

**LA IMAGEN CORPORAL DE JÓVENES GIMNASTAS
NEUQUINAS DE NIVELES COMPETITIVOS EN
RELACIÓN CON LOS TRASTORNOS
ALIMENTICIOS.**

Abril Ludueña

Tutora de Tesis: Paola Cuenca

Director de la Carrera: Fernando Marrón

Marzo 2025

ÍNDICE

ÍNDICE.....	2
AGRADECIMIENTOS	3
RESUMEN.....	4
PALABRAS CLAVES:.....	4
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:	5
HIPÓTESIS	6
PLANTEAMIENTO DE LAS PREGUNTAS:	6
JUSTIFICACIÓN	7
OBJETIVOS GENERALES	12
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	13
MARCO TEÓRICO	13
METODOLOGÍA	24
ANÁLISIS DE DATOS.....	26
CONCLUSIONES	34
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	35

AGRADECIMIENTOS

A lo largo del proceso de elaboración de esta tesis, he recibido el apoyo y la orientación de muchas personas que han sido fundamentales para el éxito de este trabajo. A todas ellas, expreso mi más sincero agradecimiento:

A la Universidad de Río Negro por brindarme una educación de calidad.

A mi tutora Paola Cuenca por la infinita paciencia, acompañamiento y correcciones.

A mi familia por el aliento constante para seguir y permitirme continuar con mi formación docente.

A mi mamá por la cantidad innumerable de veces que me ayudó, aconsejó, acompañó, leyó y corrigió todos los escritos entregados.

A Gastón, por el acompañamiento y el apoyo en la parte más difícil de esta carrera, la tesis.

A los y las entrenadores de Neuquén por ser los facilitadores entre la tesis y las gimnastas.

A todas las gimnastas de Neuquén que se tomaron el tiempo de leer y responder los cuestionarios.

RESUMEN

Los deportes que en general más controversia han originado con relación al cuerpo son aquellas disciplinas de predominio estético-expresivo como el patín artístico, la gimnasia artística, la danza clásica, nado sincronizado, entre otros. Dentro del mundo deportivo la gimnasia artística se cataloga dentro de las disciplinas de mayor exigencia física en un tiempo muy corto para él o la atleta. El objetivo de esta investigación es relacionar la construcción de la imagen corporal y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en gimnastas femeninas de niveles competitivos, de la ciudad de Neuquén sita en la provincia homónima.

Es una investigación cuantitativa, en donde se realizaron tres cuestionarios con preguntas cerradas que buscaron cuantificar opiniones, actitudes, comportamientos y el sentir de una población determinada respecto a su cuerpo y la gimnasia artística. A su vez es calificada como exploratoria y de corte transversal. Los instrumentos de investigación que se aplicaron fueron: una adaptación del Body Shape Questionnaire de Cooper et al. (1987), adaptado a población española por Raich et al. (1996), utilizado para determinar la presencia o ausencia de satisfacción con la imagen corporal y una adaptación de la Escala EAT- 26 para evaluar el riesgo de TCA.

Se llega a la conclusión que las gimnastas adolescentes de Neuquén Capital, de los niveles más elevados, no asocian tener algún trastorno de la conducta alimentaria, o haber tenido que cambiar su alimentación, en relación con la práctica de la gimnasia artística. A su vez manifestaron sentirse conformes con su imagen corporal al realizar el deporte estético expresivo mencionado. Por lo tanto, la hipótesis que se planteó no se comprobó, ya que las gimnastas, de ambos grupos, no demostraron estar sometidas por la gimnasia artística a algún desorden alimenticio.

PALABRAS CLAVES:

Gimnasia artística, imagen corporal, trastornos de la conducta alimentaria.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

Esta investigación indaga acerca de la influencia de la gimnasia artística competitiva en la construcción de la imagen corporal en relación con los trastornos alimenticios. Se hace foco en las gimnastas de niveles del 4 al 8 de la rama femenina en Neuquén Capital, que comprende las edades entre los 13 y 18 años, porque los deportistas que se encuentran en esta etapa elaboran construcciones simbólicas de hábitos, comportamientos, patrones estéticos de moda e imaginarios a través de representaciones sociales que giran en torno al cuerpo. (Kaczan, 2016; Rodríguez, y Puig, 2018).

Cada situación particular que vive una persona influye en la construcción del ser y su forma específica de interactuar, decidir y pensar. Podría pensarse que los/as adolescentes, jóvenes y adultos que realizan una actividad deportiva o ejercicio físico de forma sistemática, suelen tener mejor percepción de sí mismos. Ahora, ¿qué sucede en deportes con predominio estético? ¿Existe una carga negativa sobre la autovaloración corporal?

La gimnasia artística femenina es un deporte olímpico que ha sido la creadora de reconocidas deportistas jóvenes a lo largo del tiempo y ha sido muy criticada por producir “pequeños duendes”. Los cuerpos de las gimnastas se caracterizan por ser pequeños, fuertes, flexibles y elegantes, según A. L. Claessens, (2005) en su estudio antropométrico realizado a gimnastas de todo el mundo “Características Antropométricas en Gimnastas de Élite, de Ambos Sexos”. También, determinaron que las gimnastas de la rama femenina son “notoriamente más pequeñas que las jóvenes del grupo de referencia”, en cuanto a peso y las dimensiones de longitudes. Se observó que aproximadamente “el 80% de las gimnastas estaban por debajo de 1,60 m. y ninguna excedió el 1,70 m”. Y en relación con el tejido adiposo en las gimnastas “la sumatoria de 5 pliegues cutáneos fue un 48% de los valores de referencia, lo que indica un nivel de desarrollo del tejido adiposo subcutáneo extremadamente bajo en las jóvenes gimnastas” (Claessens, A.L. et al, 2024)

La gimnasia artística es un deporte que exige una iniciación y especialización temprana con gran volumen de entrenamiento, siendo la adolescencia una de las etapas claves a nivel competitivo. A su vez, esa etapa óptima para alcanzar los mayores logros deportivos se ve afectada por la preocupación de una imagen corporal delgada y potente,

propia de estos deportes estéticos. Autoras como Sarli Racioppi y Bárbara del Valle (2023), Alicia Salas (2022), Rosario Cisternas-Bustos (2020), Gabriela Valles Verdugo (2020), Denisse Verand Escudero y Andrea Sánchez Díaz (2017), exponen la posibilidad de padecer posibles desórdenes de alimentación o trastornos de conductas alimentarias por estas exigencias del deporte y la etapa de preadolescencia y adolescencia son las más propensas.

A partir de esta información es que surge la pregunta ¿qué relación existe entre la gimnasia artística, en niveles competitivos, en la ciudad de Neuquén, con los trastornos alimenticios y a su vez, si esta tiene relación con la construcción de su imagen corporal? Esta pregunta sirve de guía en esta investigación, de carácter sociológico, en torno al cuerpo y la gimnasia.

HIPÓTESIS

La hipótesis que se plantea para esta investigación es si la competencia en la gimnasia deportiva en los niveles altos de rendimiento favorece en la construcción positiva de la imagen corporal de las gimnastas de la ciudad de Neuquén e influye negativamente en el desarrollo de TCA.

PLANTEAMIENTO DE LAS PREGUNTAS:

En base al planteamiento del problema y la hipótesis formulada nos preguntamos:

- ¿Influye el entrenamiento de la gimnasia artística en el desencadenamiento de trastornos alimenticios?
- ¿Existe en la gimnasia artística femenina de la ciudad de Neuquén un modelo estético corporal?
- ¿Cómo influye la práctica de gimnasia artística en la imagen corporal de las gimnastas de alto rendimiento?

JUSTIFICACIÓN

El deporte es considerado una práctica fundamental en las sociedades actuales, implica la participación de niños/as de edades tempranas, de jóvenes y adultos. Este, actualmente, atraviesa un fuerte cambio paradigmático y obliga a los diferentes actores sociales que participan en ellos, a pensar resignificando las prácticas cotidianas, a la luz de las nuevas infancias, los nuevos adultos, los nuevos paradigmas en la sociedad.

Los nuevos paradigmas buscan una mirada integral del ser humano en relación con el deporte, no es mente separada del cuerpo, cuerpo entrenado separado del cuerpo sentido. Diferentes estudios comenzaron a poner el foco en la subjetividad, en lo que sucede al interior de las personas, y cómo las emociones son algo más que simples estados de ánimo pasajeros. (Pozo Cruz, Piedra y Alfonso 2017).

Los deportes expresan algo más que gestos técnicos, reflejan aspectos de la subjetividad como, violencia, agonismo, competencia, deseo o mito. Estos vuelven a la práctica deportiva, una práctica humana. Es por eso que hablar de imagen corporal, corporeidad, conciencia corporal en el deporte es muy significativo. En esta investigación se profundiza sobre la imagen corporal, la cual es la representación mental del propio cuerpo, que no está relacionada con la apariencia física, sino que es una construcción que se realiza a través de la interacción con el medio y con otros/as. En esa interacción, componentes de carácter cognitivo, emocionales, perceptivos y conductuales se interrelacionan. Dicha construcción se ve influenciada por variables culturales, familiares y experiencias interpersonales, que acrecientan los juicios valorativos en la imagen corporal (Raich, 2004).

Los deportes de carácter individual muestran mayor insatisfacción con la imagen corporal, esto desemboca en la dedicación extrema al entrenamiento con el objetivo de obtener excelentes resultados en competición (Pozo Cruz, Piedra y Alfonso 2017). En general los deportes que más controversia han originado en relación con el cuerpo son aquellas disciplinas de predominio estético- expresivo como el patín artístico, la gimnasia artística, la danza clásica, nado sincronizado, entre otros. Dentro del mundo deportivo la gimnasia artística se cataloga dentro de las disciplinas de mayor exigencia física en un tiempo muy corto para el o la atleta. El alto rendimiento en este deporte implica que la o

el gimnasta no solo posea ciertas aptitudes físicas, sino que también ciertas características antropométricas, que en ocasiones determinan la victoria de la gimnasta, ya que le proporciona las características biomecánicas necesarias para la ejecución de ejercicios gimnásticos (Díaz, Mauri, García & Jiménez, 2008).

