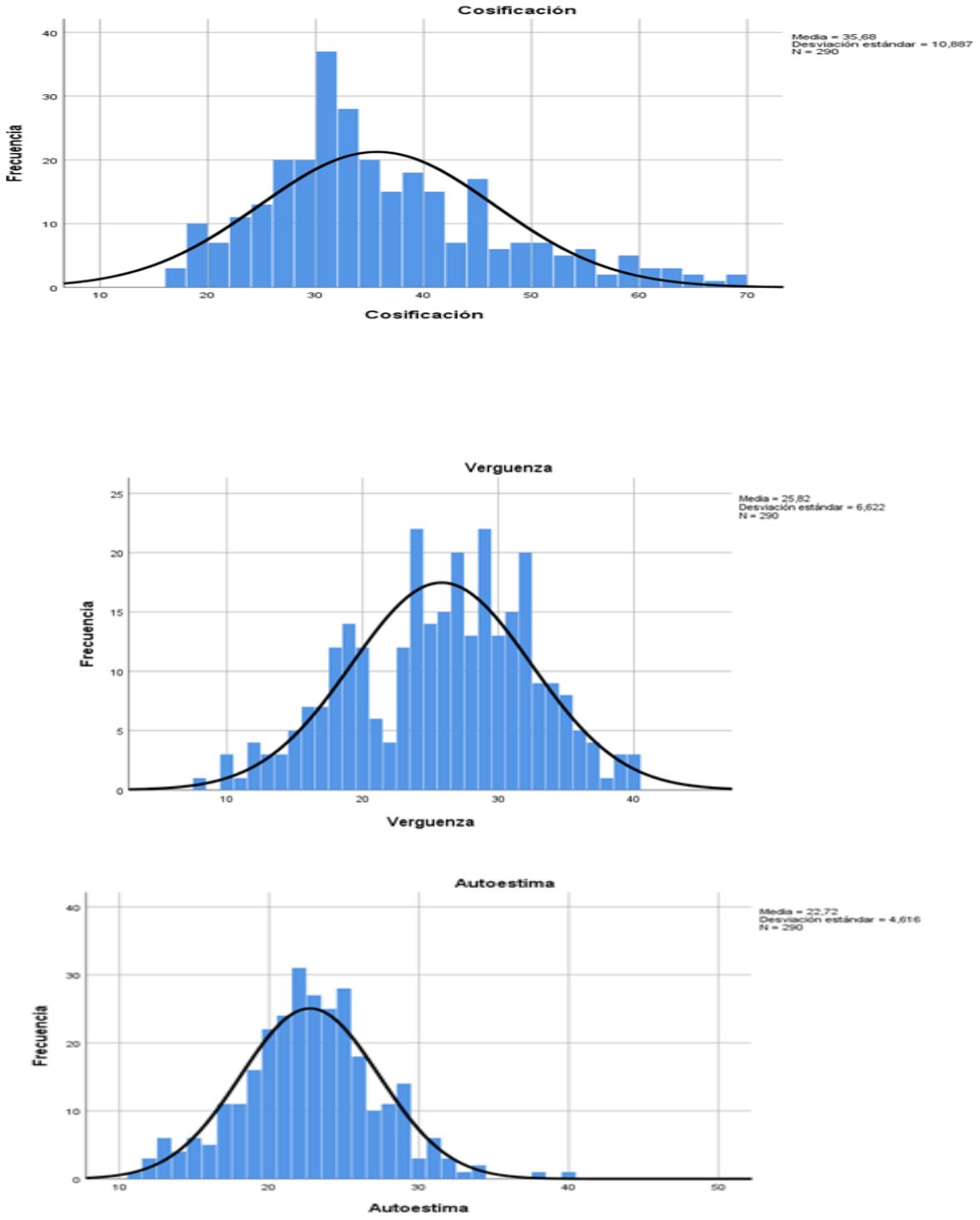
H0: La cosificación NO existe en las estudiantes universitarias

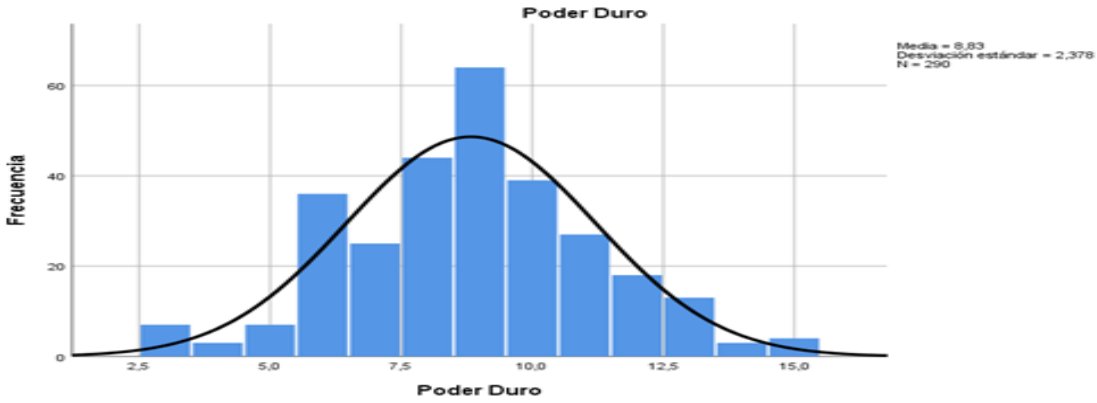
H1: La cosificación SI existe en las estudiantes universitarias

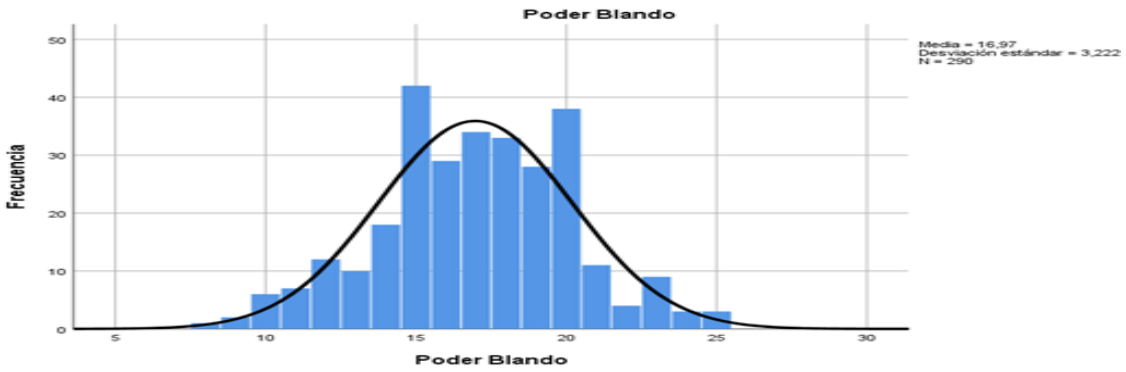
Tabla 12. *Prueba de Normalidad*

	Kolmogórov-Smirnov	**gl**	**p-value**
Cosificación	,111	290	,000
Vergüenza Corporal	,071	290	,001
Autoestima	,070	290	,002
Poder Duro	,113	290	,000
Poder Blando	,078	290	,000

Figura 12. Histograma de Prueba de Normalidad







El estadístico de normalidad Kolmogórov-Smirnov y los histogramas presentados, establecen que todas las variables de análisis son no paramétricas, esto debido a que el p-value en todos los casos es menor al valor de 0,05. Además, esto asegura que el estadístico de correlación correcto para las variables es el denominado Rho de Spearman.

