

Universidad Autónoma de
Querétaro
Facultad de Ciencias Políticas y Sociales

**“Una Aproximación Feminista a las Experiencias de Mujeres
Adolescentes con un Trastorno de la Conducta Alimentaria:
Significados de la Imagen Corporal a través de sus prácticas en Redes
Socio-digitales”**

TESIS

Que como parte de los requisitos para obtener el grado de

Maestra en Comunicación y Cultura Digital

Presenta

Ana Sofía Apodaca Cabrera

Dirigida por

Dra. Betsabee Fortanell Trejo

Co- dirigida por

Dr. Alejandro Barroso Martínez

Querétaro, Qro. a 6 de diciembre de 2023



Dirección General de Bibliotecas y Servicios Digitales
de Información



Una aproximación feminista a las experiencias de mujeres adolescentes con un trastorno de la conducta alimentaria: Significados de la imagen corporal a través de sus prácticas en redes socio-digitales

por

Ana Sofía Apodaca Cabrera

se distribuye bajo una [Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional](#).

Clave RI: CPMAC-309177



Universidad Autónoma de Querétaro

Facultad de Ciencias Políticas y Sociales

Maestría en Comunicación y Cultura Digital

“Una Aproximación Feminista a las Experiencias de Mujeres Adolescentes
con un Trastorno de la Conducta Alimentaria:
Significados de la Imagen Corporal a través de sus prácticas en Redes Socio-
digitales”

Que como parte de los requisitos para obtener el grado de Maestra en Comunicación y Cultura Digital

Presenta:

Ana Sofía Apodaca Cabrera

Dirigida por:

Dra. Betsabee Fortanell Trejo

Co- dirigida por:

Dr. Alejandro Barroso Martínez

Dra. Betsabee Fortanell Trejo
Presidente

Dr. Alejandro Barroso Martínez
Secretario

Mtra. Janett Juvera Ávalos
Vocal

Dra. Sheila Delhumeau Rivera
Suplente

Dra. Vanesa del Carmen Muriel Amezcua
Suplente

Centro Universitario, Querétaro, Qro.

Fecha de aprobación por el Consejo Universitario: 6 de diciembre de 2023

México

Índice

Contenido	
Índice	1
Índice de imágenes	4
Índice de figuras	5
Agradecimientos	7
Introducción	10
Desde lo propio	11
Estructura del documento	13
Capítulo I. Estudiar las Redes Socio-digitales y la Imagen Corporal en Mujeres Adolescentes con un Trastorno de la Conducta Alimentaria (Contexto del Estudio y Planteamiento del Problema)	15
La Construcción Social de la Imagen Corporal Femenina y los Trastornos de la Conducta Alimentaria	20
<i>Investigar los TCA desde los Estudios Culturales</i>	20
<i>Cuerpo, Cultura y TCA</i>	22
<i>La Dimensión Médica en la Imagen Corporal y los TCA</i>	25
Los Medios de Comunicación y los Trastornos de la Conducta Alimentaria	29
Mujeres Adolescentes: Las Redes Socio-digitales en la Construcción de la Imagen Corporal y los Trastornos de la Conducta Alimentaria	31
<i>Familia, Amistades y Pares: ¿Cómo participan en los TCA?</i>	33
<i>Lo Digital ante la Imagen Corporal y los TCA en las adolescentes</i>	35
<i>Las Redes Socio-digitales como lugares de resistencia</i>	38
Descripción del problema	39
Preguntas y Objetivos de la investigación	40
¿Por qué es importante el tema? (Justificación)	41
<i>Los TCA y la Imagen Corporal como problemática de salud pública en mujeres</i>	41
<i>El Contexto Latinoamericano en Mujeres Adolescentes</i>	42
<i>Covid-19 y TCA</i>	43
Diseño de la Investigación	43
Capítulo II Redes Socio-digitales, Mujeres Adolescentes y Trastornos de la Conducta Alimentaria. Un panorama de estudio (Estado del Arte)	46
Diseño	47
Procedimiento	47
Tendencias de Investigación	48

<i>Perspectiva teórica más encontrada</i>	51
Internet y Trastornos de la Conducta Alimentaria	52
Uso de Redes Socio-digitales y Trastornos de la Conducta Alimentaria	54
<i>Instagram y Facebook</i>	56
<i>Situación por Covid - 19</i>	61
Aplicaciones Móviles sobre la Salud y los Trastornos de la Conducta Alimentaria	62
Estrategias de Prevención de un Trastorno de la Conducta Alimentaria	65
¿Cuál es la postura ante la revisión de literatura? Conclusiones	66
Capítulo III Un Modelo Teórico Feminista para el estudio de la Imagen Corporal, Redes Socio-digitales y los Trastornos de la Conducta Alimentaria (Marco Teórico - Conceptual)	70
Estudios Culturales	71
<i>Cultura y Significado</i>	73
<i>Constructivismo Social</i>	76
<i>Feminismo y Estudios Culturales</i>	78
Conceptos pertinentes para el desarrollo de la investigación	86
<i>Trastornos de la Conducta Alimentaria</i>	86
<i>Imagen Corporal</i>	92
<i>Sociedad Red</i>	93
Capítulo IV. ¿Cómo llegué aquí? Mujeres con un Trastorno de la Conducta Alimentaria desde la Etnografía Digital (Diseño metodológico)	101
Investigación Cualitativa Feminista	101
Condiciones Éticas y Horizontalidad en la investigación	103
Sobre las Mujeres participantes	106
Investigar a los Trastornos de la Conducta Alimentaria como alguien fuera del campo de la salud (Ejercicio Exploratorio)	106
Categorías para el Trabajo de Campo	109
La Recolección de Datos	110
<i>Etnografía digital multisituada</i>	111
<i>Observación participante digital (“Grupo de Apoyo TCA” en Whatsapp)</i>	113
<i>Observación participante digital (perfiles de Instagram)</i>	115
<i>Historia de vida</i>	117
Aclaraciones sobre las etapas en el trabajo de campo	120
Validez	121

Capítulo V. El Cuerpo de las Mujeres: Entre el Protagonismo, la Resistencia y la Lucha. Adolescentes con TCA desde sus Trayectorias (Resultados y Discusión)	123
Decisiones a partir de los acercamientos con las mujeres	123
“Necesito volver a vivir”. Vivencias a lo largo del Trastorno de la Conducta Alimentaria	132
<i>“Por enseñarme a odiarme. Por convencerme de que siendo delgada todo sería mejor”.</i> <i>Entorno Sociocultural y la Imagen Corporal en los Trastornos de la Conducta</i> <i>Alimentaria</i>	140
<i>“Estamos en esta junt@s y vamos a salir junt@s”. “Porque todas somos unas guerreras”. Mujeres en recuperación y resistencia ante los estándares culturales de belleza a través de Redes Sociodigitales”</i>	175
“Siento que hace falta difusión sobre los TCA y también sobre la prevención”. Información-Representación del TCA y Prevención	190
“Las redes sociales y la cuarentena. Sin duda fueron los atenuantes de mi TCA”. Covid-19	193
Capítulo VI. “Querer generar algo más allá”. Reflexiones al finalizar la investigación (Conclusiones)	195
Referencias	207
Anexos	226
Instrumentos para la recolección de datos #1: Guía de observación para “Grupo de Apoyo TCA en Whatsapp	226
Instrumento de recolección de datos #2: Guía de observación para cuentas en Instagram	231
Instrumento para la recolección de datos #3: Guía de entrevista (historia de vida)	237
Cartas de consentimiento informado (Menor y mayor de edad)	247

Índice de imágenes

Imagen 1: Video post de la artista camila cabello (@camila_cabello) en instagram	15
Imagen 2: Post en instagram de la artista aislinn derbez (@aislinnderbez)	16
Imagen 3: Post de la artista demi lovato (@ddlovato) en instagram	17
Imagen 4: Video post en instagram por la artista selena gómez (@selenagomez)	18
Imagen 5: Captura de pantalla de cuenta en instagram con link del grupo de whatsapp.....	114
Imagen 6: Captura de pantalla en whatsapp de “grupo de apoyo tca” el día 24 de abril de 2022	115
Imagen 7: Captura de pantalla en “grupo de apoyo tca”	133
Imagen 8: Captura de pantalla en “grupo de apoyo tca”	133
Imagen 9: Captura de pantalla en publicación de instagram	134
Imagen 10: Captura de pantalla en “grupo de apoyo tca”	141
Imagen 11: Captura de pantalla en “grupo de apoyo tca”	151
Imagen 12: Captura de pantalla en “grupo de apoyo tca”	152
Imagen 13: Captura de pantalla en “grupo de apoyo tca”	153
Imagen 14: Captura de pantalla en “grupo de apoyo tca”	153
Imagen 15: Captura de pantalla en historia de instagram	167
Imagen 16: Captura de pantalla en “grupo de apoyo tca”	173
Imagen 17: Captura de pantalla en historia de instagram.....	174
Imagen 18: Captura de pantalla en publicación de instagram	175
Imagen 19: Captura de pantalla en publicación de instagram	176
imagen 20: Capturas de pantalla en historias de instagram	177
Imagen 21: Captura de pantalla en “grupo de apoyo tca”	178
Imagen 22: Captura de pantalla en historia de instagram	178
Imagen 23: Captura de pantalla en “grupo de apoyo tca”	178
Imagen 24: Captura de pantalla en publicación de instagram	179
Imagen 25: Captura de pantalla en publicación de instagram	179
Imagen 26: Captura de pantalla en historias de instagram.....	180
Imagen 27: Captura de pantalla en “grupo de apoyo tca”	181
Imagen 28: Captura de pantalla en historia de instagram	181
Imagen 29: Captura de pantalla en publicación de instagram	184
Imagen 30: Captura de pantalla en “grupo de apoyo tca”	185
Imagen 31: Captura de pantalla en publicación de instagram	191
Imagen 32: Captura de pantalla en historia de instagram	192
Imagen 33: Captura de pantalla en publicación de instagram.....	193
Imagen 34: Última plática con una de las mujeres participantes	205

Índice de figuras

Figura 1. Productividad investigativa por países (2008-2022).....	48
Figura 2. Productividad investigativa por año (2008-2022).....	48
Figura 3. Tendencias por categorías temáticas.....	66
Figura 4. Propuesta de modelo teórico feminista para el estudio de la imagen corporal (ic), los trastornos de la conducta alimentaria (tca) y redes socio-digitales (rrss) en mujeres adolescentes y jóvenes latinoamericanas	100
Figura 5. Visualización de categorías para el trabajo de campo	109
Figura 6. Esquema de las etapas en el trabajo de campo	120
Figura 7. Esquema de categorías y dimensiones encontradas. Parte 1: historias de vida.....	127
Figura 8. Esquema de categorías y dimensiones. Parte 2: observaciones - rrss y medios de comunicación	129
Figura 9. <i>Triada: procesos de significación de la imagen corporal (ic)</i>	130

Resumen

Desde los estudios culturales feministas, y empleando la etnografía digital multisituada, esta investigación tiene como propósito comprender el papel de las redes socio-digitales (RRSS) en la construcción de la Imagen Corporal (IC) de mujeres adolescentes latinoamericanas que tienen diagnosticado un Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA). Por lo tanto, la pregunta general que orienta este trabajo es: ¿cómo las mujeres adolescentes latinoamericanas, diagnosticadas con un TCA, significan la IC, a través de sus prácticas en RRSS? Se identifica que las prácticas en RRSS se constituyen en función de su contexto sociocultural, las temporalidades del padecimiento y su historia de vida, lo cual cumple un rol en la construcción de su IC. En este panorama, también las mujeres encuentran formas de resistencia y acompañamiento frente al TCA. Por último, cabe destacar que esta investigación emplea el género como una categoría transversal, lo cual contribuye a los estudios de la comunicación y cultura digital desde la perspectiva de género.

Agradecimientos

Agradezco al Consejo Nacional de Humanidades, Ciencias y Tecnologías (CONAHCYT) por el apoyo económico durante estos meses, así como a la Universidad Autónoma de Querétaro (UAQ) y la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales (FCPS).

Elaborar una tesis de maestría fue un reto para mí. Pero cuando a la escritura le otorgué un sentido, reflexionando sobre cómo y por qué me interesó este tema de investigación, identifiqué a las personas que gracias a ellas me permitieron hacer, crecer y concluir.

Este texto no sería posible sin la Dra. Betsabee Fortanell Trejo. No tengo palabras para expresar todo mi agradecimiento. Me ha enseñado, apoyado, motivado, inspirado, ha depositado su confianza hacia mí. Además de ser mi directora de tesis y coordinadora de la maestría, es una persona cálida, comprensiva. No hubiera terminado esta investigación tan libre y en paz sin usted. De todo corazón, con total aprecio y admiración le digo: muchísimas gracias por estos dos años.

Martín, Luis, Tony, Alondra, Vianney, Omar, Edgar, Fernando. Iniciamos y terminamos este posgrado. Un gusto que la vida me diera la oportunidad de conocerles. Me sentí como en casa durante mi estancia en Querétaro. Siempre tendrán una amiga norteña-sonorense que les dará hogar por Sonora, Baja California y Baja California Sur, o en donde sea que esté. Alondra, Vianney y Omar, gracias por su apoyo incluso desde antes de llegar.

Agradezco a familia y amistades que me brindaron hospedaje y apoyo emocional de diversas formas durante estos dos años en Ciudad de México, Sonora, Baja California y Querétaro: amiga Nadia, amiga Arlyn y su familia, amiga Denisse y su familia, amiga Aylín, primo Jorge y Laura, amiga Shairy, amigo Lalo, tío Guillermo, prima Mirna y tía Lupita, amigo Juan, y la lista sigue. Gracias por brindarme cobijo, por escucharme, distraerme; por sostenerme en este proceso.

A las mujeres que están en mi vida; principalmente a mis amigas, mi hermana Julieta y mi prima Mariana. Ustedes me han impulsado y motivado a cuestionar sobre mi propio cuerpo y la relación con él.

A Teresa, mi mamá. Por apoyarme y escucharme. Por darte la oportunidad de reflexionar conmigo acerca de las ideas que se tienen sobre las mujeres y su apariencia física. Gracias por estar en todo momento. Eres parte de mi motor de vida, junto con papá.

A Jorge, mi papá. Quien, en función de sus vivencias, experiencias y comentarios, yo escuchaba cómo “debería ser” una mujer. Lo cual, entre obligado o no, cuestionaba, reflexionaba y lo confrontaba. Y por supuesto, gracias por leerme en cada avance que presentaba durante el posgrado. Sentí tu presencia y motivación durante este proceso.

Al Dr. Alejandro Barroso, por sus observaciones tan precisas y sus aportes que siempre fueron muy acertados. Sus conocimientos sin duda me orientaron para que los rumbos de la tesis tuvieran un sentido. De todo corazón, gracias.

Mtra. Janett Juvera Ávalos; a pesar de no haber estado desde el inicio, agradezco que se haya tomado el tiempo de leer mi trabajo. Por sus comentarios y la dedicación. Para mí, usted es una fuente de inspiración y esperanza para las mujeres, niñas y cualquier persona que busque iniciar con el camino hacia la perspectiva de género y el feminismo.

A la Dra. Sheila Delhumeau Rivera; que accedió a formar parte de mi sínodo. Gracias infinitas por leerme y aportar a esta investigación. Así como a la Dra. Vanessa del Carmen Muriel Amezcua, por incluirse al final y ser un gran apoyo para concluir el trabajo de grado.

A esa persona que, junto con su familia, me abrieron las puertas de su casa y me apoyaron cuando estuve en Ensenada, desde el proceso de admisión para ingresar a la maestría. Muchas gracias por, en su momento, estar ahí apoyándome y abrazándome. Son detalles que recordaré siempre y me es imposible no agradecerle, Arturo.

A la Dra. Alejandra Rodríguez Estrada, quien a pesar de no estar presente en el posgrado, lo estuvo durante mis intereses por el tema en la licenciatura. Sin usted no estaría concluyendo la maestría. Fue parte de los inicios y es por eso que está aquí en este apartado de mi tesis. Gracias por escucharme y ayudarme, es un ejemplo a seguir para las mujeres que quieren/queremos ser científicas y formar parte de la academia.

A él, por quien estoy infinitamente agradecida. Porque a pesar de todo, ha estado presente desde que inicié con el interés por el tema en Ensenada. Tú sabes quién eres. Más allá de lo que suceda o no, honestamente: gracias por aparecer al final. Por tu interés, por leerme, motivarme, apoyarme. Por acompañarme en este viaje, siempre con nuestra música de fondo.

A las adolescentes y mujeres jóvenes que formaron parte de esta investigación y que me dejaron seguir sus pasos durante el año 2022. De todo corazón: mil gracias. Este texto es de ustedes. Mi admiración, cariño y respeto. Les abrazo a la distancia y les

agradezco por la confianza y amabilidad siempre. Sus historias de vida son ejemplo de valor y resiliencia. Espero seguir investigando y trabajando para combatir esta problemática. Aquí estaré para escucharlas y apoyarlas; estamos juntas en esta lucha.

Por último, ver y escuchar cómo dos amigas cercanas pasaban por un Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA) definitivamente influyó en que yo tomara la decisión de elaborar este trabajo desde una perspectiva sociocultural, feminista. Esta investigación va para Mobe, Hazel, y todas mis amigas que han llegado a sentirse insuficientes por no ser o estar de cierta forma. Por esas pláticas que teníamos sobre nuestro cuerpo y nuestras inseguridades.

Introducción

La adolescencia es una etapa de vida que atraviesa cambios; envolviendo construcciones sociales y culturales. En este sentido, cuando una mujer adolescente se encuentra en una cultura que percibe al cuerpo femenino de cierta forma, en relación con estándares culturales de belleza que pueden ser difícil de alcanzar, ¿qué pasa con la construcción de la propia Imagen Corporal (IC)? ¿Cuáles son las posturas, significados y comportamientos que, para ellas, constituyen una IC aceptable? ¿Cómo afronta, acepta o rechaza ciertas actitudes o conductas dirigidas a su cuerpo? ¿Cómo participan las Redes Socio-digitales (RRSS) en ello? Y, finalmente, ¿cómo las RRSS se envuelven en el fenómeno de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA)?

El presente trabajo es un esfuerzo por comprender el papel de las RRSS en la construcción de la IC a partir de las experiencias de mujeres adolescentes latinoamericanas que tienen diagnosticado un TCA. Por lo que, la mirada principal de la investigación parte de las prácticas en RRSS de las mujeres diagnosticadas con un TCA en la adolescencia, y el papel que juega en los procesos de construcción de la IC en relación con la historia de su padecimiento; siendo una tesis que se aborda con perspectiva feminista.

Es decir, se buscan visibilizar las condiciones de desigualdad entre géneros, estereotipos hegemónicos y formas de violencia interiorizadas y normalizadas. Por ello, se tiene un posicionamiento político respecto al cuerpo, la IC, las mujeres, los TCA y las RRSS. Además, es un trabajo que se sitúa desde la fenomenología-feminista. Esta perspectiva permite plasmar a la experiencia en "términos corporales" (López-Sáenz, 2017, p. 87), resultado de una corporeización. Así, el cuerpo se convierte en el motor que brinda el poder ser y estar, en el que las vivencias pueden variar entre géneros.

En ese sentido, este texto invita a reflexionar la forma en la que culturalmente se concibe la IC y las normalizaciones dirigidas particularmente a la corporalidad femenina, desde pequeñas. Y de qué forma las RRSS se involucran en la percepción del cuerpo femenino en las mujeres adolescentes, diagnosticadas con un TCA.

Asimismo, para este estudio las RRSS son entendidas como elementos que forman parte de una cultura; y las prácticas de uso y consumo serán en función de espacios, temporalidades, vivencias, significados y contextos socioculturales determinados. Lo anterior también abarca componentes propios de la cultura digital; como la comunidad en

red, los algoritmos, filtros para las fotografías en RRSS, el contenido personalizado, entre otros.

¿Por qué se está elaborando una investigación con relación a RRSS y TCA en la adolescencia? Porque las RRSS, en forma dinámica, pueden cumplir un papel importante en los TCA. Comprender a las RRSS en el ámbito de los TCA y particularmente en la adolescencia, lleva a reconocer que el entorno digital puede participar de diversas formas y que es pertinente un enfoque de estudio en esta etapa de vida para la construcción de estrategias preventivas en lo que concierne a la salud. A su vez, para reconocer que el contexto sociocultural es importante al estudiar y actuar ante las problemáticas de salud pública, como lo son los TCA.

De igual manera, la investigación tiene un posicionamiento ético. Desde el contacto con las participantes, la información que brindaron y la forma de analizar e interpretar sus historias y los datos. Reconociendo que este trabajo es colectivo, en diálogo con ellas. Al respecto la identidad está protegida, así como los datos privados de las mujeres que hablaron para el texto.

Cabe puntualizar que este trabajo invita a pensar en los estereotipos que fluyen en los TCA, considerando los roles, construcciones sociales y conductas normalizadas que permean en este ámbito. Por lo que, a manera de recordatorio, resulta imprescindible decir que los TCA no son padecimientos específicamente de género.

Desde lo propio

Amarse a sí mismo y reivindicarse es un acto político radical de resistencia. Si las mujeres se encontraran bellas o incluso entendieran que su valor reside en otra cosa que en su apariencia, se arruinarían muchas industrias (cosmética, cirugía plástica, dietas, etc.), que necesitan que odiemos nuestros cuerpos para vender sus productos (Cottais et al., 2021, párr. 64).

Como mujer latina, mexicana, del norte, que utiliza RRSS desde la adolescencia; el investigar sobre este tema implica atravesar barreras entre la vida personal y la vida académica. En este sentido, en ciertas ocasiones me tomaré la libertad de redactar en primera persona. Especialmente porque hablar con las mujeres y leerlas ha sido un ejercicio de reflexión y autorreflexión, tanto de sus historias como de las experiencias a lo largo de la tesis.

Algunos puntos a aclarar son los siguientes; primero reconozco que si bien, las adolescentes y mujeres que colaboran para el estudio corresponden al mismo sexo que yo y habitamos en Latinoamérica, existen diversas intersecciones que nos posicionan en trayectorias, cotidianidades, condiciones y experiencias de vida diferentes.

Segundo, sostengo la idea de que las RRSS, percibidas como parte de un contexto sociocultural en el que se desprenden significados, participan de diversas formas en la construcción de la IC en las mujeres; abarca el cómo verse, cómo ser y cómo actuar en lo cotidiano.

Dentro de una lógica patriarcal, Naomi Wolf (1991) dice que la delgadez sería lo que hace deseable a una mujer, por lo que no cumplir con ello sería lo contrario a ser atractiva, como el ser gorda. En este sentido, que la mujer se acepte como es suena ilógico y absurdo. Pareciera que constante o habitualmente se tendría que pensar en cómo verse, sin pensar siquiera en una (auto) aceptación corporal. Incluso, sin pensar en el extremo al que pudiera llegar la presión sociocultural por alcanzar un cierto cuerpo, posibilitando los riesgos e implicaciones para la salud física y mental.

He identificado que lo anterior trasciende a lo digital. Las RRSS posibilitan la negociación y resistencia ante las lógicas hegemónicas dirigidas al cuerpo femenino. Lo cual es relevante, pues el entorno digital favorece un intercambio de significados culturales, y otorga la oportunidad de contrarrestar posturas culturalmente dominantes sobre el género femenino. Sin embargo, también considero que existen relaciones de poder y formas de opresión dentro de lo *online* que están participando en la construcción de la IC y los TCA, las cuales se encuentran permeados por distintos aspectos; que pueden partir del género, la cultura, la clase social y económica, el sexo, las identidades étnicas, etc.

Así; como forma de reflexión, este trabajo me ha permitido cuestionar posturas sobre el cuerpo que ya sea por parte de la familia, amistades, o por el tejido social y cultural en el que he vivido, se normalizaron tanto, al grado de considerar que el cuerpo femenino, por obligación y excluyendo totalmente el tema de la salud, debería mostrarse y ser de cierta forma para tener un valor y éxito social como mujer.

De pequeña creía que pensar constantemente en la apariencia, en el "deber ser" sobre el cuerpo y el aspecto físico, era así porque debía ser lo prioritario en la cotidianidad

de las mujeres, según lo que observaba en el entorno (*online* y *offline*) en el que crecí. Sin embargo, esto puede desviar la energía y atención para otros aspectos de la vida.

Por ello, me parece importante decir que este trabajo también es una autorreflexión; un esfuerzo por repensar y reconsiderar la representación y concepción de lo que significa ser una persona del género femenino.

Este texto se escribe desde lo empírico, lo teórico; pero también desde lo vivido, lo observado, lo aprendido. Desde la experiencia y las vivencias, desde los significados, prácticas y sentidos sobre el cuerpo de las mujeres. Es un escrito desde lo social, lo familiar, lo académico y lo personal.

Estructura del documento

El presente trabajo está estructurado en 6 capítulos. El primero se llama *Estudiar las Redes Socio-digitales y la Imagen Corporal en Mujeres Adolescentes con un Trastorno de la Conducta Alimentaria*, y ofrece el Planteamiento del Problema. Se presentan elementos contextuales y breves antecedentes acerca del problema de estudio; bajo un panorama sociocultural del fenómeno a partir de los estudios culturales, incluyendo estudios culturales feministas. Además, se describe la problemática y la justificación de este trabajo, así como las preguntas y objetivos de la investigación.

En el capítulo 2, que tiene por nombre *Redes Socio-digitales, Mujeres Adolescentes y Trastornos de la Conducta Alimentaria. Un panorama de estudio*, se tiene el Estado del Arte, en el que se expone una compilación de los estudios relevantes al abordaje social, cultural y comunicativo de los TCA y las RRSS.

El capítulo 3 presenta *Un Modelo Teórico Feminista para el estudio de la Imagen Corporal, las Redes Socio-Digitales y los Trastornos de la Conducta Alimentaria*; el cual es el Marco Teórico-Conceptual de la tesis. Se incluye en forma más amplia la perspectiva teórica y los conceptos que se consideran para el desarrollo de la investigación. En este apartado se incorporó el constructivismo social y la perspectiva feminista, como dos elementos teórico conceptuales para entender este trabajo, situado también desde la fenomenología feminista. Así, se ofrece un esquema teórico-conceptual como propuesta para futuros estudios sobre IC, RRSS y género [como una categoría transversal].

En el capítulo 4, llamado *¿Cómo llegué aquí? Mujeres con un Trastorno de la Conducta Alimentaria desde la Etnografía Digital*, abarca el *Diseño Metodológico* y expone la metodología de esta investigación. Lo cual, permite contar con mayor precisión

el camino recorrido que se tomó para responder los propósitos del estudio. Se plasman las experiencias al elaborar la etnografía digital multisituada y se señalan las condiciones para llevar a cabo la recolección de información bajo un posicionamiento ético-horizonta, a partir del feminismo y la fenomenología como interrelación.

El Cuerpo de las Mujeres: Entre el Protagonismo, la Resistencia y la Lucha. Adolescentes con TCA desde sus Trayectorias es el capítulo 5. Aquí se muestran los Resultados y la Discusión. Se desglosan las vivencias al ingresar al campo, así como algunas situaciones a medida que se dio el diálogo con las participantes. En suma, se entrelaza el trabajo empírico con el análisis narrativo y la fenomenología feminista para comprender el rol de las RRSS en la construcción de la IC, de mujeres diagnosticadas con TCA en la adolescencia.

Aunado a lo anterior, se presenta una mirada de las RRSS como parte de un contexto que confluye con las experiencias corporales vividas y sus diversas dimensiones [familiares, sociales, vivenciales-personales, culturales, de género, de salud, económicas, etc.] a lo largo de la trayectoria con TCA.

Ello contribuye a delinear el significado hacia ellas mismas y ante su propia IC. Lo cual, colabora en las decisiones sobre realizar prácticas cotidianas en relación al cuerpo y el género. Es decir, las RRSS son una pequeña parte de múltiples elementos, factores y entornos; por lo que es importante mirarlas, estudiarlas y asumirlas de forma multidimensional, particularmente en este caso.

El último apartado, "*Querer generar algo más allá*". *Reflexiones al finalizar la investigación* corresponde al capítulo 6, dedicado a las conclusiones del trabajo en sintonía con la comprensión de la experiencia vivida particular de cada una de las mujeres; invitando a que este trabajo se lea, reflexione y desarrolle bajo otras perspectivas y posiciones, más allá de un trabajo de tesis para obtener el grado de maestría.

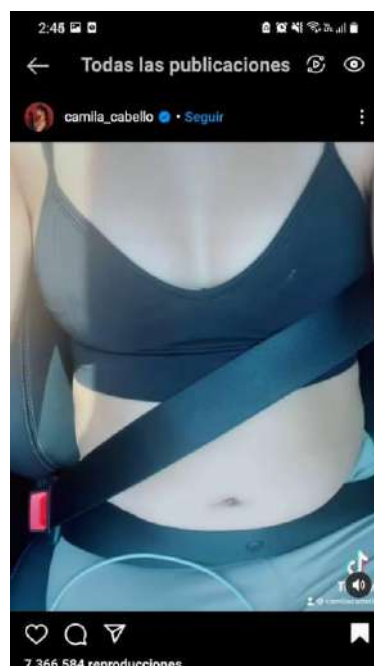
Capítulo I. Estudiar las Redes Socio-digitales y la Imagen Corporal en Mujeres Adolescentes con un Trastorno de la Conducta Alimentaria (Contexto del Estudio y Planteamiento del Problema)

Las imágenes, construcciones culturales e ideas sobre el cuerpo hegemónico ocupan las redes socio-digitales (RRSS). A través de comentarios, reacciones y señalamientos. Desde usuarias hasta figuras públicas han sido cuestionadas por la manera en que muestran sus cuerpos y los cambios que éstos tienen conforme a la experiencia de vida de quienes son dueñas de los mismos. Dichas expresiones se han vuelto tendencia en las diferentes plataformas, lo que deja ver la manera en cómo la sociedad significa la imagen corporal (IC). Estas significaciones pueden observarse y reproducirse a través de las prácticas en torno a la propia IC.

Por ejemplo, las fotografías del cuerpo de la cantante Camila Cabello se hicieron tendencia internacional, en julio de 2021. En las imágenes, se observa a la artista haciendo ejercicio y mostrando una figura que rompe con los estereotipos, culturalmente construidos, sobre la belleza, lo estético y lo saludable.

Internautas señalaron lo que a su parecer representaba un “cuerpo descuidado”. En su momento, la artista respondió, a través de videos de RRSS, pidiendo “respeto para su cuerpo”, y señaló que ella “tiene un cuerpo normal”.

Imagen 1: Video post de la artista Camila Cabello (@camila_cabello) en Instagram



Nota: Este videopost en Instagram se publicó como respuesta a las críticas sobre el cuerpo de la artista Camila Cabello, al ser fotografiada haciendo ejercicio. Fuente: Cabello, C. [@camila_cabello]. (2021, 29 de julio). [video post]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CR6mqdrpRGd/>

"Yo estaba corriendo en el parque, ocupándome de mis cosas e intentando estar en forma y mantenerme saludable. Y llevaba un top que muestra mi barriga y no estaba disimulando. ¡Porque estaba corriendo y existiendo como una persona normal que no mete la barriga todo el tiempo! [...] Estoy agradecida por este cuerpo que me permite hacer lo que necesito hacer, nosotras somos mujeres reales, con curvas, celulitis y estrías, y grasa [...]" (Cabello, 2021).

Un caso similar ocurrió con otras celebridades mediáticas como:

Imagen 2: Post en Instagram de la artista Aislinn Derbez (@aislinnderbez)



Nota. Post en Instagram de la Artista Aislinn Derbez (12 millones de seguidores) derivado de los comentarios hacia ella sobre su cuerpo. Fuente: Derbez, A. [@aislinnderbez]. (2020, 28 de abril). Antier subí una foto en bikini. Algunos comentarios me sorprendieron... [fotografías] [post]. Instagram. https://www.instagram.com/p/B_h7ibLhAQa/

“Antier subí una foto en bikini. Algunos comentarios me sorprendieron... El cuerpo siempre es algo que nos importa/ preocupa demasiado, sobre todo por el hecho de que difícilmente estamos cómodos o contentos con el cuerpo que tenemos... [...]. Gracias a mi terapeuta y a que dejé de preocuparme y juzgarme, mi cuerpo comenzó a bajar de peso. Luego contrariamente, hace 6 meses con el duelo de la separación, mi cuerpo lo resintió y comenzó a perder peso rápidamente. Vi que preguntan mucho “cuál es mi dieta o rutina [...]. Tristemente estamos acostumbrados a ver el cuerpo como un objeto y no nos detenemos a comprender su lenguaje, sus ritmos y sus necesidades reales... [...]” (Derbez, 2020).

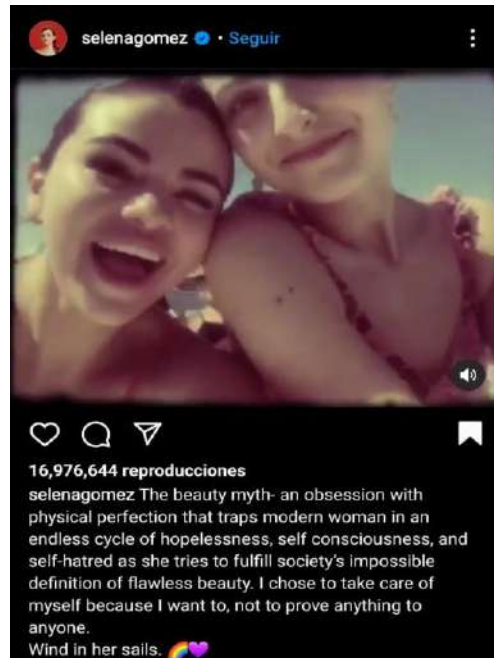
Imagen 3: Post de la artista Demi Lovato (@ddlovato) en Instagram



Nota. Post en Instagram de la celebridad Demi Lovato (132 millones de seguidores), comentando sobre los estereotipos corporales y la normalización de la celulitis. Declarando que anteriormente, las fotos de la artista en RRSS solían ser editadas. Lovato, D. [@ddlovato]. (2019, 5 de septiembre). This is my biggest fear. A photo of me in a bikini unedited. And guess what, it's CELLULIT!!!!... [foto de Demi Lovato en bikini en una alberca] [post]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/B2DLIZ4BfgP/>

“Este es mi mayor miedo: publicar una foto mía en bikini sin editar. Y adivina qué ¡Hay celulitis! Estoy muy cansada de sentirme avergonzada de mi cuerpo editándolo para que otros piensen que soy su idea de lo hermoso (sí, las otras fotos en bikini fueron editadas y odio haberlo hecho, pero es la verdad), [...]” (Lovato, 2019).

Imagen 4: Video post en Instagram por la artista Selena Gómez (@selenagomez)



Nota. Videopost en Instagram de la celebridad Selena Gómez (319 millones de seguidores). Publicación realizada después de ser criticada gracias a fotografías difundidas de ella en bikini. Fuente: Gómez, S. [@selenagomez]. (2018, 19 de marzo). The beauty myth- an obsession with physical perfection that traps modern woman in an endless cycle of hopelessness, self consciousness... [video][post]. Instagram. https://www.instagram.com/p/BgiEpRfAt5E/?utm_source=ig_embed&ig_rid=5faa6952-c719-4808-8da7-4034cc4039d2

“El mito de la belleza: una obsesión por la perfección física que atrapa a la mujer moderna en un ciclo interminable de desesperanza, autoconciencia y odio hacia sí misma, mientras trata de cumplir con la imposible definición de belleza impecable de la sociedad” (Gómez, 2018).

Este tipo de acontecimientos del entorno digital visibilizan cómo en la vida cotidiana se debate sobre los estándares culturales de belleza corporal; dejan ver cómo las RRSS participan en la construcción de la IC y cómo las personas usuarias replican a través de comentarios, *likes* o fotografías, la manera en la que conciben los ideales del cuerpo. De este modo, las adolescentes pueden crear una percepción de lo que es aceptable y lo que no, según los debates y participaciones predominantes en el entorno.

También, se pone de manifiesto la oportunidad que las RRSS brindan para reconfigurar la percepción del cuerpo (por ejemplo, por medio de ediciones y filtros que eliminan celulitis, o ciertas poses que facilitan la vista de un cuerpo más escultural al tomar la fotografía, etc.). Estas prácticas de recreación, remediación y rearticulación (Lasén y Puente, 2016) en la fotografía participan en la forma de concebir la IC y el género femenino.

A su vez, las RRSS ayudan a visibilizar las exigencias sociales y culturales dirigidas hacia la IC femenina. Por ejemplo, sobre tener que mantener y mostrar un cierto cuerpo, con ciertas características y lógicas; a pesar de estar afrontando problemas de salud emocional (como en el caso de Aislinn Derbez). O también, sobre el deber estar y verse “en forma” en todo momento, sin preguntarse por la salud de las personas, como en el caso de Camila Cabello y Selena Gómez.