Un factor fundamental en las y los gimnastas es la ejecución de velocidad de los movimientos específicos del deporte y para ello se considera necesario una temprana especialización con un tipo de gimnastas que posean dimensiones corporales reducidas (López, Vernetta & De la Cruz, 1993). Un estudio con gimnastas prepuberal de las disciplinas artística y rítmica determinó que el porcentaje graso medio de las gimnastas era de 16.1 ± 4.38 , con esto se consideraba que el peso corporal tiene altos niveles de influencia sobre la resistencia y los índices de fuerza. (Silva, 2005. p. 5).

Las exigencias de un cuerpo tipo, delgado, con hombros anchos y caderas angostas suelen traer consigo cierta carga negativa hacia la valoración del cuerpo de cada deportista. Estos estándares morfológicos son considerados un factor de riesgo en trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y/o en la distorsión en la percepción de la imagen corporal (IC) específicamente en la población femenina de deportistas (Lagos, R, 2020). Mara Giangreco (2020) realizó un estudio titulado *“Patrones alimentarios, estado nutricional, percepción de la imagen corporal en bailarinas de ballet adolescentes”* donde destaca que de las bailarinas que presentan insatisfacción con su imagen, el 33,3% tienen sobrepeso. Estos datos son preocupantes ya que en muchos casos la insatisfacción con la imagen corporal es considerada un factor de riesgo para el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria.

La conducta alimentaria pone en juego a un conjunto de acciones para darle respuesta a una estimulación biológica, psicológica y sociocultural, vinculadas a la ingesta de alimentos. Según Evans, et al. (2016) “una alteración en la misma puede generar trastornos alimenticios y en adolescentes va de la mano con la insatisfacción de la imagen corporal. Los síntomas de insatisfacción corporal y de trastorno alimentario pueden surgir simultáneamente en la preadolescencia, pero los primeros pueden impulsar a los segundos durante la propia adolescencia” (p. 13)

Son varios los factores que conducen al desarrollo de algún trastorno de la conducta alimentaria, el más típico es la insatisfacción corporal ya que los primeros síntomas se presentan en la etapa de la infancia. La personalidad, la predisposición biológica y el aprendizaje en relación a los alimentos son influyentes en este tipo de conductas. Es por eso que Kong y Harris (2014), citados por Escudero (2017), investigaron en Australia el rol de la imagen corporal, la influencia de la presión de los entrenadores en deportes que enfatizan una figura más delgada y el rol de la competencia en el mantenimiento de peso adecuado. Concluyeron que las mujeres atletas que compiten en deportes que requieren un cuerpo más delgado y una imagen corporal perfecta tuvieron mayor relación con los TCA, en comparación con los deportes en donde no era importante un cuerpo delgado (p. 7).

Por otra parte, estudios como el de Vernetta, Montosa y Peláez (2018) concluyen en que la práctica de deportes artísticos como lo es la gimnasia acrobática y rítmica favorecen a una buena percepción de la imagen corporal y de sí mismos (p. 311). Las gimnastas de ambas disciplinas presentan una buena estima corporal, siendo las acrobáticas las que mayor estima poseen. Las gimnastas de la rama rítmica expresan que desearían tener cuerpos más delgados, a pesar de que los valores antropométricos dieran bajos.

Otro estudio que apunta a lo mismo es el de Camacho et al. (2016), quien fue citada por los autores anteriores. Esta autora analiza las relaciones que se establecen entre la imagen corporal y el tipo de deporte practicado en una muestra de chicas adolescentes que se ejercitan regularmente. Confirma que la imagen corporal depende fuertemente del tipo de deporte, siendo las chicas que realizan actividades fitness las que poseen peor imagen corporal. Para la sorpresa del grupo de investigadores, la gimnasia rítmica entra en las actividades con mejor valoración de su imagen corporal.

Suponen que este resultado en relación con la imagen corporal de las gimnastas rítmicas puede deberse a dos factores: uno, que las encuestadas no practican el deporte a nivel Élite, donde las exigencias sobre el físico se agudizan más y es por esto que su vínculo con el cuerpo lo aborda de otra manera. Otra posible explicación a esta imagen corporal positiva que muestran las gimnastas puede deberse a que, a las edades en las que se centra este trabajo (12 a 17 años), ya se haya producido una primera selección y, en

consecuencia, las que siguen practicando a esta edad sean, generalmente, delgadas, produciéndose así una selección natural de las chicas con una genética favorable a la tipología corporal característica de este deporte (Camacho 2006. p. 14).

Los aportes de estas investigaciones indican que tanto la gimnasia rítmica como la acrobática, hermanas de la artística, promueven una imagen positiva del cuerpo. De todos modos, se debe considerar que valores respecto a la insatisfacción corporal o preocupación del cuerpo, aparecieron escuetos en algunos ítems, pero se debe tener presente para el desarrollo de una imagen corporal positiva y la prevención de posibles Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA).

Como afirma José Ignacio Barbero González (2001), “La cultura corporal es el conjunto de valores, usos, saberes, creencias, normas y pautas de conducta que delimitan nuestras apreciaciones y prácticas corporales en el contexto social en que vivimos” (p.22). Proponer una investigación en este sentido puede resultar un tanto compleja, porque si hay algo que dependa de múltiples variables, que no es tangible, que no es medible es el sentimiento humano. Sin embargo, lo que se propone en esta investigación es encontrar algunos indicios que sirvan para brindar conocimientos acerca de cuál es el sentir de las personas cuando participan de una instancia educativa deportiva de competencia y cómo este influye en la construcción de su ser, específicamente la imagen de su cuerpo, su valoración, aceptación y la posibilidad de desarrollar algún trastorno de la conducta alimentaria (TCA).

Para algunos autores, en la naturaleza competitiva del deporte, se encuentra una esencia profundamente ética y transmisora de valores, mientras que para otros en dicha esencia competitiva radica el mayor problema ético del fenómeno deportivo. En esta investigación se propone dilucidar si, tomando un deporte específico, la gimnasia artística, existe una relación entre la competencia como transmisora de valores perjudiciales en la constitución de la imagen corporal, específicamente sobre los trastornos de la conducta alimentaria o si, por el contrario, es transmisora de valores que propician una buena construcción de la corporeidad. O en todo caso, también, dejando de lado la dicotomía competencia buena o mala, se pueda visualizar en qué aspectos se favorece una óptima construcción y en cuales se obstaculiza la misma.

Esta investigación se enmarca en la gimnasia artística femenina de los niveles de competición más elevados de la provincia de Neuquén, nivel 4, 5, 6, 7 y 8, para poder analizar, qué relación existe entre este deporte en niveles competitivos con los trastornos alimenticios de sus deportistas. La selección de estos rangos de competencia se debe a que las gimnastas de una disciplina, que se caracteriza por el perfeccionamiento de los movimientos y el equilibrio exacto entre fuerza, velocidad y elegancia, sienten una presión centrada principalmente en la autorrealización y las metas de logro (Pellizzer, 2018, p. 28).

Weinberg y Gould (2010, citado por Pellizzer, 2018) afirman que los sujetos han aprendido a convivir con el estrés generado por la presión deportiva que conlleva el deporte competitivo en el alto rendimiento. Esto ha ido creciendo exponencialmente a partir de la importancia y el valor que le dan los medios de comunicación masiva y la ganancia económica que genera. “En esta sociedad solo hay lugar para el éxito y los triunfos por lo que los deportistas se sienten cada vez más presionados a ganar”. (p. 19)

La edad seleccionada para realizar este estudio es la comprendida entre los 13 y los 18 años, porque estos niveles de mayor exigencia son la base de formación para los niveles más elevados. En las categorías infantiles, juveniles y mayores es en donde se encuentra la mayor cantidad de gimnastas, y es durante esta etapa cuando se dan la mayor carga de entrenamientos, mayores expectativas de rendimiento, etc. En el periodo de preadolescencia y adolescencia se le otorga mucho valor a la relación que el sujeto establece con su cuerpo, ya que esta va a repercutir en su autoestima, en la perspectiva sobre su imagen corporal.” Así, la imagen corporal se configura y reconfigura a lo largo de toda la vida, siendo la juventud y la adolescencia etapas clave para la aceptación del propio cuerpo” (2013, Camacho-Miñano citado por Del Pozo Cruz 2017. p.6)

Las investigaciones sobre las relaciones entre estos conceptos, preadolescencia, adolescencia, TCA e imagen corporal han encontrado cierta complejidad, ya que son varios los factores que se relacionan. Pozo Cruz (2017) investigó a un grupo femenino y otro masculino de la rama artística, donde comprende un rango etario desde los 8 años hasta los 18 y con una media de 14 años, porque dicen que a partir de las investigaciones que estos autores realizaron, dieron cuenta de que las infancias son las que poseen una muy buena imagen corporal, pero cuando se encuentran entrando al periodo de la

adolescencia, aparecen pensamientos negativos hacia el cuerpo (de Gracia & col., 2007; Dolan, Birtchnell & Lacey, 1987; Gómez-Mármol, Sánchez-Alcaraz & Mahedero-Navarrete, 2013; Trujano & col., 2010. Citado por Pozo Cruz 2017).

La literatura científica muestra que se puede apreciar un aumento de la preocupación por la imagen corporal con el aumento de la edad y con el aumento de los valores del índice de masa corporal. En la región donde se encuentra la ciudad de Neuquén no existen investigaciones al respecto. Pocos son los trabajos que han examinado esta temática, especialmente en la etapa de la adolescencia. Si consideramos que, en este periodo del desarrollo humano, se producen muchos cambios físicos y emocionales, es de vital importancia estar atentos, ya que las dificultades relacionadas a la aceptación del propio cuerpo, la preocupación excesiva por el cuerpo ideal y el peso estándar, para obtener logros deportivos podrían generar y/o acrecentar TCA.

Es por esto por lo que esta investigación se enfoca en obtener datos que contribuyan a visibilizar esta problemática que tiene la particularidad de desarrollarse de manera invisible, constituyéndose en un factor de riesgo para las gimnastas. A partir de nuevas miradas que se enfoquen en la y el deportista y no solo en el logro deportivo, se debería lograr mirar lo que hay detrás de él y ella, cuáles son sus intereses, necesidades, proyecciones, fantasías, ideales. Poder ver a la persona y no una máquina detrás del éxito. Desde esta perspectiva poder acompañar a las gimnastas en su formación y desarrollo personal ayudándolas a manejar las presiones sociales sobre la imagen del cuerpo exigido.

Esta información podría ser útil para quienes desde su rol de educadores puedan pensar prácticas e intervenciones cuidadosas y respetuosas de la diversidad corporal, de los sentires que cada gimnasta pueda tener de sí misma dejando de lado los estereotipos y la valoración de cuerpos estándares.

