

*Os dejo que descubráis el contenido de 4 puntos para la reflexión personal, ilustrados con anuncios muy elocuentes*

**Alfonso Méndiz**, decano de la Facultad de Comunicación de la Universidad Internacional de Cataluña (UIC), y gran amigo de I-WiL, estuvo ayer con nosotras ofreciéndonos una sesión excepcional donde realmente nos tocó el corazón y aumentó nuestra autoestima, tanto si somos madres como si no.

Os introduzco brevemente en el tema de su presentación porque más abajo la tenéis completa en vídeo.

Como no quería que tuviera un tono de discurso, nos ofreció **4 puntos para la reflexión personal**, porque el tema de la publicidad nos afecta a todos:

1. Por qué la publicidad necesita **crear imágenes** sobre nosotros mismos.
2. La **manipulación de la imagen**. Por qué la publicidad a veces, y en qué contextos, crea imágenes falsas de quiénes somos y a qué aspiramos.
3. La imagen manipulada de la infancia, la **sexualización de las niñas**.
4. La publicidad y la **autoestima**.

Os dejo que descubráis el contenido de estos puntos de reflexión, ilustrados con **anuncios muy elocuentes**, algunos sencillamente maravillosos por conmovedores, como la mayoría de vosotras expresasteis emocionadas en el chat de la sesión. Os recomiendo su blog [Publicidad y cine con valores](#), y el último de sus 17 libros publicados, [Los valores en la Publicidad: Un nuevo planteamiento ético y comercial](#).

Os recuerdo también que Alfonso nos pidió que le escribamos a **amendiz@uic.es** y le contemos **qué anuncio nos ha tocado más y por qué**. Creo que vale mucho la pena hacer entre todos esta reflexión-encuesta que puede revelar datos, hechos, ideas... que nos ayuden aún más en este camino de reconocernos y de querernos más y mejor. ¡Muchas gracias, Alfonso!

**Nuria Chinchilla**, en [blog.iese.edu](#).