Por lo que, si bien, las RRSS tienen la oportunidad de promover discursos de resistencia en relación a estos estándares corporales de belleza hegemónicos, así como de dar voz sobre ciertas opiniones en torno al cuerpo; pareciera que salirse de tales prácticas y mostrar el cuerpo “al natural” representa un acto de valentía, o como algo fuera de “la norma” (como en el caso de Demi Lovato y las otras celebridades anteriormente mencionadas).

Es por ello que surgen cuestionamientos con respecto a cuál es el rol que tienen las RRSS en la construcción de la IC en mujeres adolescentes con un Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA). No obstante, resulta importante tomar en cuenta los antecedentes y el contexto en el que, a lo largo de los años, se ha construido la IC y que ha sido relevante para el fenómeno de los TCA en el género femenino; ya que de ahí derivan concepciones y prácticas sobre el cuerpo que se plasman o modifican en RRSS.

Por lo tanto, este capítulo tiene la intención de problematizar la presente investigación; la cual trata sobre las RRSS en la construcción de la IC en mujeres

adolescentes latinas, diagnosticadas con un TCA. Para ello, se brindan elementos contextuales y antecedentes (de forma resumida, debido a los alcances del trabajo) sobre el problema de estudio; ofreciendo una mirada sociocultural del fenómeno dentro del campo académico de los estudios culturales y particularmente, los estudios culturales feministas.

Asimismo, se describe el problema y la justificación del presente trabajo, las preguntas y objetivos de la investigación, así como una breve descripción sobre el diseño del estudio.

La Construcción Social de la Imagen Corporal Femenina y los Trastornos de la Conducta Alimentaria

Investigar los TCA desde los Estudios Culturales

Posicionarse desde el campo de los estudios culturales refiere a mantener un pensamiento, en palabras de Eduardo Restrepo (2014), no reduccionista. En el cual, “el reduccionismo consiste en reducir a una variable o aspecto analítico (lo económico, lo social, lo cultural o lo discursivo) las ‘explicaciones’ ofrecidas” (Restrepo, 2014, p.3).

Al respecto, parte de la esencia de los estudios culturales se refleja en las diversas formas en las que se relaciona el poder con la cultura:

Las prácticas culturales contribuyen a la producción del contexto como organización del poder, y a construirlo como una experiencia de poder vivida cotidianamente. La cultura es una dimensión productiva o constitutiva del contexto de la realidad vivida (Grossberg, 2010, p.88).

Es por ello que se pretende indagar particularmente en las prácticas en RRSS pero sin olvidar los demás aspectos, factores y relaciones que intervienen en el fenómeno, el cual se relaciona con los ejercicios de poder y formas de opresión dirigidos al género femenino; resaltando que, para el estudio del cuerpo, es importante considerar la existencia de eventos históricos y políticos, que forman y moldean "las circunstancias en las que el cuerpo adquiere su posición en el orden cultural" (Herrera, 2019, p.118). De ahí que sea pertinente considerar el contexto sociohistórico y político al momento de estudiar la IC femenina y los TCA.

En ese tenor y de acuerdo con Grossberg (2010), la práctica de los estudios culturales implica no ignorar cuestiones relevantes para el trabajo únicamente porque:

Dicho cuestionamiento le conduzca al campo de otras disciplinas. [...] Los Estudios Culturales tratan de explorar y explicar las relaciones entre la cultura (o prácticas culturales) y todo lo que no es obviamente cultural - donde se incluyen las prácticas económicas, las relaciones sociales con sus diferencias, asuntos sobre la nacionalidad, instituciones sociales, etc. Esto entraña delinear las conexiones y ver cómo éstas se producen y dónde se pueden reproducir. En consecuencia, su investigación siempre debe cruzar fronteras disciplinares (p. 59).

Así, se recuerda la necesidad de abordajes interdisciplinarios que ayuden a una mejor comprensión de esta problemática, y se reconoce que esta investigación no engloba el fenómeno en su totalidad. El presente trabajo se enfoca principalmente desde una mirada sociocultural de los TCA y RRSS, las adolescentes y la IC.

También, para realizar la investigación se debe llevar a cabo una práctica responsable con el “contexto cambiante (las condiciones geográficas, históricas, políticas, intelectuales e institucionales en continuo cambio) en el que trabaja” (Grossberg, 2009, p.18). En el caso de las mujeres adolescentes con TCA, se debe considerar que las prácticas en RRSS pueden variar en función del género, de la temporalidad, la experiencia, el ambiente, el contexto y el proceso de su padecimiento.

Las prácticas no son las mismas en el desarrollo y después del diagnóstico. Por lo que las formas de utilización, de participación y de apropiación son dinámicas y fluidas. Esto es lo que se pretende estudiar en esta investigación. Bajo esta perspectiva, el presente trabajo es un esfuerzo por comprender las prácticas, experiencias, significados y formas de uso que las mujeres adolescentes con un TCA le otorgan y le han otorgado a las RRSS en función de su proceso e historia del padecimiento, y cómo cumple un papel en la construcción de su IC.

En este sentido el feminismo ha ofrecido una mirada transformadora a los estudios culturales; ayudó a retomar cuestionamientos en torno a la identidad, las relaciones de poder y su vinculación con el género y la sexualidad (Hollows, 2000). Además, promovió el diálogo sobre cómo la masculinidad o la femineidad no son “identidades ni categorías culturales fijas, sino que los significados de la masculinidad y la femineidad se construyen y reconstruyen en condiciones históricas específicas” (Hollows, 2000, p. 25).

Las identidades culturales pueden estar estructuradas por relaciones de poder, incluyendo categorías sociales, culturales y políticas. A raíz de ello, el cuerpo toma un rol ante las reflexiones de los estudios culturales sobre el género, identidad y sexualidad. Es un espacio de significaciones, de formas de expresar vivencias, de relacionarse con prácticas; de ser cuerpo-para-otros (Lagarde, 2000).

Cuerpo, Cultura y TCA

En la sociedad se ven reflejados los elementos, actividades y conductas que se consideran importantes de una cultura. Se define una construcción social del cuerpo que es variable, depende de los valores culturales y significados vigentes en un determinado espacio y tiempo.

Bajo esta idea, la IC se construye a partir de los significados que se le otorga al cuerpo, mediado por códigos culturales; por lo que hablar de la construcción de la IC implica tomar en cuenta los contextos históricos, sociales y culturales. Por ejemplo, en los años ochenta, como define Muñiz (2014), "se inauguró la noción del cuerpo como una confección de sí mismo convirtiéndose en uno de los objetivos personales más relevantes en las sociedades postindustriales" (p.419). Además, se promovía la responsabilidad individual del propio individuo sobre su cuerpo, incluyendo la disciplina corporal (Muñiz, 2014).

Ahora, según Esther Pineda (2020), para ser bella se exige ser joven, delgada y blanca, así como responder a uno de los dos cánones de belleza: "la *pin-up* de grandes proporciones o la modelo/*miss* anoréxica" (p.111). El primero (*pin-up*) refiere a "cuerpos con curvas muy pronunciadas, exuberantes, voluminosos, grandes senos y glúteos, cintura muy pequeña, caderas anchas y pronunciadas, grandes proporciones naturales o logradas por la mano de la cirugía estética" (Pineda, 2020, p. 111). Mientras, el segundo cánón (*miss* anoréxica) es caracterizado por:

Una delgadez extrema, ausencia de masa muscular y curvas, imagen plana, senos y glúteos pequeños, cintura estrecha, vientre plano, caderas angostas, estatura alta, piernas largas, imagen que evoca a la infancia y a la adolescencia por la ausencia de rasgos corporales que visibilicen el desarrollo de la mujer adulta (Pineda, 2020, p. 111).

Esta convergencia de dos estereotipos de belleza corporal crean una percepción de que las mujeres tienen capacidad de elegir, asumiendo que puede existir una mayor diversidad corporal sin ninguna exigencia por parte de las industrias, sociedad, grupos de poder, entre otros. Sin embargo:

La realidad es que la mayoría de las mujeres de distintos grupos etarios, étnico-raciales y expresiones corporales quedan fuera de estos estereotipos. Ninguno de estos cánones representa una opción real para las mujeres, menos aún una opción que no atente contra su salud física o mental, así como que no las humille y cosifique socialmente (Pineda, 2020, p. 112).

Por lo anterior, el cuerpo se entiende como "un sitio simbólico" (Herrera, 2019, p. 118); un lugar en el que se plasman dinámicas de poder, aunado a normas sociales y culturales en un entorno determinado (Herrera, 2019).

En este sentido, el género femenino ha pasado por conductas normativas y discursos de poder, incluyendo la presión sociocultural por obtener o mantener el cuerpo de cierta forma. Lo anterior resulta relevante, pues el cuerpo y la relación que se tiene con él es crucial para el desarrollo de la vida, en sus diferentes ámbitos. El significado y la consideración que las mujeres tienen hacia él afecta en su vida personal, profesional y política (Wolf, 1991).

Sáez et al. (2012) señalan que en la vida de las mujeres la preocupación por el cuerpo y la imagen ha sido algo ligado con su cotidianidad. Bajo esta idea; se puede pensar en que, a partir de ciertos significados, valores y símbolos culturales en relación a los roles de género, resulta pertinente considerar el posible desarrollo de un TCA:

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y de la ingesta de alimentos se caracterizan por una alteración persistente en la alimentación o en el comportamiento relacionado con la alimentación que lleva a una alteración en el consumo o en la absorción de los alimentos y que causa un deterioro significativo de la salud física o del funcionamiento psicosocial (DSM-5, p.329).

Los TCA se presentan en forma multifactorial. Al respecto, los elementos socioculturales (el culto al cuerpo, los estándares de belleza occidental, importancia del cuidado del aspecto físico estético como parte de la identidad y valor femenino, la cosificación de la mujer, la cultura de dieta, entre otros) que compone cierto entorno son parte relevante en este tema (Losada et al. 2015).

Uno de los puntos principalmente relacionados con este padecimiento proviene de la idealización de la delgadez. Behar (2010) afirma que implícitamente se promueve el cuerpo delgado como una necesidad a perseguir. Bajo esta idea, la cultura dominante define a la gordura como una enfermedad, fealdad, y se discrimina a las personas con un peso fuera de los estándares culturales sobre el cuerpo.

Para las sociedades, como señalan Energici et al. (2017) y Aranda (2021), la delgadez es idealizada y deseada; y en este sentido, el cuerpo delgado se asocia con la autodisciplina y control. Mientras que, en un cuerpo gordo, se manifiesta la ausencia de ello. Lo anterior, pone en duda la definición de un “cuerpo saludable”, ya que de ahí derivan prácticas que pueden perjudicar el bienestar y oprimir a las personas que no entran en los cánones corporales culturalmente sostenidos como ideales o saludables.

Adicionalmente, hay que recordar que la cultura de dieta (que incluye la gordofobia) es utilizada para "justificar imposiciones estéticas" (Cottais et al., 2021). Patologizar la obesidad ha estigmatizado a las personas que no se ajustan a ciertos estándares corporales. Esto puede tener consecuencias negativas en la salud física y mental, que abarca el tema de los TCA.

La gordofobia, como dice Cottais et al. (2021), parte de un sistema opresor que genera narrativas de odio dirigido a las personas que no poseen estándares ideales de belleza corporal, lo que genera y caracteriza a la gordura como algo negativo y que debe evitarse, sin considerar temas sobre la salud física y mental y justificando las opiniones y comentarios, así como la discriminación hacia el cuerpo de las personas fuera de los estándares. De hecho, de acuerdo con Energici et al. (2017), no solamente existe una estigmatización sobre el cuerpo gordo, sino que también la gordura se define como un atributo que justifica la discriminación hacia la persona obesa.

De este modo; las mujeres, al ser en ocasiones representadas, juzgadas, aceptadas o valoradas en función de sus atributos físicos, aunado a desigualdades de género, pueden

ser más vulnerables si el cuerpo no aplica con los valores culturales establecidos. Tal como Aranda (2021) define: “Si a lo largo de la historia las mujeres no habíamos sido nombradas, mucho menos las gordas” (p.224). Esto puede tener implicaciones para el bienestar, ya que, en el esfuerzo por llegar a “ser nombrada” consiguiendo un cuerpo dentro de los parámetros de lo estético y lo saludable, puede desarrollarse un TCA.

En relación a lo anterior, existe una presión social por consumir productos que promueven el control corporal con la finalidad de obtener un cuerpo estético; como las pastillas de dieta, gimnasios, métodos para adelgazar, cirugías estéticas, entre otros, que favorece principalmente al mercado. Esto se presenta mayormente en mujeres, tal como señalan Sánchez y Zamora (2014), “gran parte de la estrategia es hacer creer a las mujeres que ese cuerpo se adquiere y que no es por cuestiones biológicas, por lo que se invierten grandes cantidades de dinero para alcanzar una figura esbelta” (p.54).

En efecto, el estudio de Sánchez y Zamora (2014) encontró que la promoción de un ideal corporal por diversas vías ha llevado a mujeres jóvenes, mayormente adolescentes, a intentar evitar el sobrepeso u obesidad especialmente por la norma social de llegar a ser aceptada. Pero en el afán de alcanzar el ideal, una proporción importante emplea medidas, tales como dietas, que las lleve a una rápida disminución de peso corporal, y la mayoría termina en el desarrollo de un TCA.

Sin embargo, al tomar como punto de partida la mirada sociocultural de los TCA en mujeres resulta indispensable reflexionar sobre el diálogo dominante que se ha tenido con respecto a la salud-medicina y particularmente en relación con el TCA; qué es enfermedad y qué es recuperación, qué es lo sano, qué es el dolor.

La Dimensión Médica en la Imagen Corporal y los TCA

Las formas de vida de cada una de las mujeres parten de sus propias características sociales y culturales, configuradas alrededor de la condición de cada mujer; lo cual es "una creación histórica cuyo contenido es el conjunto de circunstancias, cualidades y características esenciales que definen a la mujer como ser social y cultural genérico" (Lagarde, 2005, p.76). De ahí derivan estas conductas, situaciones y peculiaridades culturales en torno al género, la belleza, la salud y la enfermedad.

Hablando particularmente sobre el tema médico-de salud, para las mujeres ha sido objeto de debate, de opresión y de violencia (Bordo, 1995; Lagarde, 2005). Por ejemplo, el considerar el dolor como algo asociado con la locura o en el ser-de-los-otros (Lagarde,

2005). ¿Y qué sucede ante esto? Se acude al médico y se reconoce el "permanente malestar mental de las mujeres como parte de su existencia, vivida de manera profundamente masoquista [...]" (Lagarde, 2005, p. 693); aliviando la dolencia a partir de medicamentos o alternativas asociadas con una mercantilización-medicalización de la vida cotidiana, el cuerpo y la salud (Gracia-Arnaiz, 2014).

Estas ideas dominantes sobre la enfermedad y la salud en las mujeres encuentran a la "locura" (neurosis, psicopatías, etc) como la forma de explicar lo que sucede en ellas. De hecho, regularmente en el tratamiento de la "locura", suelen ser común los casos de mujeres que actúan ante situaciones de violencia en diversos ámbitos asociados a las dimensiones y experiencias de género (Gracia-Arnaiz, 2014; Lagarde, 2005; Zeiler y Folkmarson, 2014).

Tales circunstancias mencionadas anteriormente sobre el ámbito médico toman un sentido en las experiencias y la percepción del TCA, ligado con las tensiones sobre tener u obtener un cierto cuerpo. Por ejemplo, a través de las pequeñas agresiones dirigidas al cuerpo al momento de la consulta. Por lo tanto, la presión por ajustarse a los ideales corporales estéticos se asocia con las industrias alimentarias y de salud, que tiene relación con los aspectos económicos, sociales y culturales, mismos que incluyen la medicina, la publicidad, los medios de comunicación, etc. (Cottais et al., 2021). Esto también resulta ser parte de la problemática de la salud.

Aunado a esto, los TCA poseen relación con la dimensión de género en la comida, que se asocia con el creer que la mujer es delicada mientras que el hombre es lo contrario a ello. "Las mujeres son más propensas que los hombres a ser llamadas al orden si sus porciones de comida se consideran demasiado grandes o si no cumplen con la disciplina corporal" (Cottais et al., 2021, párr. 65). Lo cual, de esta forma cultural, e intensificado en RRSS, también se puede promover el desarrollo o normalización de estos padecimientos.

Ahora bien; desde las ciencias sociales contemporáneas, el abordaje del cuerpo resulta de una forma en la que este no solamente se define por el aspecto biológico, sino también por lo sociocultural, y tiene relación con lo que la teoría feminista propone. Regularmente, esta perspectiva teórica ha criticado las explicaciones naturalistas sobre la sexualidad y el sexo (Butler, 1988).

La opresión de género que se presenta en el ámbito de la salud, dice Marcela Lagarde (2000), está ligada con la cultura y la alimentación y, en consecuencia, emergen malestares que pudieran ser curables o tratables de una forma en la que no se llegue a una condición de gravedad. Particularmente en el caso de las mujeres, podrían evitarse situaciones de cosificación, experiencias de violencia y abuso; puesto que de ahí derivan afectaciones psicológicas y sociales que atentan con su cuerpo, su mente, sus emociones, su identidad y su aceptación.

Textos que se desarrollan desde un paradigma cultural y feminista, como sostiene Bordo (1995), han puesto en debate el definir un TCA como una psicopatología, presentando un mayor enfoque a la dimensión aprendida y adictiva del padecimiento. Además, han reconstruido el rol de lo cultural y particularmente del género, de forma que la cultura no debe ser considerada exclusivamente como un papel de desencadenante, sino también como productora. Y, en relación con lo anterior, se ha cuestionado "el valor clínico de la propia dualidad normativa/patológica" (Bordo, 1995, p.54).

En este sentido, Susan Bordo (1995) apunta a que los elementos culturales son relevantes cuando se habla de un TCA. Los cuales, no parten únicamente de las imágenes o la ideología; la cultura también abarca la dinámica familiar, la construcción de la personalidad o la percepción que tiene una misma en el entorno:

La cultura no sólo ha enseñado a las mujeres a ser cuerpos inseguros, constantemente vigilando en busca de signos de imperfección, constantemente empeñadas en la "mejora" física; también enseña constantemente a las mujeres (y, no lo olvidemos, también a los hombres) cómo ver los cuerpos. A medida que la delgadez se ha ido convirtiendo en un glamour visual, y que el ideal se ha ido haciendo cada vez más delgado, los cuerpos que hace una década se consideraban esbeltos han pasado a parecer carnosos (Bordo, 1995, p.57).

Por lo anterior, lo que propone Susan Bordo (1995) es que las mujeres con un TCA no precisamente perciben mal su cuerpo o no llevan a cabo conductas realmente desordenadas, como en algunas ocasiones se señalan en textos de psiquiatría, sino que

han identificado y aprendido a cómo actuar y percibirse a partir de los estándares culturales hegemónicos.

Otros apuntes sobre la dimensión médica y social de los TCA refieren a las semejanzas entre “patologías propiamente femeninas”. Por ejemplo, Susan Bordo (1995) argumenta que existe similitud entre la histeria en el siglo XIX y los TCA en el XX, especialmente en las décadas de 1980 y 1990. Cultural e históricamente, los inicios de ambos padecimientos se sitúan particularmente en sociedades industriales, con aspectos relacionados con las estructuras y roles de género, que abarca el tema de la emocionalidad y la sexualidad, así como con “las demandas contradictorias a las que se enfrentaban las mujeres: la apertura de nuevas posibilidades versus el dominio continuo de las viejas expectativas” (Bordo, 1995, p.157).

Retomando lo anterior; la histeria y la anorexia alcanzaron su máximo:

Durante períodos históricos de contragolpe cultural contra los intentos de reorganización y redefinición de los roles masculino y femenino. La patología femenina se revela aquí como una formación social sumamente interesante a través de la cual una fuente de potencial para la resistencia y la rebelión se pone al servicio del mantenimiento del orden establecido (Bordo, 1995, p.177).

Al respecto, tal como argumenta Marcela Lagarde (2000), la situación sobre la salud y la opresión de género tiene relación con el hecho de que:

Algunas ideologías contemporáneas aseguran que la problemática de las mujeres es individual y que se debe a inhabilidades o equívocos de las mujeres, a discapacidades y patologías (histeria, con sus impotencias e invalideces, neurosis y sus males como la depresión y alguna que otra paranoia)” (p.188).

Entonces, para esta investigación resulta necesario cuestionar la forma en la que se representa, valora y concibe el género femenino dentro de la sociedad; así como

identificar las formas de opresión relacionadas con la IC y el género, en relación con los TCA y la vivencia particular-social-cultural de cada una de las mujeres.

Dentro del panorama de la salud y el cuerpo, mediado por valores culturales y sociales en un determinado entorno, los medios de comunicación pueden participar en función de las articulaciones entre la cultura y el poder, que toman influencia hacia los TCA y hacia la toma de decisiones sobre la IC. Por lo que, en el siguiente apartado, se presenta un pequeño acercamiento a los antecedentes sobre los medios de comunicación y los TCA en mujeres.

Los Medios de Comunicación y los Trastornos de la Conducta Alimentaria

El consumo de los medios de comunicación, según Kellner (2011), forma parte de la práctica cotidiana de la vida, suelen moldear y formar prácticas sociales; enseña qué disfrutar y qué no. Por lo tanto, los medios [de comunicación] pueden participar como educadores de la identidad de los individuos.

En este sentido, un ejemplo del poder de los medios de comunicación para manejar el valor del cuerpo es al poner el énfasis en la delgadez o distintos arquetipos corporales. Suele presentarse una respuesta en la conducta y puede reflejarse en un TCA. Como se menciona en McCombs (2004), donde muestra una relación entre TCA y la agenda cultural de los medios de comunicación al observarse un aumento de TCA en mujeres de las islas Fiji, tras introducir la programación televisiva occidental.

También, el estudio de Eisenberg et al. (2014) señala que las risas “enlatadas” en ciertos programas de televisión juvenil están puestas en ciertas escenas donde insultan el cuerpo de alguien, o realizando burlas que plasman la denigración hacia el cuerpo fuera de los estándares culturales de belleza. Esto evidencia el rol que juegan los medios de comunicación en la construcción de la IC y su relación con los TCA.

Anteriormente, otros medios de comunicación formaron parte de este fenómeno. En la prensa, el número de artículos relacionados con la dieta, como menciona Wolf (1991), “pasaron de ser 60 en el año 1979 a 66 sólo en el mes de enero de 1980” (p.86). Además, es importante señalar a la publicidad como un punto importante a considerar; más del 50% de las jóvenes, en respuesta a la publicidad, iniciaron una dieta para bajar de peso (De Llanos, 1994).

En los años 80, diversos anuncios publicitarios anunciaban la delgadez asociada a la feminidad; por ejemplo, el caso de los cigarrillos *Capri*. Como se mencionó en Kellner

(2011), la publicidad de los cigarrillos *Capri* relaciona la delgadez con la feminidad, y el tabaquismo con la delgadez. Este tipo de anuncios contribuyó a los TCA, aumentando la anorexia en mujeres jóvenes (Kellner, 2011).

Cabe destacar que la revista *Vogue* fue una de las pioneras en concentrar el cuerpo delgado; asociando la delgadez con la moda, elegancia y con algo necesario de alcanzar (Wolf, 1991). Asimismo, el estudio de Cusumano y Thompson (1997) encontró que, del año 1959 a 1978, se presentó un aumento significativo en el número de artículos sobre dietas para bajar de peso en revistas como *Vogue*, *Women's Day* y *Harper's Bazaar*.

También, el estudio de Wiseman et al. (1992) indica que los artículos en revistas femeninas sobre dietas para bajar de peso tuvieron un incremento considerable de 1959 a 1988, por lo que la sobrevaloración de la delgadez tuvo un aumento importante, y se promovió el alcanzar la delgadez por medio de la dieta y el ejercicio físico. Lo anterior también se identifica en revistas para adolescentes, como en *Seventeen*.

Del año 1965 a 2005, el estudio de Luff y Gray (2009) determina que, en gran medida, la revista *Seventeen* presenta contenido acerca de planes de dieta y ejercicio físico, señalando una tendencia hacia el ideal delgado, que tuvo su punto más alto en 2005. Esto puede generar que la adolescente perciba la esbeltez como algo necesario de alcanzar y como algo que la llevará a una vida saludable, excluyendo otras formas corporales que también pueden formar parte de lo sano, considerando el peso corporal como el principal indicador de la salud. A su vez, esto se liga con significados sobre la delgadez y la IC asociados al ser vista, aceptada, valorada; como si seguir tal moda diera como resultado un sentido de pertenencia, de belleza y de identidad vinculado con el éxito social-personal [es decir, interiorizar tales significaciones de lo social, lo que se escucha y percibe, al diálogo interno].

En ese sentido, no hay que olvidar el papel que tiene el entorno social ante esta situación; el estudio de Cusumano y Thompson (1997) demostró que no existió una relación entre los TCA y la autoestima en la exposición de revistas. Más bien, las presiones sociales y la internalización de estándares sociales de apariencia presentaron niveles significativos para una insatisfacción corporal y para el desarrollo de un TCA.

Con respecto a lo anterior, investigaciones feministas han sido cautelosas sobre enfatizar demasiado el poder de las imágenes culturales de la delgadez, y por tanto, caracterizar a los TCA como problemas relacionados única o principalmente con la IC,

ya que sugieren que eso puede dejar pasar los significados y valores relacionados con las desigualdades de género (Holmes et al. 2017). El cuerpo, entonces, debe entenderse como “un proceso activo de encarnación de ciertas posibilidades culturales e históricas” (Butler, 1988, p.521).

El estudio de Holmes et al. (2017) identifica que, cuando las niñas y mujeres cuentan su experiencia con TCA al momento de entrevistarlas, se percatan de que los TCA no están precisamente motivados por el impulso de querer tener un cuerpo delgado, tampoco presentan una IC distorsionada. Más bien, la investigación indica que sus anécdotas sobre el TCA parten de una “agencia restringida”, relacionada con estructuras de género.

El género, dice Judith Butler (1988):

Se instituye a través de la estilización del cuerpo y, por lo tanto, debe entenderse como la forma mundana en la que los gestos, movimientos y representaciones corporales de diversos tipos constituyen la ilusión de un yo permanente con género (p.519).

Por lo anterior, es pertinente indagar sobre las prácticas en RRSS y los TCA bajo una perspectiva feminista; para identificar los cambios en la construcción y los significados de la IC en las mujeres adolescentes, a lo largo de su historia de vida en relación con el TCA y el género.

Mujeres Adolescentes: Las Redes Socio-digitales en la Construcción de la Imagen Corporal y los Trastornos de la Conducta Alimentaria

Esta tesis estudia las RRSS como parte de la cultura; en la que, las prácticas culturales que se realizan en lo habitual y cotidiano, y que se incrustan a la realidad, poseen consecuencias en cómo la realidad se organiza y vive dentro de ella (Grossberg, 2010). Ante esto, se sostiene que las RRSS son un elemento en la configuración del cuerpo femenino, que ofrece nuevas formas de pensar y de tratarlo. Estas pueden participar de diversas formas; siendo un punto a considerar al hablar sobre el entorno sociocultural de estos padecimientos.

Investigaciones coinciden en que los factores socioculturales (incluyendo las RRSS) participan en la construcción de la IC y en el desarrollo de un TCA (Cruwys et al.

2016; Cortez et al. 2016, Dunkley et al. 2001; Engeln, 2017; Gerbasi et al. 2014; Izydorczyk et al. 2020; Saul y Rodgers, 2018; Vartanian y Dey, 2013). Es decir, se encuentra la relación entre los componentes culturales sobre la IC y el desarrollo de este padecimiento.

Además; los TCA, en mayor medida, se presentan en mujeres adolescentes y jóvenes (Cortez et al. 2016; Engeln, 2017; Papalia y Martorell, 2015; Prado, 1994; Tiggeman y Slater, 2013). En este sentido, la presencia de un TCA principalmente en el género femenino puede deberse a las demandas sociales y culturales propias de su sexo, mismas que abarcan la corporalidad.

Lo anterior tiene relación con la objetificación y la auto-objetificación del género femenino (Fredrickson y Roberts, 1997), y repercute en la concepción que a ella se le otorga en el entorno [*offline* y *online*], siendo una forma de violencia simbólica que puede afectarla en diferentes ámbitos de la vida, incluyendo en la salud. Por lo tanto, este fenómeno se relaciona con las construcciones culturales de la feminidad, situándose como prácticas de las feminidades normativas.

Asimismo, la adolescente representa un mundo en forma fértil; apenas construye los bloques de su identidad y comienza a ser consciente de su cuerpo. Como señala De Llanos (1994), se encuentra en una etapa de búsqueda de la identidad y de la aceptación; en donde los atributos físicos y la importancia otorgada a ellos, el ajustarse o no a los modelos corporales, las comparaciones con los pares o la IC desde los primeros años son aspectos determinantes hacia la aceptación o rechazo del propio cuerpo.

Es un periodo que comprende cambios biopsicosociales, pero también, es una construcción cultural. Nelly Richard (2009) dice que “el modo en que cada sujeto concibe y practica las relaciones de género está mediado por todo un sistema de representaciones que articula la subjetividad a través de prácticas sociales y formas culturales” (p. 77). Por lo tanto, la representación y la concepción del género femenino en el tejido social tomará un papel importante para el desarrollo del autoconcepto, de su IC, de su identidad, de la valoración de su cuerpo, de la comparación, de la autoestima y de la aceptación.

En este sentido, se sostiene la idea de que la adolescencia no es sólo una transición del desarrollo entre la niñez y la adultez, es una construcción que envuelve aspectos culturales y sociales en la cual la persona enfrenta cambios físicos, cognitivos y psicosociales (Papalia y Martorell, 2015). Se atraviesan diversos procesos en donde el

uso de las RRSS, bajo un contexto sociocultural, puede orientar hacia cómo se percibe una misma, participando como educadores para reconocer cómo se debe ser.

Por ejemplo, los “me gusta” y los corazones representan una aceptación social (Rubiano, 2020), que incluye la valoración de su aspecto físico. Por lo cual, la percepción de la estética corporal dentro de las RRSS puede afectar a la percepción propia del cuerpo, teniendo consecuencias para la salud mental de las adolescentes. Saul y Rodgers (2018) determinan la importancia de considerar a Internet y a las RRSS como contextos que promueven los TCA, ya que se presentan altos niveles de presión de apariencia y fomenta comportamientos de riesgo de un TCA.

Sin embargo, lo anterior no funciona de manera aislada; se presenta a partir de una estructura social, económica, tecnológica y cultural. Tal es el caso del contexto familiar o las amistades y pares. Lo cual, toma un sentido en el rol personal-individual, particularmente en el cuerpo y su aceptación.

Familia, Amistades y Pares: ¿Cómo participan en los TCA?

Si bien, ya se ha dicho que el TCA es una problemática multifactorial (DSM-V), es necesario dedicar un apartado al rol de la familia, amistades y pares en el TCA, pero principalmente a partir del papel que cumplen en las formas de significar al cuerpo y de realizar prácticas en relación con la IC, con respecto a esta etapa de la vida: la adolescencia.

De este modo, cabe señalar que existen entornos sociales que producen y refuerzan significados, los cuales pueden contribuir a lo largo del fenómeno de TCA. Por ejemplo, el diálogo entre la familia cumple un factor importante hacia el desarrollo de estas patologías, Díaz de León y Unikel (2019) determinan la fuerte relación entre la crítica verbal acerca del cuerpo en la familia y los TCA.

Los pares también son un factor relevante. Como plantea De llanos (1994); en la adolescencia se esfuerza por no salir de los límites marcados por las pautas de conducta y criterios de feminidad y masculinidad que se esperan y se aceptan por el grupo. Se imitan formas de comportamiento acordes a estereotipos culturales; no ajustarse a los cánones de belleza conlleva a la inferioridad, desvalorización, burlas y ridiculizaciones por parte de los propios compañeros.

Los compañeros suelen basarse en las normas sociales percibidas, y en este sentido, la influencia de los pares ante la internalización de un cuerpo ideal delgado y un

TCA es importante (Gerbasi et al., 2014). Por ejemplo, con burlas, comparaciones sociales, o pláticas que involucren comentarios sobre el cuerpo y el peso, como la *fat talk*. Es decir, una comunicación que respalda el ideal delgado (ya sea por medio de crítica o elogio sobre el cuerpo) y expresa una inconformidad corporal entre los participantes de la charla (Sharpe et al., 2013).

La *fat talk* se presenta en mayor medida en mujeres, y tanto participar como escuchar una *fat talk* puede repercutir en la internalización de un ideal corporal delgado, en la intención de dieta para bajar de peso y en los TCA (Cruwys et al., 2016). Algunos ejemplos son: “¡Qué bonita, adelgazaste!”, “¡ojalá tuviera esa fuerza de voluntad!”, “tú no estás gorda, ¡mírame a mí!”, entre otros.

Por otra parte, se ha estudiado la relación entre la familia, los pares y los medios de comunicación en la influencia de insatisfacción corporal y la generación de un TCA, especialmente en mujeres adolescentes. Por ejemplo, el modelo de influencia tripartita (Dunkley et al. 2001; Keery et al. 2004; Shroff y Thompson, 2006), y se ha encontrado que la influencia de los pares y los medios de comunicación superan a la de la familia.

Entonces; si bien, las RRSS no son la única y exclusiva parte de la problemática de los TCA, estas forman parte de la cultura, y en relación con otros elementos, pueden reforzar patrones socioculturales (incluyendo percepciones, conductas o prácticas normalizadas) que permiten el desarrollo o la permanencia de estos padecimientos.

También, ciertos elementos de la cultura digital (el algoritmo, la personalización de contenido, los “me gusta” o la búsqueda de aceptación por medio de dinámicas propias de las RRSS, la reconfiguración de procesos psicosociales como la pertenencia al grupo o la aceptación en el entorno *online* y *offline*, los seguidores, etc.) favorecen la creación de un espacio en el que se ofrece otra realidad; pero a su vez, puede llegar a configurar y reconfigurar relaciones sobre el cuerpo y el género femenino.

Asimismo, las RRSS cumplen un papel relevante sobre los procesos de producción, promoción y apropiación de estéticas corporales en el entorno social, y esto ha contribuido a una mayor insatisfacción corporal, baja autoestima y desarrollo de un TCA. Tal como se menciona en Hummel y Smith (2014), donde se evidenció que recibir retroalimentación en publicaciones puede aumentar el riesgo de un TCA a través del tiempo.

En este sentido, si se vive en una sociedad donde a las mujeres se les valora principalmente por el cuerpo, su apariencia física y la relación con el ideal estético, las adolescentes pueden construir su identidad considerando su valor principalmente en función de su aspecto físico; y los comentarios hacia ellas acerca de su propio cuerpo pueden repercutir fuertemente en su autoestima. Es decir, en “el conjunto de experiencias subjetivas y de prácticas de vida que cada persona experimenta y realiza sobre sí misma” (Lagarde, 2000, p.28). Esto último, implica referirse y contemplar tales elementos que atraviesan la dimensión colectiva internalizada hacia lo individual, lo personal.

La autoestima reconoce las ideas y los conocimientos, las propias intuiciones y creencias sobre una misma (Lagarde, 2000). Se envuelven "las emociones, los afectos y los deseos fundamentales sentidos sobre una misma, sobre la propia historia, los acontecimientos que nos marcan, las experiencias vividas y también las fantaseadas, imaginadas y soñadas" (Lagarde, 2000, p. 29). Es decir, sobre la propia experiencia vivida acerca de su IC y su validez como mujer; las percepciones y significados sobre el cuerpo y lo que implica ser mujer en el cuerpo vivido.

Las adolescentes comentan acerca de haber experimentado más burla y mayor angustia psicológica respecto al aumento de peso (Valois et al., 2019), presentándose mayor inconformidad corporal y baja autoestima en mujeres que en hombres (Escandón-Nagel et al. 2019). Lo anterior pone en evidencia que tanto las comparaciones como los comentarios, burlas o elogios sobre el propio cuerpo repercuten en la autoaceptación y la autoestima. Esto, se puede ver reforzado en RRSS.

De hecho, amistades, seguidores o usuarios en RRSS, son una fuerza sociocultural importante en la IC de las mujeres adolescentes (Tiggemann y Slater, 2017), y los “me gusta” en las publicaciones se vuelven parte de una experiencia activa y latente de comparación social dentro del entorno digital, reflejando que el uso de RRSS puede tener relación con los TCA (Engeln et al. 2020; Mabe et al. 2014).

Lo Digital ante la Imagen Corporal y los TCA en las adolescentes

Ya se ha puesto de manifiesto que, hasta cierto grado, existe presión por parte de los medios de comunicación sobre el bienestar físico y mental, y actúan sobre la creación de identidad desde la adolescencia (Carrillo y Del Moral, 2013; Cortez et al. 2016), siendo el periodo de vida más vulnerable a conductas de riesgo (Blázquez et al. 2018; Lladó et al. 2017).