OBJETIVOS GENERALES

Relacionar la construcción de la imagen corporal y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en gimnastas femeninas de niveles competitivos de la ciudad de Neuquén.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

-Analizar las similitudes y diferencias con respecto a la imagen corporal desarrollada en un grupo de gimnastas competitivo con otro que es menos avanzado o no competitivo.

-Analizar la influencia de la gimnasia artística competitiva en el desarrollo de trastornos alimenticios en gimnastas neuquinas de los gimnasios de la zona oeste de la ciudad.

-Identificar los modelos estéticos corporales existentes en la gimnasia artística femenina de la ciudad de Neuquén y si esta incide en la construcción de la imagen corporal de las gimnastas.

MARCO TEÓRICO

Es necesario definir algunos conceptos en los cuales se basa esta investigación que definen la perspectiva con la que se realizará el análisis de la información obtenida.

Gimnasia Artística

La Gimnasia se divide en varias ramas: la gimnasia de trampolín, la gimnasia acrobática, la gimnasia para todos, la gimnasia rítmica y la gimnasia artística. Se la caracteriza por ser un deporte de extrema complejidad.

El término *gimnasia artística* surgió a principios del siglo XIX para diferenciar los estilos fluidos de las técnicas utilizadas en el entrenamiento militar. La gimnasia artística, es un deporte que implica una actividad íntegramente estructurada y cerrada a la improvisación. Esta, se caracteriza por una alta exigencia de práctica y dedicación a muy temprana edad y el máximo rendimiento se alcanza alrededor de los 15 a 18 años. Según Smoleuskiy y Gaverdouskiy (citado en Martínez, 1998) la gimnasia artística se concibe como aquella práctica que se manifiesta con acciones individuales de compleja coordinación tipo estándar, o sea, son los ejercicios de las pruebas múltiples que se realizan en las condiciones estables, donde la maestría de los gimnastas se valora por un

grupo de jueces conforme a los criterios de dificultad del programa, la composición y la calidad de ejecución.

Se entiende a la Gimnasia Artística como una práctica corporal deportiva y artística en donde el sujeto encuentra sentido a la búsqueda del dominio corporal en los aparatos de gimnasia, siguiendo un código convencional. La exposición corporal debe seguir una técnica preestablecida para ser presentada ante jueces y juezas especializadas en la rama. Por cada error que se produzca, el gimnasta recibirá un descuento en su nota final. Por otro lado, existe también en esta especialidad deportiva, el deporte de base, donde el trabajo de iniciación se transforma en una actividad abierta, menos directiva, más atrayente, lúdica y beneficiosa para el desarrollo de muchas y diferentes cualidades y capacidades a través de los múltiples recursos que ofrece este deporte.

Dentro de la disciplina que conforman actualmente la gimnasia como deporte, pueden encontrarse las huellas más antiguas de tres de ellas: suelo, salto y caballete con arzones. Las restantes viga, asimétricas, anillas, paralelas y barra fija tienen un origen más reciente, gestándose principalmente durante el final de la edad moderna y principios de la edad contemporánea.

En el 2022 la Confederación Argentina de Gimnasia (CAG) realizó una inversión en el Programa de Desarrollo de Gimnasia Femenina Rutinas obligatorias que tiene Estados Unidos para la rama femenina de la gimnasia artística. El mismo es vigente dentro del periodo de 2021 a 2029 y a medida que se realizan cambios o se identifican errores, las Actualizaciones de los Obligatorios se publican en el sitio web de USA Gymnastics en la página de Actualizaciones de Obligatorios del Programa de Desarrollo de Gimnasia Femenina.

Este deporte, como muchos de ellos se divide por categorías, que hace referencia a la edad de la o el deportista y por niveles, que alude a la dificultad de ejecución que esta o este puede realizar. En este programa de desarrollo la gimnasia artística es dividía en 6 categorías: Premini (6 y 7 años), Mini (8 y 9 años), Pre Infantil (10 y 11 años), Infantil (12 y 13 años), Juvenil (14 y 15 años) y Mayor (+16 años). En cuanto a los niveles se encuentra dividida en 10 niveles de dificultad donde en cada uno se establece una serie obligatoria para realizar en los cuatro aparatos que comprende esta disciplina en la rama

femenina. Todas las series establecidas en los 4 aparatos son aplicadas a los 10 niveles, pero se modifican algunas alturas y distancias dependiendo la categoría.

Los niveles del 1 al 3 tienen como objetivo formar a las gimnastas para competencias al proporcionar un programa no competitivo y orientado a los logros, de elementos básicos y progresiones. Sin embargo, estos niveles también pueden usarse como un programa competitivo introductorio/recreativo. Para avanzar al Nivel 4 o Nivel 5, la gimnasta debe aprobar los “Puntos para la evaluación” requeridos (mostrados al final de cada rutina) con un 75% de capacidades en cada aparato y nivel. No hay ningún requisito de competencias en los Niveles 1-3 para avanzar al nivel 4 o 5.

Los niveles anteriormente mencionados tienen una rutina obligatoria en cada aparato que se debe cumplir de principio a fin. A partir del Nivel 6 las rutinas son de carácter libre, con requisitos obligatorios. El Nivel 6 (principiante de libres) y el nivel 7 (principiante avanzado de libres) son niveles de entrada para las competencias de libres. El énfasis en el Nivel 6 es la ejecución, la presentación artística y el desarrollo de elementos libres básicos. El nivel 7 continúa con el énfasis puesto en la ejecución, la presentación artística y el desarrollo de elementos libres básicos. Por lo tanto, estos niveles no se evalúan según la composición. Los clubes pueden optar por desarrollar rutinas específicas para estos niveles o cada gimnasta puede realizar una rutina individualizada. Las competencias se llevan a cabo a nivel local, seccional, estatal y regional. El Nivel 8 (intermedio de libres) es el primer nivel en el que una gimnasta debe desarrollar un ejercicio libre individual en cada uno de los cuatro aparatos. Este nivel está diseñado para brindarle a la gimnasta una oportunidad competitiva en la que el énfasis se encuentre en la buena ejecución y presentación, más que en la ejecución de elementos difíciles. Las competencias se llevan a cabo a nivel local, seccional, estatal y regional. Los Niveles 9 (avanzado intermedio de libres) y 10 (avanzado de libres) brindan una oportunidad competitiva en los niveles más altos del Programa de Desarrollo. Se llevan a cabo competencias a nivel local, seccional, estatal y regional, con Campeonatos del Este/Oeste culminantes para el Nivel 9 y un Campeonato Nacional para el Nivel 10.

Este programa de desarrollo incluye ejercicios sugeridos para las áreas de preparación física y flexibilidad. Se debe lograr un dominio mínimo en ambas áreas para garantizar una experiencia segura y exitosa.

Imagen corporal

A partir de la década de los 60 del siglo XX se le ha otorgado una importante atención al concepto de imagen corporal. Numerosas investigaciones llevaron a que, actualmente, dispongamos de una gran cantidad de información sobre los factores implicados en este concepto. Paul Schilder fue un psiquiatra, psicoanalista e investigador médico austríaco, que introdujo el concepto de imagen corporal. Parte de su investigación quedó escrita en el libro *The Image and Appearance of the Human Body* de 1935. Schilder propone la primera definición que se realiza sin recurrir a aspectos exclusivamente neurológicos. En su definición de imagen corporal se conjugan aportaciones de la fisiología, del psicoanálisis y de la sociología, definiéndose como: “La imagen del cuerpo es la figura de nuestro propio cuerpo que formamos en nuestra mente, es decir, la forma en la cual nuestro cuerpo se nos representa a nosotros mismos” (1950, Schilder, p. 3).

Recogiendo diferentes aportes, podemos proponer la siguiente definición con carácter integrador: La imagen corporal es un constructo psicológico complejo, que se compone de tres dimensiones: perceptiva, cognitiva-afectiva y conductual. Se refiere a cómo el sujeto genera una representación mental de su cuerpo/apariencia que comienza a construirse en edades tempranas y lo hace a través de su vinculación con el entorno en función del género, la cultura, la sexualidad, entre otras variables. La representación mental del cuerpo es más que una simple imagen estática, a modo de fotografía, que cada sujeto tiene de sí mismo. Lo que se desprende de los pensamientos, las emociones, los sentimientos también son parte indisoluble de la imagen corporal. Por último las acciones que los sujetos realizan a partir de esa construcción forman parte de la conciencia y vivencia del propio cuerpo (Vaquero-Cristóbal, 2013).

Antiguamente quienes tenían la tarea de controlar, regular y modelar el cuerpo eran la religión y la medicina. En los últimos tiempos el concepto cuerpo es pensado, estudiado, analizado y reflexionado desde una mirada más integral, holística, abierta. Hoy hablamos de corporeidad. Merleau-Ponty (1975), fue uno de los primeros filósofos en introducir este concepto para referirse a las experiencias corporales que se relacionan con las dimensiones emocionales, sociales y simbólicas. “La corporeidad es para él, fruto de la experiencia propia y se construye a través de la apertura sensible del cuerpo al mundo y a los otros” (González, 2010, p. 176) Es por eso que la construcción de la corporeidad

es de manera integral, porque el ser humano siente, piensa y se vincula con su entorno. A partir de estas relaciones es que va constituyendo su mundo de significados.

El cuerpo se presenta actualmente como un actor principal en la construcción de identidades. La conformación de esta corporeidad en la actualidad no puede escapar de la cultura del consumo, reproduciendo una cultura corporal que responde a demandas nacidas y recreadas de otros ámbitos a un mandato hegemónico.

En ese sentido, la construcción social del cuerpo a través de sus diferentes manifestaciones no sólo tiene su explicación en los comportamientos humanos debidos a la influencia del ambiente sociocultural, el mercado y las desigualdades sociales, sino, además, a la influencia de factores de conducta autónomos conformados por el autoconcepto y la personalidad (Arreguín Moreno y Sandoval Godoy, 2014, p. 132).

Podemos decir que la forma en la que un deportista se expone a estímulos sensoriales, espaciales, emocionales y sociales, entre otros, a lo largo de su proceso formativo, determinan la estructuración y reconocimiento de su imagen corporal (Rodríguez y Alvis, 2015).

