ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Imagen Corporal y Presión Estética en Adolescentes: Programas de Prevención en el Aula de Secundaria

6 ECTS | 150 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Especialízate con el Curso de Formación Permanente en Imagen Corporal y Presión Estética en Adolescentes: Programas de Prevención en el Aula de Secundaria de ICUFOR, una propuesta formativa diseñada para profesionales del ámbito educativo y de la salud que desean abordar una de las problemáticas más relevantes en la población juvenil actual. La creciente influencia de las redes sociales, los cánones de belleza inalcanzables y la cultura visual contemporánea han convertido la insatisfacción corporal en un factor de riesgo para el bienestar emocional de los adolescentes, lo que demanda una intervención preventiva eficaz desde el contexto escolar.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender los fundamentos teóricos de la imagen corporal, identificando sus dimensiones, marcos explicativos y factores protectores relevantes para la intervención educativa.

Relacionar los cambios evolutivos propios de la adolescencia con la construcción de la identidad corporal, describiendo los factores de vulnerabilidad y las dinámicas de comparación social entre iguales.

Fundamentar el impacto de los medios de comunicación, las redes sociales y la cultura visual digital sobre la autoimagen adolescente, incorporando la alfabetización mediática crítica como herramienta preventiva.

Diseñar programas de prevención de la presión estética en el aula de secundaria, aplicando modelos basados en la evidencia, estrategias didácticas activas y sistemas de evaluación rigurosos adaptados a la diversidad del alumnado.

Analizar los mecanismos de presión estética y sus agentes de influencia social, diferenciando las formas de discriminación por apariencia que afectan a la población adolescente.

Identificar las manifestaciones clínicas de la insatisfacción corporal y los trastornos asociados en adolescentes, reconociendo señales de alerta y protocolos de derivación aplicables al contexto escolar.

Conocer el marco normativo, las políticas educativas y las estructuras de coordinación institucional que respaldan la prevención escolar, vinculando la intervención con el currículo de Educación Secundaria Obligatoria.

Valorar programas de referencia y buenas prácticas nacionales e internacionales, elaborando un proyecto final de prevención contextualizado y fundamentado en la evidencia científica disponible.

Temario

01 Fundamentos teóricos y conceptuales de la imagen corporal

1.1. Definición y dimensiones del constructo de imagen corporal
1.2. Evolución histórica del estudio de la imagen corporal en las ciencias sociales y de la salud
1.3. Principales marcos teóricos para el análisis de la imagen corporal
1.4. Imagen corporal positiva: conceptualización, componentes y factores protectores
1.5. Diferencias de género, diversidad cultural y corporalidades no normativas en la imagen corporal

02 Presión estética: conceptualización, agentes y mecanismos de influencia social

2.1. Definición y alcance del concepto de presión estética en la sociedad contemporánea
2.2. Construcción sociocultural de los cánones de belleza actuales
2.3. Agentes de socialización estética en la vida cotidiana de los adolescentes
2.4. Mecanismos psicológicos de interiorización de los ideales estéticos
2.5. Gordofobia, capacitismo estético y discriminación por apariencia física
2.6. La presión estética como determinante social de la salud en la adolescencia

Temario

03 Desarrollo evolutivo y construcción de la identidad corporal en la adolescencia

3.1. Cambios biológicos de la pubertad y su impacto en la percepción del propio cuerpo
3.2. Desarrollo cognitivo y pensamiento autorreferencial en la etapa adolescente
3.3. Construcción de la identidad personal y papel del cuerpo en la configuración del autoconcepto
3.4. Desarrollo socioafectivo, relaciones interpersonales y corporalidad en la adolescencia
3.5. Adolescentes en situación de especial vulnerabilidad ante la presión estética

Temario

04 Insatisfacción corporal y trastornos asociados en población adolescente

4.1. Prevalencia y factores de riesgo de la insatisfacción corporal en la adolescencia
4.2. Trastornos de la conducta alimentaria: clasificación, signos de alerta y comorbilidad
4.3. Dismorfia corporal y dismorfia muscular en la adolescencia
4.4. Consecuencias psicológicas de la insatisfacción corporal: ansiedad, depresión, baja autoestima y autolesiones
4.5. Conductas de riesgo asociadas a la insatisfacción corporal
4.6. Factores de protección y resiliencia frente a la insatisfacción corporal
4.7. Detección temprana en el contexto escolar: señales de alarma y protocolos de derivación para el profesorado