En relación con los medios de comunicación tradicionales; Arias (2017) afirma que no existe una equidad que represente las condiciones de igualdad entre sexos en los medios de comunicación [tradicionales], ya que la mujer es tratada en forma estereotipada. Regularmente es planteada como alguien que no debe olvidar sus valores asociados a su condición de mujer, como el cuidado del cuerpo y el aspecto (García y Martínez, 2008; Vega, 2014). Lo anterior trasciende a las RRSS y puede afectar a la percepción que se tiene de ella misma.

En las RRSS; como refiere Rubiano (2020), una foto es considerada un objeto, en la que se presentan signos y producciones simbólicas; por lo que se suele intentar acatar las reglas simbólicas dentro del entorno mediático, en donde el “me gusta” significa una aceptación.

Si tal afirmación es cierta, es pertinente reconocer lo que Flores y Browne (2017) señalan; las prácticas llevadas a cabo en el consumo de RRSS permiten demostrar distintos comportamientos que parten de cosificación de la mujer, sumisión, hipersexualización desde edades tempranas, validación basada en la estética, entre otras. Aspectos que ya se presentaban en los medios de comunicación tradicionales y que se relacionan con la concepción del género femenino en el entorno, pero que ahora con las RRSS se intensifican y configuran ciertas prácticas que pueden perjudicar el bienestar físico y mental de las adolescentes.

También, las RRSS ofrecen un entorno donde conviven artistas y celebridades, pero también compañeros cotidianos; amigos y conocidos. Esto permite experimentar en mayor medida la comparación social, que incluye las comparaciones sobre el cuerpo. Ya no es exclusivamente en un entorno *offline*, sino ahora uno está expuesto a ser comparado y compararse dentro del entorno digital; siendo más común la comparación en RRSS entre las mujeres que entre los hombres (Hogue y Mills, 2019).

En esta investigación, las RRSS se abordan como parte de un contexto sociocultural que genera significados y participa en la construcción de la IC, particularmente en los casos de TCA. En efecto, cabe destacar que el estudio de Cortez et al. (2016), señala que los factores socioculturales más influyentes ante la insatisfacción corporal son los medios de comunicación, especialmente las RRSS, superando a la influencia de los pares y de la familia, y favoreciendo el desarrollo de conductas de riesgo de un TCA.

Bajo esta idea; los medios de comunicación son un elemento a considerar dentro de las exigencias sociales dirigidas a las adolescentes (Izydorczyk et al. 2020), ellas comienzan a ser más conscientes de su cuerpo y a su vez, se manifiesta la comparación con pautas relacionadas con la apariencia presentada en los medios [de comunicación], incluyendo a las RRSS.

En el contexto de la cultura digital, las adolescentes se vuelven aún más vulnerables frente a las RRSS, ya que posibilitan la legitimación, reproducción y divulgación de estereotipos corporales que pueden afectar a su salud. Se promueve la comparación con estándares de belleza poco realistas y se propicia la inseguridad corporal en las mujeres, especialmente en las plataformas donde se les brinda mayor importancia a la imagen, como *Instagram* (Engeln et al. 2020).

Entonces, la carga mediática puede generar problemáticas en el bienestar a nivel social e individual. Lo cual, se refleja en cómo gracias a factores socioculturales y con la ayuda de los medios de comunicación, las mujeres suelen interiorizar el hecho de que son observadas constantemente, Engeln (2017) afirma que esto provoca que analicen su cuerpo en gran medida para ser vistas apropiadamente por la sociedad.

Por lo tanto; las RRSS ofrecen la capacidad de promover discursos sobre ideales corporales e incentivar a las adolescentes a lograr alcanzar un cuerpo estético para ser aceptada y valorada. Por ejemplo, la persona usuaria de una red sociodigital, en palabras de Rubiano (2020), se convierte en una mercancía, se les otorga una carga simbólica a las fotografías y se presenta una tendencia a querer ser consumidos y consumir como imagen, la aceptación proviene de los “me gusta” y comentarios positivos que reciben o esperan recibir cuando publican.

Al respecto, ya se ha dado a conocer la participación de las RRSS en la construcción de la IC. En octubre de 2021, se llevó a cabo una denuncia pública hacia la empresa *Facebook* (propietaria de *Instagram*), acusando a *Instagram* como una red tóxica. Se encontró que el 32% de las encuestadas afirmaron que si antes se sentían mal con sus cuerpos, *Instagram* las hacía sentir peor (Clayton, 2021).

Así; la relación entre la adolescente, las RRSS y los TCA involucra tanto a los cambios propios de su etapa de vida, como a las actuales industrias tecnológicas y de salud, incluyendo los factores socioculturales dentro de su entorno, que toma relación con la percepción de la feminidad que desde años anteriores ha existido. Tal como se

menciona en Vega (2014), las virtudes físicas son parte de la identidad femenina, y la belleza es representada como un elemento del poder, donde el valor social depende de la belleza.

En conclusión; las RRSS, ligadas a una cultura que se articula en función del contexto y de determinados componentes que le dan un sentido a las prácticas, percepciones y conductas, pueden participar en la construcción de la IC en mujeres adolescentes, tomando un papel en el proceso de su padecimiento, el TCA. Lo cual, se puede relacionar con elementos particularmente derivados de las desigualdades entre géneros, así como de la concepción y representación de las mujeres en el entorno.

No obstante, resulta de gran importancia señalar que las RRSS pueden participar no únicamente como productores o co-desencadenantes en este fenómeno (Peter y Brosius, 2021), sino también como un proceso dinámico (Eikey y Reddy, 2017), en donde el contexto social y cultural tomará un papel para definir las prácticas y los usos de las mismas.

Esta tesis invita a pensar en las RRSS no como un binomio positivo-negativo, sino bajo una postura abierta; en la que el uso en un contexto, bajo ciertas vivencias y significados determinados, le otorgará un sentido a la forma de utilización, apropiación y participación de estas.

Las Redes Socio-digitales como lugares de resistencia

En un inicio, este trabajo sugirió cómo las RRSS cumplen un papel en las conductas de riesgo de un TCA en mujeres adolescentes, diagnosticadas con esta patología. Sin embargo; a medida que el proceso de investigación seguía, se encontró la complejidad en cuestión de las prácticas que las mujeres adolescentes [con TCA] hacían y hacen en RRSS.

Se identificó que, a través de estas redes, pueden también actuar en resistencia ante los estándares culturales hegemónicos, que abarcan los discursos dirigidos al cuerpo femenino. Además, pueden negar las normas sociales establecidas en relación con su identidad y formas de vida con un TCA. En conclusión, las RRSS no participan en forma única y estática.

Las RRSS, en lo que concierne a los TCA y la construcción de la IC en la adolescencia, intervienen de diversas maneras. Pueden participar como co-desencadenantes, pero al pasar por un ambiente de diagnóstico y proceso de recuperación,

las adolescentes y mujeres con TCA pueden moldear el discurso dominante por medio de las RRSS, acerca del “deber ser” en lo que respecta al cuerpo y género femenino.

También, en ocasiones los entornos digitales favorecen el poder comunicar las experiencias, sensaciones y emociones, de forma en la que tal vez en otros espacios no sería posible (como con los profesionales de la salud o con la familia). Lo cual, resulta valioso conocer e indagar en ello, pues esto ayuda a conocer cómo se está afrontando el TCA.

Los estudios culturales abarcan el papel de “las prácticas culturales en la construcción de los contextos de la vida humana como configuraciones de poder [...]. Buscan entender no sólo las organizaciones del poder, sino también las posibilidades de supervivencia, lucha, resistencia y cambio” (Grossberg, 2009, p.17). En este sentido, la propuesta de Grossberg (2010) sobre que, cuando alguien tiene la intención de cambiar algo en las relaciones de poder es necesario partir de dónde y cómo la gente se encuentra y vive, tiene sentido cuando se piensa en las mujeres adolescentes que están pasando por un TCA. Ellas pueden participar como mujeres en resistencia de tales estereotipos corporales; pero posterior a sus vivencias, de percibir, reflexionar y reconocer cómo culturalmente el cuerpo femenino es visto, representado y vivido en el tejido social, y en relación con el diagnóstico de su padecimiento.

Lo anterior, implica hablar de las diferentes facetas y los diversos sentidos que le otorgan (y le han otorgado) a las RRSS, a lo largo de su trayectoria y experiencia de vida. Según los estudios culturales; “el contexto no es el telón de fondo, el escenario donde algo sucede, sino sus condiciones de existencia y de transformación” (Restrepo, 2014, pp. 5-6). Por lo que, al estar en RRSS, se interactúa y se construye un sentido, pero a través de su uso y consumo en un contexto sociocultural determinado, de donde emergen significados. Lo cual, brinda una mirada con distintos matices, particularmente en el área de la salud.

Descripción del problema

En función del panorama en el que se encuentra el género femenino en relación al ámbito de la IC y los TCA, y con base en lo anteriormente mencionado; se enuncia la problemática principal de esta investigación.

Dado que los TCA se presentan en forma multifactorial, las RRSS forman parte de la cultura y participan en la percepción y construcción de la IC en las mujeres

adolescentes; existe la necesidad de mayor evidencia empírica sobre el rol de las RRSS en las adolescentes con un TCA bajo una mirada sociocultural del fenómeno, situado en Latinoamérica y con perspectiva feminista, a partir de un enfoque cualitativo y dando voz a las adolescentes. De manera que ayude a conocer sus experiencias, subjetividades, significados, trayectorias y temporalidades; así como el papel que tienen las RRSS en la construcción de la IC y en el TCA bajo la propia historia de su padecimiento.

Dicho lo anterior, se proponen las siguientes preguntas y objetivos para esta investigación:

Preguntas y Objetivos de la investigación

El propósito principal de esta investigación es comprender el papel de las RRSS en la construcción de la Imagen Corporal de mujeres adolescentes latinoamericanas que tienen diagnosticado un TCA.

Por lo tanto, la pregunta general que orienta este trabajo es: ¿cómo las mujeres adolescentes latinoamericanas, diagnosticadas con un TCA, significan la Imagen Corporal, a través de sus prácticas en RRSS?

De ahí parten otros cuestionamientos más específicos:

1. ¿Cómo las adolescentes, diagnosticadas con un TCA, construyen la IC a través del uso de las RRSS?
2. ¿Qué rol cumplen las RRSS en la historia de vida con TCA de las mujeres adolescentes?
3. ¿Cómo las mujeres adolescentes se apropian de las RRSS para comunicar y prevenir los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA)?
4. ¿Qué relación tienen el contenido sobre la IC y las prácticas en RRSS con el contexto sociocultural de la adolescente con TCA?

Relacionadas con las preguntas se tienen los siguientes objetivos específicos:

1. Identificar cómo la adolescente, diagnosticada con un TCA, construye la IC a través de RRSS.
2. Analizar el rol que cumplen las RRSS en la historia de vida de la adolescente con TCA.
3. Identificar las prácticas de comunicación y prevención que llevan a cabo las mujeres adolescentes con TCA en RRSS.

4. Comprender los vínculos entre los contenidos que abordan la IC y las prácticas en RRSS con el contexto sociocultural de la adolescente, diagnosticada con TCA.

¿Por qué es importante el tema? (Justificación)

Los TCA y la Imagen Corporal como problemática de salud pública en mujeres

Una investigación que aborde la problemática sobre los TCA y las RRSS se vuelve relevante cuando se reconoce que estos son un problema de salud pública. Sánchez y Zamora (2014) mencionan que los TCA, en México, van en ascenso, mostrando un impacto relevante en la población femenina. Mientras, en 2016 en México el Centro de Estudios para el Adelanto de las Mujeres y la Equidad de Género (CEAMEG) afirmó que los TCA aumentaron 300% durante los últimos 20 años, y anualmente se presentan 20 mil casos de estos padecimientos (Boletín 1548, Cámara de Diputados, 2016).

A nivel nacional, según el Boletín Epidemiológico del Sistema Nacional de Vigilancia Epidemiológica de la Secretaría de Salud, en 2018 se presentaron 2,942 casos de TCA, mientras que en 2019 fueron 3,344. Además, a la semana 52 (26 de diciembre del 2021 a 1 de enero del 2022) de 2021 se presentaron 3054 casos de TCA: 2,309 casos en mujeres y 745 en hombres.

Por otra parte, proyecciones realizadas por la Secretaría de Salud y CEAMEG estiman que hay 18 mil personas enfermas al año sin diagnóstico (El Universal Querétaro, 2017). De hecho, Cecilia Silva Gutiérrez, investigadora de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), señala que México no tiene una estadística precisa sobre los casos de TCA, ya que los datos registrados son únicamente de la gente que asiste a un tratamiento; muchas personas no buscan ayuda porque ha faltado conciencia sobre la problemática de estos trastornos (El Universal, 2016).

Asimismo, esta investigación visibiliza un problema de salud física y mental omitido no sólo por la sociedad sino por las autoridades de salud pública nacional e internacional. Los TCA, en gran medida, se encuentran fuera de las agendas globales de salud mental (Eli, 2018).

Los hallazgos de Eli (2018) sobre las búsquedas en Google con relación a la anorexia y bulimia nerviosa, señalan que los países latinoamericanos se encuentran entre los primeros 10 lugares con respecto al volumen de búsqueda, tanto para anorexia

nerviosa como para bulimia nerviosa. México obtuvo el primer lugar de 2004 a 2016. En este sentido, se invita a reflexionar sobre la importancia del abordaje de los TCA en América Latina, y considerar a este tema como parte de las agendas globales de investigación en salud mental.

El Contexto Latinoamericano en Mujeres Adolescentes

A pesar de la incorporación de mujeres latinas a los estándares de belleza, principalmente desde los años 90, no hubo cambios sobre la percepción establecida sobre ellas. De hecho; esa inclusión en los cánones de belleza, como señala Esther Pineda (2020), facilitó la concepción del “estereotipo de “la latina caliente”, lo cual las haría vulnerables a prejuicios, así como múltiples y repetidas formas de violencia y explotación sexual” (p. 85).

De este modo, las adolescentes latinas pasan por formas de opresión, que incluyen situaciones referentes a su IC, lo que en consecuencia lleva a peores resultados de salud que pudieron haber sido prevenibles (Opara y Santos, 2019). Adicionalmente, los medios de comunicación [tradicionales y digitales] suelen representar a las mujeres y adolescentes excesivamente sexuales, con senos y glúteos voluptuosos. Lo cual, ha favorecido la creación de estereotipos que afectan en forma negativa a la percepción que las adolescentes latinas tienen de ellas mismas (Opara y Santos, 2019).

Esto genera un conflicto en la construcción de la IC para las latinoamericanas; en el tejido social son altamente sexualizadas, mientras que el cuerpo ideal colonizado es visto como delicado, inocente y estético. Las adolescentes [latinoamericanas] niegan la representación que se les hace de ellas mismas, mientras que idolatran imágenes inalcanzables en relación con el cuerpo culturalmente estético (Opara y Santos, 2019).

Por lo tanto, al hablar de adolescentes latinas, es necesario estudiar a las RRSS y los TCA en el contexto de su identidad étnica. Ya que, bajo el pensamiento de McCracken (2014), enfocarse en ello toma como referencia las formas de producción y consumo en lo que respecta a belleza, así como la manera en la que los estándares de belleza, formados por años de cultura y poder de privilegios (raciales, globales, nacionales), intervienen en la economía.

Dicho lo anterior, cuando se contextualiza la construcción de la IC de las adolescentes latinas, se necesita comprender los ideales corporales junto con los valores culturales propios de este espacio geográfico. Por lo tanto, este trabajo pretende aportar

reflexiones e ideas que favorezcan a la población adolescente latinoamericana. Ya que, hasta el momento, los estudios que consideran la identidad cultural latina en relación con la problemática de los TCA, RRSS y la IC, son escasos.

Covid-19 y TCA

La situación por Covid-19 es un punto a tomar en cuenta ya que, como señala el estudio de Fernández-Aranda et al. (2020) sobre TCA y la pandemia, las preocupaciones sobre salud y el estado físico pueden contribuir como un factor desencadenante del desarrollo de un TCA en personas vulnerables, como las adolescentes.

El estudio demuestra que el aumento de tiempo de uso de RRSS y su influencia con la internalización de un cuerpo delgado y objetificado también es un factor de riesgo de un TCA. Por lo cual, debido a la situación actual, que ha llevado al confinamiento y a utilizar en mayor medida las RRSS, es imprescindible tener en cuenta los aspectos que parten de la pandemia y que pueden ser partícipes en el desarrollo y proceso de recuperación de un TCA, en mujeres adolescentes.

Lo anterior, sin olvidar lo que dejó la pandemia en relación con el gran valor por parte de las RRSS y las industrias tecnológicas a nivel global y local. Entre la convivencia, la cotidianidad, así como el comercio mundial; se ha fortalecido (y fortalece) un espacio basado en la construcción de la IC femenina a partir de un sistema establecido bajo desigualdades de género.

Diseño de la Investigación

Esta tesis es de tipo comprensivo, con carácter cualitativo, ubicada en la perspectiva fenomenológica-feminista. Es decir, el estudio se enfoca en la búsqueda de un significado, de entender interpretando a la acción social. Comprender la conducta humana se parte de la interpretación que posee una “evidencia cualitativa específica, de dimensión singularísima” (Weber, 1958, p. 175).

También, se contempla a la fenomenología como método; que intenta comprender “la esencia misma, el modo de percibir la vida a través de experiencias, los significados que las rodean y son definidas en la vida psíquica del individuo” (Fuster, 2019, p.205). Mientras, la fenomenología feminista permite estudiar "el papel del cuerpo en la construcción del sentido y de la conciencia de lo que vivimos siempre corporalmente" (López-Sáenz, 2017, p.87), invitando a reflexionar sobre las experiencias corporales personales y la cultura de manera interrelacionada.

Aunado a lo anterior, los estudios cualitativos “suelen buscar las causas de los fenómenos en la profundidad de las interpretaciones y representaciones que los sujetos tienen sobre aquellos” (Orozco y González, 2011, p.30).

A partir de las preguntas y los objetivos establecidos para este trabajo, resulta pertinente reconocer las prácticas que las mujeres adolescentes con TCA llevan a cabo en RRSS para identificar significados y vincularlos con la construcción de la IC, en relación con la propia experiencia de vida.

Para ello, se acude a la consideración de ciertas técnicas y estrategias. A partir de la etnografía digital multisituada (Pink et al., 2019) como método, primero se realizó observación participante digital a un grupo de apoyo de TCA en *Whatsapp*. A través de esto, se examina la forma en la que las mujeres expresan su sentir sobre el propio cuerpo, sus anécdotas, sus opiniones y transiciones, así como los momentos de recaídas y momentos de resistencia que en conjunto establecen ante los estándares de ideal corporal.

Luego, se realizó observación participante digital a usuarias adolescentes con TCA que hicieron público su padecimiento en RRSS, particularmente en *Instagram*. Lo cual, ayuda a identificar cómo utilizan las RRSS para expresar y dar sentido a su cuerpo, así como la experiencia de estar pasando por un TCA. Al igual que en *Whatsapp*, esta estrategia permite identificar la forma en la que las adolescentes pasan por sentimientos, opiniones y situaciones sobre su IC en relación al TCA, pero también la manera en la que actúan en resistencia sobre el cuerpo ideal femenino, expresado en RRSS.

A su vez, se llevaron a cabo historias de vida con adolescentes que han sido diagnosticadas con un TCA y que públicamente dieron a conocer su padecimiento en RRSS; de manera que ayude en la comprensión de su experiencia y sus formas de vida; de cómo percibe su IC, si hubo cambios en la construcción de la misma, y de qué forma las prácticas y representaciones en RRSS sobre su vida y el TCA participan en ello.

En el capítulo 4 se explica con mayor detalle el diseño final del presente trabajo; incluyendo el proceso, los cambios, así como la forma en la que se tomaron decisiones en torno a la construcción del diseño de la investigación.

El análisis, como se mencionó anteriormente, se desarrolló bajo un enfoque fenomenológico en interrelación con los estudios feministas. Esto fue de ayuda para la comprensión de la historia de vida de las mujeres adolescentes, en cómo y a partir de qué

se constituye y forma lo femenino, qué implica la representación del género; y cómo lo anterior participa en las prácticas en RRSS, en la construcción de su IC y en el TCA.

Este apartado tuvo la finalidad principal de contextualizar y plantear el problema en cuestión: el rol de las RRSS ante la construcción de la IC en mujeres adolescentes diagnosticadas con un TCA. Fue conveniente abonar algunos apartados en relación a la perspectiva teórica de la investigación así como indagar en los diversos factores que se involucran en esta problemática multifactorial.

Así, ayuda a reconocer que la mirada de este estudio compete a muchas perspectivas y áreas de estudio diferentes, pero que en este trabajo se desarrolla exclusivamente desde el ámbito sociocultural y particularmente desde el campo de la comunicación.

Capítulo II Redes Socio-digitales, Mujeres Adolescentes y Trastornos de la Conducta Alimentaria. Un panorama de estudio (Estado del Arte)

Para realizar la investigación que aquí se plantea, se llevó a cabo una revisión de literatura, considerada un análisis crítico de un tema en particular mientras que, como define Guirao-Goris (2015), simultáneamente se distinguen las similitudes y los puntos pertinentes de considerar con respecto a lo analizado en la compilación de documentos. Bajo ese panorama, el autor refiere que la persona revisora se cuestiona, recolecta datos (en este caso, artículos) y los analiza, para crear una conclusión.

En este sentido, la revisión realizada es de tipo narrativo; que tiene como objetivo “explorar, describir y discutir un determinado tema, de forma amplia, considerando múltiples factores desde un punto de vista teórico y de contexto” (Zillmer y Díaz-Medina, 2018, p.1).

Metodológicamente, se dice que este tipo de revisión debería tener un proceso descrito en forma detallada, explicando cómo se realizó la búsqueda y se encontraron los textos. Tal como Ferrari (2015) explica; un rigor metodológico similar al de las revisiones sistemáticas puede ser de gran utilidad para la preparación de las revisiones narrativas. Es decir:

Restringir el enfoque en temas bien definidos, establecer criterios claros de inclusión y exclusión para la búsqueda bibliográfica, concentrarse en un conjunto específico de estudios y establecer criterios de selección relevantes ayudaría a mejorar la calidad de las revisiones narrativas (Ferrari, 2015, p.234).

Una de las críticas que se les atribuye a la revisión narrativa es sobre la subjetividad por parte de la persona investigadora en la selección de artículos e interpretación de la información, los cuales pueden llevar a sesgos (Ferrari, 2015; Zillmer y Díaz-Medina, 2018).

No obstante, al igual que en Zillmer y Díaz-Medina (2018), cabe resaltar algunas de sus principales capacidades: es una estrategia que ayuda a comprender un tema pues se describe ampliamente, se tiene una fundamentación teórica-contextual y se plasma la exigencia de habilidades críticas y reflexivas por parte de la persona investigadora.

Finalmente, identifica métodos y técnicas pertinentes de ser utilizados en investigaciones futuras.

Diseño

Por lo anterior, el diseño del estudio es una revisión narrativa, de 120 artículos indexados en las bases de datos: *Wiley Online Library, PubMed, Elsevier, Scielo, Dialnet* y *Redalyc*. Los estudios se delimitaron en función de aquellos considerados de mayor utilidad, ya sea por la concordancia o relevancia con la presente investigación. Asimismo, la revisión se enfoca con base en los señalamientos por Merello y Oliva (2012): 1) planteamiento del problema, 2) búsqueda exhaustiva de la información, 3) análisis de la literatura y 4) redacción de los resultados y discusión en función de los objetivos estipulados.

Las preguntas con las que principalmente se orienta esta revisión, parten de ¿Qué se dice sobre TCA y adolescencia? ¿De qué manera es estudiado Internet y RRSS en el contexto de los TCA? ¿El entorno digital se asocia con los TCA? Y ¿Qué vacíos se identifican a partir de la compilación de artículos examinados?

Por otra parte, los criterios de inclusión para la selección de la literatura fueron los siguientes: 1) estudios sobre los TCA que vinculen a las RRSS como parte del contexto sociocultural de esta problemática, 2) artículos basados principalmente en mujeres y 3) textos realizados en cualquier idioma y país.

Procedimiento

El periodo de consulta fue particularmente en febrero de 2022. No obstante, cabe resaltar que la revisión se ha llevado a cabo a lo largo del proceso de investigación; dividido en varios momentos. Los términos para la búsqueda fueron: *social media and eating disorders, redes sociales y trastornos alimenticios y redes sociales y trastornos de la conducta alimentaria*; considerando la aparición de estos términos tanto en el título como en el resumen. No se contempló un rango de años para la realización de la búsqueda.

Posteriormente, se utilizó la estrategia bola de nieve para recuperar estudios; a partir de los artículos encontrados en la búsqueda, se indagó en las referencias para identificar alguna investigación que pudiera ser pertinente acorde a los propósitos de esta tesis.

Después, se construyeron dimensiones derivado de categorías temáticas para el análisis: 1) Internet y Trastornos de la Conducta Alimentaria; 2) Redes Socio-digitales y

Trastornos de la Conducta Alimentaria, 3) Aplicaciones Móviles sobre la Salud y los Trastornos de la Conducta Alimentaria y 4) Estrategias de Prevención para un Trastorno de la Conducta Alimentaria.

Enseguida, se contrastó la consulta por el contenido temático, profundizando particularmente desde el ámbito latinoamericano. Y, se señalan las principales conclusiones y recomendaciones para futuros estudios sobre esta línea de investigación.

Tendencias de Investigación

Los trabajos localizados se ubican particularmente en los últimos 14 años (2008-2022), presentando un aumento a partir de 2010. A continuación se identifican las siguientes tendencias.

Figura 1. *Productividad investigativa por países (2008-2022)*

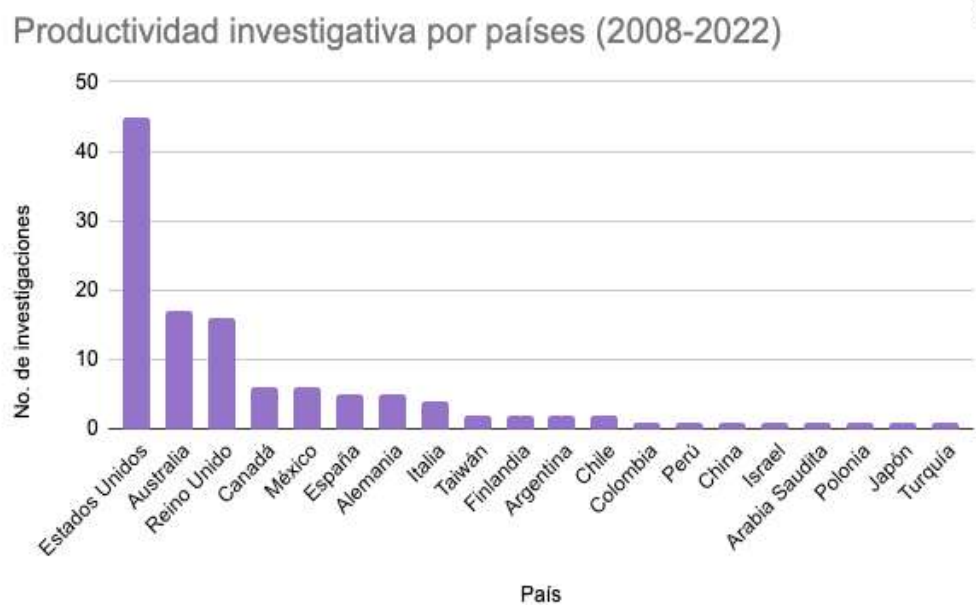
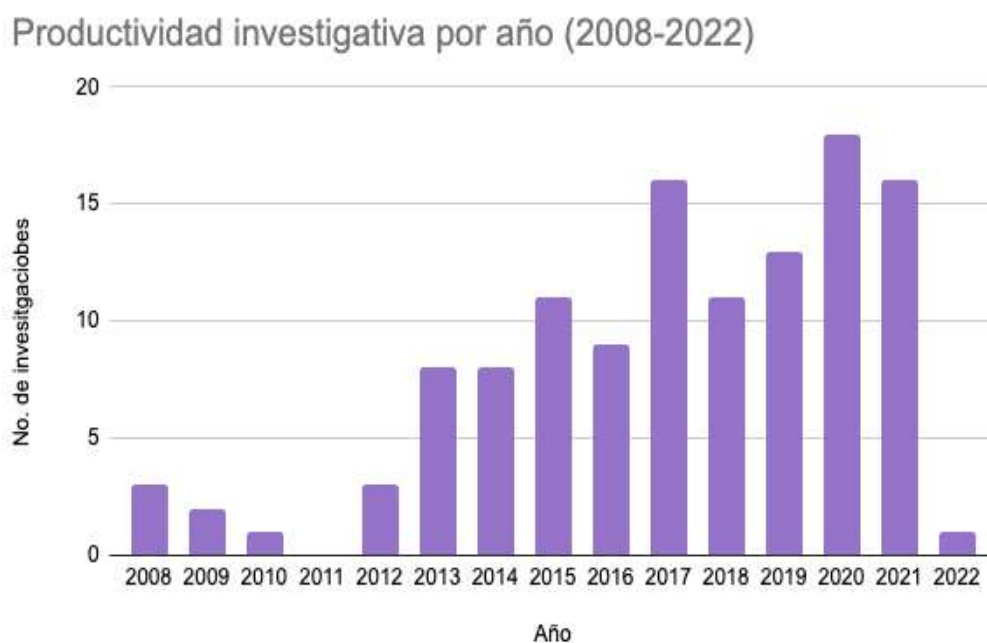


Figura 2. *Productividad investigativa por año (2008-2022)*



La productividad de este tema resultó ser de mayor relevancia en inglés, encontrando mayores publicaciones estadounidenses, australianas y británicas. Si bien, los estudios revisados parten de diversos contextos sociales, culturales y geográficos; ofrecen perspectivas que pueden orientar a la comprensión de las principales problemáticas que engloban a los TCA y las RRSS en Latinoamérica.

No obstante, de acuerdo con lo que Opara y Santos (2019) mencionan; a pesar de que tanto las mujeres latinas como las no-latinas mantengan un grado de insatisfacción corporal y de desarrollo de TCA similar, y que las investigaciones sobre mujeres adolescentes latinoamericanas están incrementando, no se ha encontrado suficiente evidencia concreta y empírica que ayude a problematizar los TCA, la IC y las RRSS desde Latinoamérica.

En este sentido, basarse principalmente en estudios provenientes de países que, por diferentes aspectos y situaciones no concuerdan con el contexto latinoamericano, resulta problemático en cierto sentido; ya que posiblemente no contempla o no empatiza con ciertas representaciones o elementos que podrían ayudar a problematizar la situación de este espacio cultural y geográfico, en el que se elabora el presente trabajo. Tal como refieren Opara y Santos (2019); “las implicaciones para los médicos y los investigadores incluyen el uso de enfoques culturalmente específicos y basados en fortalezas como factores protectores para que las adolescentes latinas fortalezcan la identidad étnica” (p.363).

Ahora bien, las investigaciones se desarrollan mayormente desde el campo de la psicología, psiquiatría, medicina y nutrición (áreas de la salud). En este sentido, al ser un padecimiento multifactorial, se sugiere contemplar el abordaje interdisciplinar para la comprensión y la creación de estudios sobre TCA y adolescencia, en relación con el entorno digital.

Asimismo, se identifica mayor productividad investigativa por parte de mujeres investigadoras que de hombres académicos, y las revistas más encontradas son *International Journal of Eating Disorders* y *Body Image*. Por otra parte; los estudios regularmente se presentan como estudios prospectivos o experimentales, con abordajes cuantitativos, y se invita a pensar en la necesidad de investigaciones cualitativas (Bohrer et al. 2020).

Regularmente los textos se presentan como estudios prospectivos o experimentales. En general, se enfocan en los efectos de exposición o visualización de imágenes en un rango de tiempo, así como los efectos sobre el uso de las RRSS. Sin embargo, la mayoría de los trabajos parten de la utilización de metodologías cuantitativas (Como el estudio de Bohrer et al. 2020; McCaig et al. 2018; Moessner et al. 2018; Turja et al. 2017, entre otros). Estas refieren principalmente a los análisis de contenido, *machine learning*, minería de datos, análisis de sentimientos, extracción de datos de foros de discusión en línea, revisión sistemática, casos de estudio, encuestas y cuestionarios. En suma, una perspectiva cuantitativa del fenómeno.

Por lo anterior, se sostiene lo que Boher et al. (2020) argumentan, una necesidad de investigaciones con un enfoque cualitativo; y los análisis fenomenológicos interpretativos para explorar las vivencias desde el desarrollo hasta el proceso de recuperación son los próximos pasos hacia la comprensión de la naturaleza del fenómeno. De este modo, recomiendan que las personas que hayan pasado por una experiencia de TCA sean los colaboradores clave en el futuro de la investigación sobre RRSS y TCA.

Cabe señalar que, hasta el momento, no se presentan muchos estudios que permitan mostrar el papel de las RRSS en función de la propia historia de TCA de la adolescente. Ni se identifica, a partir de las vivencias, prácticas, subjetividades y expresiones, cómo ha cambiado la construcción de su IC tomando en cuenta el rol de estas [RRSS] a lo largo del TCA. Por lo tanto, existe un vacío epistemológico y metodológico al hablar de las experiencias de vida de las adolescentes con un TCA, considerando las

diferentes temporalidades, trayectorias y procesos a lo largo de su padecimiento. Falta dar más voz a la experiencia y a la historia para comprender mejor el fenómeno y así, identificar realmente cómo las RRSS están participando.

El papel del tiempo y el contexto sobre las prácticas en RRSS con respecto a los TCA también es importante. Es pertinente indagar en cómo las RRSS participan como un proceso dinámico en el TCA, en el que las temporalidades del proceso de las mujeres con este padecimiento, afectarán en la forma de uso, de prácticas, de participación y de apropiación de las RRSS. Lo cual, toma sentido cuando se habla de la construcción de la IC.

Por ejemplo, en Peter y Brosius (2021) se identifican las diferentes temporalidades y dinámicas en las que juega el papel de los medios de comunicación, incluyendo las RRSS. También, en relación con Eike y Reddy (2017), que presentan una investigación cualitativa abarcando la historia del uso de aplicaciones digitales de salud que mujeres con un TCA en proceso de recuperación, le dieron y le han dado antes y después de su diagnóstico.

Este tipo de investigaciones, a manera de consideración, son las necesarias para identificar el papel de las RRSS en la construcción de la IC en personas con TCA; para comprender cómo es que las RRSS participaron y están participando, cómo las mujeres afrontan el TCA a través de las RRSS y cuál ha sido su historia en ellas. Lo anterior, para abrir la oportunidad de encontrar componentes importantes que aporten a la salud pública.

Perspectiva teórica más encontrada

Se evidencia la relación mujer-objeto en el contexto digital, y la teoría de la objetificación (Fredrickson y Roberts, 1997) es hasta el momento la más encontrada en las investigaciones. Se sugiere que las RRSS promueven experiencias objetivadas, desde la perspectiva de la persona observadora; lo cual, tiene consecuencias para la IC (Manago et al. 2015).

Cabe mencionar lo que Tiggemann (2013) señala; si bien, esta teoría no abarca todos los factores principales que contribuyen al desarrollo de un TCA, sí explica las fuerzas en la sociedad y aporta ideas importantes a considerar para la conceptualización, el tratamiento y la prevención de un TCA. Lo cual es relevante, ya que según Susan Bordo (1995) y Holmes et al. (2017); los factores socioculturales dentro de la perspectiva médica han sido catalogados como “secundarios”, y se ha sugerido la existencia de un

desequilibrio entre la valoración de los factores que involucran el fenómeno de los TCA, a pesar de que sean determinados desde un marco biopsicosocial.

Internet y Trastornos de la Conducta Alimentaria

En los últimos años, a raíz del aumento de consumo de Internet, surgen debates sobre cómo afecta o ayuda en la prevención de problemas de salud pública. En este sentido, se encontró una relación entre el tiempo y uso de Internet con el deseo de adelgazar, internalización del ideal corporal delgado y con conductas desordenadas de la alimentación (Ioannidis et al. 2021; Tiggeman y Slater, 2013), especialmente en mujeres, señalando que la adolescencia es un periodo de vida vulnerable para padecer un TCA.

Dentro de los estudios sobre el uso de Internet y los TCA, predominantemente cuantitativo, se incluyen las búsquedas de contenido por parte de los internautas sobre los TCA. Por ejemplo, un estudio sobre los buscadores web fue el de Borzekowski et al. (2010), el cual es un análisis de contenido acerca de los resultados derivados de búsquedas con términos relacionados con pro-TCA (como pro-ana, pro-mia, pro-anorexia o pro-bulimia).

Sus hallazgos parten de la identificación de sitios web con contenido *thinspiration*, en donde se presentan imágenes de mujeres excesivamente delgadas, incluyendo personas comunes, así como celebridades, modelos y atletas. Asimismo, los sitios web promueven consejos sobre dietas para perder peso o rutinas para ejercitarse, pero también acerca de cómo ocultar los comportamientos de un TCA.