La imagen corporal es dinámica y va atravesando diversas modificaciones a lo largo de la vida del sujeto. Esto se explica desde la perspectiva que comprende los componentes perceptivo, cognitivo, afectivo y conductual que se ven ampliamente influenciados por aspectos emocionales y socioculturales. El entorno social en el que las personas están inmersas crea estándares de cuerpos ideales, estándares de belleza. Estos estándares propician alteraciones en la percepción corporal y pueden desencadenar trastornos psicológicos o alimenticios (Raquel Vaquero-Cristóbal, 2013).

André Lapierre y Bernard Aucouturier psicomotricistas francés expresan que “Nos forjamos en las sensaciones corporales inconscientes desde que somos bebés. Estas sensaciones corporales, de las que distinguimos principalmente la intercepción, la propiocepción y la exterocepción, se integran gracias a la relación con el otro y son causa y medio de nuestra construcción personal”. En este concepto se puede ver la importancia del entorno como actor integrador principal

de lo que la persona siente, vive y experimenta a través del cuerpo (Guerrero Cordero, 2021).

Trigo Eugenia define, a través de Zubiri, la corporeidad a partir de siete cuerpos, gracias a los cuales los seres humanos podemos diferenciarnos de otros seres vivos: “La corporeidad es la complejidad humana, es cuerpo físico, cuerpo emocional, cuerpo mental, cuerpo trascendente, cuerpo escultural, cuerpo mágico y cuerpo inconsciente; esos siete cuerpos que nos hacen humanos y que nos diferencian de las otras criaturas vivientes.” (Trigo AE, 2004, p. 176).

Adolescencia y preadolescencia

La etapa evolutiva de transición de la niñez a la adultez se la ha denominado como adolescencia, que deriva del latín “adolesco-adolescere” y significa adolecer. Comprende un importante periodo de la vida, durante el cual se producen grandes cambios físicos, cognitivos, sociales y psicológicos.

La adolescencia es un fenómeno cultural que surgió con la sociedad industrial, podría decirse que, junto con la infancia, esta etapa es un invento de la modernidad. A partir de la nueva concepción de familia se vuelven visibles y los estados nacionales comienzan a ocuparse de esta franja etaria a la que tienen que formar. Según Silvia Duschatzky (2009) “la sociología comenzó a verla como una etapa de espera, *“moratoria social”*. Tiempo de espera y de preparación para futuras responsabilidades ciudadanas” (p.16)

El periodo de adolescencia está atravesado por varios grandes cambios, tanto sobre el cuerpo, como en la forma de vinculación con el entorno. Según las distintas épocas, la adolescencia se ha manifestado de manera diversa.

La adolescencia en la actualidad se constituye como un momento de vida idealizado, donde no existen fronteras, y donde su inicio avanza sobre la infancia y el final hoy, se desconoce.

Según expresa Beatriz Janin (2013):

La adolescencia supone ideas de futuro, transformación de la propia imagen, proyectos... Quizás uno de los puntos centrales de la adolescencia sea la posibilidad de armar proyectos... Sabemos que todo adolescente busca valores alternativos a los de los padres, que la sociedad les ofrece casi inevitablemente modelos e ideales a los que intentará responder y en el cumplimiento de los cuales intentará recuperar la imagen perdida, el narcisismo golpeado. Es decir, mientras se es un niño, se puede suponer amado por todos si se es amado por los padres y éste es casi un derecho por el simple hecho de existir, pero la salida al mundo implica la puesta en juego de las propias posibilidades frente a otros. Y ahí lo difícil es sostener el amor a sí mismo en base a logros, en una sociedad que, a diferencia de las primitivas, no señala con claridad ni las metas ni el recorrido.

Podemos ver en estas palabras la estrecha relación que existe entre la mirada del otro que nos constituye y la propia formación del ser y que si bien es algo que es permanente durante toda la vida, la etapa de la adolescencia en relación a estas miradas y la búsqueda de la identidad se vuelve frágil y peligrosa.

Modelo estético corporal

Las sociedades occidentales en la actualidad promueven, a través de diversos medios, un tipo de cuerpo caracterizado por ser muy delgado y con curvas poco acentuadas. Esto ocasiona, frecuentemente insatisfacción con la imagen corporal y da lugar a conductas y actitudes negativas hacia la comida. (Rivarola 2003)¹

Por su parte, los deportes de carácter estético corporales, como la gimnasia rítmica, la danza clásica, el patín, el nado sincronizado y la gimnasia artística buscan la excelencia en la ejecución de los movimientos. Las destrezas motoras y la figura corporal son fundamentales para el éxito deportivo, y donde, no solo deben alcanzar altas performances físico-técnicas, sino que, adicionalmente, influye en el criterio subjetivo de

¹ Citado por Figueroa 2010 en *Modelo estético corporal, insatisfacción con la figura y conductas alimentarias de riesgo en adolescentes*

los jueces sobre el desempeño de un atleta. (Márquez, 2008)² Esto conduce a crear ambientes que desafíen a sus deportistas a tener un tipo de cuerpo muy determinado.

Betancourt H. (2011) realiza un estudio comparando los modelos de cuerpos esperados para el ballet y la gimnasia. Sostiene que para el ballet el modelo de cuerpo debe representar cierta belleza escénica, demostrar ciertas características morfofuncionales que son legitimadas en el ámbito artístico. Tanto las bailarinas de ballet, como las atletas de deportes estéticos tienen en común la necesidad de poseer un cuerpo pequeño y delgado, para que les permita realizar de manera estética y eficiente todos aquellos movimientos propios de la disciplina. (p.336).

En un estudio de tipo entrevista que realizaron Aguiar y Taracena (2016) a tres gimnastas del alto rendimiento, retiradas, expresaron que el cuerpo ideal de una gimnasta debe ser musculoso, pero muy delgado, es decir, con un bajo porcentaje de grasa. A su vez pequeño de altura, para poder tener un mayor control corporal en el aire. El cuerpo ideal es un requisito para el éxito gimnástico y, al mismo tiempo, su búsqueda constituye un posible desencadenante de experiencias de fracaso.

Entonces la apariencia física se transforma en un compromiso psicológico para la ejecución de las rutinas. La atleta atraviesa un conjunto de sentimientos, presiones constantes por parte de su entorno, dentro del gimnasio y fuera de él, para que mantenga su peso y figura corporal estética (Sousa, et.al, 2013)³.

Como se menciona al principio, la insatisfacción corporal se vive por ser un problema individual, aunque un análisis profundo permite dar cuenta de que en muchos casos el entorno deportivo refuerza un ideal de cuerpo. Muchas veces es la estructura deportiva la que suele ser poco realista en cuanto a la carga que pueden soportar los cuerpos de mujeres adolescentes. Pareciera entonces que existe un modelo corporal determinado y determinante que existe socialmente y es reforzado por las actividades deportivas, como dicen Aguiar y Taracena: “El cuerpo ideal es una construcción psico-

² Citado por Viviana Palacios de Espig, Armando Sánchez Jaeger. *Composición corporal y riesgo de trastorno de conducta alimentaria en atletas de gimnasia rítmica del Estado Carabobo*

³ Citado por Valles Verdugo 2020

social que surge de la intersección de las vivencias individuales, familiares y el funcionamiento institucional. Éste es establecido por la institución, reforzado por los entrenadores, aceptado por las familias y perseguido desesperadamente por muchos atletas” (2016. p 91).

Trastornos de la conducta alimentaria:

Desde tiempos inmemorables la preocupación por la imagen corporal existió. Actualmente, las nuevas generaciones son bombardeadas constantemente con temas de belleza estereotipada por parte de los medios de comunicación masiva y la industria dedicada a la apariencia física. Esto ha favorecido al surgimiento de numerosas alteraciones sobre la percepción de la imagen corporal dando lugar al desarrollo de trastornos psicológicos o alimenticios.

Méndez (2008) define que los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son alteraciones específicas en la ingesta de los alimentos que presentan algunas personas. El acto de comer se caracteriza por ser en exceso o por dejar de hacerlo, en respuesta a un impulso psíquico y no por una necesidad metabólica o biológica (p. 508).

Berny (2020) define a los TCA como enfermedades multicausales del ámbito psiquiátrico, que señalan una preocupación excesiva del peso, la ingesta de alimentos y la imagen corporal. Esta situación conduce a tener dificultades en relación a la salud mental y física, debido a la insistente búsqueda por bajar de peso.

Los trastornos de la conducta alimentaria y de la ingesta de alimentos se caracterizan por una alteración persistente en la alimentación o en el comportamiento relacionado con la alimentación. Esto lleva a una alteración en el consumo o en la absorción de los alimentos y puede causar un deterioro significativo de la salud física o del funcionamiento psicosocial (Vaquero et.al. 2013).

Los TCA pueden surgir de diferentes maneras, pero los más frecuentes son: anorexia y bulimia. De acuerdo con el Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastorno Mentales (DSM-V, 2013) categoriza a los TCA como “Trastornos Alimenticios y de la Ingestión de Alimentos” que se divide en: Anorexia Nerviosa de tipo restrictivo y de tipo

atracones, Bulimia Nerviosa, Trastorno por Atracón, otro Trastornos Alimentarios o de la Ingestión especificado o No especificado. (Berny, 2020 p 16).

La conducta alimentaria pone en juego a un conjunto de acciones para darle respuesta a una estimulación biológica, psicológica y sociocultural, vinculadas a la ingesta de alimentos. Según Evans, et al. (2016) una alteración en la misma puede generar trastornos alimenticios y en adolescentes va de la mano con la insatisfacción de la imagen corporal. Los síntomas de insatisfacción corporal y de trastorno alimentario pueden surgir simultáneamente en la preadolescencia, pero los primeros pueden impulsar a los segundos durante la propia adolescencia. (p.13)

De todos modos, son varios los factores que conducen al desarrollo de algún trastorno de la conducta alimentaria, el más típico es la insatisfacción corporal ya que los primeros síntomas se presentan en la etapa de la infancia. La personalidad, la predisposición biológica y el aprendizaje en relación con los alimentos son influyentes en este tipo de conductas.

Los trastornos de la imagen corporal y alimentarios, así como conductas de control de peso riesgosas para la salud, son más frecuentes en los deportistas que ponen énfasis en la estética, la delgadez y un bajo peso específico que en los deportistas donde estos factores no son tan importantes (Salbach, et.al, 2010).

Un aspecto importante que se resalta es que este tipo de conductas no se manifiestan de repente, ni aparecen sin dar algún aviso previo. Como se mencionó anteriormente no hay un solo factor que intervenga en su aparición, por eso se la define como trastornos multifactoriales. Los factores pueden ser de tipo genético, psicológico, sociocultural, familiar y personal, la interacción entre ambos suele generar una insatisfacción corporal que desemboca en un deseo de adelgazar.