Tabla 13. *Correlación de Variables de Estudio*

		Autoestima	**Vergüenza**	**Poder Duro**	**Poder Blando**
Cosificación	Rho de Spearman	,155	,338	,224	-,038

p-value	,008	,000	,000	,519

Los resultados de la prueba de correlación indican que la cosificación tiene una relación significativa con la autoestima, la vergüenza y el poder duro, pero no con el poder blando. Específicamente, la correlación entre cosificación y autoestima es débil y positiva (r = 0,155; p-value = 0,008), lo que sugiere que a medida que aumenta la cosificación, en menor medida también lo hace la autoestima. La correlación entre cosificación y vergüenza es moderada y positiva (r= 0,338; p-value < 0,001), indicando que un mayor nivel de cosificación se asocia con un mayor sentimiento de vergüenza. Asimismo, la correlación entre cosificación y poder duro es ligeramente baja (Rho = 0,224, p-value < 0,001), implicando que un mayor nivel de cosificación se relaciona con algo de aumento en el uso o percepción de poder duro. Sin embargo, no hay una relación significativa entre cosificación y poder blando (Rho = -0,038; p-value = 0,519). Por lo tanto, se comprueba que la hipótesis es parcialmente aceptada

Comparación entre Facultades

Tabla 14 *Facultad y Cosificación*

		Cosificación			
		Bajo	**Moderado**	**Alto**	**Total**
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación	Recuento	**52**	**119**	**46**	**217**
	Recuento esperado	47,9	117,5	51,6	217,0
	% dentro de Facultad	24,0%	54,8%	21,2%	100,0%
Facultad de Jurisprudencia y	Recuento	**12**	**38**	**23**	**73**
	Recuento esperado	16,1	39,5	17,4	73,0

Ciencias Sociales	% dentro de Facultad	16,4%	52,1%	31,5%	100,0%

En este apartado se decidió realizar un análisis descriptivo que detalle las respuestas de Cosificación y las participantes de dos facultades evaluadas de la Universidad Técnica de Ambato. En primer lugar, se observa que en los dos grupos de estudiantes los niveles moderados se presentaron con mayor porción con el 54,8% (n=119) para la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, y el 52,1% (n=38) Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales. En segundo lugar, se visualizar que los niveles bajos predominaron en la primera facultad (n=52; 24%), lo que fue contrario para la segunda facultad que presentó a los niveles altos (n=23; 31.5%) con mayor incidencia.

En consecuencia, se puede afirmar que mientras que los niveles moderados de cosificación son comunes en ambas facultades, los valores se inclinan hacia niveles bajos en la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, y hacia niveles altos en la Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales. Dichas diferencias podrían advertir variaciones en el entorno académico, social, o cultural de cada facultad que podrían influir en las experiencias de cosificación de las estudiantes. Por lo tanto, de los dos grupos independientes al tener valores del recuento esperado superiores a 5, se tiene la suficiente potencia estadística para realizar una prueba de chi-cuadrado.

Tabla 15. *Prueba de chi-cuadrado*

	Valor	df	Significación asintótica (bilateral)	Significación exacta (bilateral)	Significación exacta (unilateral)	Probabilidad en el punto
Chi-cuadrado de Pearson	3,919[a]	2	,141	,147		
Razón de verosimilitud	3,866	2	,145	,150		
Prueba exacta de Fisher	3,818			,152		

Asociación lineal por lineal	3,777[b]	1	,052	,058	,032	,012
N de casos válidos	290					

Nota: a. 0 casillas (0,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es 16,11; b. El estadístico estandarizado es 1,944.

La prueba de chi-cuadrado se utiliza para determinar si existe un efecto significativo, requiriendo un p-value menor a 0,05. En este análisis se determina que el valor de significación exacta (p-value=0.08) indica independencia entre las facultades y los niveles de cosificación. Esto supone que la facultad a la que pertenecen las participantes no influye en sus experiencias de cosificación, ya que los niveles reportados son similares en ambas facultades.

Tabla 16. *Percentiles de las Variables*

Percentiles	**Aproximaciones explícitas no deseadas**	**Evaluación corporal**	**Cosificación**	**Vergüenza Corporal**	**Poder Duro**	**Poder Blando**	**Percentiles**
1	4	13	17	10	3	9	1
2	4	13,8	18	11.8	3	10.0	2
3	4	14	18.7	12	4	10.0	3
4	4	15	19	13	5	11	4
5	4	15,6	20	14	5	11	5
10	4	19	23	17	6	13	10
15	4	20.7	25	18	6	14	15

20	4	22	27	19	7	15	20
25	**5**	**22**	**28**	**20.8**	**7**	**15**	**25**
30	5	24	30	23	8	15	30
35	5	24	31	24	8	16	35
40	6	25	31	24.4	8	16	40
45	6	26	32	26.0	9	17	45
50	**7**	**27**	**33**	**26.5**	**9**	**17**	**50**
55	7	28	35	27	9	17	55
60	7	29	36	28	9	18	60
65	8	30	38	29	10	18	65
70	8	32	40	30	10	19	70
75	**9**	**34**	**42**	31	**10**	**19**	**75**
80	9	36	44	32	11	20	80
85	11	38	47.4	32	11	20	85
90	12	40	51.9	34	12	21	90
95	13	44.5	58	36	13	23	95
96	14	45	59.4	36.4	13	23	96
97	15	47	60.5	37	13	23	97
98	16	49	63.4	39	14	24	98

99	16	50	66.2	40	15	25	99

Propuesta

Tema: Manual para la socialización de la cosifican de la mujer

Datos informativos

Institución ejecutora: Carrera de Trabajo Social de la Universidad Técnica de Ambato

Provincia: Tungurahua

Cantón: Ambato

Beneficiarios directos: Estudiantes de las Carreras de Trabajo Social y Educación Inicial

Beneficiarios Indirectos: Mujeres en general

Directos del proyecto: Mg. Susana Torres Carrillo

Tipo de proyecto:

1. **Antecedentes**

La investigación realizada en las carreras de Trabajo Social y Educación Inicial de la Universidad técnica de Ambato sobre la cosificación de las mujeres se obtuvo que un 54,1% han experimentado en un nivel moderado cosificación. Esto hallazgos indican qué es un fenómeno que afecta considerablemente al bienestar de las estudiantes, para algunas de ellas es un problema social que las perjudica a niveles sociales ya que suelen ser valoradas por su aspecto físico o atracción sexual; es decir que su trato se basada netamente en su cuerpo sexualizado, los mismos que son convertidos en un producto para el uso del sistema patriarcal en donde son sometidas a estándares inalcanzables de belleza para lograr la aceptación.

Por otro lado, un gran grupo de estudio ha reportado sentir vergüenza corporal debido a la insatisfacción física, a la comparación con estándares culturales de belleza o la preocupación por el peso y la forma corporal, este tipo de sentimientos han incrementado por las redes sociales, debido a que en estos medios se juzga el peso, el color de piel, acné, estrías, celulitis, etc. Provocando una idealización del cuerpo perfecto y sometiéndolas al auto desprecio

La gran mayoría de estudiantes presenta baja autoestima lo que implica que las mujeres tienen una percepción negativa de sí mismas; una baja autoestima se puede expresar como el temor a ser rechazadas, los factores externos juegan un gran papel al momento de la disminución o el aumento de la autoestima ya que estos tienen gran influencia en los niveles familiares, sociales, o laborales; la autoestima debe tener bases sólidas para generar autoconfianza y asertividad lo que será de gran ayuda para establecer relaciones interpersonales saludables basadas en el respeto y el amor.