Por otra parte, llama la atención que los usuarios utilizaban estos sitios web como una forma para opinar y expresar, al igual que el estudio de Turja et al. (2017), en donde el anonimato dentro de estas comunidades *online* contribuyó a un sentido de escucha, comprensión y de pertenencia en un grupo.

En este sentido, se encuentran artículos que en gran medida tratan sobre comunidades pro-TCA en Internet. En general, se basan en la exposición al contenido y en identificar si el bienestar disminuye. Como en Turja et al. (2017), donde se explica el impacto dañino al visitar comunidades pro-TCA, especialmente porque los usuarios se aconsejan para mantener su TCA (consejos para perder peso, qué alimentos comer que no rompan con su restricción calórica, consejos para desechar los alimentos consumidos, apoyo emocional en pro del trastorno, etc.), al igual que en Borzekowski et al. (2010).

Las comunidades pro-TCA en el mundo digital presentan lenguajes con ciertos significados relevantes para el estudio de los TCA en adolescentes. Por ejemplo, el lenguaje utilizado en blogs pro-TCA y blogs de recuperación de un TCA, según los resultados de Wolf, et al. (2013), presentan diferencias. En los blogs pro-TCA, a diferencia de los de recuperación, se utilizaron en mayor medida palabras relacionadas con el cuerpo, el ejercicio, la comida y la dieta, así como palabras que contienen emociones negativas.

A su vez, llama la atención que los problemas asociados con la escuela fueron plasmados mayormente en los blogs pro-TCA, esto puede poner de manifiesto que el uso de Internet depende de las vivencias, del contexto, del sentir de la persona usuaria. Además, sobre las diferentes formas de utilizar y apropiarse del entorno digital, ya sea como refugio, como diario, como generador de comunidad, como forma de resistencia ante lo hegemónico, entre otros.

Los artículos sobre sitios web y comunidades presentan, a manera de consideración, puntos importantes a resaltar: 1) Los estudios se enfocan principalmente en el uso de Internet; 2) Las formas de comunicación dentro de las comunidades expresan posturas propias de un propio contexto social y cultural, que abarcan valores culturales y significados sobre la IC; 3) La comunidad en red, puede ayudar a la prevención o recuperación, pero también pueden participar como co-desencadenantes y reforzadores de ciertas conductas pro-TCA; 4) Los sitios web resaltan posturas hegemónicas sobre la IC femenina; 5) Los significados que surgen a través de las comunidades en entornos digitales son relevantes y necesarios de problematizar para la comprensión del fenómeno. Esto, debido a que las comunidades virtuales tienen la oportunidad de expresar lo que realmente sienten, o por lo que verdaderamente están pasando. Estos espacios, posibilitan la libertad para comunicar las experiencias y emociones fuera del espacio institucional (en las sesiones terapéuticas, con los psiquiatras o nutricionistas, etc.) o familiar, incluso.

Por otro lado, se ha puesto de manifiesto que los blogs de “vida saludable” pueden presentar conductas normalizadas de TCA, y los mensajes e información publicada dentro de ellos pueden poseer componentes perjudiciales para la salud. El análisis de contenido realizado por Boepple y Thompson (2014) encontró que, de los 21 blogs analizados (todos a cargo de mujeres), 5 blogs se rigen por “bloggers” que están en recuperación de un TCA, 7 se encontraban con problemas en su menstruación o fertilidad y 4 mencionaron

que no poseen ninguna certificación en el campo de la salud. Cabe destacar que de esas 4 “bloggers”, una de ellas ya había publicado un libro para adolescentes sobre cómo mantener una IC positiva, ya que se considera una experta autodidacta con respecto a la IC.

Retomando el estudio anterior, las “bloggers” encontradas por Boepple y Thompson (2014) trabajan con patrocinadores de productos de ejercicio y salud, otras se dedican al modelaje. Asimismo, las publicaciones de los blogs analizados concentran imágenes relacionadas con una auto-objetificación, dejando a un lado publicaciones que refieren principalmente a la salud. Se encontró que 12 de los 21 blogs concentran una idealización de un cuerpo delgado, y que en algunas ocasiones se presenta una estigmatización del sobrepeso/ grasa corporal.

También, se encontraron publicaciones sobre “alimentación desordenada”, incluyendo publicaciones de culpa al comer más de lo adecuado y publicaciones de “antes-después” que demuestran los cambios físicos en su cuerpo.

En este sentido, resulta pertinente señalar cómo este tipo de investigaciones reflejan significados y la reconfiguración de prácticas culturales, así como la participación de las industrias económicas y de salud ante el fenómeno de los TCA y la IC, particularmente en el género femenino.

A partir de esta temática, se encuentra que Internet se estudia desde el uso, bajo una perspectiva instrumental. Además, resulta necesario un mayor número de estudios basados en la comprensión cultural de los TCA. Por último, hasta el momento no se han encontrado estudios con perspectiva feminista y/o de género en esta categoría.

Uso de Redes Socio-digitales y Trastornos de la Conducta Alimentaria

Los hallazgos de las investigaciones indican que el uso de RRSS en adolescentes posee relación con un deseo de adelgazar y con los TCA, particularmente en mujeres adolescentes (Engeln, et al. 2020; Sugimoto, et al. 2020; Tiggeman y Slater, 2013; Wilksch, et al. 2019). Dentro de esta problemática, se encuentran actividades propias de las RRSS que contribuyen a los TCA, como las *selfies*.

Compartir fotografías de una misma posee un significado, y publicar *selfies* en las RRSS puede cumplir un papel relevante dentro del estudio de los TCA. El estudio de McLean et al. (2015), encontró que las mujeres adolescentes que compartían más imágenes de ellas mismas y una mayor manipulación de la imagen (como el uso de filtros

en *selfies*), a diferencia de las que no, presentaron una mayor insatisfacción corporal, restricción dietética, sobrevaloración de su peso e imagen corporal y una internalización del ideal delgado.

También, tanto Lonergan et al. (2020) como Wick y Keel (2020) sostienen que las actividades en RRSS relacionados con la apariencia, como las *selfies*, tiene relación con los comportamientos de riesgo de un TCA. No obstante, es importante señalar que ambos estudios y el de McLean et al. (2015) se desarrollaron en forma cuantitativa, por lo que se sugiere indagar en el significado que las personas le otorgan a estas actividades, y profundizar más en sus experiencias personales y en su contexto.

Por otro lado, se encontraron publicaciones sobre anorexia y *Youtube*. Por ejemplo, el trabajo de Syed-Abdul et al. (2013), un análisis de videos relacionados con la anorexia (clasificándose como videos informativos, pro-anorexia u otros) por parte de tres médicos, encontraron que si bien, los videos informativos se presentan en mayor medida, el contenido pro-anorexia contiene mayores reproducciones e interacción.

Esto se contradice con Oksanen, et al. (2015) ya que, por medio de un análisis de sentimientos, determinaron que a pesar de que el contenido pro-anorexia se presenta en gran cantidad, los videos que promueven ayuda para la anorexia y que están en contra de las comunidades pro-anorexia fueron los más populares en *Youtube*. Cabe mencionar que los videos anti-pro-anorexia del estudio fueron principalmente creados por personas en recuperación de anorexia; esto ofrece una mirada sobre el papel que cumplen las RRSS, ya que también es posible negociar con ellas y ser crítico ante el uso, la recepción y las prácticas, pero en función de un bagaje de vivencias y de experiencias.

Lo anterior ha trascendido a otras RRSS, como *Tik Tok*. El estudio de caso de Logrieco, et al. (2021) sobre una adolescente de 14 años relata que el tema de la anorexia suele ser común dentro de esta red, y se identifican dos fenómenos importantes: los videos “pro-ana” o pro-anorexia (contenido que aconseja sobre la pérdida de peso en forma no saludable y que fueron censurados por la misma compañía) y los videos “anti-pro-ana” o anti-pro-anorexia (videos que concientizan sobre la problemática de la anorexia).

Llama la atención que, a pesar de ser videos con una finalidad de crear conciencia sobre la problemática de la anorexia, el estudio señala que llevan a los usuarios a realizar conductas en pro de la anorexia y a desarrollar un TCA. La adolescente diagnosticada con un TCA comenta haber iniciado, en cierta medida, gracias a *Tik Tok*, ya que la inspiró a

realizar conductas de riesgo de un TCA (progresiva restricción alimentaria, 5 horas diarias de ejercicio físico y consumo de laxantes) con la finalidad de disminuir su peso corporal rápidamente.

De hecho, en el caso de *Tik Tok*; se muestra un incremento de artículos a partir de 2020. Particularmente, se habla sobre los *posts* acerca de personas en recuperación de un TCA que exponen su día a día y su proceso. El estudio de Herrick et al. (2021) indica que si bien, esta plataforma puede brindar herramientas para dar voz a su recuperación y promover una comunidad, se encuentran similitudes entre publicaciones de recuperación de TCA y contenido pro-TCA. Por lo tanto, recomiendan para futuras investigaciones contemplar los efectos de participar en *Tik Toks* de recuperación como creador, pero también como espectador. También, se invita a considerar las posibles implicaciones como la difusión de desinformación que sea riesgoso para la salud y contenido sensible o de odio (Zenone et al. 2021).

Por último, hasta el momento, solamente se ha encontrado un modelo conceptual para examinar la influencia de las RRSS en la IC y sus efectos en la sintomatología de los TCA en mujeres adolescentes latinoamericanas (Opara y Santos, 2019), basado en la teoría de la Objetificación y la teoría de la Interseccionalidad. Sin embargo, se considera que parte de una perspectiva conductual del efecto de las mujeres ante las RRSS. No obstante, algo que se destaca en esta propuesta, es el papel de la cultura y la identidad étnica como un punto importante ante los TCA y la construcción de la IC en adolescentes latinoamericanas. Lo cual es relevante, pues [hasta el momento] son escasos los estudios que consideren el entrecruce de características sociales y culturales ante las problemáticas de salud.

Instagram y Facebook

Las publicaciones sobre RRSS y TCA más encontradas tratan sobre *Facebook* e *Instagram*, es por ello que se le dedica un apartado en esta investigación. Cabe aclarar que los estudios en este apartado, suelen ser de “causa y efecto”.

Según el estudio comparativo entre *Instagram* y *Facebook* de Engeln et al. (2020), dirigido a mujeres universitarias y basado en los efectos de antes - después de visualizar imágenes y utilizar ambas aplicaciones, *Instagram* causa mayor comparación relacionada con la apariencia física, generando mayor insatisfacción corporal en las participantes.

Se considera que esto se debe a la arquitectura de *Instagram*, al priorizar la participación basada en imágenes, lo cual puede perjudicar principalmente a las adolescentes que poseen una preocupación por su imagen y peso corporal, así como una baja autoestima. A partir de lo anterior, Engeln et al. (2020) sugieren adoptar medidas en el consumo habitual de RRSS, como seguir cuentas que fomenten una IC realista y positiva o dejar de seguir u ocultar cuentas que perjudiquen a la salud emocional con respecto a la IC.

No obstante, es pertinente señalar la necesidad de que la adolescente primero se percate sobre la forma en la que utiliza y se apropia de las RRSS, para que así, ella sea consciente y tome decisiones críticas a favor de su bienestar. Además, cabe recordar que las adolescentes poseen capacidad de agencia, y ellas pueden negociar con las RRSS en cuestión del uso y consumo de las mismas. Lo anterior se asocia con la ciudadanía digital y con un empoderamiento por parte de las mujeres ante el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación, relacionándose con la diversidad de ciberfeminismos existentes en la Red (Natansohn, 2013), re-significando el uso y las prácticas en el entorno digital.

Por otro lado, se encontró que *Facebook* contribuye a las prácticas de riesgo de un TCA en mujeres, debido principalmente a los comentarios y retroalimentación en las publicaciones. Fardouly y Vartanian (2014) y Mabe et al. (2014) señalan que se promueve una comparación social con las fotografías en la red (sean de amigos o de celebridades) y una excesiva preocupación por la IC gracias a los comentarios que pueden surgir en las fotografías, y que pueden reforzar el ideal de belleza delgado (como la *Fat Talk*, mencionado anteriormente).

Lo anterior tiene relación con los hallazgos de Hummel y Smith (2014), en donde se encontró que recibir retroalimentación negativa en *Facebook* incrementa la posibilidad de restricción alimentaria. No obstante, también llama la atención que, a pesar de que se presente una retroalimentación positiva, puede aumentar el riesgo de un TCA si la persona tiene un mal concepto de sí mismo.

Otra investigación sobre *Facebook*, como la de Tiggemann y Slater (2013) basada en un cuestionario contestado por adolescentes, identificó que el tiempo en esta red tiene relación con la internalización de un ideal delgado, considerando a las RRSS como un medio sociocultural importante a considerar en la IC de las mujeres.

Dos años después (Tiggemann y Slater, 2016), se encontró un incremento en la insatisfacción corporal por parte de las participantes debido al uso habitual de *Facebook*, teniendo como un elemento importante los amigos dentro de esta red, ya que impulsaron la intención de adelgazar. Asimismo, la vigilancia corporal y la internalización de un ideal delgado se relacionan con un mayor número de amigos, que se encontró como un fuerte sentido de popularidad y estima entre las adolescentes.

En este sentido, es relevante considerar a los amigos en RRSS como potenciales a contribuir en los fenómenos de un TCA, lo cual tiene semejanza con lo que ocurre en un entorno *offline* con respecto a la internalización de un ideal delgado, comparaciones sociales, y conductas de riesgo de un TCA (Tiggemann y Zaccardo, 2015). Entonces, aquí se percibe cómo el entorno sociocultural, y las RRSS vistas como parte de la cultura, están participando y reconfigurando prácticas sobre la percepción de la IC, sobre la remediación de la fotografía, sobre la interacción social, y sobre la propia consideración de una misma.

Por otro lado, investigaciones que incluyen a personas en tratamiento de un TCA de forma grupal y su relación con *Facebook*, como el estudio de Saffran et al. (2016), consideran que la interacción tanto en esta red como en las RRSS en general, puede afectar a su recuperación, teniendo mayor riesgo de una recaída. Sin embargo, la interacción vía *Facebook* con los demás compañeros en tratamiento [de un TCA] se asoció con aspectos positivos en su recuperación, por lo que las RRSS, en cierta forma, pueden ayudar al bienestar físico y mental de los usuarios. De este modo, las RRSS participan en función de un contexto, de las temporalidades, de las interacciones, de las experiencias de vida, del entorno que las rodea.

Algo interesante del estudio anterior es que, en el tratamiento de los participantes en recuperación de un TCA, a menos de la mitad se les ha fomentado sobre ser crítico ante el uso habitual de las RRSS, y cabe señalar que una gran parte de los compañeros en tratamiento comúnmente las utiliza. En ese sentido, se asume que no se ha considerado realmente a las RRSS como un factor de riesgo de un TCA. Esto tiene relación con lo que se señaló anteriormente sobre cómo los factores socioculturales, desde las ciencias de la salud, pueden ser vistos como “secundarios” (Bordo, 1995; Holmes et al., 2017), por los que se les otorga una menor consideración que otros.

Ahora bien, investigaciones abordaron el estudio de *hashtags* (#) dentro de RRSS, como el caso de *#cheatmeal*. Las publicaciones con *#cheatmeal* se refieren a fotografías

de comida que plasman un consumo excesivo de alimentos que se encuentran fuera de su régimen calórico o alimenticio (su día “libre de dieta”).

Las publicaciones *#cheatmeal* puede relacionarse con los TCA. Por ejemplo, en Pila et al. (2016), por medio de un análisis de contenido, se encontró que este *hashtag*, en *Instagram*, se asocia con conductas relacionadas con trastorno por atracón o con bulimia nerviosa, es decir, un TCA.

En el estudio (Pila et al., 2016) llama la atención que también se encontraron imágenes de *selfies* o del cuerpo de los usuarios en forma objetificada. Además, en el pie de las publicaciones, los comentarios solían ser acerca de una conducta compensatoria debido a la dieta o régimen calórico que se encuentran realizando, sobre normalizar el tener periodos de comer en forma excesiva al estar en restricción alimentaria, o con respecto a una categorización de alimentos chatarra.

Retomando lo anterior, cabe resaltar que, según la investigación, los usuarios que más publican son aparentemente personas que se encuentran realizando una dieta y/o que se dedican al *fitness*, encontrando imágenes relacionadas con la musculatura y el ejercicio físico. Por lo tanto, se presentan similitudes en relación con las comunidades pro- TCA y los blogs “saludables” (Boepple y Thompson, 2014), al promover un cierto estilo de vida que puede formar parte de la normalización de prácticas relacionadas con un TCA.

Asimismo, las publicaciones mayormente encontradas tratan acerca de *#fitspiration* y *#thinspiration*, mismas que se presentan como comunidades que tienen relación con los TCA.

#Fitspiration - #Thinspiration.

El *hashtag fitspiration* refiere a comunidades *online* o publicaciones que poseen *#fitspiration* y que promueven una vida saludable. Sin embargo, se encuentran similitudes con el antiguo *hashtag thinspiration*, mismo que ya fue bloqueado por RRSS como *Instagram* o *Pinterest*. Imágenes de *#thinspiration* y *#thinspo* en *Pinterest* y en *Twitter*, como señala el estudio de Ghazanavi y Taylor (2015), ya se han considerado como publicaciones que promueven la objetificación y auto-objetificación de la mujer, así como detonantes de conductas de riesgo de un TCA.

El riesgo incrementa a medida que el consumo regular de estas imágenes relacionadas con *#thinspiration* aumenta, y las publicaciones mayormente consisten en

mujeres posando su cuerpo. La “inspiración” por parte de este *hashtag*, según Ghazanavi y Taylor (2015), representa a una mujer en los huesos, sexualmente provocativa, resaltando su abdomen y su pelvis.

Como forma de contrarrestar a *#thinspiration* y con la finalidad de crear conciencia hacia una relación sana con el cuerpo y la salud, surge la comunidad *#fitspiration*, principalmente en *Instagram* (Limniou et al., 2021). *#Fitspiration* consiste en publicaciones relacionadas con la salud, ejercicio físico y una alimentación adecuada.

Si bien, las intenciones al publicar pueden ser con una finalidad positiva, Holland y Tiggemann (2017) afirman que las mujeres que realizan publicaciones basadas en *#fitspiration* tienen mayor tasa de probabilidad de conducir al ejercicio compulsivo, musculatura y el desarrollo de un TCA. Esto se debe a que esta comunidad lleva una carga de elementos que pueden ser una amenaza a la salud; normalmente se incluye la repetición de un tipo de cuerpo (delgado y tonificado), y se promueve la apariencia en lugar de promover la salud.

Lo anterior tiene relación con lo que McCaig et al. (2019) señalan, un *hashtag* considerado “dañino”, que termina siendo censurado o prohibido, regularmente se reemplaza por uno nuevo, manteniendo el mismo riesgo de ser peligroso para los usuarios. También, cabe destacar que Tiggemann y Zaccardo (2015) identifican una extensión de los modelos socioculturales provenientes de los medios de comunicación tradicionales a los digitales.

Por otro lado, el estudio de Limniou et al. (2021), al igual que en Tiggemann y Zaccardo (2015), encontró que la exposición a publicaciones *#fitspiration* en *Instagram* produjo una reducción en la autoestima y una influencia negativa en la IC, así como comparación social con base en la apariencia física. Los factores propios del entorno digital (como los corazones) se asociaron con la insatisfacción corporal y al ajuste de un ideal sobre el cuerpo.

Asimismo, es importante recordar el estudio mencionado anteriormente sobre los blogs de “vida saludable” y las “bloggers” (Boepple y Thompson, 2014); los cambios alimenticios, de ejercicio o de comportamiento relacionados con la vida saludable y motivados por alcanzar los ideales corporales, pueden derivar en conductas normalizadas de un TCA.

Sin embargo, como refieren Tiggeman y Zaccardo (2015) en su estudio, *#fitspiration* consiste en una comunidad que su función principal es inspirar hacia una vida saludable; y si bien, los resultados son negativos y perjudiciales para las participantes en cuanto a su IC, las mujeres sí presentaron una inspiración hacia cambios saludables en su forma de vivir. La investigación concluye en que *#fitspiration* posee efectos positivos (intencionados) en la motivación, pero también negativos (no intencionados) en la IC.

#Fitspiration pudiera ser beneficioso para la autoconfianza y la autoestima en mujeres si se promovieran cuerpos diversos y si fluyeran significados y valores distintos al discurso dominante sobre la IC femenina.

No obstante, a partir de estos *hashtags*, primordialmente se plasman discursos culturales hegemónicos dirigidos al cuerpo femenino, que corroboran la relación entre lo saludable y lo estético.

Situación por Covid - 19

Derivado de Covid-19, se encontró un aumento de casos de TCA a partir del segundo semestre de 2020 en algunos países, por ejemplo en Italia (Vaccaro et al., 2021). En este sentido, investigaciones reflejan un aumento de búsquedas sobre TCA y “vergüenza corporal” en el primer año de pandemia, por lo que se invita a vigilar el uso de RRSS en población adolescente, debido a que las RRSS pueden considerarse un factor de riesgo de TCA (Vaccaro et al., 2021).

También, se dice del aumento de estos padecimientos derivado de los cambios de rutina repentinos a raíz de la pandemia, principalmente el confinamiento. En relación con la exposición e interacción de RRSS y el Covid-19, puede aumentar la preocupación por el peso y la IC, lo que puede ser un factor de riesgo de desarrollar TCA (Nutley et al., 2021; Rodgers et al., 2020).

Por otra parte, el estudio de Nutley et al. (2021), acerca de las experiencias de usuarios de *Reddit* sobre los TCA a nivel global en el contexto pandemia, señaló que tuvo efectos negativos en la salud mental de la mayoría de los usuarios. Además, las personas buscaban apoyo en momentos de ansiedad y malestar emocional cuando se involucraban con comportamientos de TCA, provocados especialmente a partir de los cambios repentinos. Asimismo, se encontró que el apoyo solía ser común entre usuarios; por lo que, los foros (RRSS en general) pueden funcionar como una comunidad terapéutica que ayuda a las personas con síntomas de TCA y que están afrontando este padecimiento,

ayudando a que las personas con acceso limitado a atención médica puedan encontrar calma y terapia grupal por medio de estas plataformas.

No obstante, Nutley et al. (2021) también señalan que todos los foros de TCA en *Reddit* deben ser moderados cuidadosamente, ya que uno puede estar expuesto a la exposición de contenido dañino a favor de un TCA (pro-TCA).

Aplicaciones Móviles sobre la Salud y los Trastornos de la Conducta Alimentaria

Llama la atención que, durante el proceso de revisión de literatura, se encontraron grandes cantidades de artículos de investigación asociados con el uso de aplicaciones móviles para la salud y la relación que tienen con los TCA en las personas, especialmente en las mujeres. Es por esta razón que se incluye un apartado específicamente sobre este tema.

El uso de aplicaciones móviles para la salud se mantiene como un debate. Si bien, García y Mendoza (2020) proponen que su uso puede llegar a tener un impacto importante en la salud pública, como en la pérdida de peso, es necesario tomar en cuenta los factores psicosociales, socioculturales y vivenciales de las personas usuarias, así como las formas de interacción y significación.

MyFitness Pal fue la aplicación móvil sobre la salud más nombrada en las publicaciones sobre TCA, misma que tiene funciones especiales para RRSS, como el crear comunidades o compartir los datos registrados. Su función es calcular y contar calorías; le brinda al usuario, con base en ciertos datos de peso corporal, medidas y objetivos, un régimen calórico que le ayuda a lograr los propósitos planteados. Este tipo de aplicaciones (como *MyFitness Pal*), han sido catalogadas como “promotores de síntomas de un TCA”.

Por ejemplo, el estudio de Eikey (2021) encontró que las aplicaciones de dieta y *fitness* pueden desencadenar o agravar síntomas relacionados con las conductas de riesgo de un TCA, al centrarse en una fijación por las calorías, obsesión y dependencia de la aplicación, así como emociones negativas y una excesiva cuantificación.

Otro trabajo, como el de Levinson et al. (2017), que consistió en una aplicación de cuestionarios a 105 participantes universitarios diagnosticados con un TCA, identificó a 78 ex-usuarios de *MyFitness Pal*, quienes la utilizaban para registrar su ingesta calórica. De esos 78, más de la mitad mencionaron que esta aplicación contribuyó en cierta medida

a su TCA; lo cual tiene relación con lo que McCaig et al. (2019) sostienen sobre la relación entre las personas con sintomatología alta de un TCA y *MyFitness Pal*.

La investigación de McCaig et al. (2019), una extracción y análisis de comentarios de foros de discusión relacionados con los TCA que mencionaron *MyFitness Pal* en *Reddit*, identificaron que las personas solían utilizar la aplicación cuando comienzan una dieta, y algunos comentaron experiencias de estrés, preocupación o culpa al violar su objetivo calórico, o incluso cuando lo habían logrado. Además, se presentó una satisfacción por parte de los usuarios al recibir notificaciones cuando su ingesta calórica estaba baja, o gracias al registro previo de alimentos y bebidas.

No obstante, estos artículos encontrados se realizaron mayormente con enfoque cuantitativo. Las aplicaciones digitales suelen ser vistas de forma conductual o mecánica. En este sentido, se considera necesario introducirse a esta línea de investigación de forma en la que se pueda adquirir una mirada más profunda sobre las mujeres y la interacción con estas tecnologías para identificar los aspectos pertinentes en el desarrollo de un TCA.

Uno de los estudios más oportunos es el de Eikey y Reddy (2017); realizaron 16 entrevistas a mujeres con un TCA que utilizaron aplicaciones basadas en la salud para la pérdida de peso, principalmente *MyFitness Pal*. Es interesante que el uso de estas aplicaciones y la forma en la que influyó en el desarrollo del TCA cambió con el paso del tiempo.

En su “viaje”, como las mujeres del estudio de Eikey y Reddy (2017) hacían llamar a su experiencia con TCA desde los inicios hasta la recuperación, comentaron que iniciaron descargando la aplicación con la finalidad de bajar de peso y rastrear su consumo alimentario por la misma razón, pero poco a poco esto se salió de control.

Las mujeres generaron una obsesión por registrar todos los alimentos en la forma más exacta posible, y disminuían su consumo de alimentos al ver que se estaban pasando de lo “adecuado” en el día. Cabe señalar que en los inicios, no se percataron de su progresivo comportamiento desordenado, incluyendo conductas como introducir la ingesta calórica en la aplicación pero no ingerir lo registrado.

Llama la atención las similitudes percibidas entre el estudio de Eikey y Reddy (2017) y el de McCaig et al. (2019); ambos estudios mencionaron sobre el autoengaño por parte de las personas participantes, se encontró que manipulaban el registro de calorías. Un ejemplo es cuando se pone en la aplicación que es sedentario, y al momento

de registrarse de esa forma, se plasma el régimen calórico “adecuado” para una persona sedentaria. Sin embargo, en realidad la persona sí hace ejercicio, pero consume las calorías de alguien sedentario con la finalidad de bajar de peso rápidamente.

Ahora bien, se considera que las dinámicas en el uso de las aplicaciones para bajar de peso como *MyFitness Pal* no son totalmente negativas o totalmente positivas; más bien, esto dependerá de la reflexión y el estado emocional, social y cultural de las personas usuarias, así como del diseño de la aplicación. Según Eikey (2021), es importante pensar en las consecuencias negativas de las aplicaciones tomando en cuenta el individuo, su contexto y el diseño de la aplicación. Para así, llegar a un conocimiento que permita aportar una visión crítica sobre la salud en las personas.

Sin embargo, aún es necesario una indagación profunda en este tema, con diversos enfoques y metodologías que permitan dar aspectos pertinentes a considerar para contribuir al beneficio de la salud de las personas en la sociedad. Como afirman Eikey y Reddy (2017), existe una deficiencia en estudios sobre aplicaciones de pérdida de peso y TCA.

Asimismo, como Levinson et al. (2017) sostienen, es importante que para futuras investigaciones se considere el uso de métodos cualitativos. Por lo cual, el presente trabajo toma con relevancia el conocer las experiencias de las mujeres adolescentes, para comprender cómo este tipo de acontecimientos están participando en la construcción de la IC y en las trayectorias del TCA.

Entonces, se considera que las aplicaciones acerca de la salud y el *fitness* deben diseñarse de una forma en la que su enfoque no sea específicamente en las calorías, pérdida de peso y en la excesiva cuantificación. El estudio de García y Mendoza (2020), por medio de cuestionarios, encontró que existe un alto uso de las aplicaciones saludables, principalmente para mejorar la alimentación y la pérdida de peso, pero la prioridad por la salud se obtuvo en el último lugar.

En este sentido, se resalta la necesidad de que las aplicaciones se orienten hacia un estilo de vida saludable que no únicamente sea priorizar la cuantificación (como *My Fitness Pal* lo hace), sino incluir otros componentes que le aporten al usuario salud física y mental en forma integral. Que sea una aplicación que ayude a mantener una relación positiva con los alimentos y con el ejercicio físico, y que enseñe lo que son los nutrientes,

así como diversos temas relacionados que promuevan las razones por las cuales se debe llevar una vida saludable.

Como Eikey sostiene (2021); hay que cambiar la forma en la que se piensa la promoción de la salud en el contexto digital, ya que se debe tomar en cuenta la salud mental de los usuarios y la interacción entre la salud física y mental de ellos. Por lo cual, se sugiere considerar otros elementos, como las sensaciones o emociones, ya sea al realizar ejercicio físico o al comer, así como las habilidades que el usuario desarrolló al ejercitarse y las razones por las que hay que mantener una alimentación sana.

Estrategias de Prevención de un Trastorno de la Conducta Alimentaria

Para abordar los TCA y las RRSS en mujeres adolescentes, es relevante identificar las estrategias preventivas que se han llevado a cabo con respecto a la cultura digital. Lo más encontrado fue sobre las etiquetas de advertencia en las imágenes mediáticas editadas o “no reales” sobre la apariencia física como un método de prevención. Sin embargo, a pesar de no tener resultados favorables (Danthinne, et al., 2020; Kwan, et al., 2018), se identificaron algunos países que están en labor de legalizar esta propuesta.

El estudio de Danthinne, et al. (2020), una revisión sistemática y meta-análisis de la literatura, sostiene que estas etiquetas pueden ser contraproducentes, ya que se encontró que no benefician a la IC sino que pueden aumentar la comparación social, internalización del ideal delgado y las preocupaciones sobre el cuerpo y la alimentación. Además, pueden amenazar a la población vulnerable, como lo son las adolescentes.

Otra investigación que demuestra los resultados no muy positivos sobre esta estrategia es la de Kwan, et al. (2018), dirigida a estudiantes universitarias, que estudiaron los efectos ante la exposición de imágenes con o sin etiquetas de advertencia una vez a la semana durante cuatro semanas. Los resultados señalan que estas imágenes de advertencia no tienen un impacto preventivo, ni tuvieron un efecto preventivo a lo largo de las 4 semanas.

Por lo cual, a pesar de ser la estrategia de prevención más encontrada y nombrada en publicaciones, las etiquetas de advertencia en las imágenes de los medios de comunicación no suelen prevenir, sino que contribuyen a reforzar conductas de riesgo de un TCA. En este sentido, es importante tomar en cuenta estos estudios para que los países correspondientes tengan a consideración las fallas en el abordaje de estas medidas preventivas.

Aunado a lo anterior, y de acuerdo con Silva et al. (2017), las estrategias y campañas de prevención deben diseñarse en forma específica al tipo de población; que abarca temas contextuales, sociales, políticos y culturales sobre los TCA.

¿Cuál es la postura ante la revisión de literatura? Conclusiones

La revisión de literatura sobre el tema, ayudó a pensar en las decisiones a tomar para la investigación; a ver el fenómeno de cierta forma, pero también a cuestionar con respecto a qué falta por hacer.

Figura 3. Tendencias por categorías temáticas.



Nota. En la figura se presenta un resumen sobre las tendencias de las categorías temáticas principales de la revisión de la literatura, señalando las frecuencias en función del tamaño del texto en negritas. Aunado a ello, se tienen subdimensiones en cursiva asociadas a las categorías.

Primero, académicas y académicos consideran a las RRSS como parte importante de la influencia sociocultural en la insatisfacción corporal de las mujeres adolescentes (por ejemplo, en Cortez et al., 2016), misma que participa en la construcción de la IC y en el desarrollo de un TCA.

Al respecto, resulta pertinente abordar el tema de los TCA con perspectiva feminista; como algunas investigaciones feministas resaltan (que hasta el momento los estudios con perspectiva feminista encontrados son escasos), estudiar sobre este fenómeno implica indagar en las estructuras y roles de género (Holmes et al. 2017; Silva et al. 2017). Y, tal como señalan Ruiz et al. (2016); una aproximación feminista de los TCA, con un enfoque cultural y de género, aporta una visión que favorecería al modelo médico, con respecto al tratamiento de estos padecimientos.

Además, invitan a que las mujeres cuenten sus experiencias, para comprenderlas e identificar que no precisamente todo gira en torno al impacto de las imágenes mediáticas y el consumo de RRSS, incluso ni del propio “síntoma” o “conducta desordenada”, sino que parte de algo más profundo; derivado de una cultura, de desigualdades sociales y formas de opresión en lo que concierne al género.

De hecho, algunos académicos de ciencias sociales debaten sobre el término “conductas desordenadas”, argumentando que más bien podrían ser “lógicas culturales aprendidas en un contexto”, como Zafra (2015) y Bordo (1995) sugieren. Por lo anterior, se entiende que es indispensable entender los espacios sociales y simbólicos alrededor de los TCA, las mujeres adolescentes y las RRSS.

Tal como se ha señalado, los estudios parten de un enfoque mayormente cuantitativo y desde las ciencias de la salud. La crítica posible a estos estudios es que priorizan una perspectiva reduccionista del fenómeno, y una postura más instrumental del uso de RRSS y las aplicaciones digitales; se piensa desde el uso y la gratificación.

En este sentido, los intereses de esta investigación contemplan el consumo y el uso en el contexto. Se considera que las mujeres negocian con lo que ven en RRSS. Por lo que, resulta imprescindible mirar a las mujeres adolescentes como agentes activas, capaces de decidir frente a la información, al contenido, y a otorgarle un significado.

Por lo tanto, tiene sentido la realización de una investigación cualitativa que permita brindar las experiencias de vida de las mujeres adolescentes con un TCA y el papel que han tomado las RRSS ante la construcción de su IC. Lo anterior, debido a que las investigaciones encontradas hasta el momento, que ofrecen la voz de las participantes, y que reconocen su sentir, sus experiencias, subjetividades y trayectorias en función de la propia historia del TCA, son pocas. El estudio de comunidades virtuales y los estudios

etnográficos se han señalado como estrategias pertinentes (Gracia-Arnaiz, 2014) para futuras investigaciones. Es por ello que se contempla en la presente investigación.

Las adolescentes son retratadas de cierta forma, pero sería importante un estudio en el que realmente ellas expresen y plasmen cómo son, cómo viven, cómo afrontan y rechazan aspectos sobre la IC en relación al TCA. Dicho lo anterior, investigaciones bajo una horizontalidad resultan necesarias.

De este modo, como se mencionó en el capítulo anterior, existe un vacío epistemológico y metodológico de las experiencias de vida de las adolescentes con un TCA, considerando las diferentes temporalidades, trayectorias y procesos a lo largo de su padecimiento.

A su vez, es importante identificar las formas y prácticas de uso y consumo de RRSS, así como el sentido que ellas le otorgan al contenido que regularmente participa en su día a día. Esto con la finalidad de interpretar y comprender lo que ellas perciben al utilizarlas, en relación con su entorno, sus vivencias y sus propios valores culturales. Y, cómo lo anterior cumple un rol en su padecimiento y en la construcción de su IC.

Asimismo, se sugiere que las formas de participar en RRSS dependen de los factores socioculturales y contextuales, mismos que son necesarios de considerar cuando se estudia a los TCA, siendo un padecimiento multifactorial, bajo un marco biopsicosocial.

Es relevante considerar un mayor abordaje a partir de una mirada sociocultural del fenómeno de los TCA y RRSS. Las investigaciones que se aproximan a esta problemática bajo una comprensión más cultural, se basan en la Teoría de la Objetificación (Fredrickson y Roberts, 1997); parte de ello es la razón por la que se utiliza esta perspectiva teórica para la presente tesis.

También, las temporalidades del TCA son importantes para el estudio de RRSS e IC. Lo anterior, para identificar cómo participan y han participado en la trayectoria del padecimiento. Y cómo eso interviene en la propia percepción que se tiene de una misma. Reconocer los cambios en las prácticas, usos y apropiaciones de las RRSS a lo largo de la trayectoria de vida, de la historia con un TCA.

Ahora bien, no se ha encontrado suficiente evidencia concreta y empírica que ayude a problematizar los TCA, la IC y las RRSS desde Latinoamérica. Por lo que, puede ser un problema, debido a que probablemente no se contemplan las representaciones o

elementos que podrían contribuir a la problematización del fenómeno desde este espacio cultural y geográfico.