Mirando hacia el mundo de la gimnasia artística, donde los aspectos estéticos y artísticos influyen en el criterio subjetivo de las juezas, la apariencia física se convierte en un deportista sobre el desempeño de la atleta. La presión constante de entrenadora, familias y compañeras obligan a la gimnasta a tener un compromiso psicológico para mantener su peso y figura corporal estética con la finalidad de obtener mejores resultados.

Ha sido comprobado que llevando a las atletas a este nivel de exigencia en relación a su cuerpo son propensas a desarrollar patrones de alimentación poco saludables para satisfacer esas altas demandas de mejores resultados (Sousa, et.al, 2013).

Durante el siglo XX acontece un suceso que revolucionó la mirada hacia las gimnastas y fue el caso de Christy Henrich que con tan solo 22 años de edad y 29kg de peso falleció por anorexia. Las deportistas, los padres, los entrenadores, el personal médico, los jueces, las federaciones de gimnasia y los organismos rectores del deporte se han hecho más conscientes de los trastornos médicos y psicológicos que pueden sufrir las mujeres jóvenes que practican la gimnasia artística y rítmica. Resulta especialmente preocupante la "tríada de la mujer deportista", integrada por trastornos de la conducta alimentaria, amenorrea y osteopenia.

Deporte competitivo

Se parte del supuesto que toda actividad deportiva es una construcción social que expresa los modos de interacción social en un momento histórico determinado. Los deportes se encuentran moldeados por la cultura en la que están inmersos. En los espacios deportivos se representan las ideas, los imaginarios, las ideologías, de diferentes grupos sociales. Los deportes expresan algo más que gestos técnicos, reflejan aspectos de la subjetividad como, violencia, agonismo, competencia, deseo o mito. Estos vuelven a la práctica deportiva una práctica humana. Las prácticas corporales que se realizan a través de los deportes implican intereses, expectativas sociales, utopías, fantasías, sueños, rituales. Hay una construcción social del deporte y una producción de subjetividades corporales.

Respecto a las instancias del deporte competitivo Susan A. Jackson y Mihaly Csikszentmihalyi en el libro, “Fluir en el deporte” (2016) manifiestan que:

“cuando los niños empiezan a participar de las actividades físicas, lo hacen con un sentido de juego que establece lo que es divertido. Cuando los adultos participan en el deporte puede que lo hagan con una seriedad fatal. [...] El deporte se ha convertido en un reino tremendamente comercializado y extremadamente politizado, donde muchos tienen que

ganar y que perder según el resultado del partido” y más adelante expresan que los deportistas y entrenadores están involucrados en el deporte sin saber realmente por qué. Vale la pena pensar sobre los aspectos que te aportan una sensación de desafío y de disfrute”. (p.194)

Los autores destacan aquí como muchas veces en la competencia se pierde lo que en esencia debería ser la práctica del deporte. A raíz de esto se puede traer a autores que dicen que el ejercicio debe ser explorado como una medida preventiva contra el desarrollo de una imagen corporal negativa, sin embargo, es sumamente importante determinar qué características (tipo, intensidad, frecuencia, etc.) y mediante qué mecanismos el ejercicio mejora la imagen corporal (González et al., 2016; Homana & Tylkab, 2014; Tylka & Homan, 2015).

En los últimos tiempos se han realizado numerosas investigaciones acerca de qué papel juega la competitividad no solo en el desarrollo emocional y en la construcción de subjetividades, sino el efecto que produce en el cuerpo el estrés ocasionado por la competencia, etc. Un ejemplo de esto es un estudio realizado por Iván Esaú Pinto Vargas y Javier Fernando Fuentes Carrasco (2023) *“Factores psicológicos que optimizan el crecimiento y desarrollo en un gimnasta de alto rendimiento”*. Los autores citan un estudio realizado por Lu, y Zhong en 2023, en el que se observa en deportistas de élite, el efecto perjudicial del estrés psicológico en competencia. Encontraron que los atletas cuyas frecuencias cardíacas eran más altas correspondía al momento antes de realizar una ejecución deportiva. También hubo una relación significativa entre el estrés y el rendimiento más cerca del final de cada partido, posiblemente debido al aumento de la presión a medida que los atletas avanzaban en la competencia, concluyendo que los atletas de élite suelen recibir entrenamiento para manejar el estrés psicológico, pero los resultados sugieren que siguen estando sujetos a la influencia del estrés psicológico.

METODOLOGÍA

En primer lugar, es necesario indicar que esta investigación es de carácter cuantitativo, ya que la recolección de datos se dio a través de tres cuestionarios con preguntas cerradas que buscan cuantificar opiniones, actitudes, comportamientos y cómo

se siente una población determinada respecto a su cuerpo y la gimnasia artística. A su vez es calificada como exploratoria y de corte transversal.

Participantes

La población estudiada fueron adolescentes de la Capital de Neuquén, Argentina, que se encontraban practicando gimnasia artística de manera competitiva y no competitiva. Los integrantes son diferentes clubes que conforman la Federación Neuquina de Gimnasia, entre ellos: Acrux, CEF N°1, Gimnasio Olímpico y Gymnastic. Participó una muestra de 46 gimnastas, en un rango de 13 y 20 años.

Se dividió la población analizada en dos grupos, el grupo 1 está conformado por deportistas de los niveles más elevados de la provincia, que son del 4 al 8. Mientras que el grupo 2 son gimnastas del mismo rango etario, pero se encuentran en niveles con menores exigencias deportivas. En ambos grupos se realizaron los mismos cuestionarios para luego comparar los datos obtenidos.

Instrumentos

El enfoque metodológico empleado en este estudio se alinea con los objetivos y consiste en la aplicación de tres cuestionarios: *Escala EAT- 26 para evaluar el riesgo de TCA* el que se utilizó en la investigación “*Conductas alimentarias de riesgo y preocupación por la imagen corporal en gimnastas chilenas*”. Otro cuestionario es el *Body Shape Questionnaire*, el cual se utilizó en la investigación “*Influencia del género, edad, nivel de competición y disciplina en la imagen corporal de jóvenes gimnastas*”(2017). El último cuestionario fue realizado por mi autoría para recabar datos sobre los modelos corporales. Los tres se sometieron a diferentes adaptaciones para poder dirigirlo a gimnastas neuquinas. Este método involucra respuestas consistentes que van del nunca, pocas veces, moderadamente, casi siempre y siempre, fundamentales para el análisis de la percepción corporal de adolescentes. Los cuestionarios mencionados anteriormente se realizan a través de los formularios de Google. (Anexo 2)

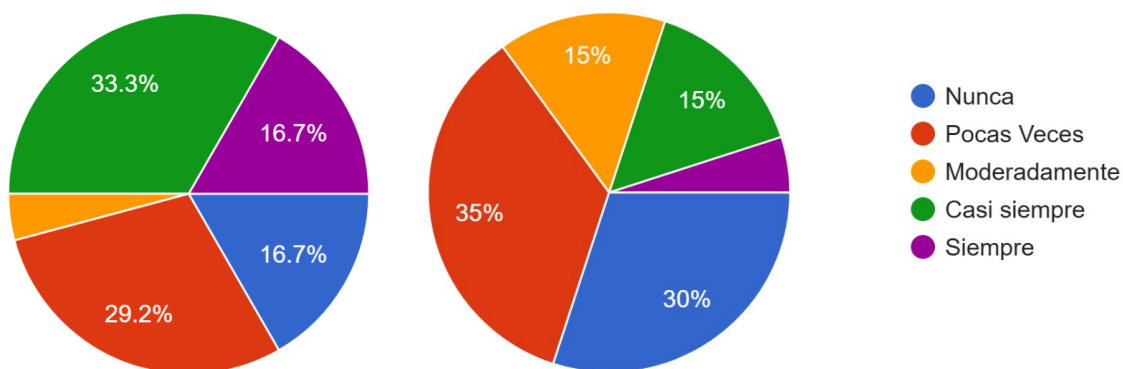
Procedimiento

Para su aplicación, se solicitó el permiso previo a realizar el estudio a las autoridades de los centros gimnásticos y posteriormente a las familias. Los cuestionarios fueron enviados a través de WhatsApp a los coordinadores de las instituciones, quienes se encargaron de reenviarlo a las gimnastas. Los tres cuestionarios fueron enviados con 1 semana de diferencia, para no interferir en las respuestas.

ANÁLISIS DE DATOS

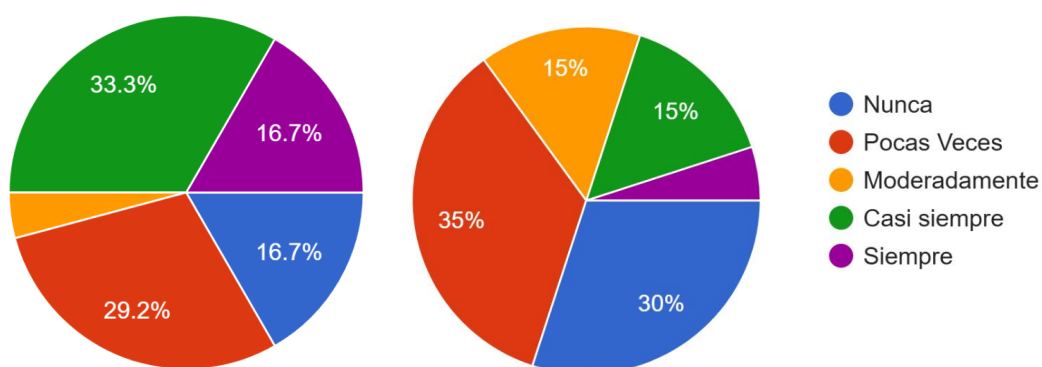
A continuación, se presentan los resultados obtenidos en los tres cuestionarios realizados a jóvenes gimnastas de los niveles competitivos y no competitivos.