Así mismo, un grupo relevante de encuestadas muestran una habilidad al momento de influenciar y controlar los diferentes contextos sociales; debido a que se ha creado un equilibrio entre los valores externos en donde las mujeres pueden optar por tener mucha o poca influencia y la misma no recibe algún tipo de oposición. Esto ha trastocado sistemas patriarcales ayudando a las mujeres a generar más espacios que antes se los negaba. Sin embargo, existe limitaciones debido a la capacidad emocional de las mujeres, ya que al no ser enérgicas no se las considera como autoridad, provocando que tengan roles secundarios lo cual limita sus capacidades.

Dentro de la Universidad Técnica de Ambato se evidencia que no existe un estado del arte adecuado, que ayude a enfatizar sobre la cosificación por esta razón el hacer un manual ayudará a enriquecer y fortalecer los conocimientos sobre este tema; debido a que proporciona información adecuada que puede ser de gran ayuda para evitar caer en casos de violencia o normalizar la misma promoviendo la autonomía de las mujeres y el control sobre sus decisiones.

Justificación

Este manual es una herramienta que recopila elementos esenciales y básicos de un tema, con la **finalidad** te dar conocer a los estudiantes universitarios sobre la cosificación; para evitar que más mujeres normalicen conductas que son perjudiciales para sí mismas y que han generado indirectamente violencia y desigualdad de género, que se debe a la falta de espacios que las mujeres tienen al momento de desarrollarse, por esta razón los **beneficiarios** serán las estudiantes de las carreras de trabajo social y educación inicial de la Universidad Técnica de Ambato; con un contenido útil que se dio mediante una revisión exhaustiva de la literatura que incluye un análisis minucioso sobre el impacto de las percepciones sociales y como éstas han generado han validado acciones machistas.

Tiene un **gran impacto** debido a lo profundo y a las múltiples dimensiones que se aborda en el tema, a través del estudio de estos se pueden promover cambios en la salud mental y emocional de niñas y mujeres; también en las relaciones interpersonales y hacerles frente a ciertas normas culturales que revelan ciertos problemas subyacentes en donde no se crean soluciones concretas y prácticas que beneficien a la sociedad.

Ésta es **factible** debido a que no existe información adecuada para las mujeres, en donde se recopila información que aclaren las dudas, para esto se cuenta con recursos necesarios para que cada uno de los estudiantes adquiera el documento y pueda este ser un medio de información accesible a todos.

Objetivos

Objetivo general

Suministrar información rigurosa y fundamentada sobre las manifestaciones y consecuencias que tiene la cosificación en las mujeres

Objetivos específicos

- Promover un cambio cultural en donde se fomente la igualdad de género y al respeto a la dignidad de la mujer
- Ofrecer prácticas para reducir la cosificación en distintos ambientes promoviendo así más espacios seguros para las mujeres
- Socialización del manual de cosificación de la mujer para que él mismo sea utilizado como medio de información

Factibilidad

Factibilidad institucional: Dentro de la comunidad de universitaria la cosificación es poco conocida, es por esta razón, que este manual va a ser oportuno para mejorar los conocimientos y llegar a soluciones en donde este tipo de situaciones se disminuyan, se cuenta con el consentimiento de las autoridades de la Universidad técnica de Ambato.

Factibilidad económica: Se cuenta con los recursos necesarios para poder llevar a cabo este manual con el fin de que cada uno de los estudiantes tenga en sus manos dicho instrumento

Factibilidad operativa: Para la socialización de la cosificación se realizará un manual, con el que los estudiantes puedan sentirse cómodos ya que el mismo será realizado en las diferentes

plataformas de diseño que están accesibles al público

Factibilidad social: Ésta se logra mediante el trabajo social puesto que se buscan crear y motivar a las personas a buscar un desarrollo óptimo en donde sus derechos y deberes se han cumplido a cabalidad

Teórico

Feminismo liberal

Se centra en valores como la dignidad, igualdad, autonomía y libertad; esta considera que las mujeres son oprimidas ya que no son tratadas como igual a los hombres y no existen igualdad de oportunidades reales que puedan revertir esta situación. A su vez ésta busca crear oportunidades y generar leyes que lleven a reformar los derechos y la representación en planos nacionales e internacionales, buscando reproducir leyes más humanas

Feminismo radical

Hace una crítica a la dominación del hombre sobre la mujer, ésta no sólo busca la reconstrucción de leyes, sino que va más allá puesto que se centre en los esquemas de los valores de los hombres. En lugar de exigir igualdad de poder propone una contracultura en la que enfatice los valores y experiencias femeninas

Disfrute de la sexualizacion

La aceptación de la sexualización se fundamenta en la aprobación de los comportamientos basados en el atractivo sexual de las mujeres, esto se debe a un sentido de pertenencia cimentado en la cultura a través de la aceptación voluntaria o de la interiorización de las obligaciones impuestas desde el exterior; La mujer busca atraer sexualmente la atención de un hombre para sentirse valorada o admirada, dichos sentimientos refuerzan la idea de tener todo bajo control, sin embargo, es un mecanismo de control hacia las mujer, en donde los hombres tienen el poder de juzgar y justiciar ciertos actos discriminativos Morales (2021)

Imagen Corporal

Como señalo (Vaquero y otros, 2013)la imagen corporal no está necesariamente relacionada con la apariencia física real, es decir ésta se da por la valoración individual que hace la persona sobre su propio cuerpo; cuando se realiza una evaluación sobre las dimensiones corporales no suelen

coincidir esto se debe a que está formada por diferentes componentes que son: perceptual, que es la percepción del cuerpo en su totalidad; cognitivo, valoración respecto al cuerpo; afectivo, sentimientos respecto al cuerpo; conductual, acciones que se dan por la percepción.

Vergüenza Corporal

Para (Velasco, 2010) la vergüenza corporal es del rechazo del cuerpo es decir un miedo externo a no ser aceptado, la vergüenza puede ser reforzada por los patrones y el aprendizaje tanto familiares como sociales; este tipo de vergüenza nos obliga a renegar sobre nuestro cuerpo lo que provoca un ocultamiento a través de algún tipo de vestimenta, provocando en las en las mujeres la falta de aceptación sobre sus límites y defectos; que en muchas ocasiones generan un sentimiento de fracaso al no sentirse dignos de la apreciación de terceros. La evaluación sobre la apariencia física provoca en los seres humanos la limitación de sus capacidades

Medios de comunicación

Los medios de comunicación son un instrumento fundamental para poder llegar con un mensaje esencial, debemos mencionar que se encuentran en constante evolución adaptándose a los cambios económicos y sociales que se dan con el desarrollo de las sociedades. En un sentido más amplio el rol fundamental de comunicar es informar, educar y distraer; actualmente el objetivo de dichos medios es vigilar al consumidor y robotizarlo para vender lo que ellos quieren.