Por último, derivado de la situación por Covid-19, se considera imprescindible tomar en cuenta las implicaciones que parten de ello, incluyendo las repercusiones en la salud mental de las adolescentes y el sentido con el que se han utilizado las RRSS con relación a los TCA.

Capítulo III Un Modelo Teórico Feminista para el estudio de la Imagen Corporal, Redes Socio-digitales y los Trastornos de la Conducta Alimentaria (Marco Teórico - Conceptual)

Este capítulo abarca la perspectiva teórica-conceptual de la presente investigación, describiendo las teorías y conceptos que se eligieron para abordar el objeto de estudio. El propósito de este apartado es explicar a partir de qué perspectivas teóricas se cimenta esta tesis, que ayudarán a analizar las RRSS con el TCA y la IC. Para ello, se describe brevemente sobre los estudios culturales, incluyendo los estudios culturales feministas y el constructivismo social.

Asimismo, se recuperan algunos fundamentos de la propuesta de Opara y Santos (2019) para explorar las RRSS, los TCA y la insatisfacción corporal en mujeres adolescentes latinoamericanas; a partir de la Teoría de la Interseccionalidad y la Teoría de la Objetificación.

Si bien, la propuesta es un modelo conceptual para estudiar la influencia de las RRSS en la IC y sus efectos en la sintomatología de los TCA, manteniendo una perspectiva instrumental del uso de RRSS, se incorporó por la cercanía con el proyecto de investigación, y porque ayuda en el abordaje de las RRSS, la IC y los TCA considerando la relación entre el ambiente cultural y social con la salud mental de las mujeres adolescentes latinoamericanas.

No obstante, cabe recordar que en esta tesis sí se reconoce la dimensión conductual e instrumental de las RRSS, pero también sosteniendo que las mujeres son vistas como agentes que pueden negociar con las mismas [RRSS]. Es decir, se confirma que las RRSS se construyen en su uso y significación. Por ejemplo, a partir de la manera en cómo las mujeres participantes significan y replantean su relación con la tecnología, cómo se nombran, vinculan e identifican en los entornos digitales, y cómo a partir de ello se desarrollan y reconocen prácticas.

Posteriormente, el capítulo continúa con una descripción de los conceptos que son de utilidad para el desarrollo de la presente investigación; tales como la Imagen Corporal (IC) y los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA). Además, se revisa la propuesta de Manuel Castells (2009) con la Sociedad Red y se explora acerca de las Redes Socio-

digitales (RRSS), en lo que concierne a las mujeres adolescentes y el fenómeno del estudio.

El conjunto de decisiones tomadas en el presente apartado permite ofrecer este modelo teórico- conceptual. Esperando que sea de ayuda para futuras investigaciones sobre IC, TCA [u otra problemática de salud pública vinculada con la IC] y RRSS con perspectiva feminista en mujeres jóvenes latinoamericanas; desde las Ciencias Sociales y particularmente las Ciencias de la Comunicación.

Estudios Culturales

El marco teórico de esta investigación comienza a estructurarse, a partir de señalar que se ubica en los estudios culturales, por varias razones: se centra en el estudio de la vida cotidiana, en la manera en cómo las prácticas cotidianas legitiman el poder, tienen una mirada crítica de lo social, en los estudios con perspectiva feminista y también por significar un posicionamiento intelectual y político, por parte de quién realiza la investigación.

En el libro *“Estudios Culturales. Teoría, política y práctica”*, Grossberg (2010) expresa que los estudios culturales versan “del entendimiento de los modos en los que la realidad misma, y las formas con las que nos relacionamos con ella, son construcciones contingentes que están intrincadamente ligadas con la organización y articulación de la cultura y del poder” (pp. 56-57).

En este sentido, los estudios culturales son un campo que brinda herramientas para el estudio de los TCA bajo una lógica sociocultural y comunicativa, en donde intervienen aspectos económicos, políticos, culturales y sociales. También, permite estudiar los elementos simbólicos que se le otorgan al cuerpo en la vida cotidiana, y que toman un sentido en la construcción de la IC.

Para Eduardo Restrepo (2012), existen ciertos rasgos que pueden determinar si un estudio se encuentra dentro del terreno de los estudios culturales: 1) la problemática enfocada en "la imbricación de dos aspectos mutuamente constituyentes: lo cultural y las relaciones de poder" (p.135); 2) lo transdisciplinario, cuestionando los reduccionismos que intentan explicar únicamente bajo una dimensión; 3) la vocación política, bajo la idea de que lo que los estudios culturales buscan "no es simplemente producir mejor teoría para acumular conocimiento, sino que es un saber para intervenir en el mundo, para

desatar relaciones de explotación, dominación y sujeción culturalmente articuladas" (p.135); y 4) el contextualismo radical, en el que se argumenta el estudio de contextos específicos como método que define a este campo académico [los estudios culturales]:

Los contextos concretos no son un asunto de escalas (no se refieren a lo micro y local), sino de articulaciones significantes y relaciones de poder que han permitido la emergencia y particular configuración de una serie de prácticas o hechos sociales (Restrepo, 2012, pp. 135-136).

Con respecto a este último punto; es importante señalar que los estudios culturales se plantean como un contextualismo radical (Grossberg, 2010; Restrepo, 2012). Lo cual, es un tipo de pensamiento en el que sostiene que cualquier práctica, fenómeno o representación se vive en una "red de relaciones" (Restrepo, 2012), por lo que no puede existir en forma independiente de las relaciones que lo componen.

Por lo tanto, este trabajo se sitúa en los estudios culturales considerando que la construcción de la IC, así como la manera en que se vive el TCA, son fenómenos que se comprenden desde el contexto sociocultural. Asimismo, la investigación que aquí se plantea atiende a una perspectiva interdisciplinar, del diálogo entre diferentes ciencias sociales para comprender un problema de salud pública.

Los estudios culturales aportan una mirada importante para esta investigación cuando se piensa en cómo el género femenino, y particularmente las adolescentes con un TCA, cuentan sus experiencias, construyen una forma de vivir, de ser y relacionarse en el tejido social; cómo se forman las prácticas culturales y qué significados se tienen ante la construcción de la propia imagen.

Asimismo, el campo de los estudios culturales no se lleva a cabo con las mismas implicaciones en todos los países (Restrepo, 2012). Existen diferentes genealogías, por lo que la práctica de los estudios culturales en un determinado lugar, responderá a las propias trayectorias en relación con ciertos elementos locales y globales. Los estudios culturales sobre América Latina, como señala Mario Rufer (2016), parten del estudio de la cultura (que incluye la producción simbólica y la representación que contribuyen a la producción de sentido) en relación con el poder.

El fenómeno de los TCA en mujeres adolescentes de Latinoamérica se vincula con la forma en que se construyen unos significados en torno al cuerpo y la subjetividad femenina. Y también, sobre cómo se presentan hegemonías y resistencias ante aquellos elementos simbólicos presentados en los diversos entornos sociales, como en RRSS, con relación al género y cuerpo femenino. Para los estudios culturales, como refiere Eduardo Restrepo (2012), “el poder es más el ejercicio de ciertas relaciones de fuerza donde las subjetividades, corporalidades y espacialidades son producidas y confrontadas en diversas escalas” (p.129).

De acuerdo con Grossberg (2010), una parte del terreno de los estudios culturales representa a la descripción de "la cultura como un modo de vida" (p.80). Esta perspectiva suele unir a la cultura con las prácticas y los procesos que otorgan sentido, que generan significados. De este modo, la presente investigación estudia las prácticas en RRSS de las mujeres adolescentes, en relación con los TCA, sus vivencias, experiencias, significados, y la construcción de su IC:

Los Estudios Culturales tratan de describir e intervenir en los modos con que "textos" y discursos (o prácticas culturales) se producen, se insertan y operan en la vida diaria de los seres humanos y de las formaciones sociales, para reproducir, combatir y, quizás, transformar, las estructuras existentes de poder (Grossberg, 2010, p. 81).

Cultura y Significado

Parece importante precisar, con la ayuda de este apartado, cómo se posiciona el concepto de cultura en el presente estudio, y cuáles son las consideraciones que derivan de ello. Para fines del trabajo, la cultura se relaciona con los significados que, a partir de la experiencia humana, se le otorga a la realidad (Herrera, 2019). En ese tenor:

La cultura denota un esquema históricamente transmitido de significaciones representadas en símbolos, un sistema de concepciones heredadas y expresadas en formas simbólicas por medios con los cuales los hombres comunican, perpetúan y desarrollan su conocimiento y sus actitudes frente a la vida (Geertz, 2003, p. 88).

En el caso de los medios de comunicación, se piensa que el proceso de recepción en las adolescentes, con base en lo que argumenta Thompson (2002); es un proceso de valoración e interpretación. Aquí, el significado de las formas simbólicas se establece y restablece, de manera activa y constante. Por lo tanto, “producen un significado en el proceso mismo de recepción” (Thompson, 2002, p. 228).

Si, como dice Thompson (2002), cuando se reciben e interpretan las formas simbólicas se participa en un proceso de composición y recomposición del significado, será importante indagar en las concepciones sobre la IC y el género femenino que las adolescentes, en función de un bagaje contextual, social, cultural y vivencial construyen y sostienen. Y, en ese sentido, puede señalarse “la reproducción simbólica de los contextos sociales” (Thompson, 2002, p. 228).

También, es pertinente mencionar el aspecto histórico en la formulación y reformulación de los significados que las adolescentes pueden relacionar. Ya que, “los complejos conjuntos de significado y valor que se transmiten de generación en generación son en parte constitutivos de lo que son los seres humanos” (Thompson, 2002, p. 401). ¿Qué es lo que ha significado ser mujer? ¿De qué manera? ¿Cómo y bajo qué circunstancias se ha presentado la concepción del cuerpo femenino? Son preguntas que implican un posicionamiento sobre el significado en la realidad, la vivencia y la experiencia particular de cada mujer adolescente, y la vinculación con su cuerpo y el TCA.

Por su parte; Clifford Geertz, según Nivón y Rosas (1991), señala que la cultura parte de las estructuras de significación que se han establecido en el tejido social, y orienta al otorgamiento de un sentido a la realidad social y psicológica. Las formas simbólicas están articuladas al tejido social, cultural. Esto ayuda a los fines del estudio ya que, hablando sobre el fenómeno de los TCA, las prácticas y formas culturales que se ligan con el padecimiento se buscan a partir de las experiencias y vivencias de las mujeres adolescentes.

De ahí que, resulta importante aclarar el énfasis en la vivencia de las adolescentes. A partir de ello, se generarán, encontrarán e identificarán significados y sentidos. Por lo tanto, el significado es la unión entre las adolescentes y sus síntomas, su percepción del cuerpo, su sentido que le otorga a la propia IC y la enfermedad.

Entonces, cuando la cultura es como una "dimensión cualitativa que se le otorga a la realidad, encontramos en ese movimiento, una herramienta de interpretación poderosa" (Appadurai 1996 en Herrera, 2019, p. 55). De este modo, se encuentran significados que ayudan a percibir, sentir, actuar y/o juzgar. Y, esa experiencia es una "conciencia significativa, interpretada y aprendida" (Nivón y Rosas, 1991, p. 44). Lo cual, se plasma y puede verse reflejado en la cotidianidad.

¿Cómo se piensa la vida cotidiana? Ágnes Heller (1985) dice que esta es mayormente heterogénea, "ante todo desde el contenido y la significación o importancia de nuestros tipos de actividad" (p.40). No obstante, la significación de la vida cotidiana no es sólo heterogénea, sino también jerárquica. Y, esto se modifica en función de las estructuras económico-sociales (Heller, 1985).

El significado de las formas simbólicas, según cómo las adolescentes lo comprenden, puede contribuir en la construcción de estructuras económicas, culturales y sociales caracterizadas por contextos en los que "se producen, reciben, o ambas formas, las formas simbólicas" (Thompson, 2002, p. 228). Cabe señalar que esos significados, pueden ayudar a mantener y reproducir relaciones sociales, que son "sistemáticamente asimétricas en términos del poder" (Thompson, 2002, p. 229). A partir de ello, se vislumbran desigualdades y formas de opresión.

A su vez, de acuerdo con Heller (1985), la vida cotidiana: "es la vida del individuo. El individuo es siempre y al mismo tiempo ser particular y ser específico" (p. 42). En lo que ella refiere con específico, se incluyen los sentimientos y las pasiones, porque eso puede ser de utilidad para:

Expresar y transmitir la sustancia humana. Y así, la mayor parte de las veces lo particular no es el sentimiento ni la pasión, sino su modo de manifestarse, referido al yo y puesto al servicio de la satisfacción de las necesidades del individuo (Heller, 1985, p.44).

Por lo tanto, la vida cotidiana se vincula con los significados, sentidos y emociones en torno a las acciones comunes dirigidas a la IC, hacia la aceptación o rechazo del cuerpo y el género, hacia la expresión de los síntomas y el TCA en sí.

Constructivismo Social

La forma en la que se vive dentro de una cultura, así como las prácticas culturales que se realizan, o las ideas y formas culturales que se insertan en lo cotidiano, traen implicaciones en cómo la sociedad se organiza y se vive (Grossberg, 2010). Bajo esta idea, las prácticas en RRSS contribuyen en la organización y percepción del entorno. Y, en ese sentido; las formas de pensar el cuerpo, de considerarlo de una manera, de percibirlo con cierta forma, de aprobarlo o no aprobarlo, así como las conductas realizadas con cierto propósito y motivación, parten de una construcción cultural y social (Berger y Luckman, 1995).

Entonces, poner en diálogo el constructivismo o construccionismo social con el presente trabajo de investigación ayuda a problematizar cómo en la vida cotidiana se articulan prácticas y significados en torno a la salud, la IC y al cuerpo femenino, e indica cómo estos se vinculan en la cultura y en el poder. Asimismo, contribuye a estudiar las formas en las que se utilizan las RRSS para legitimar prácticas o construir significados sobre el TCA en la cotidianidad, en relación con las propias experiencias.

El construccionismo social orienta en la comprensión de los significados que las adolescentes le atribuyen a la IC en las adolescentes; ayuda a identificar qué exigencias estéticas se sostienen o rechazan, cómo se está construyendo la IC desde sus vivencias, experiencias, significados, aspiraciones, subjetividades. Además, permite considerar a las prácticas dirigidas al cuerpo femenino desde una realidad "constituida por un orden de objetos que han sido designados como objetos" (Berger y Luckman, 1995, p.39). Es decir, bajo criterios sociales ya articulados. Lo cual, proporciona un orden y un sentido, "dentro del cual la vida cotidiana tiene significado" (Berger y Luckman, 1995, p.39).

Las formas comunes y habituales de ser, actuar y hacer sobre el cuerpo, permean en la organización de lo común, lo correcto y lo cotidiano; pues "la cultura es una dimensión productiva o constitutiva del contexto de la realidad vivida" (Grossberg, 2010, p.88). Para la presente investigación, la IC se construye en función de significados, de un sentido común, y a partir de rutinas de la vida cotidiana, en relación con la cultura y el poder.

La cultura es importante para las formas y realidades en las que se vive. De este modo las personas, según Grossberg (2010), viven en un mundo que, en cierto sentido, parte de una producción propia; "y ese mundo está construido, no sólo a través de

prácticas que directamente constituyen y transforman el mundo material, sino también a través de las prácticas culturales” (Grossberg, 2010, pp.87-88).

Por lo tanto, el constructivismo social ayuda a estudiar cómo se organizan las RRSS; qué prácticas y lógicas culturalmente construidas como aseveraciones sobre el género femenino y la IC se promueven de forma común y cotidiana en el tejido social. Y, cómo lo anterior permea en el fenómeno de un TCA en las mujeres adolescentes, así como en la experiencia cotidiana en relación con el propio cuerpo.

Asimismo, señalar esta perspectiva teórica ayuda a problematizar la existencia corporal (Butler, 1988) y los significados que se atribuyen a esta existencia, en función del contexto en el que se ha vivido. En este sentido, las prácticas cotidianas vinculadas a la tecnología son expresiones de la cultura, del poder, de las dinámicas económicas con las que se configura, se negocia y se constituye la IC. Además, la salud y los TCA son considerados desde un cierto entorno social y cultural, aunado a las prácticas de las adolescentes en torno a ello.

Por lo tanto, considerar el constructivismo social permite visibilizar cómo es el alcance de la cultura digital, y cómo el entorno tecnológico participa de forma activa en la vida cotidiana. Además, invitan a cuestionar tensiones sobre las relaciones desiguales que surgen, pasan y proliferan en Internet (Natansohn, 2013).

Ahora bien, en la presente investigación el TCA es abordado como una construcción social; posicionándose en un cierto contexto histórico, cultural, social y político. Bajo esta idea, las prácticas culturales y los significados que se articulan en relación al cuerpo y al género femenino, resultan de gran relevancia, pues participan en la construcción de la IC y en el ámbito de la salud.

Entonces, esta tesis también parte de cierta ruptura en cuanto a los TCA vistos particularmente como una psicopatología; y se "enfatan los aspectos aprendidos e incorporados de estas conductas, rescatando los roles de la cultura y del género, como factores primarios en el inicio de estos comportamientos" (Zafra, 2008, p.235).

Lo anterior, se vincula con la fenomenología y el feminismo como interrelación (López-Sáenz, 2017); ello abarca la experiencia y los significados de las mujeres participantes brindando a los estudios de género la oportunidad de “dar sentido a las experiencias de géneros” (López, 2014, p.45). Lo cual ayuda a comprenderlas desde sus trayectorias, dando sentido a la percepción de la propia IC, reconociendo lo que implica

el propio cuerpo para ellas y para la sociedad; en relación con el TCA, el ejercicio y la alimentación en su vida cotidiana.

A su vez, permite el análisis de la práctica médica aunado a las experiencias de la enfermedad y el dolor. Por ejemplo, el indagar en situaciones de cosificación, vergüenza o culpa en relación a casos de TCA o dismorfia corporal (Zeiler y Folkmarson, 2014); favoreciendo la problematización de la existencia corporal (Butler, 1988) y los significados que se atribuyen a ello, en función del contexto en el que se ha vivido. De ahí que las prácticas cotidianas vinculadas a la tecnología son expresiones de la cultura, del poder, de las dinámicas económicas con las que se configura, se negocia y se constituye la IC.

Feminismo y Estudios Culturales

Es pertinente abarcar las contribuciones del feminismo a los estudios culturales. Si bien, son muchos cruces los que se presentan dentro de estos dos campos, se acotará a los aportes que resultan importantes para la presente investigación.

Al pensar en feminismo, es importante relacionarlo con las luchas sociales hacia la igualdad de géneros. De acuerdo con Nelly Richard (2008), hay que considerar diversos puntos de referencia, acción y pensamiento; estos abarcan la práctica histórica, el plano político, las luchas sociales que comprenden las desigualdades entre sexos, la teoría desde la perspectiva feminista, el enfoque de género, la construcción de significados alternativos a lo hegemónico, entre otros.

Cabe resaltar que para este trabajo y de acuerdo con Natansohn (2013), mencionar "género" implica hacer referencia a un sistema social y de poder, el cuál construye distinciones "sobre la base de las formas hegemónicas y normativas de lidiar con la identidad, los cuerpos y la sexualidad" (p.29).

A su vez, la palabra género no es sinónimo de mujer. Por lo tanto, hablar sobre las mujeres y el entorno digital resulta importante, pero eso solamente cuando se considera la diversidad de experiencias, identidades y culturas, que la definición de "mujer" puede tomar significado (Natansohn, 2013). En este sentido, para este texto en particular, el hecho de mencionar "mujeres", implica señalar al género femenino, tomando en cuenta los diferentes contextos sociales y culturales en los que cada mujer se encuentra.

Ahora bien, dialogar con los estudios culturales feministas es necesario para visibilizar que la constitución de la IC y la experiencia del TCA son maneras en las que se materializan y se reproducen formas de poder y de dominación, enunciadas desde modelos de masculinidad hegemónica que definen lo bello, lo estético y el deber ser de la IC.

Al respecto, dice Esther Pineda (2020), socióloga venezolana; durante varios años, a las mujeres se les ha exigido estar y verse bonitas “para satisfacer los imaginarios masculinos en el contexto de una sociedad desigual y patriarcal” (p. 107). Reduciéndolas a un objeto: sexual, de consumo, de adorno, de mercantilización. Y que, en parte, las industrias [de belleza, farmacéuticas y de salud, tecnológicas, culturales, etc.] han cumplido un rol relevante.

En este sentido, para abordar la construcción del género en relación a la IC, se retoma a Judith Butler. Como dice Herrera (2019) acerca de Butler (1988) sobre el ensayo “*Performative Acts and Gender Constitution*”; aquí se propone considerar el cuerpo como “un proceso activo, a través del que se encarnan ciertas posibilidades históricas y culturales” (Herrera, 2019, p.124). El actuar de cierta forma, parte de la interpretación de una identidad de género, y estos actos “se ajustan a una identidad de género esperada o cuestionan esa expectativa de alguna manera” (Butler, 1988, p.527). A su vez, el género es “una construcción basada en los discursos y actuaciones dominantes y no una categoría fija o estable” (Sojo-Mora, 2020, 467).

Por lo tanto, el género consiste en un acto performativo (Butler, 1988); y las prácticas corporales de belleza también están asumiendo ese carácter. Bajo esta idea, “el despliegue de un performance de género socialmente aceptado da al individuo el carácter de sujeto, que puede ser nombrado y aceptado dentro de la cultura, humaniza al cuerpo” (Herrera, 2019, p.125).

Cabe señalar que las prácticas culturales dirigidas al cuerpo, pretenden formar el sexo a través de:

La materialización de las normas reguladoras que son en parte las de la hegemonía heterosexual; [...] los límites del constructivismo quedan expuestos en aquellas fronteras de la vida corporal donde los cuerpos abyectos o deslegitimados no llegan a ser considerados "cuerpos". Si la

materialidad del cuerpo está demarcada en el discurso, esta demarcación producirá pues un ámbito de "sexo" excluido y no legitimado (Butler, 2002, p.38).

Ahora bien, la belleza y la bondad han sido características de la feminidad, por lo que la belleza es constituida “en parte de la normalidad femenina que se impone a los cuerpos de las mujeres a través de prácticas identificatorias gobernadas por esquemas reguladores” (Muñiz, 2014, p.422). Para Muñiz (2014), la belleza consiste en los conceptos y representaciones, así como las prácticas en las que su relevancia “radica en su capacidad performativa en la materialización de los cuerpos sexuados y en la definición de los géneros” (p. 422).

A su vez, las mujeres también suelen ser asociadas con la corporalidad; “se les enseña, no a vivir atadas a su cuerpo, sino más bien a ser cuerpo” (Posada, 2015, p. 119), mismo que ha derivado en formas de opresión. En este sentido, lo femenino no parte de algo natural, sino de las “ideas y prácticas discursivas sobre la feminidad, que varían su significación en distintas épocas y sociedades” (Tubert, 2010, p.162). Ello es cambiante, en función de aspectos histórico-culturales, aunque algunos elementos continúan trascendiendo a lo largo de la historia (Tubert, 2010).

En el caso de las RRSS, no solamente corresponden a un espacio de dominación, lucha o de resistencia a los estándares de belleza corporal dirigidos al cuerpo de las mujeres; también, el entorno digital plasma una nueva estructura que legitima, fortalece, redefine y redimensiona viejas prácticas e ideologías de explotación o dominación hacia ellas. El ciberespacio y las RRSS han contribuido a esa difusión de ideas y nociones sobre lo bello y lo estético, en cuestión de lo femenino.

No obstante, los cánones de belleza han existido desde tiempos históricos; en los que progresivamente se presentó la feminización de la belleza (Pineda, 2020). Sin embargo, “esta belleza física siempre exigida a las mujeres fue también siempre creada, definida, instalada, difundida, institucionalizada y demandada por los hombres; quienes han detentado el poder político, religioso, económico, social, cultural, académico, médico, mediático y empresarial” (Pineda, 2020, p. 107).

En este sentido, para comprender temas sobre la belleza y lo estético, implica contemplar el género y el poder (Bordo, 1995). Esta investigación pretende estudiar la

cultura digital desde los alcances políticos, culturales y sociales. Por lo que, también se considera el entorno digital como una forma de vida, así como un lugar donde se desarrollan luchas en ella.

El presente estudio también se coloca desde esta perspectiva para cuestionar, contextualizar y problematizar cómo los ideales de belleza femenina están permeando en las RRSS, siendo necesario cuestionar el sistema en el que se están constituyendo las RRSS, en donde predomina una estructura patriarcal (Natansohn, 2013).

Teoría de la Objetificación

En su Teoría de la Objetificación, Fredrickson y Roberts (1997) afirman que esta perspectiva teórica “postula que las niñas y las mujeres suelen ser aculturadas para internalizar la perspectiva de un observador como una visión principal de su yo físico” (p. 173). Lo anterior, puede llevar a un control corporal como parte de la experiencia cotidiana en la vida de las mujeres; lo que pueden aumentar los riesgos para su salud mental: vergüenza y ansiedad, insatisfacción corporal, TCA, así como la reducción de conciencia de los estados corporales internos (Fredrickson y Roberts, 1997).

Por lo tanto, las expectativas sociales y culturales sobre el aspecto físico internalizadas, participan en la construcción de la IC; Fredrickson y Roberts (1997) señalan que la mujer tiende a ser más vulnerable a desarrollar un TCA debido a que suele ser culturalmente percibida como un objeto, un instrumento:

Los trastornos alimentarios son quizás el riesgo más obvio que se presenta para el bienestar de niñas y mujeres en una cultura que objetiva el cuerpo femenino, para tales problemas son literalmente y a veces visiblemente representadas en el cuerpo (Fredrickson y Roberts, 1997, p. 190).

Los TCA, regularmente suelen ser provocados o derivados de una insatisfacción corporal (Engeln, 2017; Opara y Santos, 2019; Sánchez y Ruiz, 2015). Además, resulta relevante atender hacia la prevención de TCA en mujeres adolescentes latinas, ya que se presenta un incremento en los casos de este padecimiento (Franko et al., 2012). Parte de ello, incluye el “rentabilizar y comercializar con la imagen erotizada y fetichizada” (Pineda, 2002, p. 122) de las mujeres, en este caso latinoamericanas.

Por lo tanto, esta teoría sirve a este trabajo para comprender que la IC es resultado de la internalización de expectativas sobre el cuerpo físico. Además, permite poder analizar los cuerpos como construcciones sociales y ponerlo en diálogo con la sexualización del género femenino (Opara y Santos, 2019). En este sentido:

La industria de la belleza y aquellas que la sostienen convirtieron a las mujeres en objeto de consumo, pero también en sujetos consumidores; por su parte, los hombres que definen los objetos de consumo y los sujetos a quienes estos están dirigidos se convirtieron a sí mismos en receptores, espectadores y consumidores de la belleza femenina, es decir, de las mujeres hechas objeto; en el contexto de relaciones de poder donde la mujer sufre la belleza impuesta, mientras que el hombre la goza y la disfruta (Pineda, 2020, p. 109).

Entonces, esta teoría permite debatir las desigualdades de género sobre la percepción, validación, construcción y control del cuerpo; y a su vez relaciona la cultura con la salud mental y la IC, ya que ayuda a comprender la relación entre el TCA y los cambios en el “curso de la vida del cuerpo femenino” (Fredrickson y Roberts, 1997, p.66).

Ahora bien, en un inicio esta perspectiva teórica se propuso como un marco de referencia para la comprensión de las experiencias de ser mujer en una cultura que el cuerpo femenino es visto principalmente como un objeto sexual (Fredrickson y Roberts, 1997). Y, posteriormente, se determina la auto-objetificación; que es cuando las mujeres se ven como objetos, que deben ser mirados y evaluados especialmente con base en su apariencia (Engeln, 2017; Fredrickson y Roberts, 1997).

Esto tiene sentido en el entorno digital; por ejemplo, en el caso de las adolescentes usuarias, cuando la valoración de una misma a partir de las publicaciones en sus RRSS juega un rol en la insatisfacción corporal y los TCA (Por ejemplo, en Hummel y Smith, 2014). Aunado a ello, la adolescencia es un periodo de vida en donde se desarrolla la autoaceptación y la autoestima, así como la formación de identidad (Labajos, 1994). En este sentido, la insatisfacción corporal tiene relación con la autoestima, misma que se relaciona con los TCA (DSM-V; Engeln, 2020).

Adicionalmente, algunos elementos para la formación de identidad en el periodo de la adolescencia, según Labajos (1994), refieren a la toma de conciencia de sí mismo (condicionado ya sea por el nivel de autoestima, la imagen del propio cuerpo, el ambiente familiar o el contexto sociocultural), o a la adopción de decisiones frente a la vida (incluyendo el ajuste a las demandas sociales propias de su sexo).

Por otra parte, Fredrickson y Roberts (1997) sostienen que a partir de la cultura y derivado del rol de género de las mujeres, puede presentarse la manifestación de problemas de salud mental internalizados. Y, si bien, se dice que la utilización de esta teoría con niñas y mujeres latinas resulta escasa, algunas investigaciones sustentan la explicación de la objetificación sexual entre este grupo (Opara y Santos, 2019; Velez et al., 2015).

Por ejemplo, Velez et al. (2015) señalan que las mujeres adolescentes latinoamericanas suelen ser retratadas de cierta forma, intensificando ciertas prácticas en relación a la IC, que parte de la sexualización excesiva. Entonces, mientras que el cuerpo ideal delgado (blanco) suele ser representado como elegante y estético, el cuerpo latino comúnmente es representado a partir de la objetificación sexual; por lo que se generan estereotipos que perjudican y estigmatizan a las adolescentes latinas (Opara y Santos, 2019; Velez et al., 2015).

Lo anterior, se refleja en el entorno digital. Las RRSS reconfiguran y redimensionan estructuras desiguales de género, en donde las mujeres son valoradas principalmente por la respuesta a los estándares hegemónicos sobre el cuerpo. Tal es el caso de las RRSS que se basan mayormente en la imagen, como *Instagram*; los cuerpos se encuentran "rodeados de elementos de consumo y prácticas sociales, [...] En igual medida, esto contribuye a presentar y extender diferentes estereotipos vinculados a clases sociales, religión, etnia o género" (Bard y Magallanes, 2021, p.21).

Los estereotipos de belleza ya se han analizado desde el feminismo, por ejemplo, en su carácter objetificador del cuerpo (Muñiz, 2014). En ese tenor, ya se ha puesto de manifiesto la relación entre la objetificación sexual y la discriminación racial con las preocupaciones sobre la IC, la sintomatología depresiva y sintomatología de un TCA en mujeres latinas (Velez et al. 2015).

Por lo tanto, esta teoría ayuda a comprender que la objetificación sexual aumenta la internalización de ciertos estándares socioculturales, promoviendo la adopción de

creencias sociales hegemónicas sobre "cómo ser", en donde las RRSS participan en ello. Lo cual, puede repercutir en temas de salud física y mental.

Interseccionalidad

La Interseccionalidad se considerará en esta investigación como un marco de referencia que ayuda a ver las formas de discriminación fortalecidas bajo el entrelazamiento de las diferentes categorías sociales, reflejando que es imprescindible considerar el entrecruce de condiciones y niveles en el orden y estructura social (Crenshaw, 2016).

Mientras que “la teoría de la objetificación documenta los vínculos de la objetivación sexual con la imagería corporal y la sintomatología psicológica entre las niñas” (Opara y Santos, 2019, p.364); la Interseccionalidad pone en cuestión las ideas sobre sexismo y racismo “que contribuyen a las imágenes excesivamente sexualizadas de las niñas de color y promueve la identidad étnica como un factor clave en la relación entre la IC y los TCA entre las adolescentes y mujeres latinas” (Opara y Santos, 2019, pp.364-365).

Opara y Santos (2019) opinan que las y los investigadores suelen abordar las variables contextuales, tales como el origen étnico, el género, la clase socioeconómica o el nivel educativo, de forma separada. Es decir, las ven como si no solieran influir entre sí.

En este sentido, Kimber et al. (2014) señalan que, para el estudio de la IC y la salud, resulta útil priorizar las experiencias bajo una perspectiva teórica en relación con la Interseccionalidad. Ya que, en los hallazgos de su investigación, se expone una atención inadecuada a temas sobre las características étnicas, el sexo y el género entre adolescentes y niñas.

Las identidades de cada adolescente interactúan y surgen cruces, que moldean las vivencias personales y un posible entrecruce de opresiones. También, cada mujer afronta acontecimientos particulares, por lo que la Interseccionalidad permite ver y percibir las experiencias de género, así como la forma en la que se estructuran. A su vez, “ayuda a comprender las identidades multiplicativas de las latinas” (Opara y Santos, 2019, p.365), que deben ser consideradas para la comprensión de las experiencias de las adolescentes con un TCA de la presente tesis.

Abordar la Interseccionalidad es útil para reconocer las diferentes circunstancias que atraviesan a una mujer adolescente, la constitución de la IC, así como de su experiencia y vivencia respecto al TCA. Por ejemplo, las mujeres experimentarán de manera distinta las expectativas sobre su cuerpo en relación a la clase social, el nivel de educación, el peso y forma de su cuerpo, etc. Por lo que, esta perspectiva teórica permite explicar las diversas experiencias y trayectorias "que constituyen a las mujeres y a lo femenino" (Herrera, 2019, p. 84).

Las prácticas dirigidas al cuerpo, en relación a los estándares hegemónicos culturales de belleza; trazan la "interconexión entre racismo y cuerpo, mostrando cómo los modelos de belleza han sido centrales para los procesos de exclusión y discriminación" (Muñiz, 2014, p.421). En el caso de América Latina; se imponen estándares corporales que no precisamente giran en torno al arquetipo de mujer latinoamericana. Por lo que "al mismo tiempo que se difunde un reconocimiento a la diferencia, los elementos discriminatorios y excluyentes se han vuelto cotidianos" (Muñiz, 2014, p.416).

Y, a pesar de la presentación de diferentes cuerpos "no hegemónicos" que en la actualidad se comienza a distinguir:

No es un hecho transgresor cuando una mujer no blanca es incorporada en el canon de belleza o visibilizada y reconocida por las industrias que cosifican y se lucran con el cuerpo de las mujeres; por el contrario, su inusual y periférica participación continua estando determinada por su adecuación y satisfacción de las expectativas del canon de la *pin-up* o la *miss*/modelo anoréxica, así como la reproducción de la imagen de la población blanca: piel muy clara, cabello alisado o pelucas, rasgos suavizados por la mano de la cirugía plástica o el *photoshop*, lentes de contacto. También la aplicación de cualquier artilugio que les permita alejarse de la imagen tan indeseada de su origen étnico-racial y convertirse en una caricatura de mujer blanca que nunca podrá ser alcanzada (Pineda, 2020, p. 121).

Por su parte, una se está expuesta a imágenes e ideologías que normalizan lo femenino y lo bello; lo anterior, pasa por normas culturales dominantes. Sin embargo, las identidades de las personas, y en este caso de las adolescentes, no se construyen solamente por medio de la interacción de tales imágenes o de tal contenido hegemónico; “las configuraciones únicas (de etnicidad, clase social, orientación sexual, religión, genética, educación, familia, edad, etc.) que conforman la vida de cada persona determinarán cómo nuestra cultura afecta a cada mujer real” (Bordo, 1995, p.62).

En este sentido, la Interseccionalidad reconoce que la ubicación geográfica, cultural y social en el que las adolescentes se encuentran, es importante para la comprensión del fenómeno; y permite explicar las formas de opresión que giran en torno a ellas, mismas que participan en los TCA y la construcción de la IC, aunado a los significados que le atribuyen sobre ello; pero también en lo que concierne a las RRSS y la cultura digital.

El entorno digital pone de manifiesto un espacio de discriminación, de proliferación de viejas ideologías, tales como el racismo, patriarcado, la oposición a gente con cierta clase y capital social y cultural (Natansohn, 2013). Entonces, esta perspectiva teórica permite conocer cómo las mujeres adolescentes se están enfrentando ante desafíos derivado de intersecciones; que parten de la edad, el género, el racismo, el clasismo, el acceso a los servicios de salud, acceso y formas de apropiación de las tecnologías digitales, el sexismo, el peso corporal, etc. Estas “dinámicas sociales”, en palabras de Crenshaw (2016), se están uniendo, y construyen retos particulares.

Conceptos pertinentes para el desarrollo de la investigación

En esta sección, se desglosan algunos conceptos referentes al propósito del estudio, particularmente los términos referentes a la Imagen Corporal (IC), Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) y Redes Socio-digitales (RRSS) en relación con las mujeres adolescentes.

Trastornos de la Conducta Alimentaria

Los TCA más comunes son la anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y el trastorno por atracón (DSM-V; Opara y Santos, 2019). Si bien, no se expondrán las características o criterios de diagnóstico de cada uno en forma detallada, ya que la presente tesis abarca

a los TCA bajo una mirada sociocultural del fenómeno, resulta importante mencionar algunos puntos señalados en el DSM-V.