De cada cuestionario se seleccionaron cuatro preguntas que se acercan a responder a los objetivos propuestos de esta investigación. La lectura de los gráficos es, izquierda grupo de gimnastas de grupos competitivos y de la derecha gimnasta de grupos no competitivos. El primer cuestionario es el llamado *Escala EAT- 26 para evaluar el riesgo de TCA*. En el gráfico N°1, se muestra la estadística a la pregunta sobre el peso corporal en gimnastas de niveles competitivos. Por su parte, el gráfico N°2 presenta los resultados del Grupo 2, gimnastas de niveles no competitivos. Se analiza que el grupo control 1 presenta un porcentaje dividido entre gimnastas que les preocupa su peso corporal y otra parte que no. Por su lado, el grupo control 2 presenta bajos niveles de preocupación con su peso corporal.



El gráfico N°1 está ubicado a la izquierda, mientras que el gráfico N°2 está a la derecha.

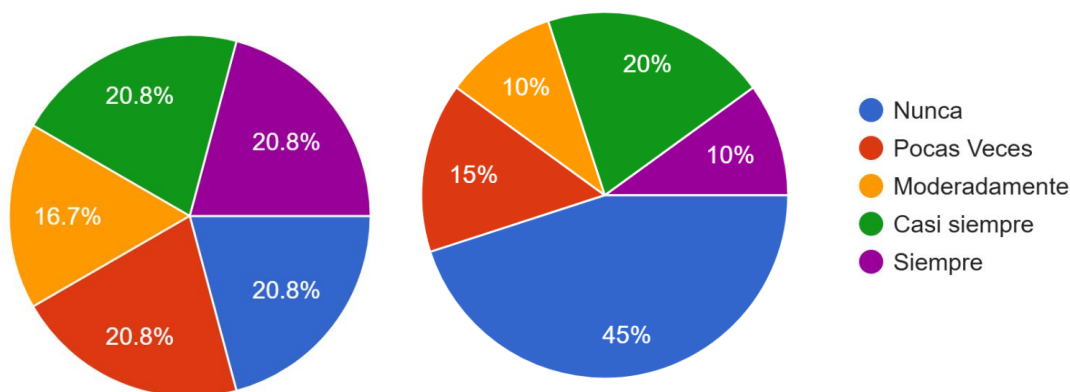
Los siguientes gráficos, N°3 y N°4 pertenecen a la pregunta en relación a cambios en la alimentación por haber iniciado gimnasia artística. El gráfico N°3 representa las respuestas del grupo 1, quienes en su mayoría apuntaron a las tres opciones de nunca, pocas veces y moderadamente. Por otro lado, en el grupo 2, la mitad respondió que su alimentación no cambió con la gimnasia artística.



El gráfico N°3 está ubicado a la izquierda, mientras que el gráfico N°4 está a la derecha.

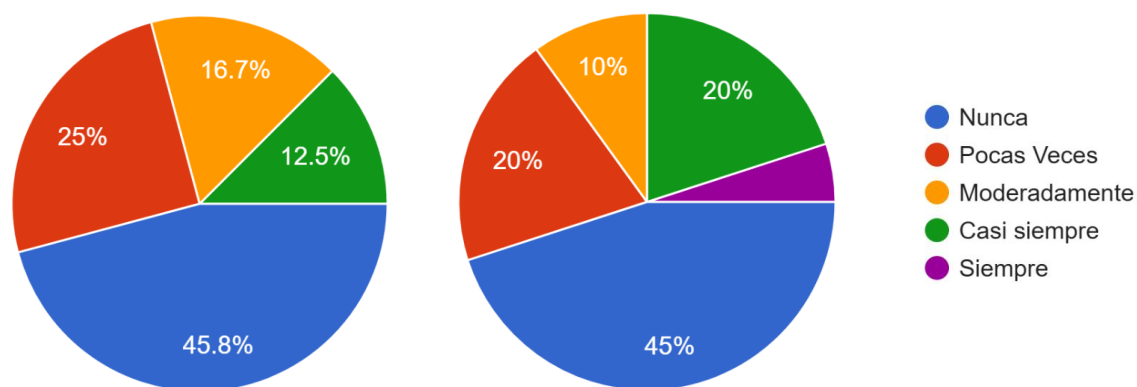
Los gráficos N°5 y N°6 representan las respuestas obtenidas en relación al deseo de estar más delgadas. El Gráfico N°5 pertenece al grupo 1, quienes han respondido en un

mismo porcentaje de manera dividida en las 5 opciones. Por su parte, el grupo 2 mantuvo un alto porcentaje en la respuesta nunca.



El gráfico N°5 está ubicado a la izquierda, mientras que el gráfico N°6 está a la derecha.

En los gráficos N°7 y N°8 se muestran las respuestas obtenidas en relación a si piensan en quemar calorías cuando realizan deporte. Tanto el grupo 1 como el grupo 2 muestran un porcentaje alto en la respuesta nunca.



El gráfico N°7 está ubicado a la izquierda, mientras que el gráfico N°8 está a la derecha.

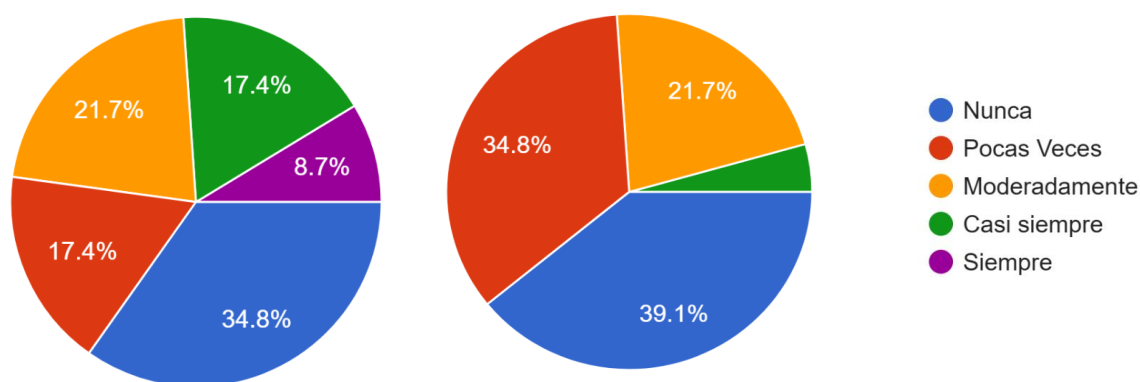
El análisis de este cuestionario indica que el grupo 2 presenta, en todas sus respuestas, un porcentaje por arriba del 50% en nunca y casi nunca han tenido una mala relación con la comida y/o su cuerpo, dando indicios de que en su mayoría este grupo, no

presenta rasgos de padecer alguno Trastornos de la Conducta Alimentaria vinculada a la gimnasia. Por otra parte, el grupo 1 tiene respuestas más variadas, que van del nunca al casi siempre, aun así, no se puede determinar si padecen o no algún trastorno alimenticio, que dan cuenta de una mayor preocupación por el aspecto físico en relación a la ingesta de alimentos.

A partir de las preguntas direccionadas específicamente a la gimnasia y los TCA se puede inferir que el porcentaje de gimnastas que sienten que su relación con la comida cambió a partir de la realización de gimnasia artística es bajo para determinar que la gimnasia artística competitiva influye en el desarrollo de trastornos alimenticios.

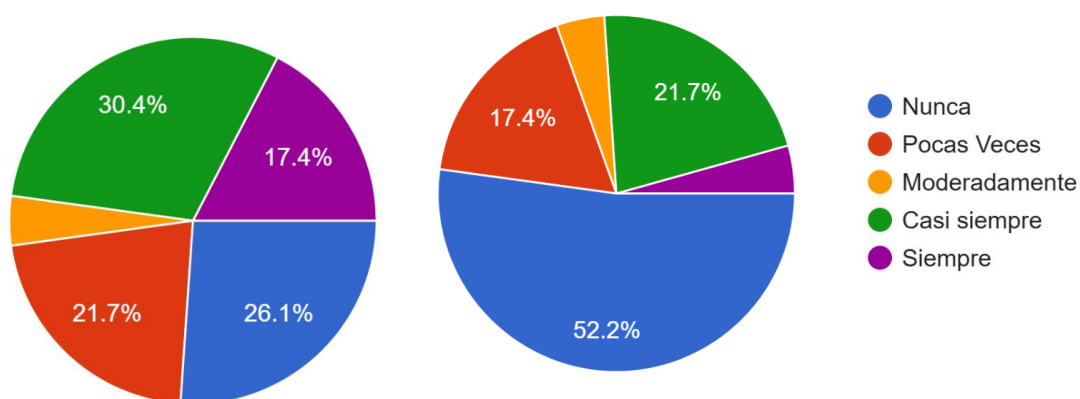
El *Body Shape Questionnaire*, fue el segundo cuestionario propiciado a los grupos de gimnastas. También solo se analizaron 4 de las 9 preguntas entregadas con la intención de analizar las similitudes y diferencias con respecto a la imagen corporal desarrollada.

Los gráficos a continuación son el N°9 y N°10, que representan la preocupación del aspecto físico para realizar gimnasia artística que pensaron en hacer alguna dieta. El grupo 1 respondió en un porcentaje mayor que nunca o moderadamente tuvieron esa preocupación. No muy lejano en números, están las respuestas de casi siempre y pocas veces. Siendo una pregunta muy dividida en las gimnastas del G1. Por otra parte, el G2 de manera casi pareja, respondieron que nunca o pocas veces tuvieron esta preocupación.



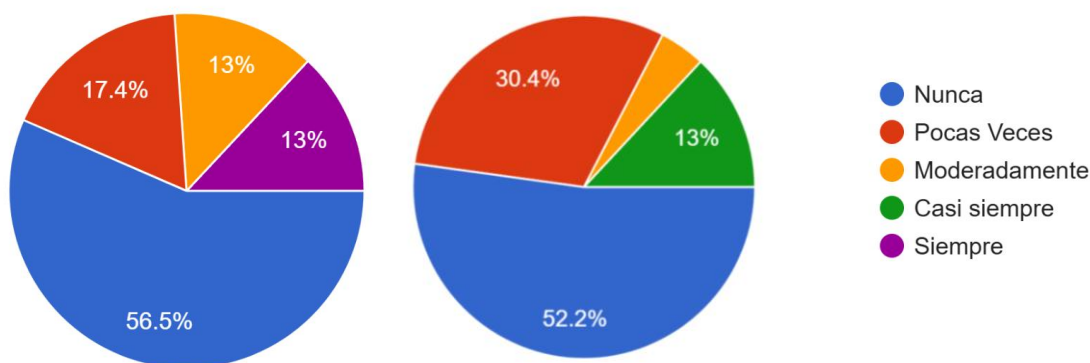
El gráfico N°9 está ubicado a la izquierda, mientras que el gráfico N°10 está a la derecha.