Autocosificación

La autocosificación es una manera de violencia que las mujeres ejercen sobre sí mismas La persona se reduce O trata exclusivamente como un cuerpo y se valora en la medida en la que puede ser consumida disfrutada o usada por otras personas. Ésta puede llevar a problemas psicológicos como: depresión, trastornos alimenticios, disfunción sexual y baja autoestima, pero de demos que esto no relacionado con el narcisismo al contrario es un proceso que les ayuda a controlar hasta cierto punto la manera en la que les gustaría ser percibidas Zurbriggen (2013)

Cronograma por objetivos y actividades

<table>
<tr><td colspan="6">FACULTAD(ES): Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales y Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación
CARRERA(S): Trabajo Social y Educación Inicial
MANUAL SOBRE LA COSIFICACION DE LA MUJER EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS</td></tr>
<tr><td rowspan="2">OBJETIVO/ ACTIVIDADES</td><td colspan="2">TIEMPO ESTIMADO</td><td rowspan="2"></td><td colspan="2">RESPONSABLES</td><td rowspan="2">RECURSOS NECESARIOS</td></tr>
<tr><td>DESDE</td><td>HASTA</td><td>Evaluación</td><td>NOMBRE DE DOCENTE TUTOR</td><td>NOMBRE DE ESTUDIANTE PARTICIPANTE</td></tr>
<tr><td>Objetivo 1.
Diseñar el manual sobre cosificación de la mujer</td><td rowspan="3">02/09/2024</td><td rowspan="3">09/09/2024</td><td>Información adquirida</td><td rowspan="3"></td><td rowspan="3">Calvopiña Chicaiza Kerly Yadira</td><td rowspan="3">-Transporte
-Equipo tecnológico
-Impresiones
-Material de oficina
-Recursos</td></tr>
<tr><td>Actividad 1.1 Búsqueda de información</td><td>Información adquirida</td></tr>
<tr><td>Actividad 1.2 creación de contendidos estadísticos</td><td>Información adquirida</td></tr>
</table>

Actividad 1.3 Revisión y correcciones			**Información adquirida**	Mg. Susana Torres.		materiales -Recursos intelectual
Objetivo 2. Preparación de socialización del manual	**10/09/2024**	**15/12/2024**	**Información adquirida**			
Actividad 2.1 Capacitar a las estudiantes sobre los beneficios del manual.			**Información adquirida**			
Actividad 2.2 Estructuración de un plan operativo para la elaboración de charlas feministas			**Información adquirida**			
Actividad 2.3 Creación de espacios de participación dentro de la universidad			**Información adquirida**			
Objetivo 3. Realizar informes finales sobre los resultados	**19/09/2024**	**30/09/2024**	**Resultados adquiridos**			
Actividad 3.1			**Resultados**			

Foro de preguntas			**adquiridos**			
Actividad 3.2 Establecer juegos sobre el tema del manual			**Resultados adquiridos**			
Actividad 3.3 Aplicar encuestas sobre los temas tratados			**Resultados adquiridos**			

Recursos

- Recursos materiales auditorios de la facultad hablas de las diferentes facultades para compartir y capacitar la información que contiene el manual para posteriormente aplicar las actividades estipuladas dentro del cronograma
- Recursos humanos la colaboración de los docentes autoridades y la parte administrativa de la carrera de trabajo social serán claves para que los objetivos se cumplan a cabalidad

Presupuesto

Detalle	**Cantidad**	**Valor Unitario**	**Total**
Impresión del manual	10	$ 6,00	$ 35,00
Profesionales	3	$ 10,00	$ 100,00
Materiales tecnológicos	Generales		$ 20,00
Transporte	Un mes	$ 10,00	$ 90,00
Imprevistos			$ 45,00
Materiales	Generales		$ 15,00
Total			$ 305,00

Fuente: elaboración propia

Responsables:

- Investigadora
- Tutora: Mg. Susana torres
- Autoridades

- Profesores
- Área administrativa
- Estudiantes

Tiempo

El tiempo estipulado para la realización del manual se ajustó a las necesidades de las estudiantes y se implementarán dentro del mes de septiembre un objetivo de realizar cada una de las actividades

Administración

Con la colaboración de las autoridades de las dos facultades de la Universidad Técnica de Ambato se lograrán conseguir los permisos necesarios para la utilización de las instalaciones de las facultades en las cuales se implementarán las actividades para la socialización del manual

Revisión de la evaluación

Para realizar una revisión de adecuada sobre la evaluación, se aplicarán diferentes cuestionarios en donde se va a medir la eficacia y eficiencia del manual en la cual en estos se establecerán diferentes estructuras con el fin de desarrollar aspectos éticos y pragmáticos que ayudarán a hacer un review, sobre el impacto que tuvo las diferentes actividades para los estudiantes; una vez obtenidos los datos procederán hacer evaluados verificados en programas de estadísticos para posteriormente compartir un reporte sobre el manual

CAPITULO IV.- DISCUSIÓN

En el presente estudio se determinó la correlación entre la cosificación de la mujer y su impacto en la autoestima y la percepción de la violencia de género en estudiantes universitarios de la Universidad Técnica de Ambato. Los hallazgos indican que la cosificación tiene un efecto negativo significativo en la autoestima de las mujeres y perpetúa estereotipos que favorecen la violencia de género.

Como indica Pacheco (Pacheco, 2016), la violencia es una manifestación de relaciones de poder desiguales en la sociedad, donde la mujer a menudo ocupa una posición subordinada. Esta dinámica es evidente en el contexto universitario, donde la cosificación afecta la percepción de las mujeres sobre sí mismas y su valor personal. La teoría de la objetivización sexual interpersonal, evaluada mediante la escala ISOS ((Kozee, 2007)) adaptada para esta investigación, proporcionó una herramienta robusta para medir estos efectos.

Además, la escala de Autoestima de Rosenberg (1965) reveló que las estudiantes con mayores niveles de cosificación reportan una autoestima significativamente más baja. Estos hallazgos demuestran que la cosificación y la explotación de la apariencia física de las mujeres afectan su bienestar emocional y su percepción de valor personal.

Durante el período de observación, se evidenció que la cosificación es un fenómeno prevalente, promovido tanto por los medios de comunicación como por las interacciones sociales diarias. La cosificación no solo afecta la percepción de la mujer sobre su propio cuerpo, sino que también perpetúa ciclos de violencia y discriminación. Donde a sociedad no es plenamente consciente del impacto de la cultura de la cosificación, que impone un patrón de feminidad centrado en lo estético y sexual. Esto provoca en las mujeres baja autoestima, depresión y ansiedad. La frustración femenina por el envejecimiento resulta de múltiples agresiones que favorecen la dominación patriarcal, aunque estas se disfrazan bajo un discurso de empoderamiento.

En el estudio las mujeres que experimentaron altos niveles de cosificación reportaron sentimientos de vergüenza corporal, ansiedad social y una disminución en la satisfacción con la vida. Estos efectos negativos se vieron amplificados en mujeres jóvenes que están en una etapa crítica de formación de su identidad y autoestima. La internalización de estándares de belleza irreales y la presión por conformarse a estos estándares resultan en un deterioro de la salud mental y emocional.

Los hallazgos son consistentes con investigaciones previas que han explorado la relación entre la cosificación y la autoestima. Fredrickson y Roberts (Fredrickson B. l., 1997)desarrollaron la teoría de la objetivación, que postula que la cosificación lleva a las mujeres a verse a sí mismas como objetos para el uso y disfrute de otros, lo que puede resultar en un deterioro de la salud mental. Esta teoría es respaldada por los resultados de nuestro estudio, donde las mujeres que reportaron altos niveles de cosificación también experimentaron una autoestima más baja y mayor incidencia de trastornos emocionales.

Las implicaciones teóricas de estos hallazgos son significativas. La cosificación no solo afecta a las mujeres a nivel individual, sino que también tiene consecuencias sociales amplias, perpetuando ciclos de desigualdad y violencia de género. En términos prácticos, es crucial implementar programas educativos que aborden la cosificación y sus consecuencias. Estos programas deben incluir la capacitación en inteligencia emocional los cuales permitan empoderar a las estudiantes a reconocer y resistir la cosificación.