Características y criterios diagnósticos de los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

Anorexia Nerviosa:

A) Restricción de la ingesta energética en relación con las necesidades, que conduce a un peso corporal significativamente bajo con relación a la edad, el sexo, el curso del desarrollo y la salud física. Peso significativamente bajo se define como un peso que es inferior al mínimo normal o, en niños y adolescentes, inferior al mínimo esperado. B) Miedo intenso a ganar peso o a engordar, o comportamiento persistente que interfiere en el aumento de peso, incluso con un peso significativamente bajo. C) Alteración en la forma en que uno mismo percibe su propio peso o constitución, influencia impropia del peso o la constitución corporal en la autoevaluación, o falta persistente de reconocimiento de la gravedad del bajo peso corporal actual (DSM-V, pp.338-339).

Asimismo, se presentan dos subtipos de anorexia nerviosa:

1) Tipo restrictivo: Durante los últimos tres meses, el individuo no ha tenido episodios recurrentes de atracones o purgas (es decir, vómito autoprovocado o utilización incorrecta de laxantes, diuréticos o enemas). Este subtipo describe presentaciones en las que la pérdida de peso es debida sobre todo a la dieta, el ayuno y/o el ejercicio excesivo; 2) Tipo con atracones o purgas: Durante los últimos tres meses, el individuo ha tenido episodios recurrentes de atracones o purgas (es decir, vómito autoprovocado o utilización incorrecta de laxantes, diuréticos o enemas) (DSM-V, p.339).

Bulimia nerviosa

Las características diagnósticas son las siguientes:

Hay tres características principales de la bulimia nerviosa: los episodios recurrentes de atracones (Criterio A), los comportamientos compensatorios inapropiados y recurrentes para evitar el aumento de peso (Criterio B), y la autoevaluación que se ve influida indebidamente por el peso y la constitución corporal (Criterio D). Para realizar el diagnóstico, los atracones y los comportamientos compensatorios inapropiados deben producirse, de promedio, al menos una vez a la semana durante 3 meses (Criterio C) (DSM-V, p.345).

Asimismo, “las personas con bulimia nerviosa le conceden una importancia excesiva al peso o a la constitución corporal en su autoevaluación, y estos factores son, por lo general, extremadamente importantes para determinar su autoestima” (DSM-V, pp. 346-347).

Trastorno por atracón

Las características diagnósticas son las siguientes:

A. Episodios recurrentes de atracones. Un episodio de atracón se caracteriza por los dos hechos siguientes: 1. Ingestión, en un período determinado (p. ej., dentro de un período cualquiera de dos horas), de una cantidad de alimentos que es claramente superior a la que la mayoría de las personas ingeriría en un período similar en circunstancias parecidas. 2. Sensación de falta de control sobre lo que se ingiere durante el episodio (DSM-V, p.350).

B. Los episodios de atracones se asocian a tres (o más) de los hechos siguientes: 1. Comer mucho más rápidamente de lo normal. 2. Comer hasta sentirse desagradablemente lleno. 3. Comer grandes cantidades de alimentos cuando no se siente hambre físicamente. 4. Comer solo debido a la vergüenza que se siente por la cantidad que se ingiere. 5. Sentirse luego a disgusto con uno mismo, deprimido o muy avergonzado (DSM-V, p.350).

C. Malestar intenso respecto a los atracones. D. Los atracones se producen, de promedio, al menos una vez a la semana durante tres meses. E. El atracón no se asocia a la presencia recurrente de un comportamiento compensatorio inapropiado como en la bulimia nerviosa y no se produce exclusivamente en el curso de la bulimia nerviosa o la anorexia nerviosa (DSM-V, p.350).

Cultura.

Con respecto a los criterios diagnósticos relacionados con la cultura, el DSM-V sostiene que los TCA se dan en espacios culturales y socialmente diversos; sin embargo se dice que existe una mayor prevalencia en países industrializados, “con rentas altas, como Estados Unidos, muchos países europeos, Australia, Nueva Zelanda y Japón, aunque se desconoce su incidencia en la mayoría de los países de rentas medias y bajas” (DSM-V, p.342).

Además, el DSM-V señala que, si bien, la prevalencia parece menos frecuente entre latinoamericanos, afroamericanos y asiáticos:

Los clínicos deberían ser conscientes de que en Estados Unidos la utilización de los servicios de salud mental por parte de los individuos con trastornos de la conducta alimentaria es significativamente menor en estos grupos étnicos, y que estas tasas bajas pueden reflejar un cierto sesgo. Las preocupaciones por el peso entre los individuos con trastornos de la conducta alimentaria y de la ingesta de alimentos varían sustancialmente en los diferentes contextos culturales (DSM-V, p.342).

A manera de consideración, el DSM-V no está contemplando las intersecciones y los diversos entrecruces de elementos y categorías socioculturales que se relacionan con los TCA. De hecho, poco se ha dicho sobre cómo abordar y guiar las estrategias de prevención o de identificación de riesgo de un TCA en comunidades de mujeres adolescentes latinas (Opara y Santos, 2019).

En los últimos años, se ha presentado un incremento considerable en la insatisfacción corporal y los TCA en mujeres latinas, como se señala en Velez et al.

(2015); por lo que, el mito de que los TCA se presentan especialmente en mujeres provenientes de países industrializados, implica la necesidad de mayor investigación que lo fundamente en el contexto actual, que abarque las diversas y complejas dimensiones que puedan surgir en relación a estos padecimientos.

Tal como señala Bordo (1995), imaginar que las mujeres que no tienen un cierto color de piel, que no viven en países industrializados, que no corresponden a ciertas características (como las mujeres afroamericanas, latinoamericanas, musulmanas; así como las que no tienen “rentas altas”) “son inmunes a los estándares de delgadez que rigen hoy es, además, acercarse mucho a la noción racista de que el arte y el glamour — la cultura— de la feminidad pertenecen únicamente a la mujer blanca” (p.63).

Por lo tanto:

Mientras los trastornos alimentarios permanezcan situados dentro de un modelo médico, los encargados de la conceptualización de la anorexia y la bulimia serán profesionales médicos con poca experiencia o inclinación hacia la interpretación y la crítica cultural. Pero más importante es el hecho de que comenzar a incorporar tal interpretación y crítica dentro del modelo médico sería transformar ese modelo mismo (Bordo, 1995, p.69).

Aunado a lo anterior, de acuerdo con Zafra (2008) algunos de los criterios diagnósticos de los TCA (miedo a engordar, insatisfacción corporal, dismorfia corporal, distorsión de la IC, atracones y conductas compensatorias, etc.) también se identifican en adolescentes “no diagnosticadas”; y, no solamente en mujeres, también en hombres y niños.

En este sentido, se naturaliza que estos padecimientos son únicamente en mujeres; por lo que lleva a perpetuar un diagnóstico, tratamiento y prevención desigual, “contribuyendo a un modelo estereotipado de género femenino” (Zafra, 2008, p. 244).

Una mirada feminista de los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

La relación entre las imágenes en RRSS y los TCA aún se plantean como un proceso mecánico y pasivo. Entonces, habría que reconocer que más bien los significados sobre la IC, las mujeres y el TCA se produce continua y progresivamente en varias

dimensiones; ya sea a nivel cultural, personal, familiar, social y clínico.

Para la perspectiva feminista, el género no es un factor de riesgo o de mantenimiento de TCA; sino que considera a la naturaleza misma de estos padecimientos como “inextricablemente imbricados dentro de las construcciones discursivas de la feminidad occidental” (Holmes et al., 2017, p.3). Por lo que, se critica la construcción médica de los TCA.

Ya se mencionó anteriormente que la difusión de un ideal delgado a través de los medios de comunicación es relevante; sin embargo, también se enfatiza que los TCA no son problemas exclusivamente de IC. Más bien, el trasfondo proviene de los significados sobre la alimentación, la comida, la insatisfacción corporal; “a medida que se desarrollan dentro de desigualdades más amplias de poder de género” (Holmes et al., 2017, p.2).

Elaborar una investigación relacionada con las prácticas culturales del cuerpo y de la belleza (como es el caso de esta tesis) bajo un enfoque feminista, permite indagar en las formas en las que se conforma la relación sobre el cuerpo, el poder y el género; y "volver a colocar en el centro de la reflexión la relación "naturaleza" - cultura tan entrañable para el pensamiento moderno y tan fundamental para la conformación de la feminidad" (Muñiz, 2014, p.429). Lo cual, tiene relación con el fenómeno de los TCA.

Para abordar el tema de los TCA, como afirma Bordo (1995), se necesita conocer las “capas de significación cultural que se cristalizan en el trastorno” (p.67). En este sentido, estos padecimientos se relacionan con las construcciones simbólicas, culturales, emocionales, profesionales y médicas; y la IC parte de un conjunto de significados, atribuidos con el contexto sociocultural, que implica desde la visión médica hasta la social (Bordo, 1995).

Los TCA se posicionan en relación con “expectativas sociales más amplias que rodean la feminidad occidental, que van desde los discursos de género sobre el apetito, la sexualidad, el poder económico hasta los roles sociales” (Holmes et al., 2017, p. 2). Por ejemplo, en relación con Brumberg, Bordo (1995) dice que un TCA es “un artefacto cultural, definido y redefinido con el tiempo” (p.64).

Por otra parte, el significado que progresivamente se adquiere sobre la comida y la alimentación es desigual y distinto entre géneros; y esto, depende del contexto y la forma en la que se interacciona tanto en los medios de comunicación, como en la familia y los pares (Zafra, 2008). Aún es necesario cuestionar sobre los valores culturales que se

siguen transmitiendo de manera desigual.

Por ejemplo, a las niñas se les inculca sobre su alimentación en función de:

[...] el autocontrol o, dicho de otra manera, aprehenden en y con relación a la alimentación de forma distinta a los hombres, de tal manera que la comida se convierte, muchas veces, en una herramienta para controlar su cuerpo y expresar sus “malestares” y/o “bienestares” más contundente o importante que para los hombres, para los cuales es, no obstante, el ejercicio físico (Zafra, 2008, p.240).

Imagen Corporal

La IC se entiende como una “estructura simbólica que cada individuo construye a partir de la condición física (forma, tamaño y volumen) en la que interviene la interacción con los significados de otros cuerpos dentro de un espacio y tiempo determinado” (Aguado, 2004, p. 50). También, abarca “las opiniones, creencias y sentimientos de una persona acerca de su propio cuerpo y de su aspecto físico” (Gimenez et al., 2013, p.83).

Se involucran aspectos perceptivos, subjetivos y conductuales. Se modifica en función de la edad, y los estándares socioculturales participan como influencia de la IC (Sánchez y Ruiz, 2015). También, se ha señalado que una baja autoestima puede contribuir a la insatisfacción corporal, lo que puede conducir a un TCA (Carrillo y del Moral, 2013; Cortez et al., 2016; Gerbasi et al., 2014).

Cabe recordar que la construcción de la IC está ligada al género (Gimenez et al., 2013), y el género femenino suele estar ligado con la corporalidad. La IC femenina, en relación con otros elementos, se construye culturalmente. Bajo esta idea, en el contexto cultural la ideología participa como mediadora en la construcción del género femenino; algunos de los elementos que se le atribuían (y se le atribuyen), tal como se señala en Beltrán et al. (2008), consisten en la amabilidad, la delicadeza y la belleza.

Para Foucault (2002), cada periodo histórico formuló discursos que desarrollaron maneras de conceptualizar la “interioridad” humana, y las ideas que un individuo tiene sobre el propio cuerpo están definidas por las fuerzas culturales, históricamente formuladas y aceptadas. Las prácticas culturales están inscritas en los cuerpos, en su

materialidad, así como en las emociones y los placeres. El propio cuerpo, está “constituido por la cultura” (Bordo, 1995, p. 142).

En este sentido, Bordo (1995) dice, en relación al pensamiento de Foucault, que los cuerpos son entrenados con base en lógicas históricas que parten de la individualidad, el deseo, lo masculino y lo femenino. Y; por medio de la exigencia, la disciplina y la normalización de conductas como las dietas, ciertos ejercicios físicos particulares (regularmente, en las rutinas de ejercicio y en el gimnasio, a las mujeres se les promueve hacer sentadillas, mientras que a los hombres hacer “brazo”), el maquillarse o las formas de vestir; se organiza el tiempo y el espacio de varias mujeres, a partir de un enfoque basado en la automodificación.

Lo anterior, se entrelaza con el significado del cuerpo femenino como aceptable, tomando sentido para las relaciones de poder en lo que concierne a lo heteronormativo, así como para los intereses de las industrias, tanto estéticas como de salud. Por lo tanto, con tales disciplinas:

Seguimos memorizando en nuestros cuerpos el sentir y la convicción de la carencia, de la insuficiencia, de no ser nunca lo suficientemente buenas. En los extremos más lejanos, las prácticas de la feminidad pueden llevarnos a la desmoralización, el debilitamiento y la muerte (Bordo, 1995, p.166).

A su vez, Susan Bordo (1995) dice que, a pesar de que a las mujeres jóvenes de hoy en día se les continúa enseñando aspectos tradicionalmente femeninos; a medida de que entren al ámbito profesional, ahora también deberán saber sobre los valores “masculinos” de tal ambiente. En este sentido, se refleja una doble demanda de disciplina, control y autodomínio del cuerpo. Por lo que, como señala Foucault (2002), el cuerpo también es un lugar de control social, y “representa el punto de intersección entre lo físico, lo simbólico y lo material” (Posada, 2015, p.111).

Sociedad Red

La estructura social que caracteriza al siglo XXI, es la Sociedad Red (Castells, 2009). Entendida como “una estructura social construida alrededor de (pero no

determinada por) las redes digitales de comunicación” (Castells, 2009, p.24) y construida por “configuraciones concretas de redes globales, nacionales y locales en un espacio multidimensional de interacción social” (Castells, 2009, p.44). En este sentido, la Sociedad Red ayuda a problematizar la existencia de relaciones de poder que permean en la dimensión cultural, económica, empresarial, social y tecnológica; abarcando la concepción del género femenino en el entorno digital, así como la construcción de la IC y la legitimación de ciertas prácticas culturales y significados en torno a ello. Reconociendo que el poder se encuentra en todos los niveles de la acción humana (Castells, 2009)

Asimismo, las nuevas formas de comunicación en red modifican la capacidad de actuar en sociedad; lo cual, permite negociar con las ideologías hegemónicas o dominantes acerca de la IC en el género femenino. Las relaciones de poder pueden modificarse y moldearse en función de los niveles de cumplimiento o resistencia. Esto toma un sentido en la autocomunicación de masas (Castells, 2009).

A partir de la llegada y el crecimiento del software social colaborativo, se vislumbra el potencial de las tecnologías, tal es el caso de las RRSS. Al respecto, Castells (2009) señala que favorece la autocomunicación de masas; lo cual, refiere a las formas de comunicación en donde las propias personas usuarias son las que eligen y deciden cómo, pero también permite llegar a las personas o grupos particulares, en función de la propia selección y las propias decisiones de los usuarios en RRSS.

La propuesta de Castells permite sostener que ciertas instituciones son las que enmarcan ciertas prácticas, y que esto permea en la lógica de la mente humana. Lo anterior, toma un papel relevante en la significación y el uso de las RRSS para la constitución de la IC, en la legitimación de acciones, expresiones y experiencias (culturales, de salud, sociales, económicas etc.), en función de relaciones de poder; las cuales se presentan de diversas formas, con diversos actores.

A su vez, ayuda a pensar sobre las acciones de resistencia presentadas en RRSS y en Internet; ya que también las mujeres y niñas están protestando y pueden protestar contra modelos hegemónicos de belleza corporal, y buscan modelos alternativos a los que se representa al género femenino (Zafra, 2008). Las adolescentes también pueden participar en resistencia ante lo que culturalmente se establece y constituye, en relación a la IC y al género.

Redes Socio-digitales.

Como se señala en Bayer et al. (2020); las RRSS se definen en cuatro elementos: el perfil, la red, el *stream* y el mensaje. En el caso de la juventud, crear un perfil en RRSS consiste en una forma de creación de una identidad propia, las RRSS son un símbolo de vigencia y confirmación de su existencia (Marcelino, 2015), y suelen utilizarse para representar a la persona que a uno le gustaría o debería ser, así como la representación del potencial de la propia persona según las normas sociales (Renau, et al. 2013).

Las RRSS son plataformas con una estructura tecnológica compleja, pero con fácil asimilación funcional. Estas, son constituidas por elementos interconectados de diversas formas, las cuales promueven la creación de colectividades donde se genera, comparte y consume información, así como contenidos en distintos formatos (Gallego, 2016).

También, son reproductoras y amplificadoras de las redes sociales analógicas:

En las que los actores sociales participan y se socializan de forma paralela, tanto en el espacio social virtual como en el físico, de ahí que los códigos que se manejan en las redes sociales digitales sean análogos a los de la sociedad real y ello se hace manifiesto en las maneras en que se comunican, expresan, y escriben las nuevas generaciones (Gallego, 2016, p. 167).

En suma, el entorno digital (incluyendo RRSS) no reemplaza a lo analógico, sino lo representa. Lo anterior, favorece la comunicación entre personas usuarias en forma instantánea, y diversifica la sociabilidad tradicional (Astudillo-Mendoza et al. 2020).

Ahora bien, la forma en la que las personas se adentran al entorno digital, resulta en función de normas sociales y culturales, y esto varía entre géneros. En relación a las mujeres, un cierto *habitus* tecnológico se va construyendo en función de la cultura, de manera jerárquica y vulnerable a las niñas (Natansohn, 2013).

Al respecto, se ha puesto de manifiesto los efectos psicológicos sociales de las RRSS; los cuales tienen relación con el contexto y la cultura; "*social media have served to diversify, or at least spotlight, the variability in contexts that humans inhabit in everyday life*" (Bayer et al. 2020). Por lo tanto, como ya se ha mencionado, las RRSS son reconocidas como un "contexto sociocultural, participante y constructor de realidades,

con valores e intereses a veces implícitos, que muchas veces operan desde una lógica heteropatriarcal” (Montenegro y Pujol 2012, en Astudillo-Mendoza et al. 2020, p.240).

Asimismo, resulta importante mencionar que en las tecnologías, como en las RRSS, se establecen relaciones de género, y esto influye en el uso y creación de las mismas (Astudillo-Mendoza et al. 2020). Tras la llegada de Internet, las mujeres utilizan las plataformas digitales de diversas maneras; tanto para la expresión pública como para la visibilización de problemáticas y desacuerdos con ciertas lógicas hegemónicas. Por lo que las personas, en este caso las adolescentes, pueden "capitalizar las posibilidades" (Bayer et al. 2020) con base en la red para solicitar apoyo social de forma flexible. Dicho lo anterior, las RRSS participan en la construcción de comunidades que contribuyen en la lucha y resistencia ante las lógicas culturales hegemónicas con respecto a la IC, particularmente en el caso de los TCA.

No obstante, también se presentan agresiones relacionadas con “la discriminación, desigualdad y violencia estructural existente en los entornos fuera de línea” (Pedraza, 2019, p.52). Por ejemplo, a partir del incremento de uso y popularidad de las RRSS, estas plataformas se convierten en constantes productores y difusores de belleza convencional y cultura consumista en forma accesible y repetitiva (Fardouly y Vartanian, 2016; Mabe et al. 2014; Opara y Santos, 2019; Pineda, 2020). Por lo tanto, las RRSS colaboran en la percepción que se tiene de una misma, en donde sus prácticas y la vinculación con los significados y valores culturales, toman un papel en la construcción de su IC.

Es decir, las RRSS favorecen y brindan nuevas formas de relacionarse con el propio cuerpo, en función de ciertas estructuras sociales que surgen ante los encuentros entre lo digital y lo analógico. Es por ello que para esta investigación, se considera pertinente debatir las relaciones de poder patriarcales que se ejercen en la producción, interacción y la práctica en RRSS, así como los significados que las adolescentes le asignan a estos espacios digitales.

Williams y Ricciardelli (2014) sostienen que, derivado del acceso a Internet, las jóvenes pueden normalizar la idea de aspirar a tener un cierto cuerpo, en función de las imágenes estereotipadas poco realistas sobre la IC y las prácticas culturales que se llevan a cabo dentro del entorno digital. En el caso de las adolescentes, las RRSS pueden contribuir a reproducir estereotipos corporales de belleza, pero esto dependerá de la vinculación a “la cantidad de personas que llegan, [...] así como a la influencia que la

visualidad tiene en la construcción de ideales de belleza y perfección. Al mercado, esto le conviene” (Bard y Magallanes, 2021, p.20).

En RRSS se suele fomentar la auto-explotación a través de la autopromoción, y se promueve la imagen personal como marca; permitiendo que la persona usuaria sea convertida en un objeto de consumo (Pineda, 2020). En este sentido, las características físicas, la estética, el capital económico, social y cultural, participan de forma importante. Tal es el caso de *Instagram*, utiliza estratégicamente la imagen para fines comerciales y las imágenes deben siempre pasar por una corrección normalizadora de lo deseable (Bard y Magallanes, 2021).

Lo anterior, tiene relación con lo que Judith Butler dice; las personas que no concuerdan con lo “normal” (por ejemplo, algunas personas usuarias de RRSS):

Forman parte de las zonas "invivibles", "inhabitables" de la vida social que, sin embargo, están densamente pobladas por quienes no gozan de la jerarquía de los sujetos, pero cuya condición de vivir bajo el signo de lo "invivible" es necesaria para circunscribir la esfera de los sujetos (Butler, 2002, p.20).

Por lo tanto, habitar en RRSS implica acostumbrarse y adaptarse a una lógica de la normalidad; que consiste en ciertos parámetros estético-corporales, para así poder comprender las formas de uso e interacción dentro de estas:

Desde la ideología de la normalidad los cuerpos que pueden participar del mundo de la imagen, exponerse, compartir historias e imágenes, deben poder escrutarse como sensuales o potencialmente atractivos. Es decir, segmentaciones muy selectivas que responden a estereotipos de clase, género, capacitismo y generación. Para quienes no cumplen con esos parámetros existe el aislamiento o los filtros (Bard y Magallanes, 2021, p.18).

Además, dentro del entorno digital, el cuerpo se convierte en una herramienta de autopromoción, pues las personas usuarias identifican que es el componente con mayor

aumento de interacción y actividad en RRSS (Bard y Magallanes, 2021). Por lo tanto, las imágenes en RRSS pretenden ser estéticas, y esto dependerá de las formas en las que se percibe el cuerpo que “debe ser”. Es decir, ya sea por medio de filtros, poses, ediciones; las imágenes en RRSS tendrían que pasar por esta corrección. No obstante, en esta lógica de lo “normal”, no todas las personas se encuentran incluidas:

Las personas con cuerpos no delgados, con discapacidades funcionales, cuerpos no estereotipados, sexualidades no heteronormadas, deben asumirse como diversas por el solo hecho de existir, de ser y así buscar “su público” o asumir que no pueden “pertenecer” (Bard y Magallanes, 2021, p.17).

No todos los cuerpos en RRSS son igual de promovidos, de hecho, se les da prioridad solo a algunos. Como sostienen Bard y Magallanes (2021); aunque movimientos como el *body positive* intentan promover nuevos estándares corporales de belleza en RRSS como *Instagram*, la publicidad refuerza el canon de ideal corporal estético, y la tendencia es "estigmatizar la presencia de aquellos cuerpos que no responden al canon y a incrementar el *bodyshaming*" (p.16).

Entonces, en el entorno digital la IC se construye bajo diversas lógicas; que suelen involucrar desigualdades, discursos hegemónicos sobre el cuerpo, estereotipos corporales, intereses comerciales y económicos, etc. Tomar en cuenta esto, ayuda a problematizar qué lógicas sobre el cuerpo se están promoviendo principalmente en RRSS y cómo esto está participando en la construcción de la IC en mujeres adolescentes con un TCA y los significados atribuidos a sus síntomas, su cuerpo y sus vivencias.

Por último, cabe mencionar que con el ecosistema actual de medios, es necesario preguntar sobre la definición de los efectos de RRSS en un futuro. Ya que, el hecho de que hoy en día lo *online* se entrelaza con lo *offline*; genera contextos que resulta pertinente indagar en estas interrelaciones (Bayer et al. 2020).

Es importante pensar cómo surgen, se representan e interactúan las relaciones sociales en el entorno digital; así como identificar las relaciones de poder y control que se ejercen dentro y fuera de él. Al igual que Astudillo-Mendoza et al. (2020), se sostiene

que las tecnologías y la apropiación de las mismas responden a normas, ideologías y valores, los cuales derivan de diferencias entre géneros.

A manera de cierre, los rumbos teóricos de la tesis se basan en los estudios culturales feministas, incluyendo el constructivismo social y la fenomenología feminista. También, se contempla la Teoría de la Objetificación y la Interseccionalidad; esto ayuda a reconocer una postura crítica de las mujeres adolescentes y jóvenes latinoamericanas ante el rol de las RRSS en un determinado contexto geográfico, social, cultural y político.

Así, este posicionamiento ayuda a estudiar la realidad y la vida cotidiana asociada con las estructuras de la cultura y el poder, aunado a las formas en las que se internalizan las expectativas sobre el cuerpo, el género, la IC y la feminidad.

Además, concibe las experiencias de géneros en el trayecto de su vida, y señala cómo estas vivencias personales se tornan relevantes en la relación de la IC y las problemáticas médicas-de salud. Por ejemplo, a partir de situaciones de objetificación y auto-objetificación, racismo, sexismo, discriminación y/o violencias; afectando en la salud mental y física de las mujeres.

Ahora, si bien las RRSS participan de diversas formas, estas se construyen en su uso y significación. Lo cual, está ligado a la cultura-género aunado a las experiencias, significados y prácticas en un contexto particular. Es decir, participan de forma dinámica (Eikey y Reddy, 2017).

Tomando en cuenta esto, resulta relevante asumir que en esta propuesta, tanto la familia, las amistades y los pares, las industrias tecnológicas, entre otros factores, colaboran en las formas de involucramiento con las RRSS y permean en la definición de ser mujer, de ser cuerpo, de asumir un rol en función de elementos sociales e individuales ante la IC, las prácticas de salud y el TCA.

Por lo anterior, plantear el modelo de esta forma, sirve para leer el problema de investigación bajo un nivel de diálogo entre las lógicas socioculturales y la perspectiva médica-de salud ante las problemáticas de salud pública como los TCA. En este sentido, se identifica cómo la cultura digital participa de forma activa en su día a día; y los significados vividos en la cotidianidad en torno al género, la salud y la IC se interiorizan

Capítulo IV. ¿Cómo llegué aquí? Mujeres con un Trastorno de la Conducta Alimentaria desde la Etnografía Digital (Diseño metodológico)

Este apartado tiene el propósito de brindar un mapa que oriente el posicionamiento metodológico de la presente investigación. Como ya se mencionó, este trabajo se basa en los estudios culturales; particularmente con un enfoque en la fenomenología feminista para el análisis e interpretación de los resultados. Lo cual, trae implicaciones importantes que deben exponerse ante este diseño [metodológico] que se plantea.

Elaborar una tesis implica un proceso que no es lineal, sino reiterativo. Fue difícil estructurar los datos y ha sido un ejercicio de revalorar aspectos que en un inicio no se habían plasmado en el texto; así como poco a poco, a la par de tener un acercamiento con las mujeres participantes, reconocer otros. Ello, con la finalidad de crear un texto que tuviera la mayor comprensión posible de las personas clave del estudio: las mujeres con un TCA en la adolescencia.

Así, el estudio se llevó a cabo a partir de la etnografía digital (Pink et al., 2019) considerando el carácter multisituado (Marcus, 2001). Y como técnicas, se utilizaron la observación participante digital y la historia de vida.

Investigación Cualitativa Feminista

Cabe recordar que la tesis es de carácter cualitativo con corte comprensivo, dado que este enfoque es congruente con la pregunta de investigación y los objetivos.

Sin embargo, ante todo, es una investigación feminista; en la cual, se problematizan las diferentes situaciones que las mujeres atraviesan, así como las instituciones, materiales y estructuras históricas de género que envuelven sus trayectorias. Se estudia para crear ideas, producir conocimientos en relación a las formas de opresión dirigidas a las mujeres para crear formas de acción (Olesen, 2012).

Entonces, el propósito principal es comprender el papel de las RRSS en la construcción de la IC de mujeres adolescentes latinoamericanas que tienen diagnosticado un TCA. En ese sentido, el objeto de estudio gira en torno a las experiencias de mujeres adolescentes, sus prácticas en RRSS y el papel que juega en los procesos de construcción de la IC en relación con la historia de vida.

Las identidades y subjetividades se constituyen a partir de contextos históricos y sociales particulares. Es decir, la idea de mujer se sitúa en función de experiencias y conocimientos específicos, bajo la intersección de elementos como la etnia, raza, clase,

género, entre otros (Olesen, 2012); aunado a relaciones de poder estructuradas en un sistema social determinado.

Ahora bien, bajo la perspectiva de Weber (1958), la investigación comprensiva implica un énfasis en la búsqueda del significado y se centra en la perspectiva cualitativa, lo cual otorga el poder “desgranar cómo las personas construyen el mundo a su alrededor, lo que hacen o lo que les sucede en términos que sean significativos y que ofrezcan una comprensión llena de riqueza” (Gibbs, 2012, p.13). A partir de esto, se puede acceder a las experiencias e interacciones de los sujetos en el propio contexto, y “los métodos y las teorías deben ser apropiadas para lo que se estudia” (Gibbs, 2012, p.14).

De este modo, la presente investigación resulta ser con un tipo de muestra no probabilística; ya que se tiene la intención de comprender las significaciones de las RRSS en el fenómeno de los TCA, y cómo lidian las adolescentes ante la construcción de su IC, considerando las temporalidades de la historia y proceso del padecimiento. Asimismo, las participantes son elegidas debido a las características propias de la investigación (Hernández et al., 2014).

La muestra se formó con el “efecto bola de nieve” (Bertaux, 1997). Es decir, como define Vasilachis de Giadino (2006), se refiere a “llegar al sujeto a través de conocidos o por contactos establecidos en el trabajo de campo” (p.187).

No obstante, al estar tomando las decisiones metodológicas pensé: ¿qué condiciones éticas debería de contemplar? ¿Cuál es mi posición ante esta investigación? ¿De qué manera yo también participo en ella? De acuerdo con Sandra Harding (1988), en los estudios feministas la investigadora se coloca “en el mismo plano crítico que el objeto explícito de estudio, recuperando de esta manera el proceso entero de investigación para analizarlo junto con los resultados de la misma” (p.25). Es decir, me posiciono de manera crítica como parte del proceso de investigación (Harding, 1998).

Por eso, me permito señalar que el presente texto lo escribe una mujer con un cierto bagaje social, histórico y cultural. Posicionada en un contexto particular. Y acepto que ello toma un sentido en la forma que se desenvuelve este trabajo de investigación porque las dimensiones que atraviesan a las participantes también me tocan, como sucede igual con el resto de mujeres.

En suma, elaborar el estudio ha sido una autorreflexión. Estoy en constante aprendizaje a partir del trabajo de campo, de las mujeres y la investigación como tal. Yo

también formo parte del diálogo que se está formando con las participantes. En ese sentido, estoy colaborando como investigadora-participante; tal como señalan Astudillo-Mendoza et al. (2020), esta posición puede favorecer una "ruptura de la relación dicotómica entre sujeto y objeto en la investigación, planteada a propósito de las posibilidades de transformación que nos brindan las epistemologías feministas" (p.245).

A su vez, considero importante asumir los criterios éticos que la persona investigadora debe de atribuirse. Y, en el caso de este texto, pensar en cómo las mujeres quieren ser vistas, representadas. ¿Cómo quieren ser nombradas? ¿Cómo se sienten seguras en la investigación?

Fundamentalmente, la postura como investigadora cualitativa feminista se basa en el reconocimiento de la ética al momento de convivir, estudiar y comprender a las mujeres que forman parte de esta investigación. Estoy explorando una parte de su vida que puede ser sensible para ellas, como investigadora me toca respetar y cuidar. Ser crítica con lo que encuentro, pero también ser asertiva con cómo las plasmo. Es necesario un acuerdo mutuo. ¿Con qué finalidad estoy elaborando la investigación? ¿Qué usos le estoy/le daré a lo encontrado? ¿Qué aprendizajes hay gracias al trabajo de campo?

Condiciones Éticas y Horizontalidad en la investigación

Algo que reconozco en la elaboración de este estudio, es que tomar la decisión de posicionarme desde la perspectiva feminista ha sido un aprendizaje constante y necesario para la mejor comprensión posible de cada una de las mujeres; lo que permite pensar en estrategias de acción para contrarrestar sistemas de opresión.

En ese contexto, las investigadoras cualitativas con perspectiva feminista, "reconocen y analizan temas éticos, como la privacidad, el consentimiento, la confidencialidad, el engaño y la deslealtad" (Olesen, 2012, p.146). Esto, bajo la idea de un cierto contexto en específico, con base en la ética feminista del cuidado (Olesen, 2012).

Al respecto, como mencioné anteriormente, esta investigación presta atención en la intersección entre la raza, la clase y el género; recordando que este estudio se sitúa en mujeres latinoamericanas. En ese sentido, las intenciones de este trabajo parten de escuchar el diálogo de las mujeres de forma que evite cualquier daño a su persona, siempre con la intención de crear un espacio seguro (Carosio, 2007). Las condiciones éticas feministas en el presente texto, se basan en una responsabilidad por las mujeres participantes, con interés y preocupación en evitar alguna omisión o malinterpretación de

sus vidas y/o sentires. Y, finalmente, priorizando la comprensión de sus espacios y significados, sus formas de ver la vida y sus trayectorias.

Dicho lo anterior, desde el inicio de la comunicación con las mujeres, se explicaron las intenciones y propósitos del estudio, incluyendo aspectos sobre la recolección de datos e información. Por lo que también se contemplaron los siguientes criterios éticos:

1) Los datos en las cuentas de RRSS y el nombre e imagen de la participante serán omitidos, por lo tanto, serán aludidas con seudónimos y la identidad será protegida en todo momento; tanto en la observación como en la historia de vida.

2) Ellas tendrán acceso a revisar los datos y la información recopilada.

3) En ningún momento la información obtenida de las historias de vida y las observaciones se utilizarán para otros fines que no estén relacionados con la elaboración de este trabajo de tesis.

4) Se tiene una carta de consentimiento informado, misma que debió ser firmada al momento de que la participante (o la persona tutora, en caso de ser menor de edad) esté de acuerdo de lo que contiene el documento, después de que se hayan explicado y aclarado los detalles acerca de la participación.

5) A todas las mujeres se les trata con respeto, preguntando e invitando a comentar si se sentían o no en confianza para platicar. Asimismo, durante la entrevista, ellas tuvieron la posibilidad de no responder a las preguntas o temáticas que se presentaban.

6) Se respeta la confidencialidad y confianza que las mujeres brindan al momento de participar en el presente estudio; sin dañar su integridad, respetando la confianza y siendo sensible a los momentos y situaciones particulares.

7) Las entrevistas fueron grabadas exclusivamente para fines de la investigación, y solamente la directora de esta tesis tendrá acceso a la información recopilada.

8) Los nombres de las mujeres en la presentación de resultados son ficticios, elegidos por ellas, y no se plasman datos biográficos específicos.

Ahora bien, principalmente a raíz de la forma en la que se desarrollaron cada una de las historias de vida, y gracias a la orientación de mi asesora, fue que se contempló el tema de la horizontalidad en la tesis; teniendo como propósito crear conocimiento "sobre el otro y sobre la propia cultura a partir de lo que cada quien desea expresar" (Corona-Berkin, 2012, p.109).

Este trabajo, sin pensarlo de esta forma en un inicio, es un ejercicio político que busca visibilizar maneras de violencia hacia la mujer y cuestionar el uso de las RRSS. Escuchar sus historias, así como leerlas y observarlas en RRSS, ha sido una experiencia de mucha reflexión. Los conocimientos brindados por las participantes junto con la propia reflexividad mía como investigadora sobre la propia situación de vida, tal como argumenta Pena (2013), genera la capacidad de articular significados, los cuales colaboran a la construcción de sentidos ante las experiencias.

Al respecto, ser investigadora-participante (Astudillo-Mendoza et al. 2020) invita a pensar en la influencia o rol que tengo en las interacciones, percepciones y sentidos sobre cómo voy definiendo e indagando en la investigación. Es por ello que mi intención con este texto es reconocer la agencia y el discurso de las mujeres, y aportar en la comprensión de una problemática social. Por lo tanto, es un esfuerzo por elaborarse bajo los términos horizontales. Lo cual, también significa buscar con las participantes la construcción de respuestas que "aporten a la autonomía y mayor satisfacción para la convivencia" (Corona-Berkin, 2019, p. 11).

Además, reconozco que tanto el proceso de esta investigación como la producción de conocimiento, es un intento de pensar en cómo construir mejores formas de vida en el espacio público; "a partir de la expresión de la diversidad en términos de igualdad" (Corona-Berkin, 2012, p.87). Ello me ayuda a discutir sobre: ¿qué hacer para que el estudio se materialice de otras formas? ¿Cómo contribuir a que las mujeres tengan mejores oportunidades y formas de vida en la sociedad, en sus espacios, en ellas mismas? ¿Qué hacer más allá de la investigación? ¿Cómo me apropio de ella?