Temario

05 Medios de comunicación, redes sociales y cultura visual en la configuración de ideales estéticos

5.1. Influencia de los medios de comunicación tradicionales en la imagen corporal de los adolescentes
5.2. Redes sociales y plataformas digitales como escenarios de presión estética en la adolescencia
5.3. Ciberacoso estético, body shaming y fat shaming en entornos digitales
5.4. Cultura visual contemporánea y normalización de la modificación corporal
5.5. Alfabetización mediática crítica como herramienta de prevención ante la presión estética
5.6. Movimientos de resistencia y activismo digital: body positivity, body neutrality y diversidad corporal
5.7. Regulación legal y autorregulación de la publicidad y los contenidos digitales dirigidos a menores

06 Marco normativo, políticas educativas y contexto institucional para la prevención escolar

6.1. Legislación española e internacional sobre protección de la salud y el bienestar de los menores
6.2. Políticas educativas de promoción de la salud en el ámbito escolar
6.3. Competencias clave y contenidos curriculares vinculados a la imagen corporal y el bienestar emocional
6.4. Coordinación interinstitucional y marcos de intervención preventiva en el centro educativo

Temario

07 Modelos teóricos y enfoques de prevención aplicados a la imagen corporal y la presión estética

7.1. Niveles de prevención: prevención universal, selectiva e indicada en el contexto educativo
7.2. Modelos de promoción de la salud aplicados a la imagen corporal
7.3. Enfoques basados en la evidencia para la prevención de problemas de imagen corporal
7.4. Perspectiva de género y enfoque interseccional en el diseño de programas de prevención
7.5. Principios de eficacia en prevención escolar: qué funciona según la evidencia científica
7.6. Revisión sistemática de la evidencia científica sobre prevención de problemas de imagen corporal en el ámbito escolar

Temario

08 Diseño de programas de prevención de la presión estética en el aula de secundaria

8.1. Análisis de necesidades y diagnóstico de situación en el centro educativo
8.2. Formulación de objetivos generales y específicos del programa preventivo
8.3. Selección y secuenciación de contenidos del programa de prevención
8.4. Diseño de actividades y sesiones: estructura, temporalización y recursos necesarios
8.5. Integración curricular del programa en las materias de Educación Secundaria
8.6. Adaptaciones del programa según la diversidad del alumnado
8.7. Planificación de la implicación de las familias en el programa preventivo
8.8. Gestión de recursos, cronograma y viabilidad del programa en el centro educativo

Temario

09 Estrategias didácticas y recursos para la intervención preventiva con adolescentes

9.1. Metodologías activas y participativas adaptadas a la prevención en secundaria
9.2. Técnicas de educación emocional y regulación afectiva vinculadas a la corporalidad
9.3. Estrategias de alfabetización mediática y análisis crítico de contenidos visuales en el aula
9.4. Utilización del arte, la literatura y los medios creativos en la prevención de la presión estética
9.5. Técnicas de fortalecimiento de la autoestima y el autoconcepto corporal positivo
9.6. Recursos digitales, plataformas educativas y materiales didácticos de referencia
9.7. Gestión del aula y creación de espacios seguros para el diálogo sobre el cuerpo y la apariencia

Temario

10 Evaluación de programas de prevención: instrumentos, indicadores y evidencia

10.1. Importancia y funciones de la evaluación en los programas de prevención escolar
10.2. Tipos de evaluación aplicados a programas de prevención de la presión estética
10.3. Instrumentos de evaluación validados para la imagen corporal en adolescentes
10.4. Diseño de indicadores de éxito y matrices de evaluación del programa
10.5. Análisis, interpretación y comunicación de resultados para la mejora continua del programa

11 El papel del profesorado, las familias y la comunidad educativa en la prevención

11.1. El docente como agente preventivo: competencias, actitudes y formación necesaria
11.2. Autocuidado y prevención del malestar profesional en el profesorado que trabaja estas temáticas
11.3. Formación y sensibilización de las familias sobre imagen corporal y presión estética
11.4. Implicación del equipo directivo, el departamento de orientación y el personal no docente
11.5. Construcción de una cultura escolar inclusiva y respetuosa con la diversidad corporal
11.6. Redes de colaboración entre centros educativos para el intercambio de buenas prácticas preventivas

Temario

12 Programas de referencia, buenas prácticas y estudios de caso en prevención de problemas de imagen corporal

12.1. Programas de prevención con evidencia empírica a nivel internacional
12.2. Programas y experiencias de prevención desarrollados en el contexto español
12.3. Análisis comparativo de programas: factores de éxito, limitaciones identificadas y lecciones aprendidas
12.4. Estudios de caso: diseño, implementación y evaluación de programas en contextos reales
12.5. Líneas emergentes de investigación y tendencias futuras en la prevención escolar
12.6. Elaboración de un proyecto final de prevención adaptado al contexto profesional del alumnado

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 6 créditos ECTS y 150 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06 **Contenidos actualizados**
Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07 **El curso, por escrito**
Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08 **Autónomo, pero acompañado**
Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09 **Enseñanza adaptada**
Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10 **Estudio sencillo e intuitivo**
Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