Además, es importante que las instituciones educativas fomenten un entorno que valore la igualdad de género y promueva el respeto mutuo. Esto puede lograrse a través de políticas que prohíban el acoso sexual, la implementación de campañas de concienciación sobre la cosificación y la promoción de una representación equilibrada de género en todos los materiales educativos y actividades extracurriculares.

Es necesario reconocer las limitaciones del estudio. La muestra se limitó a estudiantes de una única universidad, lo que puede no ser representativo de la población general de estudiantes universitarios en Ecuador o en otros contextos. Además, la naturaleza transversal del estudio impide establecer relaciones causales definitivas entre la cosificación y la autoestima.

En conclusión, los hallazgos subrayan la necesidad de abordar la cosificación de la mujer de manera integral y multidisciplinaria. La promoción de una autoestima saludable y la reducción de la violencia de género deben ser prioridades en el entorno universitario. Fomentar una cultura de respeto y equidad contribuirá a la formación de una sociedad más justa e inclusiva.

Al final de esta investigación, podemos afirmar que la cosificación tiene efectos profundos y negativos en la autoestima y la percepción de la violencia de género entre las estudiantes universitarias. Es esencial que las instituciones educativas, junto con las redes de apoyo externas,

trabajen de manera conjunta para mitigar estos efectos y promover un entorno de aprendizaje seguro y equitativo.

CAPITULO V.- CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 CONCLUSIONES

- Se determinó la existencia de la cosificación de la mujer en la gran mayoría de mujeres universitarias, con un 54,1% la gran mayoría de mujeres aseguró haber experimentado cosificación, lo que indica que la cosificación se da en diferentes grados y que está presente en todos los contextos sociales; muchas de las veces las mujeres suelen confundir cosificación con auto aceptación debido a que mediante la aprobación del atractivo físico se consigue cierto grado de participación dentro de los contextos. La cosificación puede servir con un medio de dominación en donde las mujeres siguen ciertos lineamientos para poder cumplir sus objetivos, empleando como su mayor habilidad sus atributos, sin darse cuenta son parte del problema en muchos de los casos la mujer acepta la cosificación debido a que lo ve como el único medio para poder incluirse de una sociedad patriarcal; en la cual las mujeres tienen muy pocas posibilidades de sobresalir por sus capacidades debido a que éstas están siempre ligadas a su atractivo físico

- Se identificó los factores que influyen en la cosificación, los cuales promueven trastornos en la autoestima y en la apariencia física debido a que estos están relacionados y limitan un desarrollo personal o profesional, a su vez dichos comportamientos crean ambientes hostiles en donde se encuentren en peligro el bienestar de las mujeres. El mundo es un productor de cosificación ya que a través de los medios de comunicación se logra crear imágenes de belleza poco realistas, en la que se fomenta la objetivación; esto quiere decir que reduce a las mujeres a sus partes, pero no solo afecta a las mujeres sino a sus relaciones interpersonales, las cuales se basan principalmente en el estatus que posee la persona de acuerdo a su belleza. También provoca que la autopercepción de las personas se distorsione logrando ser atrapadas en una autoevaluación superficial basada en estándares y estereotipos poco alcanzables.

- Se analizó cómo los efectos de la cosificación afectan a las mujeres, debido a que los mismos tienen una gran influencia en su salud mental ya que al estar expuestas a imágenes y mensajes sobre el prototipo de “cuerpo ideal” pueden llevarles una preocupación excesiva generándoles todo tipo de enfermedades como la ansiedad y el estrés; al mismo tiempo estos efectos se han interiorizado lo que ha llevado a que las mujeres limitan sus

propias capacidades y habilidades enfocándose netamente en su apariencia, provocando que los recursos y energía se desvían específicamente a mantener su imagen corporal, al mismo tiempo sus relaciones interpersonales cambian completamente de dinámica ya que se vuelven insatisfactorias, al no conseguir la aprobación que tanto se busca; en lugar de conseguir conexiones emocionales genuinas lo que se intenta obtener poder y autoridad sobre los demás.

- En base a los resultados se evidencia la necesidad de informar sobre el fenómeno de la cosificación, por lo que se evidencia la clara necesidad de aplicar el plan propuesto, mismo que consiste en suministra información rigurosa sobre las diferentes manifestaciones que puede llegar a tener la cosificación. Con esto se busca promover un cambio cultural basado en la igualdad de género; con los diferentes programas se intenta que la mujer se vuelva una líder nata con el fin de mejorar sus condiciones en los medios en sé que desenvuelven.

4.2 RECOMENDACIONES

- ✓ Al determinar la existencia de la cosificación se recomienda generar una política exclusiva en donde se regulé este fenómeno en cualquier tipo de institución tanto publicada o privada, para que de esta manera se cree conciencia y se reconozca a la cosificación como un tipo de problemática social, esto ayudaría a fomentar espacios seguros en donde las mujeres pueden ser partícipes de cualquier tipo de actividad. Dentro del contexto educativo se debe socializar la cosificación centrada en las habilidades y capacidades de las mujeres se puede generar un cambio en el cual con el cual las mujeres van a sentir van a tener redes de apoyo y van a conocer ciertos protocolos para poder denunciar si sufren algún tipo de violencia a su vez también es importante un apoyo psicológico por este se puede desarrollar y fortalecer la autoestima de las mujeres para que las mismas dejen de depender de su apariencia física y pongan en marcha y se involucren con su entorno.
- ✓ Por otra parte, para mitigar los factores se pueden crear campañas de promoción sobre la diversidad de la inclusión en donde exista una visualización de los cuerpos de la mujer real es decir no la perfecta una imagen más realista y menos cosificada de la misma, con esto se va a lograr dar más alcance a las diferentes mujeres que en muchas ocasiones se sienten excluidas por no tener un cuerpo normativo.

- ✓ Se recomienda compartir información sobre redes de apoyo pues que son fundamentales en este tipo de caso ya que se puede conseguir experiencias y recibir apoyo con una diversidad con la que se promueve la auto aceptación. Sin embargo, no debemos dejar atrás la investigación que debe ser continua, para poder entender a profundidad como dichos efectos cambian con el tiempo de esta manera se establecerá. Ciertos programas de intervención los cuales ayudarán a entender la raíz de la violencia contra la mujer apoyando así la parte educativa con la promoción de una imagen corporal saludable.
- ✓ Promover estudios interdisciplinarios, en los cuales se abarcan diferentes áreas para explorar las diferentes cusas y consecuencias de la cosificación; con el objetivo de erradicar prácticas que pueden ser perjudiciales para la salud de la mujer, a su vez mediante las estrategias implementadas se busca ajustar programas que puedan incluir actividades que se destaque la promoción del liderazgo y contribución de diferentes profesionales para fomentar de manera respetuosa y positiva el desarrollo de la mujer.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFÍAS

Babativa, C. (2017). Investigación cuantitativa. *Fundación Universitaria del Área Andina*.

Cadena-Iñiguez, P., Rendón-Medel, R., Aguilar-Ávila, J., Salinas-Cruz, E., de la Cruz-Morales, F. d., & Sangerman-Jarquín, D. M. (2017). Métodos cuantitativos, métodos cualitativos o su combinación en la investigación: un v}acercamiento en las ciencias sociales. *redalyc*, 1-16.

Calderone, M. (2004). Sobre Violencia Simbólica en Pierre Bourdieu . *Universidad Nacional de Rosario, 9*.

CONAPO. (2020). Prevención de la violencia en la familia. *CONAPO*.

Fabiani, J. (2022). PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA SIMBÓLICA PUBLICITARIA HACIA LA MUJER: REVISIÓN AL ORDENAMIENTO JURÍDICO ECUATORIANO. *UNIVERSIDAD DE ESPECIALIDADES ESPÍRITU SANTO*.