Escucharlas, comprenderlas, ha hecho que yo-investigadora, una joven en un cierto contexto, tenga otra visión de lo que significa ser mujer y participar activamente en sociedad como alguien del género femenino. Y, cabe aclarar que mi punto de vista no será el dominante en este texto, ni lo fue en las entrevistas; a raíz de las charlas con las mujeres, de preguntar y de escuchar, se discute el objeto de estudio. Es decir, es un trabajo colectivo, un ejercicio de sororidad.

Lo que me gustaría es que las mujeres jóvenes y adolescentes participantes se sientan escuchadas, representadas, valoradas en este trabajo de investigación. Porque el diálogo entre ellas y yo es lo que está ayudando a elaborar este texto y responder los propósitos de la tesis.

Sobre las Mujeres participantes

Para esta investigación la adolescencia se consideró en dos sentidos: 1) como un grupo de edad que abarca de los 11 a los 20 años (Papalia y Martorell, 2015), y 2) como un momento de vida en las mujeres. Resulta importante mencionar que al identificar a las adolescentes como un grupo psicosocial, puede hablarse de una cultura propia de la adolescencia (Aguirre, 1994).

Por ello, la adolescencia se comprende desde los enfoques sociocultural y comunicativo, los cuales dejan en evidencia prácticas, significados, procesos de socialización, enculturación, así como de interacción social en dicha etapa de la vida.

Además, las adolescentes participantes se seleccionaron conforme habían sido diagnosticadas con un TCA, o bien, ser mujeres que durante su adolescencia afrontaron un TCA. A su vez, resulta necesario que las participantes de esta investigación sean latinoamericanas, que utilicen RRSS habitualmente y que ahí hicieran público su padecimiento o expresaran algo relacionado a sus experiencias con su IC, mas no específicamente decir que pasaron por un TCA.

Finalmente, se eligió la participación de mujeres adolescentes que hayan atravesado dos etapas: 1) El haber pasado por un diagnóstico de TCA y 2) Encontrarse en proceso de recuperación del TCA. Lo anterior también para indagar en la comprensión de los significados de las RRSS, durante los diferentes momentos del TCA, prediagnóstico, diagnóstico y etapa de recuperación.

Investigar a los Trastornos de la Conducta Alimentaria como alguien fuera del campo de la salud (Ejercicio Exploratorio)

Elaborar el presente texto ha sido un camino de incertidumbre, dudas, valoraciones, confusiones. Esto se ha visto reflejado en la toma de decisiones a lo largo de la investigación. Un ejemplo es en cómo decidí contemplar la etnografía digital; pues, en realidad, las necesidades del estudio son las que me llevaron a ella.

Cuando intentaba diseñar este marco metodológico, tenía contemplado ir a institutos de psicología o psiquiatría en México para platicar personalmente con las mujeres adolescentes internadas. Sin embargo, el hecho de ser una estudiante de maestría en relación con las ciencias sociales; es decir, de no ser médica, psicóloga o nutrióloga, provocó barreras importantes para que no me permitieran el acceso. Además, cuando explicaba cómo estaba abordando el tema, el rechazo era aún mayor.

Esto, tiempo después lo comprendí, pues, además de ser consciente de los aspectos y las condiciones éticas que implica platicar con las adolescentes en una institución/hospital, me percaté de que las personas encargadas de atender los casos de TCA [sin generalizar] en esos lugares, no contemplaban los factores sociales como algo realmente relevante, a diferencia de los factores biológicos. De hecho, una de ellas los expresó como “factores secundarios”.

Lo que me ocurrió ya lo habían comentado Susan Bordo (1995) y otras autoras; es necesario repensar el tratamiento y prevención de los TCA, especialmente cuando las personas profesionales de la salud tienen una visión muy particular de este padecimiento, a pesar de ser una problemática multifactorial (DSM-V). Lo anterior, sumado a la relevancia de las RRSS en la actualidad, abren un camino de oportunidades para abordar los TCA desde la prevención, intervención y sensibilización en plataformas digitales.

Esta situación me llevó a replantear cómo realizaría la investigación, pues lo que menos quería era cambiar el tema en relación a los TCA. ¿Cómo poder platicar, conocer, escuchar, saber de estas mujeres si no me permiten el acceso? ¿Cómo hablar o interactuar con ellas fuera de la dimensión médica? ¿De qué manera? Lo cual, me ubicó en la pregunta: ¿qué están haciendo estas mujeres en los entornos digitales? ¿Cómo expresan su TCA en RRSS? ¿Qué dicen de su vida? ¿Qué dicen del TCA?

En ese sentido, decidí ingresar desde mi cuenta personal de *Instagram* y buscar “*tcarecovery*”. Los resultados arrojaron diversas cuentas; una de las más populares incluía un *link* para ingresar a un grupo de apoyo en *Whatsapp*. Si bien, también decidí realizar observaciones generales en las demás cuentas que aparecían, hablé con la dueña del perfil que contenía el *link*. Resultó ser una adolescente de Argentina, diagnosticada con TCA, que tuvo el interés en hacer una comunidad de apoyo en *Whatsapp* y una cuenta en *Instagram* sobre recuperación de TCA, a raíz de su experiencia con el padecimiento.

Cabe mencionar que, para fines de este trabajo y por criterios deontológicos, las participantes decidieron asignarse nombres ficticios, por lo que a partir de aquí, la adolescente tiene por nombre Sara. Entonces, tras platicar con Sara, contando las razones por las cuales estoy interesada y preguntando si era posible permanecer en el grupo con total respeto, ética y confidencialidad, ingresé al grupo desde enero de 2022. Hasta el momento permanezco en él pero ya no lo consulto.

Además, observé las otras cuentas que habían aparecido en la búsqueda; las cuales, en su mayoría solían ser adolescentes o mujeres entre 23-27 años que contaban su experiencia y su día a día a partir de su historia de vida en lo que concierne al TCA; ellas estaban situadas en España y Latinoamérica (Argentina, México, Colombia, Perú, Bolivia), así como en Estados Unidos pero de ascendencia latina.

En función de esta exploración, inicié con la toma de decisiones para la metodología; eligiendo ciertas cuentas y mujeres para platicar con ellas y realizar observaciones en sus RRSS, bajo los siguientes criterios:

- 1) Son latinoamericanas.
- 2) Son adolescentes diagnosticadas con TCA o mujeres jóvenes que pasaron por un TCA en su adolescencia.
- 3) Están en recuperación del TCA.
- 4) Hicieron público su TCA en RRSS o las experiencias en torno a su IC y son activas en el entorno digital.
- 5) Accedieron a platicar conmigo, reconociendo las condiciones éticas que se manejan en la tesis (incluyendo una carta de consentimiento informado y explicación sobre qué implica colaborar en la investigación).

Si como dice Gracia-Arnaiz (2014), la etnografía enriquece la investigación al brindar un diálogo desde otra posición en lo que concierne a las problemáticas de salud, fue aquí cuando pensé en la posibilidad de contemplar tal herramienta metodológica para continuar con los rumbos del estudio. De este modo, en un primer momento llevé a cabo observaciones, mismas que se situaron particularmente en *Whatsapp* e *Instagram*. Posteriormente, y con base en el ejercicio exploratorio [observaciones] realizado, elegí a las mujeres para la observación de perfiles de *Instagram* y la elaboración de las historias de vida; en función de las características consideradas para la participación en la tesis. Más adelante explico de forma más detallada todo el proceso.

Para poder responder a la pregunta de investigación, se requiere operacionalizar los conceptos incluidos en ésta y para eso, se establecieron categorías para el trabajo de campo.

Categorías para el Trabajo de Campo

En función de la pregunta general, los conceptos que guían la investigación son Redes Socio-digitales (RRSS), Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA), Imagen Corporal (IC) y Adolescencia, los cuales se pretenden operacionalizar a partir de las siguientes categorías: 1) significados, 2) prácticas y 3) papeles o roles (Hernández et al., 2014).

Los significados son definidos como:

Referentes lingüísticos que utilizan los actores humanos para aludir a la vida social como definiciones, ideologías o estereotipos. Los significados van más allá de la conducta y se describen e interpretan. Los significados compartidos por un grupo son reglas y normas (Hernández et al., 2014, p.397).

Las prácticas se definen como “una unidad de análisis conductual que se refiere a una actividad continua, definida por los miembros de un sistema social como rutinaria” (Hernández et al., 2014, p. 397). Y, finalmente, por papeles o roles se refieren a “unidades articuladas conscientemente que definen en lo social a las personas. El papel sirve para que la gente organice y proporcione sentido o significado a sus prácticas” (Hernández et al., 2014, p.397).

Estas categorías determinadas ayudarán a comprender el fenómeno, en función de las preguntas y los objetivos que se pretenden alcanzar y resolver en la investigación. De esta manera, se podrán comprender las prácticas en RRSS que cumplen un rol en la construcción de la IC en mujeres adolescentes con TCA, permitiendo conocer los significados que se les atribuye al cuerpo en función de la historia del padecimiento.

Es decir, se articula el análisis e interpretación de los resultados desde la categoría: significado. Ello, en sintonía con la categoría: prácticas. Pues los significados sobre el cuerpo, la IC, el género, la salud, el TCA, etc., también pueden observarse y/o reproducirse a través de las prácticas. Así, se identificaría el papel de las RRSS a partir del significado de las ideas, creencias y/o prácticas en las participantes, para comprender el rol de las mismas en la construcción de su IC.

Figura 5. *Visualización de categorías para el trabajo de campo*



Fuente: Elaboración propia

La Recolección de Datos

Para esta investigación, se toma en consideración el enfoque fenomenológico, ya que a partir de ello se busca la comprensión por medio de la metodología cualitativa feminista. Además, la interrelación entre el feminismo y la fenomenología abarca la experiencia, los sentidos y trayectoria de vida de las mujeres participantes, brindando a los estudios de género la oportunidad de “dar sentido a las experiencias de géneros” (López, 2014, p.45). Desde esta perspectiva, algunas de las aportaciones que otorgan los estudios fenomenológico-feministas, de acuerdo con López (2014, p.62) son:

- Ponen de manifiesto la incidencia de las habituaciones corporales y la sedimentación de la experiencia en las diferencias de género.
- Exploran el cuerpo vivido como «yo puedo», sus diversas modalidades de realización y la discriminación, así como la sobreobjetivación que sufren los cuerpos de las mujeres.

Por lo tanto, considerar la fenomenología feminista fue de ayuda para la recolección de datos y el análisis de resultados. Particularmente para la comprensión del fenómeno de los TCA en la vida cotidiana de las adolescentes; así como las experiencias y trayectorias, reconociendo lo que implica el propio cuerpo para ellas y para la sociedad. También, permite comprender cómo el cuerpo femenino es (auto) objetificado, qué valores culturales se normalizan (que incluyen los significados y las prácticas en RRSS con relación al cuerpo), y la manera en la que se actúa en resistencia ante los elementos socioculturales de opresión sobre el cuerpo.

En este sentido, la investigación se desarrolló a partir de la etnografía digital multisituada como método; utilizando la técnica de observación participante digital.

Adicionalmente, se utilizó la historia de vida como técnica, lo cual, ayuda a resolver los propósitos de la investigación establecidos y a tener una mejor comprensión de las experiencias y trayectorias en relación con el fenómeno que se está estudiando.

Etnografía digital multisituada

Eduardo Restrepo (2018) señala que:

La etnografía es la descripción de lo que una gente hace desde la perspectiva de la misma gente. Esto quiere decir que a un estudio etnográfico le interesa tanto las prácticas (lo que la gente hace) como los significados que estas prácticas adquieren para quienes las realizan (la perspectiva de la gente sobre estas prácticas) (p.25).

En ese tenor, la etnografía como herramienta metodológica favoreció para, tal como dice Gracia-Arnaiz (2014), la articulación de "subjetividades y contextos y, en esa medida, dar luz sobre las estrechas relaciones entre comida, género y cuerpo" (p.73); mismo que ayudó a comprender las interacciones producidas entre las diferentes dimensiones [médicas, familiares, sociales, culturales, económicas, personales, entre otras].

También permitió explorar los significados personales y colectivos sobre el contexto [*online-offline*] de las mujeres; las relaciones de poder en su cotidianidad y las performatividades de género, al igual que el sentido que cumplieron las RRSS en relación con el cuerpo y la trayectoria de su TCA. Así, la etnografía digital desde la perspectiva de Sarah Pink et al. (2019) me dio luz para poder estudiar experiencias prácticas digitales y ayudó a problematizar la vida cotidiana sin centrarse exclusivamente en lo digital. Situándose particularmente en este término, resulta importante asumir que lo *online* y lo *offline* se integran y entrelazan en las diferentes prácticas sociales.

Dicho lo anterior, se elige la etnografía digital debido a que al igual que Astudillo-Mendoza et al. (2020) sostienen, bajo la idea de Igor Sádaba refiriéndose a Christine Hine con la etnografía virtual, "la noción de virtualidad ha ido perdiendo presencia en el mundo académico en los últimos años, pues sigue relacionándose con una sensación de no verdad o de irrealdad respecto a las prácticas observadas" (p.244).

Sarah Pink dice que la etnografía digital ofrece formas de estudiar experiencias prácticas digitales, y ayuda a problematizar la vida cotidiana sin centrarse exclusivamente en lo digital; es decir, se resalta la relación entre lo *offline* y lo *online* (Pink et al., 2019). No se pretende centrar el estudio en la tecnología, sino en las formas de relación y apropiación con la misma; reconociendo que en ocasiones, se suele vivir inmerso en ella.

Por otra parte, Astudillo-Mendoza et al. (2020) definen que, con base en la propuesta de George Marcus, gracias a la etnografía multisituada "podemos seguir a los componentes de una comunidad *online* de una plataforma a otra, ya que gran parte de las prácticas comunicativas se producen de forma simultánea en varios canales" (p.244). Lo cual, ayuda al estudio de las construcciones simbólicas y de significados, y permite seguir el objeto de estudio desde distintos momentos, espacios y tiempos. Asimismo, observar en diversos espacios digitales, permite experimentar "cualitativamente como archivos vivos para hacer minería de datos –escarbar datos del pasado alojados en las plataformas en diversos perfiles-" (Meneses, 2020. p.5).

Adicionalmente, sobre esta definición se dice que abarca una forma de práctica etnográfica digital basada en la idea de que los medios [RRSS] forman parte de la vida cotidiana (Pink et al., 2019). Por lo tanto, fue pertinente la utilización de este eje etnográfico; para estudiar tanto las prácticas que se hacen en RRSS en ciertos contextos y situaciones particulares, como los significados y las formas en la que se incrustan a la cotidianidad, y cómo cumple un papel en los procesos de TCA y la construcción de la IC en las adolescentes.

Desafíos sobre la etnografía digital multisituada como método.

La etnografía digital ayuda al estudio de las prácticas sociales a través de la mediación tecnológica; favoreciendo que la persona investigadora y las sujetas del estudio sean conscientes de "prácticas y sentidos digitales habituales y encarnados ocultos" (Pink et al., 2019, p.71). A su vez, resulta ser un método que implica poder ser flexible, se presenta menor influencia de la persona que está observando y permite evadir limitaciones geográficas y de tiempo. Lo cual, fortalece el quehacer etnográfico, "propiciando el desarrollo de un interesante debate sobre epistemología y metodología al cuestionar presupuestos epistemológicos clásicos, como la copresencia en el espacio temporal y geográfico" (Astudillo-Mendoza et al., 2020, p. 244).

No obstante, uno de los desafíos que aparecen en la etnografía digital, es cuando en algunas ocasiones no se interactúa cara a cara con las personas informantes de la investigación; por lo que se complejiza el poder convivir con ellas, tal como señalan Bárcenas y Preza (2019), “como lo haría un etnógrafo que asiste todos los días a un mismo lugar” (p.140). En consecuencia, resulta necesario la construcción de una co-presencia entendida como “el involucramiento a través de la conciencia mutua de los sujetos, quienes tienen la sensación de tener acceso a los otros psicológica y emocionalmente en un ambiente mediado tecnológicamente” (Bárcenas y Preza, 2019, p.140). Lo anterior, implica entablar relaciones con los informantes, de una forma en la que deba pensarse cómo la persona investigadora se acercará a ellos, con un bagaje cultural y de información sobre quiénes están participando en el estudio.

Otra crítica hacia la etnografía digital parte de que se sostiene una perspectiva instrumental de las tecnologías, y bajo ciertas limitaciones y desafíos al momento de construir el campo y sistematizar los datos etnográficos. A su vez, se cuestiona el tema del tiempo en los datos *online*, en el caso de los objetivos de algunas investigaciones.

Por otra parte, resulta necesario que la persona investigadora conozca y tenga conocimientos avanzados sobre la tecnología, aplicaciones o plataformas digitales. Lo cual, en ocasiones se puede pasar por conflictos al momento de la recolección y el análisis de los datos.

Observación participante digital (“Grupo de Apoyo TCA” en Whatsapp)

En el método etnográfico, la técnica que se utiliza específicamente es la observación participante. Sin embargo, en los entornos digitales, al no tener un espacio geográfico, esta se convierte en “un nuevo campo mediante los flujos comunicativos, pudiendo transitar por diferentes entornos o plataformas” (Astudillo-Mendoza et al., 2020, p. 244).

En ese sentido, observé un grupo de apoyo sobre TCA en *Whatsapp*; encontrado gracias a una cuenta de *Instagram* y en el que forman parte, hasta el día 25 de noviembre de 2022, 89 participantes mujeres. Todas hablan español y se encuentran en Latinoamérica y Estados Unidos. De forma complementaria, y en función de las conversaciones y la comunicación en el grupo, se observaron otras RRSS. Lo anterior se debe a que, ocasionalmente, se comparte contenido de otras plataformas digitales (principalmente *Tik Tok*, *Instagram* y videos de *Youtube*), por lo que fue pertinente

indagar en ello, para la comprensión de sus prácticas y los significados que giran en torno a las conversaciones.

Primero, el día 27 de enero de 2022, se buscó “tcarecovery” en *Instagram*, a través de mi cuenta personal. Tal búsqueda arrojó diversas cuentas que, por medio de esta red socio-digital, planteaban su proceso de recuperación de este padecimiento [TCA]. Una de ellas fue una cuenta que como parte de la descripción en su perfil tiene “TCA RECOVERY”. Fue el primer perfil encontrado que tenía un *link* para ingresar a un grupo de apoyo en *Whatsapp*. Esta usuaria, Sara, es la creadora del grupo de apoyo en *Whatsapp* que se está observando: “Grupo de apoyo de TCA”.

Imagen 5: Captura de pantalla de cuenta en *Instagram* con *link* del grupo de *Whatsapp*.



Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*.

Después de seguir a esta cuenta desde el día 27 de enero de 2022, tuve comunicación con Sara vía *Whatsapp* en febrero de 2022, para pedir permiso de estar en el grupo y para platicar con ella sobre la investigación. Al tener una respuesta positiva, tuve acceso para entrar y permanecer en esa comunidad.

En ese momento empecé con mi diario de campo digital; combinando lo que veía en *Whatsapp* con las cuentas de *Instagram* tras la búsqueda exploratoria: carpetas de capturas de pantalla por temática, construcción de categorías, anotaciones sobre lo que veía. Posteriormente platicué con algunas mujeres del grupo de apoyo que publicaban su cuenta de *Instagram* y así poder crear una red ya no solamente en *Whatsapp*, sino en otras RRSS como *Instagram* [o *Tik Tok*, también solía ser recurrente].

Entonces, el grupo se encontró a partir de la cuenta de una usuaria de *Instagram*, quien decidió crear un grupo de apoyo de TCA el 5 de agosto de 2021. Esto, con la

finalidad de ayudar a las mujeres que están pasando por la misma situación que ella: un proceso de recuperación. La usuaria (Sara) es adolescente y lleva dos años en recuperación de un TCA.

Imagen 6: Captura de pantalla en *Whatsapp* de “Grupo de apoyo TCA” el día 24 de abril de 2022



Fuente: Captura de pantalla en *Whatsapp*

Posterior a encontrar este grupo de *Whatsapp*, identifiqué otra cuenta de *Instagram* en donde también aparecía un link para ingresar a un grupo de apoyo similar (en *Whatsapp*), y también accedí a él. Sin embargo, para la presente investigación resultó más conveniente estudiar “Grupo de apoyo TCA”, ya que suele ser un grupo más activo, teniendo mayor flujo de conversación e interacción entre las propias participantes.

Observación participante digital (perfiles de Instagram)

En función de los objetivos de investigación y después del ejercicio exploratorio [observación en *Whatsapp* e indagación general en cuentas de *Instagram*], observé perfiles en *Instagram* de cinco adolescentes con un TCA o mujeres que pasaron por un TCA en su adolescencia.

Se seleccionaron bajo cuatro aspectos: 1) a partir de la estrategia “bola de nieve”, 2) en función de los requerimientos para los objetivos de esta investigación, 3) de preferencia (no obligatorio) deberán estar en el grupo de *Whatsapp* y 4) debido a los alcances de tiempo y la accesibilidad. Sobre este último punto, se ahondará con más detalle en el apartado “Historia de vida”.

Luego de entrar al grupo en *Whatsapp* “Grupo de apoyo TCA” y de tener contacto con Sara, se decidió indagar en las personas que ella sigue y que las siguen. En este sentido, por medio de esta estrategia se encontraron a las posibles personas deseadas para esta investigación.

Con respecto al último punto; la primera etapa se identificó a partir de la revisión de los perfiles en *Instagram*. Por ejemplo, observando las publicaciones y dando cuenta de que ellas plasman su diagnóstico y su padecimiento o sus experiencias. Mientras, la segunda se identificó a partir de las publicaciones y las prácticas en RRSS; por ejemplo, cuando en el propio perfil y en sus publicaciones la adolescente expresa que está en recuperación o que está trabajando para recuperarse.

Por otra parte, se eligió la red socio-digital *Instagram* debido a ciertos aspectos. Primero, según un estudio de Statista llevado a cabo en 2020, México tiene 21.6 millones de usuarios en *Instagram*, convirtiéndose en el segundo país con mayor número de usuarios en Latinoamérica.

Además, a nivel nacional un 54 por ciento de los usuarios mayores de 13 años representan al sexo femenino; y las personas usuarias que parten de los 18 a los 34 años, son el 84% del total de la gente usuaria de *Instagram* (García, 2020). Asimismo, en el año 2020 en otras partes de Latinoamérica, también se muestra un consumo importante (Argentina llegaba a un 56% de usuarias mujeres mayores de 13 años) (García, 2020).

A medida que se desarrolló la observación, cabe señalar que, a pesar de que se enfoca en *Instagram*, es pertinente mencionar a *Tik Tok*. Datos de 2022 indican que *Tik Tok* ha tenido un auge considerable en México, particularmente en mujeres jóvenes (Statista, 2022). Y si bien, esta investigación no se basa en *Tik Tok*, regularmente se suele compartir contenido de dicha red en *Instagram*. Por lo tanto, en caso de que se presente una convivencia relevante entre estas dos RRSS, habrá que considerar también a esta red socio-digital al momento de la utilización de esta técnica. *Tik tok* participa como observación complementaria de *Instagram*.

Desafíos sobre la observación participante digital.

Una de las ventajas más importantes para el presente trabajo, parte de la posibilidad de realizarse en forma sincrónica y asincrónica, permitiendo la comprensión de ciertos acontecimientos o situaciones bajo fases temporales. Aunado a ello, las posibilidades que surgen en lo digital con respecto a la distancia geográfica, también son

de gran ayuda. Asimismo, el registro de la información digital se agiliza, por lo que puede ser más sencilla y práctica; evitando sesgos entre el registro y el comportamiento (Orellana y Sánchez, 2006), y el acceso al trabajo de campo resulta más sencillo.

Otras ventajas, como mencionan Orellana y Sánchez (2006, p.215), son:

- Se obtiene riqueza informativa en los datos, ya que las personas en estos entornos tienden a ser más abiertas, abordando conversaciones que nunca lo harían fuera de ello.
- La mediación técnica en la observación participante fija la experiencia y descontextualiza la memoria del observador.

Sin embargo, la subjetividad de la persona investigadora puede influir al momento de registrar e interpretar los datos. Por lo tanto, implica una reflexión, al tener que reconsiderar aspectos desde diversas perspectivas, a partir del trabajo de campo. Al mismo tiempo puede ocurrir que “el grupo o el contexto técnico pueden absorber al investigador, perdiendo así la capacidad de crítica” (Orellana y Sánchez, 2006, p. 215), lo cual, puede sesgar lo observado.

También, puede presentarse una falta de dominio en las categorías a observar, por lo que puede llevar a caer en el sentido común y perder rigurosidad en el trabajo de campo (Schettini y Cortazzo, 2015) Y, finalmente, esta técnica implica aspectos de carácter ético, por lo que es importante aclarar de forma honesta y responsable, qué y cómo se observará.

Historia de vida

Una vez analizada la información del ejercicio exploratorio, seleccioné una muestra no probabilística de mujeres a quienes se les aplicó una entrevista no estructurada con base en la noción de historia de vida.

Las cinco participantes de la historia de vida son las mismas usuarias de las cuentas en *Instagram* a observar; cuatro de ellas forman parte del grupo de *Whatsapp*. Entonces, tanto en esta técnica como en la observación de perfiles, son cinco mujeres seleccionadas a partir de la estrategia “bola de nieve” y principalmente bajo un criterio de conveniencia, debido a las características requeridas y los alcances de tiempo, así como por la accesibilidad y disposición por parte de las mujeres. Ello contemplando las condiciones éticas expuestas anteriormente.

Si bien, existen diversas definiciones sobre la historia de vida (Schettini y Cortazzo, 2015), Santamarina y Marinas (2007) dicen que:

Las historias de vida están formadas por relatos que se producen con una intención: elaborar y transmitir una memoria, personal o colectiva, que hace referencia a las formas de vida de una comunidad en un período histórico concreto. Y surgen a pedido del investigador (p. 258).

La historia de vida busca “conocer la perspectiva del sujeto en relación a su propia vida, a los puntos clave o de inflexión, a los hechos del pasado que dejaron huellas en el presente” (Schettini y Cortazzo, 2015, p. 82). Para realizarse, se necesita un diseño de investigación flexible, por lo que ciertas decisiones se tomarán dependiendo del proceso [de investigación]. A su vez, llevar a cabo esta técnica implica buscar un tipo de persona que haya pasado por ciertas experiencias específicas, y se debe querer comprender la forma en la que los sujetos ven a su mundo y a ellos mismos (Schettini y Cortazzo, 2015).

En la investigación social, se utiliza en función de ciertos objetivos; tales como la relación directa con las preguntas de investigación, el interés en indagar detalladamente sobre la trayectoria de vida de una persona en particular o para comprender el fenómeno a través de la relación entre la historia y la sociedad (Schettini y Cortazzo, 2015). Por lo tanto, esta técnica resalta la importancia de considerar las perspectivas de las mujeres adolescentes, al permitir comprender el contexto de su historia y discutir sobre las prácticas y significados que le otorgan en relación con este fenómeno, bajo un clima de confianza en el que puedan compartir sus experiencias.

Adicionalmente, Taylor y Bogdan (1987) señalan que la historia de vida es un tipo de entrevista en profundidad, que tiene el propósito de indagar en las experiencias de la vida de una persona así como las definiciones que esta le otorga a esas experiencias. En ese tenor, los estudios feministas suelen indicar a este tipo de técnicas como pertinentes debido a que permite la intersección de elementos [como emociones, aspectos socioculturales] que ayudan a orientar la investigación a partir de las trayectorias de las mujeres (Pena, 2013). Ayudan a comprender sus necesidades, deseos o problemas por los que las mujeres participantes están pasando en sus contextos particulares.

Entonces, las historias de vida se implementaron como técnica, y la guía de la entrevista es abierta, misma que trata de una lista de temáticas que otorgan una orientación en relación con las intenciones de la investigación. Ello permitió relacionar lo personal

con lo colectivo, aunado a sus emociones, subjetividades por parte de una como investigadora y de las mujeres participantes. Todo esto se convierte en "herramientas sobre las cuales reflexionar e incluso enriquecer los conocimientos" (Pena, 2013, p. 14).

Cada historia de vida se llevó a cabo a través de la plataforma *Zoom*, que brinda servicios de conexión entre personas por medio del audio y el video. Lo anterior, debido a las condiciones geográficas de cada una de las participantes. Asimismo, realicé una guía de entrevista, que sirvió como referencia para indagar en las categorías analíticas de la presente investigación.

Cabe resaltar que no se exigió prender la cámara al momento de la plática. Sin embargo, todas accedieron a platicar por videollamada. Y, finalmente, en todo momento se tuvo la libertad de negar alguna pregunta o temática de la sesión en caso de que lo quisieran.

Desafíos sobre la historia de vida como técnica.

La historia de vida permite dar reconocimiento a otras personas que han jugado un papel relevante en la construcción del fenómeno, priorizar la experiencia y encontrar una voz no institucionalizada para la construcción de la realidad.

También, la historia de vida favorece al carácter retrospectivo y longitudinal de la recopilación de información (Cano y Meneses, 2008). Lo cual, permite conocer la cronología y los contextos en los que la historia es producida y construida.

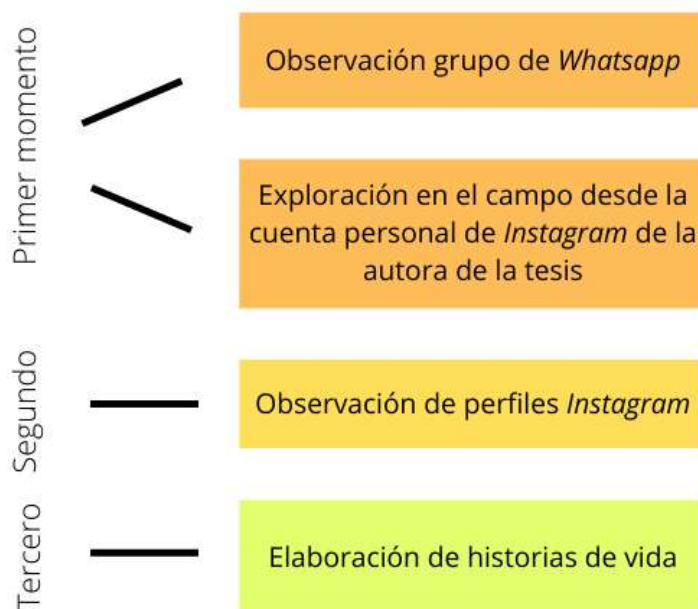
Sin embargo, se han presentado críticas sobre el factor tiempo y la combinación con "la fuerte dependencia respecto a unos pocos casos en la obtención de la información principal" (Cano y Meneses, 2008, p. 5). También, sobre la dificultad de encontrar una persona que esté dispuesta a colaborar por un tiempo prolongado, así como de tomar decisiones acertadas ante la selección del único o los pocos casos (Cano y Meneses, 2008).

A su vez, ha sido señalada como una técnica de investigación subjetiva, basada en recuerdos más relevantes para alguien. Por lo que, se dice que existe la posibilidad de no ofrecer la realidad del fenómeno como tal.

Finalmente, realizar una historia de vida a través de una plataforma digital, puede verse afectado en cuestión de una mala conexión a Internet, o de no tener un espacio privado y de confianza en el que la persona informante pueda platicar. También, en caso de no prender la cámara, la ausencia física entre participantes de la historia de vida puede limitar "la obtención de gran cantidad de datos derivados de la información no verbal

como son: gestos, posturas, tono de voz, miradas, vestimenta, ambiente” (Orellana y Sánchez, 2006, p.216). Lo cual, puede traer implicaciones para la investigación.

Figura 6. Esquema de las etapas en el trabajo de campo



Nota: La imagen muestra un esquema de las etapas en trabajo de campo, así como los momentos en los que se lleva a cabo el diseño metodológico. Cabe aclarar que no fue un proceso completamente lineal.

Aclaraciones sobre las etapas en el trabajo de campo

Cuando recién iniciaba con el trabajo de campo; pensé que todo sería por etapas, en orden, sin la necesidad de regresar a los pasos anteriores. Sin embargo, cuando elaboré las historias de vida con las participantes, me percaté de que las observaciones en sus perfiles en *Instagram* tendrían que retomarse, así como las observaciones en *Whatsapp*, *Tik Tok* y *YouTube*. También, tuve [y tengo] que volver a platicar con ellas por *Whatsapp*.

Entonces, si bien, la imagen 10 expresa los pasos que se tomaron para diseñar y elaborar este marco metodológico; el orden varía. Fue y ha sido un proceso de regresar al paso uno para comprender el tres, o retomar el paso dos de forma simultánea con paso tres. Es decir, no es un ejercicio estático.

La figura demuestra los pasos que se están llevando a cabo, pero no el orden absoluto del trabajo de campo. Todo dependía de lo que las participantes me comentaban, de sus inquietudes y las mías, de las necesidades que surgían en el recorrido de la investigación.

Validez

La validez de este diseño metodológico, en parte, se abordó en función de procesos de “cristalización” (Moral, 2006, p. 158), no de triangulación. Desde esta idea y retomando a Moral (2006, p. 158), este criterio implica considerar lo siguiente:

- *Justicia e imparcialidad:* busca que todos los puntos de vista de los participantes en el problema que se estudia, sus perspectivas, argumentos, y voces, aparezcan en el texto cualitativo. La omisión de algún participante en el estudio o de alguna voz, es una forma de sesgo.
- *Inteligencia crítica:* busca desarrollar la capacidad para fomentar y potenciar una crítica moral del fenómeno que se analiza.
- *Acción y práctica:* busca desarrollar la capacidad para fomentar la acción, la habilidad para implicar a los que han participado en la investigación en alguna acción dirigida al cambio y la mejora.
- *Apertura y publicidad:* Clarificar y detallar el proceso que se ha seguido, la construcción de las categorías, la elaboración de las conclusiones. Hacer todas las fases de la investigación abiertas y públicas a cualquier inspección.

Esto se debe a que, al ser una investigación que pretende comprender las experiencias a partir de las prácticas y trayectorias de vida, la cristalización permite observar y conocer la perspectiva de la propia persona investigadora y de las personas que participan en el trabajo, evitando una interpretación sesgada.

Al respecto, cabe recordar que la investigación cualitativa tiene como intención buscar el significado:

Las actividades de dar sentido y significado a los hechos y acontecimientos sociales pueden ser cambiadas cuando se descubre que son incompletas, falsas (discriminatorias, opresivas, o que no permiten la liberación) o mal formadas

(creadas sobre datos que se demuestran que son falsos). Sólo se puede conseguir un cambio social a partir de la toma de conciencia de las incongruencias en la construcción del significado y el sentido de los hechos sociales (Moral, 2006, p.161).

En conclusión, este tipo de validez favorece la creación de procesos de reflexión crítica, a partir de la escucha atenta y empática de las participantes en la investigación. Asimismo, considerar la cristalización permite realizar las observaciones de forma reflexiva, ética, tomando en cuenta el diálogo entre cada perspectiva de las mujeres adolescentes.

El presente capítulo expuso un diseño metodológico, de carácter cualitativo y situado desde el feminismo, sobre el estudio de la IC y los TCA en las RRSS en mujeres adolescentes latinoamericanas. En ese sentido, se utilizó la etnografía digital multisituada, orientada por condiciones éticas situadas desde la perspectiva fenomenológica-feminista. Asimismo, se plantea una ruta de acercamiento al problema de investigación bajo la observación-contacto con personas-observación participante y un diálogo horizontal. Esta metodología puede ser de utilidad para el estudio de las problemáticas de salud en las jóvenes insertas en el entorno digital.

Capítulo V. El Cuerpo de las Mujeres: Entre el Protagonismo, la Resistencia y la Lucha. Adolescentes con TCA desde sus Trayectorias (Resultados y Discusión)

“El machismo mata, con palabras y con balas, con golpes y con armas, con cuchillos y con hachas, con violencia explícita y solapada; pero los estereotipos de belleza que el machismo ha impuesto también matan” (Pineda, 2020, p. 157).

Trabajar en esta fase de la tesis ha significado mucho. En lo personal y en lo académico. Lo primero, por ser una mujer investigando a otras mujeres; claro que bajo criterios definidos y con cierta distancia (por cuestiones éticas y de rigor metodológico). Lo segundo, porque entrar al campo y platicar con ellas resultó un ejercicio de cambios y reflexiones en el texto; de re-pensar, comprender y contemplar aspectos que han permitido profundizar en la problemática y en el análisis del objeto de estudio.

En este apartado presento un acercamiento a los resultados, gracias a las historias de vida y las observaciones, producto de la etnografía digital multisituada. Lo anterior se desarrolla bajo la metodología cualitativa feminista, la perspectiva fenomenológico-feminista (López, 2014), y a su vez, se considera el análisis narrativo (Thompson, 2002); lo que permite la oportunidad de retomar las narrativas ampliamente, abarcando los significados y prácticas alrededor del TCA en el contexto de sus trayectorias, y contemplando elementos que tal vez no atraviesan directamente con el padecimiento pero que cumplen un sentido en su historia.

