



## **PROVOCAN ESTEREOTIPOS BAJA AUTOESTIMA EN LA MUJER: CEMYBS**

-  *Actualmente la mujer se basa en falsos modelos de belleza que pueden poner en peligro su salud.*
-  *Es necesario reforzar la autoestima, considerada como indicador de la seguridad de la mujer en sí misma: Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social.*

**Toluca, México, 14 de abril de 2009.-** Actualmente, los estereotipos de la belleza femenina han devaluado la confianza de las mujeres en sí mismas, toda vez que la búsqueda de la imagen ideal se ha vuelto eje central en la vida de muchas de ellas, situación que puede desencadenar una sensación de fracaso personal y sobre todo, una sensible pérdida de la autoestima.

Para Violeta Sánchez Leonides, psicóloga del Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social (Cemybs), la autoestima es el valor que las personas se asignan a sí mismas basada en los pensamientos, sentimientos, sensaciones o experiencias acumulados en el transcurso de la vida.

“Se encuentra íntimamente ligada con la aceptación que nos tenemos a nosotros mismos y cuánto respetamos o defendemos nuestros propios intereses. Con base en ello, las personas que han desarrollado una alta valoración, aceptación y respeto a sí mismas tienen una autoestima más alta”.

El inconveniente para la especialista es que la reproducción de los estereotipos femeninos se ha vuelto una obsesión, una idea fija que obstruye la posibilidad de pensar en otras cualidades.

“La moda, la juventud, la búsqueda de lo sano y natural, así como la idea extrema de un cuerpo delgado, pueden originar problemas de salud como cuadros depresivos, estrés, ansiedad, anorexia o bulimia”, explicó.

En el análisis de género, la autoestima se considera como un indicador de la confianza de las mujeres en sí mismas, que les permite captar, a nivel individual, la legitimación interna que las mujeres tienen, sus deseos, necesidades así como proyectos personales.

En este contexto, el Consejo Estatal de la Mujer y Bienestar Social, ha brindado consultas psicológicas a mujeres, con el objeto de revertir la baja autoestima y sus complicaciones “ya que, en muchos casos, de no llevar una terapia, las consecuencias pueden ser fatales”, puntualizó.