Fredrickson, B. l. (1997). Objectification Theory Toward Undestanding Womens Lived Experiences and Mental Health Risks. Psychology of Women Quarterly. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/258181826_Objectification_Theory_Toward_Understanding_Women's_Lived_Experiences_and_Mental_Health_Risks/link/59f375d4aca272607e2912c0/download?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGFnZSI6InB1Ymx

Fredrickson, B., & Roberts, T. (1997). Ofjectification Theory. En B. Fredrickson, & T. Roberts, *Ofjectification Theory* (págs. 173-188). Psychology of women.

Gonzales, A., & Torrado, E. (2019). Cosificación y mercantilización de las mujeres: las tecnologías como instrumento de violencia. *SOCIOLOGÍA Y TECNOCIENCIA*.

Gross, E., & Monica, M. (1995). "¿Qué Es La Teoría Feminista?". En *Debate Feminista* (págs. 85-105).

Hierro, G. (2024). *Hiparquia.* Obtenido de Hiparquia: http://www.hiparquia.fahce.unlp.edu.ar/numeros/volv/genero-y-poder

Kozee, H. B. (2007). DEVELOPMENT AND PSYCHOMETRIC EVALUATION OF THE

INTERPERSONAL SEXUAL OBJECTIFICATION SCALE. Blackwell Publishing, Inc. Printed in the USA. Obtenido de https://cpb-us-w2.wpmucdn.com/u.osu.edu/dist/1/10560/files/2015/02/ISOS-1ixvqq1.pdf

M. Arroyo, L. A. (2008). Valoración de la composición corporal y de la percepción de la imagen en un grupo de mujeres universitarias del País Vasco. *scielo*.

Meneses Montero, M., & Moncada Jiménez, J. (2008). IMAGEN CORPORAL PERCIBIDA E IMAGEN CORPORAL DESEADA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS COSTARRICENSES. *redalyc, vol. 3*(1), 13-34.

Ministerio de la mujer y desarrollo social. (2011). *Guia práctica sobre hostigameinto sexual.* Peru: Asociación Fondo de Investigadores y Editores - AFINED.

Naranjo Pereira, M. L. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *redalyc*.

Pacheco, A. M. (31 de oct de 2016). La violencia Conceptualización y elementos para su estudio. Mexico. Obtenido de https://polcul.xoc.uam.mx/index.php/polcul/article/view/1300

Perez, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. *Alternativas psciologia*.

Poalacin, M., & Bermúdez, D. (2023). VIOLENCIA PSICOLÓGICA, SUS SECUELAS PERMANENTES Y LA PROPORCIONALIDAD DE LA PENA. *Universidad Tecnológica Indoamérica.* .

Rodriguez, D., & Alvis, K. (2015). Generalidades de la imagen corporal y sus implicaciones en el deporte. *Universidad Nacional de Colombia*, *63*(2), 26-85.

Rodríguez, S., & Cruz, S. (2006). Evaluación de la imagen corporal en mujeres latinoamericanas residentes en Guipúzcoa. Un estudio. *Anales de Psicologia* , 186-199.

Salazar, N., Yoasmy, C., & Duran, Y. (2014). La violencia psicológica en las relaciones de pareja. Una problemática actual. *Revista Información Científica, 88*.

Santillana, A. (2005). El poder y sus expresiones. *scielo, 1*(2).

Torres, M. (2015). Entre el silencio y la impunidad: violencia sexual en escenarios de conflicto . *scielo*.

Vaquero, R., Alacid, F., Muyor, J., & Lopez, P. (2013). Imagen corporal; revisión bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria, 28*(1), 27-35.

Velasco, R. (2010). DISMORFOFOBIA O VERGÜENZA DEL CUERPO. *Clinica e Investigación Relacional, 4*(1), 208-220.

Verdu, A. (2018). EL SUFRIMIENTO DE LA MUJER OBJETO. CONSECUENCIAS DE LA COSIFICACIÓN SEXUAL DE LAS MUJERES EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN. *Universidad Técnica Particular de Loja*.

Fredrickson, B. l. (1997). Objectification Theory Toward Undestanding Womens Lived Experiences and Mental Health Risks. Psychology of Women Quarterly. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/258181826_Objectification_Theory_Toward_Understanding_Women's_Lived_Experiences_and_Mental_Health_Risks/link/59f375d4aca272607e2912c0/download?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGFnZSI6InB1Ymx

Kozee, H. B. (2007). DEVELOPMENT AND PSYCHOMETRIC EVALUATION OF THE INTERPERSONAL SEXUAL OBJECTIFICATION SCALE. Blackwell Publishing, Inc. Printed in the USA. Obtenido de https://cpb-us-w2.wpmucdn.com/u.osu.edu/dist/1/10560/files/2015/02/ISOS-1ixvqq1.pdf

Pacheco, A. M. (31 de oct de 2016). La violencia Conceptualización y elementos para su estudio. Mexico. Obtenido de https://polcul.xoc.uam.mx/index.php/polcul/article/view/1300

Bueno-Pacheco, A., Lima-Castro, S., Arias-Medina, P., Peña-Contreras, E., Aguilar-Sizer, M., & Cabrera-Vélez, M. (2020). Estructura Factorial, Invarianza y Propiedades Psicométricas de la Escala de Autoestima de Rosenberg en el Contexto Ecuatoriano. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, *56*(3), 87. https://doi.org/10.21865/ridep56.3.07

Jiménez-Ortiz, D., Sánchez-Cardona, I., & Pérez-Pedrogo, C. (2020). Propiedades psicométricas de la escala de Vergüenza Corporal OBCS en una muestra de residentes féminas en Puerto Rico. *Revista Evaluar*, *20*(3), 20–33. https://doi.org/10.35670/1667-4545.v20.n3.31706

Lozano, L. M., Valor-Segura, I., Sáez, G., & Expósito, F. (2015). The Spanish adaptation of the Interpersonal Sexual Objectification Scale (ISOS). *Psicothema*, *27*(2), 134–140.

https://doi.org/10.7334/psicothema2014.124

Willis G.B., Carretero-Dios H, Rodríguez-Bailón R, Petkanopoulou K. (2016). Spanish version of the Generalized Sense of Power Scale / Versión española de la Escala de Sensación de Poder General. *International Journal of Social Psychology*, *31*(3), 554-588. https://doi.org/1080/02134748.2016.1190131

Abarca, G. (2020). Mujeres latinoamericanas siguen sufriendo por discriminación y violencia. *VOA*.

ALDEA, F. (2022). *Fundación ALDEA*. Obtenido de https://www.fundacionaldea.org/noticias-aldea/tag/Violencia+de+g%C3%A9nero

Bonder, G. (2004). Mujer y Educación en América Latina: hacia la igualdad de oportunidades. *Revista Iberoamericana*.

Encalada, V., & Vasco, M. (2017). Cuerpo y reinados de belleza.

Gonzalez, A., & Martín, E. (2018). Cosificación y mercantilización de las mujeres: las. *Universidad Valladolid*.

ONU. (2020). *ONU*. Obtenido de La mujer en el mundo: https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20180305/441253634097/mujer-en-el-mundo.html

Saez, G., Segura, I., & Expósito, F. (2013). ¿Empoderamiento o Subyugación de la Mujer? Experiencias de Cosificación Sexual Interpersonal.