Los gráficos N°11 y N°12 representan la pregunta en relación a la comparación con los cuerpos de otras gimnastas y la sensación de estar en desventaja. El G1 respondió, de manera muy dividida, que casi siempre les ha sucedido, pero otra parte respondió que nunca se sintieron así. El G2, en un alto porcentaje respondieron que nunca se sintieron de esa manera.



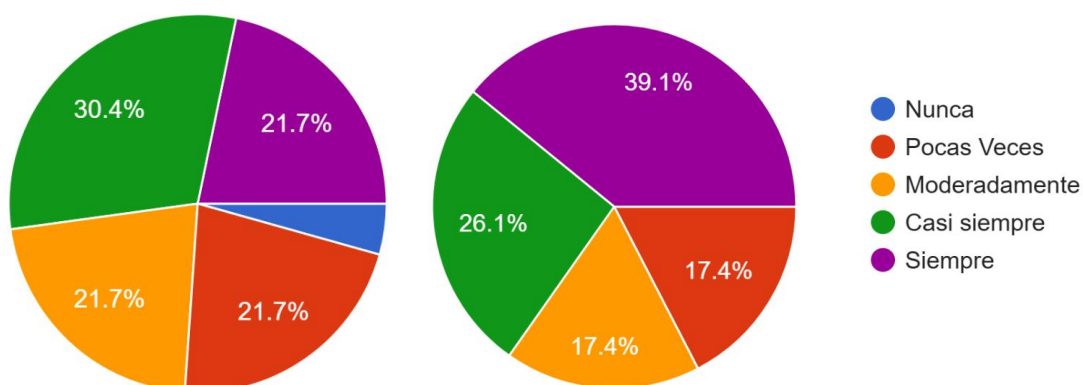
El gráfico N°11 está ubicado a la izquierda, mientras que el gráfico N°12 está a la derecha.

Los gráficos N°13 y N°14 representan la preocupación por utilizar malla o top de gimnasia donde queda expuesto su cuerpo. El G1 respondió, en un alto porcentaje que nunca sintieron tal preocupación, pero llama la atención que un 13% respondió que siempre. Por otra parte, el G2 respondió que nunca y pocas veces han sentido preocupación por utilizar malla o tops deportivos en los entrenamientos o torneos. No aparecen respuestas de siempre, pero si del 13% de casi siempre.



El gráfico N°13 está ubicado a la izquierda, mientras que el gráfico N°14 está a la derecha.

Los últimos gráficos, N°15 y N°16 representan al sentimiento de conformidad con el cuerpo para realizar gimnasia. El G1 tuvo respuestas muy divididas entre casi siempre (30.4%, predominando), en moderadamente, pocas veces y casi siempre que tuvieron el mismo porcentaje. Por su parte, el G2, en un porcentaje mayor respondió que siempre se han sentido conformes, en 2do lugar casi siempre y empatados pocas veces y moderadamente. En este gráfico no se visualiza la respuesta nunca.



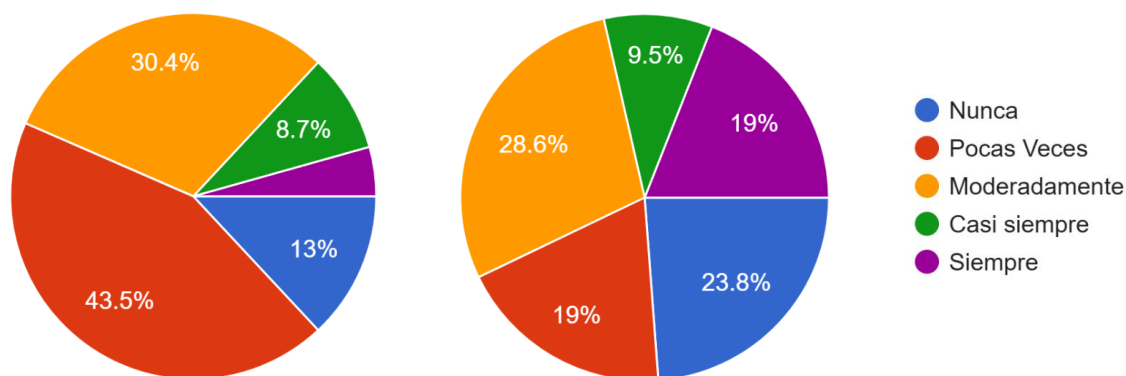
El gráfico N°15 está ubicado a la izquierda, mientras que el gráfico N°16 está a la derecha.

El análisis de este segundo cuestionario indica que ambos grupos han tenido muy similares los porcentajes de respuestas indicando poca preocupación por el cuerpo. Ambos grupos no presentan disconformidad a utilizar malla de gimnasia o top, al igual que no presentan preocupación por su aspecto físico al realizar gimnasia artística.

La diferencia que se observa en las respuestas es que el G2 presentó porcentajes más elevados en no sentir una sensación de desventaja al compararse con otros cuerpos de deportistas. Mientras que el G1, gimnastas de niveles competitivos, las respuestas fueron más divididas. Predominó que casi siempre se han sentido en desventaja por la comparación con otros cuerpos de deportistas.

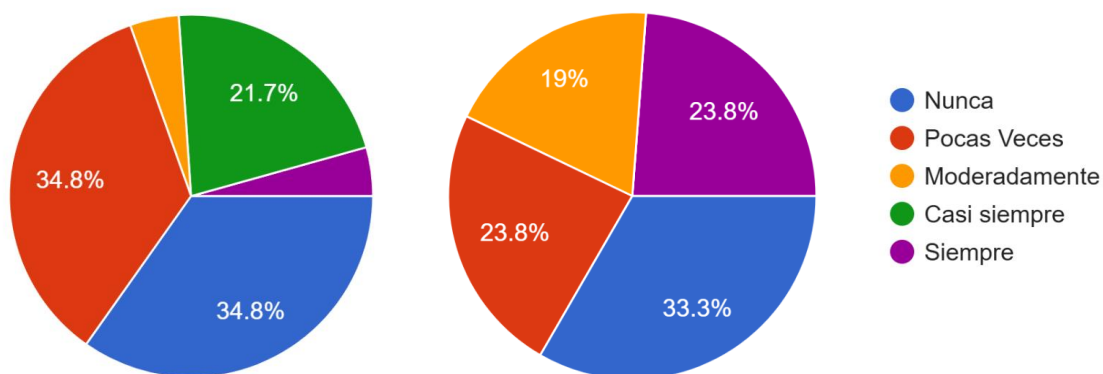
El último cuestionario evaluador analiza los modelos corporales existentes en este deporte, al no existir un conjunto de preguntas estandarizado, se confeccionó uno con esa temática de autoría propia. El mismo consta de 6 preguntas de las cuales se seleccionaron 4 para analizar. Los gráficos N°17 y N°18 representan si las gimnastas creen que la

gimnasia promueve la diversidad corporal. En el G2 la respuesta que predominó fue que moderadamente perciben que este deporte es promotor de la diversidad corporal. La segunda respuesta seleccionada fue la de nunca, dejando en exposición su visión sobre la gimnasia y la diversidad corporal. Por su parte el G1, conformado por gimnastas de los niveles competitivos, el porcentaje mayor representa la respuesta “pocas veces”.



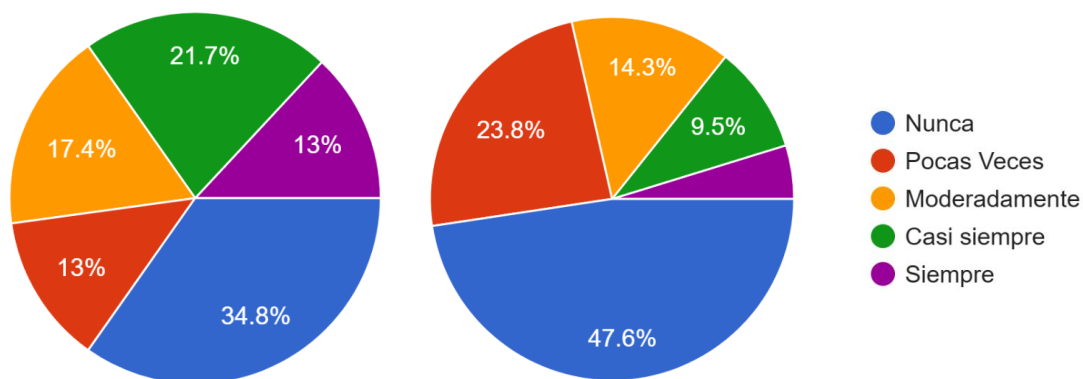
El gráfico N°17 está ubicado a la izquierda, mientras que el gráfico N°18 está a la derecha.

Los gráficos N°19 y N°20 representan la sensación de las gimnastas a la influencia para ajustar su cuerpo a un modelo ideal en su disciplina. El G1 respondió en un porcentaje elevado y parejo que nunca y pocas veces. Por su parte el G2 respondió muy variado entre nunca, quien predominó, pocas veces, siempre y moderadamente.



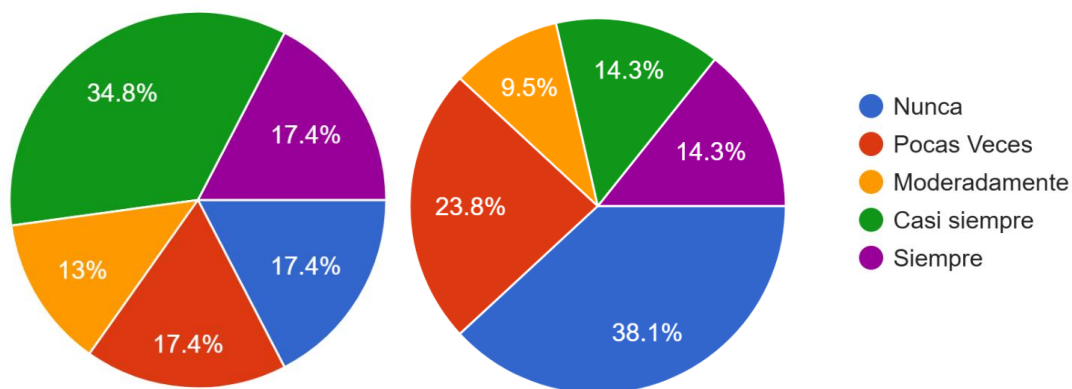
El gráfico N°19 está ubicado a la izquierda, mientras que el gráfico N°20 está a la derecha.