UNICEF. (2022). *UNICEF*. Obtenido de UNICEF: https://www.unicef.org/lac/comunicados-prensa/las-mujeres-son-retratadas-como-objetos-de-deseo-sexual-y-los-hombres-como-lideres-en-la-publicidad-de-america-latina-y-el-caribe

Anexos

Anexo 1. Propuesta



Presentación

PRESENTACIÓN

Manual para la Identificación y Socialización de la Cosificación de la Mujer. Este manual ha sido creado con el propósito de educar, concienciar y proporcionar herramientas prácticas para combatir la cosificación de la mujer en diversos contextos.

La cosificación, o la reducción de la mujer a meros objetos de deseo, es un problema persistente que afecta la dignidad, autoestima y oportunidades de las mujeres. Este manual se dirige a estudiantes, profesionales, activistas, y cualquier persona interesada en promover la igualdad de género y el respeto hacia las mujeres.



CADA DÍA MÁS HUMANA, MENOS PERFECTA Y MÁS FELIZ.

OBJETIVOS

OBJETIVOS

General

Suministrar información rigurosa y fundamentada sobre las manifestaciones y consecuencias que tiene la cosificación en las mujeres

ESPECÍFICOS

1. Promover un cambio cultural en donde se fomente la igualdad de género y al respeto a la dignidad de la mujer

2. Crear talleres, campañas y foros en los cuales las mujeres sean libre para participar

3. Ofrecer prácticas para reducir la cosificación en distintos ambientes promoviendo así más espacios seguros para las mujeres

MARCO TEÓRICO

COSIFICACIÓN

La cosificación de la mujer es un fenómeno social y cultural donde las mujeres son tratadas y representadas como objetos sexuales, despojándolas de su individualidad, personalidad y capacidades humanas. Este tratamiento reduce a las mujeres a meras herramientas de satisfacción sexual y a objetos de contemplación, en lugar de considerarlas como seres humanos completos con derechos, deseos y capacidades propias



MANIFESTACIÓN DE LA COSIFICACIÓN

- MEDIOS DE COMUNICACIÓN
- PUBLICIDAD
- REDES SOCIALES
- ENTORNO LABORAL
- FAMILIA
- ESCUELAS

CARACTERÍSTICAS

REDUCCIÓN A LA APARIENCIA FÍSICA HABILIDADES Y LOGROS

VALORAR A UNA MUJER PRINCIPALMENTE POR SU APARIENCIA Y ATRACTIVO SEXUAL, IGNORANDO OTROS ASPECTOS DE SU IDENTIDAD, COMO SU INTELIGENCIA, HABILIDADES Y LOGROS.

EN MEDIOS Y PUBLICIDAD, SE DESTACAN PARTES ESPECÍFICAS DEL CUERPO FEMENINO, COMO SENOS, NALGAS O PIERNAS

FRAGMENTACIÓN DEL CUERPO

INSTRUMENTALIZACIÓN

TRATAR A LAS MUJERES COMO HERRAMIENTAS PARA EL PLACER O BENEFICIO DE OTROS

IGNORAR O MINIMIZAR LAS EMOCIONES, PENSAMIENTOS Y PERSONALIDADES DE LAS MUJERES.

DESPERSONALIZACIÓN

DESHUMANIZACIÓN

PERCIBIR A LAS MUJERES COMO MENOS QUE HUMANAS, FACILITANDO LA ACEPTACIÓN DE LA VIOLENCIA Y EL ABUSO CONTRA ELLAS.

¿Donde se presenta?

COSIFICACIÓN

Medios de Comunicación

La televisión, el cine, la música y las revistas frecuentemente presentan a las mujeres de manera cosificada, resaltando su valor únicamente en función de su atractivo sexual.



Publicidad

Los anuncios publicitarios utilizan cuerpos femeninos de manera sexualizada para atraer la atención



Redes sociales

Las plataformas digitales perpetúan la cosificación mediante la viralización de imágenes y videos que enfatizan la apariencia física



¿Donde se presenta?

COSIFICACIÓN

Laboral

Las mujeres pueden ser valoradas o menospreciadas principalmente por su apariencia física en lugar de sus habilidades y competencias profesionales.





Interacción

Se manifiesta en comentarios, miradas y comportamientos que tratan a las mujeres como objetos de deseo





Consecuencias

Cosificación



Nunca te disculpes por ser una mujer poderosa



Linda, libre y empoderada

Salud mental y emocional



La exposición continua a la cosificación puede llevar a problemas de autoestima, ansiedad, depresión y trastornos alimenticios

Desigualdad de Género



La cosificación perpetúa estereotipos de género y dinámicas de poder desiguales

Violencia de Genero



La deshumanización facilitada por la cosificación puede contribuir a la tolerancia o justificación de la violencia contra las mujeres

Impacto social y cultural



Refuerza normas y valores culturales que perpetúan la desigualdad y la discriminación de género

ESTRATEGIAS



ESTRATEGIAS PARA COMBATIR LA COSIFICACIÓN



- Educación y Concienciación
- Políticas Institucionales
- Representación Equitativa en los Medios
- Empoderamiento Femenino:
- Uso Responsable de Redes Sociales



ACTIVIDADES



TALLER

de socialización sobre cosificación

OBJETIVOS

-Ampliar el conocimiento sobre la cosificación y su influencia en las mujeres
-Reconocer la cosificación en acciones cotidianas

DESARROLLO

Presentación de conceptos, causas y consecuencia
Ejemplos concretos
Debates grupales





MATERiALES

Proyector
Folletos
Esferos

EVALUACiÓN

Aplicación de test
Ruleta de preguntas



Orientado a la consolidación y práctica de las habilidades y destrezas adquiridas

¡CHARLAS CON EXPERTOS!

OBJETÍVOS

-Promover el debate y la reflexión sobre los contextos de la mujer
-Brindar perspectivas sobre cosificación
-Motivar la realización de medidas para reducir la cosificación

DESÁRROLLO

Participación activa de los participantes donde se aborden temas como la brecha salarial, el acoso laboral, y los roles de género en la sociedad

DESARROLLÓ

Invitación a psicólogos, sociólogos, activistas y otros expertos para hablar sobre la cosificación y como la implementación de estrategias efectivas puede combatirla

MÁTERIALES

-Espacio adecuado para la charla.
-Material audiovisual para la presentación.
-Micrófonos y sistema de sonido

MATERIALES

-Artículos y videos sobre cosificación
-Moderador/a

PARA QUE ŚIRVE

Es una herramienta en la que varias personas se pueden comunicar a la vez.

Campañas de concientización

Cosificación de la mujer

Objetivos

- -Promover la creatividad y el pensamiento crítico
- -Empoderar a los participantes a tomar acción contra la cosificación.

Desarrollo

Taller donde los participantes creen sus propias campañas de concientización contra la cosificación

Materiales

-Materiales de básicos
-Computadoras
-Espacio para presentaciones

Para que sirve

omover un cambio de actitud para prevenir, crear conciencia y solucionar problemas que afectan a la sociedad

Cosificación

TALLER DE AUTOESTIMA



Objetivos

-Fomentar una imagen positiva de sí mismas en las mujeres.
-Proveer herramientas para reducir la cosificación y reforzar la autoestima.

Desarrollo

Centrar en las técnicas de autoconocimiento y autovaloración. Atraves ejercicios de reflexión personal, dinámicas grupales y actividades prácticas como escribir afirmaciones positivas





Materiales

-Papel y lápices.
-Folletos y recursos sobre autoestima.