Los gráficos N°21 y N°22 representan la existencia de cuerpos predeterminados para practicar deportes determinados. El G1 respondió en su gran mayoría más que nunca, aunque estuvo muy seguido casi siempre y luego se dividió en los 3 restantes. Por su parte el G2 en su gran mayoría respondió que nunca y pocas veces.



El gráfico N°21 está ubicado a la izquierda, mientras que el gráfico N°2 está a la derecha.

Los últimos gráficos N°23 y N°24 representan si creen la existencia de un modelo corporal determinado y determinante socialmente para las mujeres y es reforzado por las actividades deportivas. El G1 respondió en un porcentaje mayor que casi siempre, aunque el resto de las respuestas se dividió casi de manera pareja en las 4 opciones restantes. Por su parte el G2 con un alto porcentaje dice que no creen en la existencia de un modelo corporal determinado y determinante socialmente para las mujeres y que es reforzado por las actividades deportivas.



El gráfico N°23 está ubicado a la izquierda, mientras que el gráfico N°24 está a la derecha.

En el análisis sobre este último cuestionario se observa que las respuestas coinciden en entender que la gimnasia no promueve, al menos no siempre, la diversidad corporal. Sumando los porcentajes de las respuestas de las gimnastas encuestadas, se entiende que, en un 56%, es decir, más de la mitad de las deportistas, nunca y pocas veces la gimnasia promueve dicha diversidad. De la misma manera la pregunta si sólo existen cuerpos determinados para hacer gimnasia en niveles elevados, un 52,2% de las respuestas afirman que al menos pocas veces y moderadamente se apunta a cierto tipo de cuerpo estándar en la alta competencia de este deporte.

Por lo que se puede inferir, entonces, que existen modelos corporales que sostienen la gimnasia artística femenina, como deporte estético corporal, que buscan la excelencia en la ejecución de sus movimientos. El cuerpo ideal que afirman Aguiar y Taracena (2016) en una investigación, es el musculoso, delgado, pero no muy delgado, sino que bajo en porcentaje de grasa, de estatura pequeña, dándole al gimnasta un mayor control corporal en la ejecución de los elementos acrobáticos y gimnásticos.

Entonces, el cuerpo ideal es un requisito para el éxito gimnástico y, al mismo tiempo, su búsqueda constituye un posible desencadenante de experiencias de fracaso.

CONCLUSIONES

Con el desarrollo de esta investigación se llega a la conclusión que las gimnastas adolescentes de Neuquén Capital, de los niveles más elevados, no asocian tener algún trastorno de la conducta alimentaria, o tener que haber cambiado su alimentación, en relación con la práctica de la gimnasia artística. A su vez manifestaron sentirse conformes con su imagen corporal al realizar el deporte estético expresivo mencionado. Por lo tanto, la hipótesis que se planteó no se comprobó, ya que las gimnastas, de ambos grupos estudiados, no demostraron estar sometidas por la gimnasia artística a algún desorden alimenticio.

No obstante, se puede destacar, que el grupo 1 (G1 en adelante y G2 para referenciar al grupo 2) presentó que casi siempre se han sentido en desventaja por la comparación de su cuerpo con el de otras deportistas. Perciben que existe un modelo corporal ideal en su deporte. Es decir, en la gimnasia artística, se maneja un modelo de cuerpo que se produce y se reproduce y que no acepta la diversidad corporal. Los cuerpos delgados, musculosos y pequeños son la referencia en el ámbito de este deporte para alcanzar la alta competencia. Entonces, la apariencia física, se transforma en un compromiso psicológico para la ejecución de las rutinas. Por lo tanto, la atleta atraviesa un conjunto de sentimientos, presiones constantes por parte de su entorno, dentro del gimnasio y fuera de él, para que mantenga su peso y figura corporal estética (Sousa, Mockdece, Fernandes, Sousa, & Caputo, 2013) Esto se aprecia también en nuestro contexto de análisis.

Esta investigación aporta elementos de análisis y reflexión que invitan a pensar y repensar el modelo corporal ideal en el ámbito formativo y competitivo de la gimnasia artística. La utilización de un cuestionario focalizado en los modelos corporales ha mostrado que las gimnastas son conscientes que la existencia de un modelo corporal ideal para realizar gimnasia es necesario, aunque muchas no realizan dietas específicas o no se sientan acomplejadas para utilizar ciertas prendas de vestir.

Los aportes que propicia esta investigación tienen la intencionalidad de ayudar a (re)significar las imágenes estereotipadas e ideales del cuerpo, comenzar a pensar en abrir posibilidades de participación a cuerpos diversos. Y si bien los resultados obtenidos no asocian los TCA con la gimnasia, no debemos dejar de estar atentas a indicadores que pueden reflejar estos desórdenes, como caminos tomados por las deportistas para la obtención de estos cuerpos ideales.

Los resultados sugieren que se realicen más investigaciones acerca de esta temática por su importancia en esta franja etaria y también en la proyección de las futuras deportistas que transitan la adolescencia. La réplica de esta investigación en otros lugares contribuirá a constatar o refutar las conclusiones de esta investigación y pueden ampliar el análisis aquí abordado.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- A. L. Claessens, F. M. Veer, V. Stijnen, J. Lefevre, H. Maes, G. Steens y G. Beunen (2024) *Características Antropométricas en Gimnastas de Élite, de Ambos Sexos* [\[Link\]](#)
- A. González Correa y C. González Correa (2010) *EDUCACIÓN FÍSICA DESDE LA CORPOREIDAD Y LA MOTRICIDAD*.
- Alfredo Hernández Alcántara (2009) *Alteración de la imagen corporal en gimnastas* [\[Link\]](#)
- Arreguin Moreno y Sandoval Godoy (2014) *Mercado y actividad físico- deportiva: la salud y la apariencia física como valores de cambio* [\[Link\]](#)
- Berny, Rodríguez, Cisneros y Guzmán (2020) *Trastornos de la Conducta Alimentaria* [\[Link\]](#)
- Camacho-Miñano (2013) *Contradicciones del significado de la actividad físico-deportiva en las identidades corporales de las chicas adolescentes*. [\[Link\]](#)
- Del Pozo Cruz, Piedra de La Cuadra y Alfonso Rosa (2017) [\[Link\]](#)
- Duschatzky (2009) *¿Qué es ser un niño, un joven o un adulto en tiempos alterados?*
- Díaz, Mauri, García y Jiménez (2008) *Perfil antropométrico comparativo de la selección nacional de gimnasia artística femenina (2008) y el perfil del campeonato mundial en Róterdam, Holanda (1987)* [\[Link\]](#)
- Escudero, Sánchez (2017) *Asociación entre la percepción de la imagen corporal y el riesgo de desarrollar trastornos de la conducta alimentaria en bailarines de ballet, deportistas de nado sincronizado y gimnastas de la selección nacional del Perú*.
- Evans (2016) *Factores de riesgo para los síntomas del trastorno alimentario a los 12 años: un estudio de cohorte longitudinal de 6 años* [\[Link\]](#)
- Figuerola-Rodríguez, Ana (2010). *Modelo estético corporal, insatisfacción con la figura y conductas alimentarias de riesgo en adolescentes* [\[Link\]](#)
- Giangreco, Mara (2020) *Patrones alimentarios, estado nutricional y percepción de la imagen corporal en bailarinas de ballet adolescentes* [\[Link\]](#)

Guerrero Cordero (2021) *La formación corporal: sostén para un psicomotricista*

[\[Link\]](#)

González, Cuervo, Cachón, Zagalaz (2016) *Relación entre variables demográficas, la práctica de ejercicio físico y la percepción de la imagen corporal en estudiantes del grado de magisterio* [\[Link\]](#)

García Cruz (2020) *La percepción de la imagen corporal como factor de riesgo en los trastornos de la conducta alimentaria*

Homan y Tylka (2014) *La motivación para hacer ejercicio basada en la apariencia modera la relación entre la frecuencia del ejercicio y la imagen corporal positiva* [\[Link\]](#)

Janin (2013) *Encrucijadas de los adolescentes de hoy* [\[Link\]](#)

Leyton Román, Del Campo, Sabido Solana y Morenas Martín (2012) *Perfil y diferencias antropométricas y físicas de gimnastas de tecnificación de las modalidades de artística y rítmica*

Magaña (2003) *La adolescente hoy* [\[Link\]](#)

Méndez, Vázquez y García (2008) *Los trastornos de la conducta alimentaria*

[\[Link\]](#)

Montoya y Trigo (2015) *Motricidad Humana Aportes a la Educación Física, Recreación y Deporte.*

Pinto Vargas y Fuentes Carrasco (2023) *Factores psicológicos que optimizan el crecimiento y desarrollo en un gimnasta de alto rendimiento* [\[Link\]](#)

Palacios de Espig, Sánchez Jaeger (2016) *Composición corporal y riesgo de trastorno de conducta alimentaria en atletas de gimnasia rítmica del Estado Carabobo* [\[Link\]](#)

Pellizzer (2018) *La Motivación en la Gimnasia Artística Femenina de Alto Rendimiento* [\[Link\]](#)

- Pérez Durá, Tania (2024) *Propuesta de un programa de prevención de los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes: el papel de las redes sociales* [\[Link\]](#)
- Rodríguez y Alvis (2015) *Generalidades de la imagen corporal y sus implicaciones en el deporte* [\[Link\]](#)
- Raich (2004) *Una perspectiva desde la psicología de la salud de la imagen corporal* [\[Link\]](#)
- Silva (2005) *Composición corporal de las gimnastas de competición* [\[Link\]](#)
- Salbach, Klinkowski, Pfeiffer, Lehmkuhl y Corte (2007) *Imagen corporal y aspectos actitudinales de los trastornos alimentarios en gimnastas rítmicas* [\[Link\]](#)
- Vernetta Santana, Montosa, Peláez Barrios (2018) *Estima corporal en gimnastas adolescentes de dos disciplinas coreográficas* [\[Link\]](#)
- Valles, Hernandez, Baños, Moncada, Renteria (2020) *Distorsión de la imagen corporal y trastornos alimentarios en adolescentes gimnastas respecto a un grupo control de adolescentes no gimnastas con un IMC similar* [\[Link\]](#)
- Vaquero, Alacid1, Muyor y López (2013) *Imagen corporal; revisión bibliográfica* [\[Link\]](#)