Para que sirve

Conjunto de actividades de prevención y formación, que se desarrollan en el ámbito educativo dentro del contexto de la educación



En caso de emergencia

Redes de apoyo





Azuay

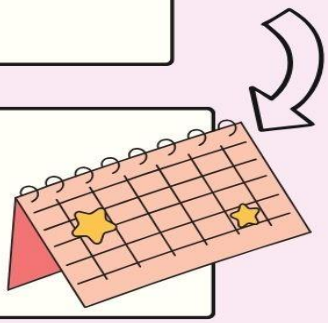
Gualaceo / Paute

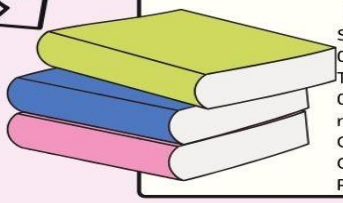
CENTRO DE APOYO A LA MUJER Y LA FAMILIA LAS MARÍAS
Coordinación: 096 765 6876
Gualaceo: 099 553 6589
Paute: 099 870 1423

Cotopaxi

Latacunga / Salcedo

RED DE MUJERES COTOPAXI
099 434 0241
CASA DE ACOGIDA COTOPAXI
096 299 2947
casadeacogidacotopaxi@hotmail.com





Pichincha

Cayambe / Quito / Rumiñahui

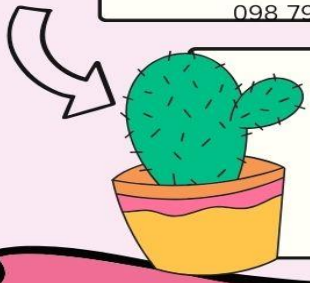
SURKUNA (QUITO)
099 992 8032
TALLER DE COMUNICACIÓN MUJER – para casos de violencia digital (QUITO)
022 553 542
reportalaviolenciadigital@riseup.net
CENTRO ECUATORIANO PARA LA PROMOCIÓN Y ACCIÓN DE LA MUJER - CEPAM
Quito: 098 636 2526
Rumiñahui: 099 268 5614

Tungurahua

Ambato

ORGANIZACIÓN ANA DE PERALTA
099 852 8055
COORDINADORA POLÍTICA DE MUJERES DEL ECUADOR
098 793 6997





Guayas

Guayaquil

FUNDACIÓN CEPAM GUAYAQUIL
099 415 1219
FUNDACIÓN DE ESTUDIOS Y APOYO PARA LA MUJER Y LA FAMILIA ECUATORIANA – MARÍA GUARE
098 789 3520



GRACIAS

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales

Carrera de Trabajo Social

Periodo Abril – Septiembre 2024

Objetivo: Recolectar información de los estudiantes de las Facultades de Jurisprudencia y Ciencias Sociales y Ciencias Humanas y de la Educación

Instrucciones: Lea detenidamente cada pregunta y responda de manera honesta. Recuerde los datos administrados son totalmente anónimos y serán usados únicamente para fines académicos.

Sus respuestas son muy importantes para alcanzar objetivos académicos.

Encuesta sobre Cosificación de la Mujer

Genero

- ☐ Femenino
- ☐ Prefiero no decirlo
- ☐ Otro: _____

Estado Civil

- ☐ Soltera/o
- ☐ Casada/o
- ☐ Divorciada/o
- ☐ Viuda/o
- ☐ Unión Libre

Como se identifica

- ☐ Indígena
- ☐ Afro ecuatoriano
- ☐ Mestizo
- ☐ Blanco
- ☐ Otro _____

Edad

- ☐ 18 años a 20 años
- ☐ 21 años a 22 años
- ☐ 23 años a 25 años
- ☐ 26 años a 28 años
- ☐ 29 años a 30 años

Facultad

- ☐ Facultad de Jurisprudencia y Ciencias Sociales
- ☐ Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación

PREGUNTA		Opción de respuesta				
		Nunca	Rara vez	Ocasionalmente	Frecuentemente	Siempre
1	¿Con qué frecuencia te han silbado mientras caminas por la calle?					
2	¿Con qué frecuencia has notado que alguien te mira los pechos cuando está hablando contigo?					
3	¿Con qué frecuencia has sentido que alguien estaba evaluando tu apariencia física?					
4	¿Con qué frecuencia has sentido que alguien estaba mirando fijamente tu cuerpo?					
5	¿Con qué frecuencia has escuchado comentarios sexuales groseros sobre tu cuerpo?					

6	¿Con qué frecuencia has notado que alguien mira lascivamente tu cuerpo?					
7	¿Con qué frecuencia te han manoseado contra tu voluntad?					
8	¿Con qué frecuencia te has sentido acosada sexualmente (en el trabajo, en la escuela, etc.)?					
9	¿Con qué frecuencia te han pitado mientras estabas caminando por la calle?					
10	¿Con qué frecuencia has visto que alguien se fija en algunas partes de tu cuerpo?					
11	¿Con qué frecuencia has escuchado sin querer, a otros, hacer					

	comentarios sexuales sobre tu cuerpo?					
12	¿Con qué frecuencia has notado que alguien no estaba escuchando lo que dices, sino mirando fijamente algunas partes de tu cuerpo?					
13	¿Con qué frecuencia has escuchado que alguien hace un comentario sexual o se insinúa mientras está mirando tu cuerpo?					
14	¿Con qué frecuencia te han agarrado o pellizcado alguna parte íntima de tu cuerpo contra tu voluntad?					
15	¿Con qué frecuencia alguien ha hecho gestos sexuales degradantes sobre ti?					
VERGÜENZA CORPORAL		Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
16	¿Cuándo no puedo					

	controlar mi peso, siento que algo va mal en mí?					
17	¿Me siento avergonzada de mí misma cuando no me esfuerzo por tener el mejor aspecto posible?					
18	¿ Me siento mal cuando mi apariencia no es tan buena como podría ser?					
19	¿ Me daría vergüenza que la gente supiera cuánto peso?					
20	¿ Incluso cuando no puedo controlar mi peso, pienso que soy una persona valiosa ?					
21	¿ Nunca pienso que estoy haciéndolo mal aunque no haga todo el ejercicio que debiera?					
22	¿Cuándo no hago suficiente ejercicio, me cuestiono si soy una					

	persona suficientemente valiosa?					
23	¿Me siento avergonzada cuando no tengo la talla de ropa que debería ?					
AUTOESTIMA		Muy de acuerdo	Deacuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo	
24	¿Me siento una persona tan valiosa como las otras?					
25	¿Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso?					
26	¿Creo que tengo algunas cualidades buenas?					
27	¿Soy capaz de hacer cosas tan bien como los demás?					
28	¿ Creo que no tengo mucho de lo que estar orgulloso(a)?					
29	¿Tengo una actitud positiva hacia mí mismo(a)?					
30	¿ En general me siento satisfecho(a) conmigo mismo(a)?					
31	¿ Me gustaría tener más respeto por mí mismo(a)?					

32	¿Realmente me siento inútil en algunas ocasiones?					
33	¿A veces pienso que no sirvo para nada?					
Poder		Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Indiferente	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
34	*En mis relaciones con los demás:* *Puedo conseguir que se tenga en cuenta lo que digo.*					
35	En mis relaciones con los demás: Mis deseos no son tenidos en cuenta.					
36	En mis relaciones con los demás: Puedo hacer que se haga lo que yo quiera.					
37	En mis relaciones con los demás: Aunque exprese mis opiniones, mi punto de vista tiene poca influencia.					

38	En mis relaciones con los demás: Creo que tengo mucho poder.					
39	En mis relaciones con los demás: Mis ideas y opiniones suelen ser ignoradas.					
40	En mis relaciones con los demás: Aunque lo intente no soy capaz de que las cosas se hagan a mi manera.					
41	En mis relaciones con los demás: Si lo deseo soy yo quien toma las decisiones.					

¡Gracias por su participación!