Organicé los hallazgos en apartados principales, con la finalidad de ir respondiendo al propósito principal de la investigación: comprender el papel de las RRSS en la construcción de la IC de mujeres adolescentes latinoamericanas que tienen diagnosticado un TCA.

Me permito recordar que a medida que se desarrolla el capítulo, entrelazo las experiencias personales y las consideraciones a lo largo del proceso de investigación.

Decisiones a partir de los acercamientos con las mujeres

Como mencioné en el capítulo anterior, tengo contacto con las mujeres participantes desde enero de 2022 [vía *Whatsapp* e *Instagram*]; y entre agosto-octubre de tal año platiqué con 5 de ellas por *Zoom*. En este sentido, desde inicio de año saben que estoy revisando sus perfiles. También hemos estado interactuando a través de RRSS. Tres

de las mujeres a las que entrevisté son mexicanas [18, 24 y 27 años] y dos son argentinas [16 y 27 años].

Un punto fundamental para elaborar el trabajo de campo fue el tema de las condiciones éticas y protección de su identidad [como señalé en el capítulo anterior]. Si bien, algunas mujeres (mayores de edad que pasaron por un TCA en la adolescencia) me dijeron que no había ningún problema con plasmar sus nombres y su información real; intento no hacerlo, pues a mi parecer el interés no se centra en conocer realmente quiénes son en cuestión de datos como el nombre y apellido, sino en trabajar especialmente con sus historias de vida, con sus experiencias y lo que gira en torno a esa trayectoria. Es por ello que los nombres que aparecen en el texto son ficticios, elegidos por ellas.

Adicionalmente, las cartas de consentimiento informado se firmaron en el lapso de agosto-noviembre [véase en Anexos]; sin embargo, ya habíamos llegado a un previo acuerdo sobre las condiciones éticas, tanto en las observaciones como interacciones. En el caso de la menor de edad, por lo menos un integrante de la familia ya sabía de esta investigación en la que ella ha estado colaborando. Y, de manera personal como parte de la labor investigativa, durante la elaboración del trabajo he contemplado el aspecto ético en el estudio.

En un inicio, durante el ejercicio exploratorio, trabajé con un diario de campo en formato *online*. Lo que encontraba en las observaciones e interacciones con las mujeres jóvenes y adolescentes, lo registraba. Además, en ocasiones lo relacionaba con la literatura, y plasmaba cómo me sentía ante lo que observaba. Posteriormente decidí organizar en carpetas según la temática.

Sobre las observaciones; trabajé con el grupo de *Whatsapp* y con los perfiles en *Instagram* de las mujeres con las que platicué, siendo ocho cuentas en total. A pesar de ser cinco participantes, algunas dividen sus cuentas personales con las cuentas exclusivas de la recuperación.

Intenté darle mayor coherencia y sentido al diario de campo en función de las entrevistas [historias de vida], mismas que duraron de 81 a 165 minutos, en una sola sesión individual; una conversación basada en la horizontalidad [sobre esto se ahondó en el capítulo 4]. Las sesiones fueron grabadas y transcritas a formato electrónico [en total son 174 páginas], y bajo una comunicación con las participantes para aclarar dudas en función de su trayectoria.

Con la finalidad de generar un clima de confianza, la plática inició con *rapport*. Después hice algunas preguntas introductorias sobre su nivel socioeconómico. Posteriormente, con la ayuda de una guía de entrevista y a medida que la plática fluía, durante toda la sesión las invité a reflexionar principalmente sobre su trayectoria con TCA; desde antes del diagnóstico hasta el día a día en recuperación y la actualidad, y cómo han utilizado las RRSS a lo largo del tiempo.

Si bien, la estructura de la guía sostenía la división entre antes y después del diagnóstico; mientras surgía la conversación se solían combinar momentos y temporalidades en la historia. Por lo que al momento de la presentación, interpretación y análisis, los resultados se estructuran en función de la comunicación de la trayectoria del padecimiento.

De hecho, la guía de entrevista que tenía preparada no la seguí en forma estricta; no me fue posible seguir un guión debido a que esto estaba entorpeciendo la plática. No obstante, sí tomé en cuenta las categorías temáticas de la guía. Esto ayudó a que la charla con cada una de ellas se diera en un plano más horizontal y cercano.

A su vez, las invité a que me contaran sobre el entorno social [familia, pares, amistades, pareja, etc.] en el que se han encontrado, así como sus experiencias en relación con la IC, el TCA y el contexto durante su vida. Principalmente, pensaba el contexto como la relación entre las situaciones que han surgido en su entorno social, pero contemplando su ubicación geográfica, sus experiencias y su sentir a raíz de lo anterior.

Creí que sería difícil encontrar adolescentes y/o mujeres jóvenes que quisieran platicar conmigo y ser “observadas”. Sin embargo, mientras conversaba e interactuaba con ellas, me di cuenta de que cuando se expresan a través de sus cuentas y perfiles, “sueltan” (de cierta manera) su padecimiento y su experiencia, y les era más sencillo hablarlo. Esto se pudiera deber a que (así como ocurre en la escritura terapéutica¹) suele ser una forma de expresión que facilita emocional y verbalmente el poder contar su situación desde una postura más reflexiva, liberando posibles culpas o miedos a exponerse públicamente; Principalmente, cuando se sabe que existe una red de apoyo [las diversas cuentas de mujeres en RSS] que participa como muestra de sororidad.

¹ Por escritura terapéutica, se entiende como un recurso que, tras escribir las propias experiencias en forma cronológica y organizada, contribuye en la representación de significados; promoviendo una postura distinta de la experiencia y en este caso, padecimiento de salud. Es decir, brindaría nuevas perspectivas y sentidos en torno a la propia trayectoria de vida (Reyes-Iraola, 2014).

Aunque esto dependería del proceso individual de recuperación. Por ejemplo; tuve el caso de una adolescente [de Bolivia] que, tras interactuar casi todo el año con ella y agendar un día para platicar por videollamada, me mandó mensaje diciéndome que había recaído, que cerraría su cuenta de *Instagram* temporalmente y que no está con la posibilidad de platicar conmigo, pues su estado de ánimo y el TCA, no la permitía. Ya no pude entrevistarla, por eso ya no la contemplé en la muestra. Sin embargo, esto me hizo meditar sobre el significado y el uso que se le da a las RRSS mientras se afronta el TCA, así como el rol de las RRSS en las problemáticas de salud mental. Además, recordar que cuando hacemos preguntas, podemos mover fibras sensibles, sentimientos, sensaciones que envuelven emociones, que nos hacen sentir vivas.

Pensé que las entrevistas y las charlas me servirían únicamente para aclarar aspectos sobre las observaciones. Sin embargo, resultó que el diálogo con ellas se convirtió en la parte principal de la metodología. Todo esto demandó, sin contemplarlo, retomar el trabajo de campo de forma distinta, reconsiderando elementos o puntos que, considero, dejé pasar.

Algo importante fue que, a medida que ingresaba al campo, identifiqué que el primer acercamiento con ellas vía RRSS es relevante y decisivo. Ayuda a crear ese clima de confianza, pero sobre todo a hacer sentir a la mujer que no será juzgada; por su padecimiento y por lo que siente acerca de su cuerpo.

Esto lo consideré clave, pues mientras las escuchaba, me percataba de que las fases del TCA se presentan con base en los significados que ellas tenían hacia su IC, de la mano con los discursos machistas en torno al cuerpo. Lo anterior se ve reflejado en los perfiles de sus RRSS y el diálogo en el grupo de *Whatsapp*.

Otra cosa, la cual reconozco, es que cuando escuchaba a las mujeres jóvenes y adolescentes mientras me contaban el inicio de su historia con TCA, realmente yo no concebía el cómo y el por qué es que habían llegado hasta ese grado de desarrollar y no querer recuperarse [al principio]. Por ejemplo; cómo Ariia estuvo al borde de la muerte, al grado de estar internada y que su familia tuviera que “botear” en las calles de su pequeño pueblo en México para solventar los gastos médicos porque, si no la hospitalizaban, “podría morir”. Es decir, yo sólo estaba en busca de un aspecto que, a mi consideración, sería lo único “clave” en su padecimiento. Estaba olvidando todo el

conjunto de intersecciones y elementos; sociales, culturales, económicas, familiares, personales, de salud, etc. que participan simultáneamente, de manera interrelacionada.

En este sentido, cabe recordar que el TCA es una problemática multifactorial, y reconozco que la comprensión e interpretación de los resultados va en función del diálogo con la fenomenología feminista, incluyendo también el tema de la Interseccionalidad y la Objetificación.

Con respecto a la interpretación y análisis de los hallazgos de las historias de vida; primero formé categorías temáticas de manera manual con ayuda del software *Mendeley*. Posteriormente, construí dimensiones y subdimensiones, para así poder identificar relaciones entre sus trayectorias.

En el caso de las observaciones, a partir de las capturas de pantalla de *Whatsapp*, *Instagram* y las otras RRSS complementarias, construí carpetas con categorías temáticas de forma manual en *Google Drive* [solamente mi asesora de tesis y yo tenemos acceso a tales carpetas]. Con base en ello se identificaron dimensiones y subdimensiones que, en su mayoría, solían ser en relación con las historias de vida.

Por último, elaboré un esquema dividido en dos partes para comprender las categorías y dimensiones encontradas:

Figura 7. *Esquema de categorías y dimensiones encontradas. Parte 1: Historias de vida.*

Contemplando los conceptos: Imagen Corporal y TCA



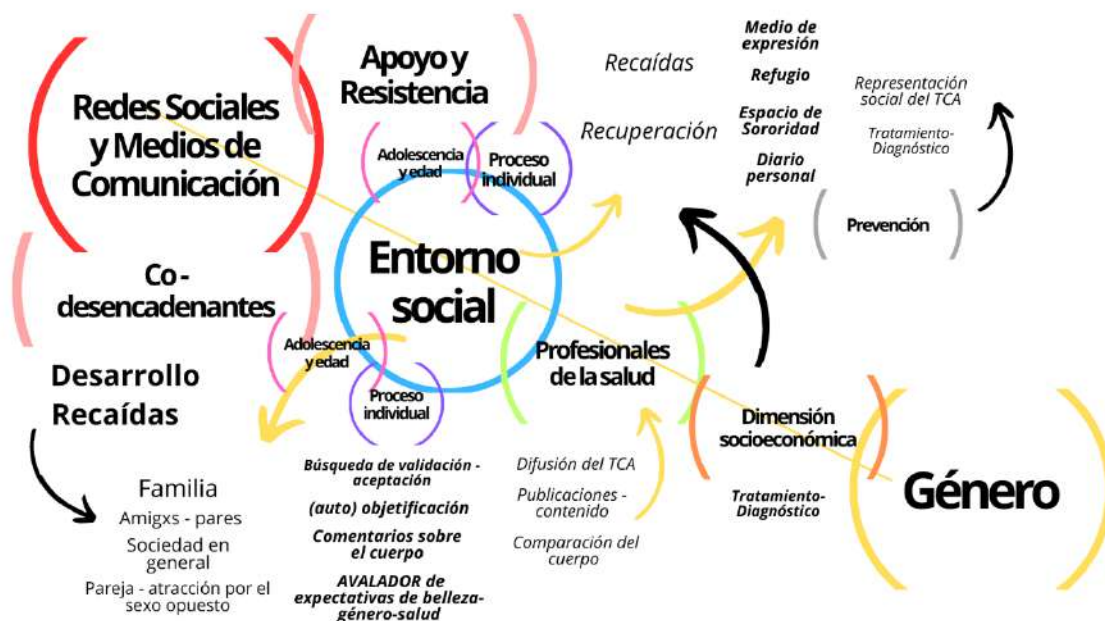
Fuente: Elaboración propia

El esquema presenta la interrelación entre las categorías temáticas a partir de los círculos y líneas de colores. De ahí derivan las dimensiones presentadas en negritas sin cursiva, mientras que las subdimensiones se desarrollaron con base en lo anterior, presentado en cursiva. El tamaño de las categorías, dimensiones y subdimensiones varía en función de la relevancia y frecuencia en las historias de vida.

Cabe aclarar que cuando intentaba realizar la segunda parte del esquema, específicamente para las observaciones, noté que se atravesaban varias dimensiones similares a las de las historias de vida. Por ejemplo, el entorno social resultó clave para definir las formas de utilización y significación de las RRSS, especialmente como co-desencadenantes, junto con las personas profesionales de la salud. En ocasiones esto era en función de la dimensión socioeconómica en la vida de cada una de ellas.

En ese sentido, la segunda parte plasma ambas técnicas pero con principal énfasis en las observaciones y particularmente los medios de comunicación y RRSS como dimensión principal:

Figura 8. Esquema de categorías y dimensiones. Parte 2: Observaciones - RRSS y Medios de Comunicación



Fuente: Elaboración propia

Esta parte se entrelaza con el de las historias de vida. Sin embargo, aquí se percibe con mayor claridad la transversalidad de lo que corresponde al género. Por ejemplo, el tema de las expectativas de género fue posible observar y comprender de forma más clara. El entorno digital permitió plasmar con mayor facilidad qué y cómo se habla de las mujeres; bajo qué expectativas, estándares, hábitos y significaciones sobre cómo debe ser una mujer y qué implica esto para las adolescentes. Y, cómo esto participó en la definición y decisión de llevar a cabo prácticas vinculadas con la alimentación, el ejercicio, la apariencia física y la IC.

Además, las RRSS y los Medios de Comunicación se dividieron principalmente en 2 partes: 1) como Co-desencadenantes y 2) como Apoyo-Resistencia. De ahí es que derivaron diferentes categorías; estas se repiten pero su dinámica es distinta entre ambas partes.

A partir de la reflexión anterior, se pensó en una tríada en la que se comprenden 3 procesos de significación en relación a la IC de las mujeres participantes; se abordará más adelante:

Figura 9. Triada: Procesos de significación de la Imagen Corporal (IC)



Fuente: Elaboración propia

Como primer elemento de la tríada [procesos de significación], se tiene la Imposición. Es decir, cómo a partir de la historia de vida de las mujeres, aunado a su contexto [familiar-cultural, principalmente], se entiende el mundo y se comprende el ser mujer, en relación con su IC y el TCA. Por ejemplo, qué nos dicen los roles de las mujeres en la familia [la figura materna] o su círculo más cercano. Qué sentido puede tener la cotidianidad de estas mujeres, para así, entender qué se esperaba de ellas al ser pequeñas, niñas.

Al respecto, de forma indirecta puede darse una imposición de elementos, hábitos, construcciones sociales que da pie a la forma de ser mujer o de desarrollarse como una. En ese sentido, en el primer elemento se comprende la significación de la IC y el TCA a partir de los materiales que dan motivo a la construcción de su IC, su forma de comprender la vida en relación con su cuerpo y la trayectoria del TCA.

El segundo elemento, la Naturalización y Reproducción; ¿qué están diciendo sobre la IC y cómo lo están diciendo? ¿Cómo me siento mujer? ¿Cómo se vive cotidianamente el cuerpo? Aquí comprendemos que, tras pasar por la imposición, la relación con una misma se liga con la relación con el entorno; la identidad como un tejido de la imposición y significación del cuerpo y género, a partir de identificar quiénes son o

qué agentes sociales son los que están construyendo una realidad. El proceso de significación se relaciona entre la persona y el medio. Además, la imposición y la naturalización, se asocia con las relaciones sociales, medios de comunicación, y particularmente, las RRSS.

En ese sentido, encuentro que la mujer se desarrolla bajo la idea de ser para el otro, vivir para los otros (Lagarde, 2000), recordando que el género nunca es una identidad fija (Butler, 1988), es decir: “el género, al ser instituido por la estilización del cuerpo, debe ser entendido como la manera mundana en que los gestos corporales, los movimientos y las normas de todo tipo, constituyen la ilusión de un yo generizado permanente” (Butler y Lourties, 1998, p. 297).

Finalmente, tenemos el tercer elemento, la Negociación y Resistencia. Si bien, las participantes pasan por procesos de imposición, que deriva en formas de identidad, de naturalizar y reproducir ciertos actos, símbolos, hay negociación entre la estructuración de los sentidos y la resistencia. Se busca una alternativa al significado. Tal es el caso de los grupos de apoyo, de contenido creado en RRSS para contrarrestar los estándares de género y de belleza hegemónica.

La tríada se desarrolla bajo un enfoque fenomenológico-feminista. Al respecto, tal como señalan Butler y Lourties (1998) “las teorías fenomenológicas de la corporeidad humana se han preocupado también por establecer una distinción entre, por una parte las varias causalidades fisiológicas y biológicas que estructuran la existencia corporal y, por otra, los significados que esta existencia corpórea asume en el contexto de la experiencia vivida” (p.297). Así, las ideas se vuelven realidad en el lenguaje y en las significaciones; las ideas y discursos dialogan con las estructuras que se imponen, así como las formas de interiorización de los significados en torno a la IC, el ser mujer, etc. y, finalmente, las maneras de negociar y re-significar ideas y símbolos de su experiencia y cotidianidad.

El cuerpo es una historia, un recuento de ideas y vivencias, lo cual cobra un significado. Por ello, los elementos de la triada no son excluyentes, y pueden llegar a ser cambiantes con el paso del tiempo. Recordemos que el significado es contextual, las ideas cambian en el tiempo, y estos procesos de significación son dinámicos, históricos, sociales, culturales; es decir, “el cuerpo es un proceso activo de encarnación de ciertas posibilidades culturales e históricas” (Butler y Lourties, 1998, p.298).

Ahora bien, cuando la etapa de análisis y redacción de resultados concluyó, tuve comunicación vía *Zoom* con cada una de las mujeres, durante julio y agosto del año 2023, para poder crear un diálogo entre la interpretación que he realizado hacia ellas.² Esto será para estar en sintonía; en acuerdo mutuo, horizontal, colaborativo, con respeto y atendiendo la conversación de cada una de ellas.

También, me gustaría resaltar que haber utilizado mis cuentas personales de RRSS generó dificultades para separar la investigación de mi vida privada. Por ejemplo, en ocasiones tenía que establecer horarios para entrar a las conversaciones del grupo, o para revisar las historias en RRSS; también solía escribir en el diario de campo cómo me sentía durante el proceso del trabajo. Esto porque leerlas a veces solía ser duro, sobre todo cuando comunican sus experiencias al estar teniendo una recaída, la decisión de ser internada en un hospital, querer suicidarse o temas afines; ya sea por escrito o mostrando su apariencia física. Esto estaba influyendo en mi salud mental y tuve que tomar decisiones personales. Lo cual, implicó cuidar del propio bienestar.

A raíz de esto es cuando me percaté de que la salud emocional en las personas investigadoras es importante; por lo que sería oportuno, para futuras investigaciones, reconocer la pertinencia de elaborar protocolos de salud mental para participantes y responsables del estudio.

“Necesito volver a vivir”. Vivencias a lo largo del Trastorno de la Conducta Alimentaria

El TCA no es un “juego” ni es “vanidad”, como argumenta Marion, en una de las pláticas que tuvimos. Ella es una chica mexicana, estudiante de 18 años, con su novio que la apoya en su camino hacia la aceptación de su IC, proveniente del centro del país. Siempre ha vivido en la misma ciudad. Su trayectoria educativa parte del sector privado. Si bien, ella argumenta que en su familia nunca se habló del cuerpo como tal, y que la relación familiar se fortaleció principalmente a partir de la pandemia por Covid-19 [su padre ya no acudía al trabajo de forma presencial y todo el núcleo familiar se quedaba en casa], sus amistades y pares, aunado a la actividad en RRSS, protagonizan en su historia.

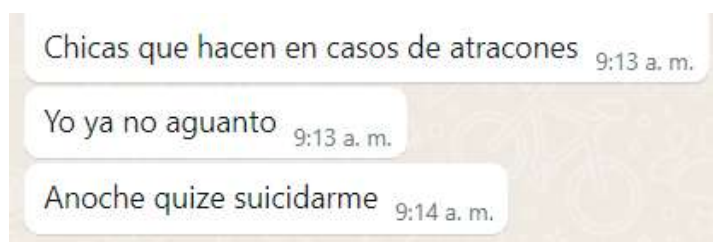
² Después de elaborar las historias de vida, reconozco que es importante tener el contacto de algún profesional de la salud como medida preventiva. Por ello, al platicar de nuevo con las mujeres, tengo el contacto de la psicóloga Shairy Thamar Abril López (Número de cédula: 12347012) para ayudar en caso de que alguien exprese alguna intención autolesiva o si se llega a requerir primeros auxilios psicológicos.

Además, la falta de empatía que en ocasiones atravesó, iniciando el TCA con sus familiares, cumplió un rol notable. Tanto su mamá como su papá, son profesionistas.

Para Marion, el ejercicio físico es una parte muy importante en su vida; a partir de su cotidianidad, la forma en la que habitualmente realiza ejercicio refiere a una imposición de la corporalidad femenina, y recae en la consideración de la IC como un fenómeno social, simbólico, que se expande al concepto de salud y actividad física como una actividad cultural, de consumo, que inclusive podría recaer en lo tendencioso.

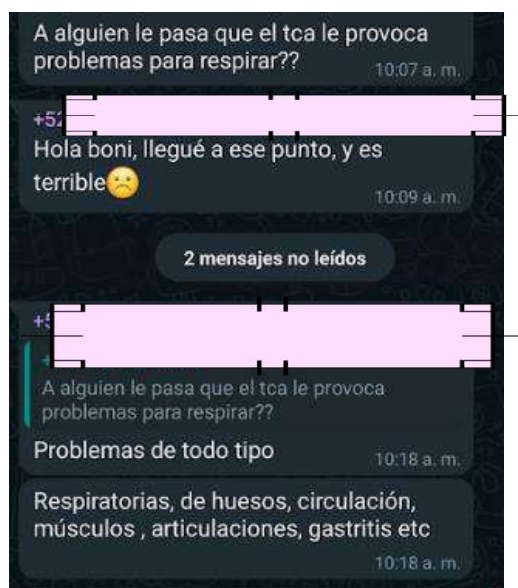
Así, historias como las de Marion nos enseñan que para muchas, el TCA se siente, se vive, se sufre, se afronta. Y se refleja en las formas de ser y actuar, incluyendo en el entorno digital:

Imagen 7: Captura de pantalla en “Grupo de Apoyo TCA”



Fuente: Captura de pantalla en *Whatsapp*

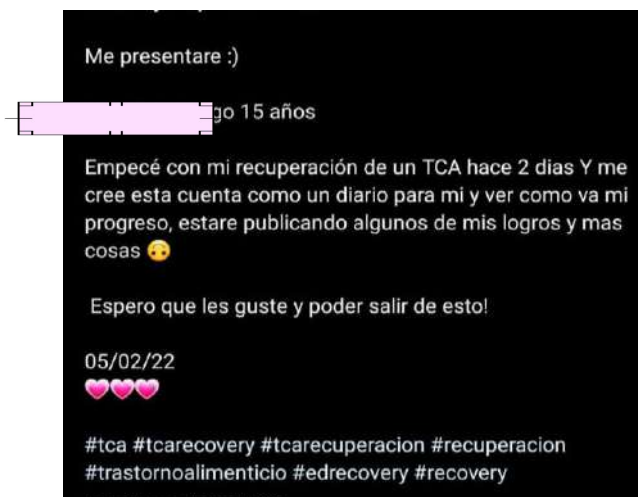
Imagen 8: Captura de pantalla en “Grupo de Apoyo TCA”



Fuente: Captura de pantalla en *Whatsapp*

Es un “viaje”, como algunas le llaman a este proceso de enfrentar al padecimiento para poder recuperarse [por ejemplo, en cuentas de *Instagram*: @***journey].

Imagen 9: Captura de pantalla en *Publicación de Instagram*



Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*

Lo anterior, varía entre lo personal e íntimo y lo colectivo; entrelazado con la construcción de la IC y el significado que se le da al propio cuerpo. Esto, como se señala en la fenomenología feminista (López-Sáenz, 2017), tiene sentido al identificar y concebir las experiencias corporales personales y la cultura de manera interrelacionada. Es decir, ¿cómo la experiencia corporal se puede relacionar con el TCA y sus vivencias? ¿Cómo se vincula la comida, el ejercicio y el TCA con el cuerpo y su identidad? Reconociendo que “la identidad con una misma es el hilo finísimo que le da sentido a nuestra vida como existencia continua en el tiempo” (Lagarde, 2000, pp. 29-30).

En este sentido, las temporalidades del TCA son importantes para el estudio de RRSS e IC. Ello para identificar cómo participan y han participado en la trayectoria del padecimiento, y cómo eso interviene en la propia percepción que se tiene de una misma. También para reconocer los cambios en las prácticas, usos y apropiaciones de las RRSS a lo largo de la trayectoria de vida, de la historia con un TCA.

De ahí que resultó importante aclarar el énfasis en la vivencia de las adolescentes. A partir de esto se encontraron significados y prácticas. El significado es la unión entre

las adolescentes y sus síntomas, su percepción del cuerpo, su sentido que le otorga a la propia IC y la enfermedad.

Así, con la exploración e involucramiento con ellas, he podido comprender aspectos que parten de la constitución del género y la corporalidad, pero también de cómo el TCA es representado y expresado desde la vida de las adolescentes y mujeres que lo padecen. Al respecto, reconozco que en un principio olvidé cuestionarme sobre cómo querían ser vistas y nombradas: ¿como mujeres con TCA? ¿Mujeres en recuperación? ¿Sobrevivientes? Entonces, indagué de nuevo en sus perfiles de *Instagram* pero también les pregunté a través de *Whatsapp*.

Esto también me permitió comprender que la forma en que actualmente cada una de ellas se mira y se nombra, va en relación con las vivencias personales en torno a cómo afrontó el TCA; ya sea a partir de que las dieron de alta en el hospital, con la psicóloga, nutricionista o con el psiquiatra, como en el caso de Ana: “soy una persona recuperada de bulimia”, otras aún señalan que aún no pueden llamarse “recuperadas” puesto que siguen afrontando situaciones que no permiten decir “estoy 100% recuperada”.

Retomando la vida de Ana, ella es una mujer joven viviendo en su lugar de origen, Buenos Aires, Argentina. Este verano terminó sus estudios universitarios en Turismo y ya ejerce profesionalmente. Casada por tres años y medio; afrontando actualmente una etapa de divorcio y de empezar una nueva vida, generando cambios en su relación con la comida y el ejercicio. Sin embargo, detalla que siempre ha tenido gente que la apoya para afrontar situaciones difíciles. Su vida estudiantil, de salud y profesional se ha desarrollado principalmente en el sector privado.

Comprendí que la esposa de su padre, quien era instructora de zumba, apasionada por el gimnasio, con una relación estricta entre el ejercicio y la alimentación, promovió ciertas ideas sobre el ser mujer. A su vez, los comentarios de su madre hacia el cuerpo de ella y señalamientos que su padre hacía hacia él mismo. Se interiorizaron ideas y cotidianidades en ella, lo cual dio inicio a la significación de la propia IC desde pequeña en función de lo anterior.

Me permito decir que Ana pudo argumentarse “recuperada” a partir de un acompañamiento de salud, un contexto familiar y social con transiciones a medida que las temporalidades del TCA cambiaban, pero principalmente gracias a un proceso

individual y una dimensión socioeconómica que la ayudó a tomar decisiones asertivas en su vida. Más adelante, se profundizará en ello.

Por otra parte, hay algunas mujeres que se nombran a partir de la autopercepción; ellas se nombran como recuperadas puesto que consideran que sus pensamientos, conductas y la forma de tratar su cuerpo ya no giraban en torno al padecimiento. Es decir, el TCA ya no las controlaba, como lo expresaban a partir del grupo de *Whatsapp* pero también de la plática con ellas.

Tal es el caso de Ariia. La historia de esta joven con 27 años, oriunda de un pequeño pueblo en el sur de México, invita a reflexionar sobre cómo sobrellevar un TCA cuando no hay recursos económicos suficientes para ser internada en una institución privada [en su región no hay especialistas en TCA], pero también acerca de cómo afrontar la situación en un contexto social y cultural que la apariencia física y particularmente el cuerpo femenino, en su localidad, significaba un estatus, valor, y éxito, bajo una mirada cosificada. Actualmente, apenas retomó el camino de la relación con el ejercicio, una resignificación sobre ejercitarse y alimentarse sanamente.

Para ella, la familia fue crucial en el desarrollo del TCA, más que las RRSS. Por ejemplo, a raíz de la comparación entre sus hermanas y comentarios por parte de los integrantes de la casa. No obstante, ella estudió en el tecnológico de su pueblo, en una institución pública, y el ambiente escolar plasmó una realidad en la que mujeres en ciertas carreras profesionales [como ingenierías] enfrentan retos sobre el significado de ser una persona del género femenino en tales contextos.

Su mamá y su papá culminaron hasta el grado de educación secundaria. Ella, actualmente, labora en una escuela, un colegio particular. Colabora como auxiliar en preescolar y primaria, pero está en espera de quedarse de tiempo completo. Antes, por cuatro años estudió ingeniería en Informática; sin embargo, derivado de los estragos del TCA, dejó la universidad por un tiempo. Posteriormente, culminó la licenciatura en Pedagogía, y estudia un diplomado en Formación y Desarrollo de Habilidades Docentes para la Nueva Escuela Mexicana, en el sector privado.

También, en el momento de la entrevista, ella era soltera pero tomaba la decisión de salir con hombres; y la atracción por el sexo opuesto ligado a cómo se ve y se percibe ella en cuestión individual-social, era cotidiano. Ella se sentía bonita, cuando para los otros, ella era bonita. Es decir, cuando recibía la atención de los hombres.

Ariia se caracteriza como: “soy una sobreviviente de Anorexia nerviosa restrictiva diagnosticada y otros TCA's no diagnosticados”. En su caso, a pesar de que desde la dimensión médica fue dada de alta, no se consideraba recuperada 100%, puesto que después de ello tuvo algunas recaídas al intentar el día a día de nuevo en su cotidianidad.

Para ella, mucho tuvo que ver la forma en que afrontó la rutina diaria después del alta en el internado, su entorno social y la forma en que vivió su proceso individual. Lo cual, implica contemplar la vida laboral, familiar, de pareja, mediática-cultural-digital, económica, etc.

Es por ello que, más allá de la dimensión médica, es importante retomar las experiencias de vida con respecto a una problemática de salud: ¿Por qué a pesar de tener un diagnóstico médico de recuperada, me comentó que no estuvo recuperada al 100% hasta después de unos meses? [tema que se abordará más adelante]. Esto entra en diálogo con la forma en la que el campo de la medicina y la salud diagnóstica, da el alta de las clínicas y estipula cuándo las personas son recuperadas; lo cual, la fenomenología feminista invita a contemplar las experiencias en torno a su salud, su cuerpo y su vivencia ligadas al género (López-Sáenz, 2014; Zeiler y Folkmarson, 2014). ¿Qué otras cosas implican la recuperación? ¿Qué aspectos no se han tomado en cuenta en padecimientos médicos asociados a la IC en las mujeres?

A su vez, resulta crucial incorporar a las campañas de prevención y sensibilización la relevancia de la dimensión social y cultural de un padecimiento; reconociendo que la imposición y la normalización de esos procesos de significación de la IC, son decisivas para la construcción de la misma y por tanto, el desarrollo del TCA.

En este sentido, el punto clave para esta investigación ha sido comprender cómo se vive el TCA. De ahí deriva cuestionar sobre cuáles y cómo son las experiencias de vida de las adolescentes y mujeres jóvenes a partir de su TCA, más allá de la dimensión médica, a pesar de siempre estar vinculada a ella [el diálogo médico-de salud]:

“-[...] Que puso una chica “oye estás muy delgada, te ves muy bien”... Y así esos eran los comentarios....

-¿Y esos comentarios te los ponían en redes también? Cuando subías fotos

-Sí...

-¿Y cómo te sentías?

-Pues en ese momento, pues bien, ¿no? Pero... Pues después esos eran los que me ataban... A seguir mal... Esos eran los que... Decía yo “pues está correcto”, “no quiero regresar a lo de antes, esto me gusta”... Eso fue lo que me hizo ahí estar... Y... tienes un miedo irracional de volver, que sientes que vas a comer al día siguiente y ya vas a pesar 100 kilos... No, es un miedo bien feo”. [Ariia]

Yo siempre había sido una persona muy robusta, pero no me sentía como tal. O sea, yo llegué a la pandemia, y... como que el contenido, las redes sociales y todo eso... crearon en mí como una inseguridad, de que... O sea, tal vez estoy mal, o sea mi cuerpo está mal, debería cambiarlo. Y pues ya, me veía el espejo y me veía con asco; y yo decía “pues es que tengo que cambiar, ¡por mi salud!”, y ¡sí! ¡Empecé por mi salud! Porque dije “pues me voy a cuidar, voy a cuidar mi cuerpo, voy a cuidar mi...”, todo, o sea todo en mí, pero ya después de eso se fueron dando unas conductas que pues no estaban correctas... [Marion]

Me la pasaba viendo como reels y pues perfiles, ¿no? Que promovían, pues la pérdida de peso. Creo que de un 100% que te detona este tipo de trastornos creo que sí las redes tienen que ver como un 70 ... Sí, para mí... No sé en otros casos, pero para mí eso influye... [Joana]

Emm, yo me acuerdo ver uno de una chica, que es una youtuber argentina; no sé si es muy famosa pero me acuerdo que en un momento del video ella decía... como que habían chicas quizás adolescentes de 12, 13 hasta 15, que querían tener como un cuerpo de modelo pero había que entender que todavía estábamos... nuestro cuerpo estaba en desarrollo. Y, y bueno me acuerdo que todos... quizás comentarios así sí me hacían sentir bien, pero eran por parte de otras personas que no

tenía a lado. O sea, las personas más cercanas siempre estaban haciendo comentarios sobre otros o sobre mí, a veces la familia sí siempre suele hacer comentarios... [Sara]

Las experiencias corporales [personales-colectivas] de cada una de las participantes son relevantes para comprender qué ocurre con las problemáticas de salud [física, psicológica, a nivel social, económico] y cómo son tratados estos temas en el ámbito médico. Ya que esto toma un rol en las decisiones de prácticas, usos y significaciones de las RRSS en su trayectoria con TCA. Por ejemplo, como alternativa a las experiencias de discriminación al momento de las consultas médicas, psicológicas o nutricionales, o como una alternativa al costo de un tratamiento en clínica; incluso como un espacio seguro para expresar una falta de empatía en sus entornos *offline* sobre lo que estaba pasando a raíz de su cuerpo y el TCA. De hecho, en el caso de algunas, es interesante el aumento en la exposición de contenidos en RRSS asociado con aspectos co-desencadenantes de un TCA.

Por lo tanto, el proceso individual de cada una de ellas se analizó para así, poder identificar la relación entre las historias de vida y las observaciones. Cabe destacar que tras escucharlas y reflexionar sobre sus trayectorias, me percaté de que el género es transversal. Es decir, atraviesa todas las categorías y dimensiones en torno a sus historias.

Además, a veces cuestionaba la forma en la que la voz desde la dimensión médica, dominante en este caso, nombra al TCA. Pensando en que, al menos hablando en términos de lo encontrado, el TCA también (y más bien) podría referirse a ciertos patrones de conducta y/o significados aprendidos en función de una cultura y un contexto, que es lo que Zafra (2015) y Bordo (1995) sugieren; recordando que se deben comprender los espacios sociales y simbólicos que envuelven al TCA, el género y el entorno sociocultural.

De este modo, con el presente capítulo pretendo dar a conocer cómo el TCA se vive de diferentes maneras, en función de los significados que se construyen sobre la IC femenina a través de un contexto, experiencias y situaciones en torno al padecimiento. Reconociendo que sus vivencias se interrelacionan con todas las categorías y dimensiones identificadas.

A continuación, expongo los resultados que se tienen; entretrejiendo las observaciones y las historias de vida, así como las experiencias y reflexiones en torno a la elaboración de la etnografía digital multisituada. A su vez, los hallazgos se organizan pensando en el orden de los procesos de significación, orientado desde la tríada y ambos esquemas plasmados anteriormente.

Me gustaría resaltar que a lo largo de la plática sobre sus trayectorias el tema principal solía ser sobre los inicios de su historia con TCA. Es decir, había un enfoque principal en los factores que para ellas fueron los detonantes en el desarrollo del TCA y en su historia, no de la recuperación como tal. Mientras; en las observaciones identifiqué que en el plano digital suelen referirse más a la recuperación, al afrontar y vivir desde la lucha por estar sana, sin dejarse vencer por el TCA; sin sentir que son únicamente un cuerpo [objetificado] y no alguien “más que un cuerpo” (Joana).

En este sentido, la estructura del apartado, en relación con la tríada, parte principalmente de 2 secciones [la primera es la más amplia]: 1. Cómo iniciaron, qué elementos o factores se consideran como detonantes o importantes en el desarrollo de su TCA (Proceso de significación 1: Imposición y 2: Naturalización y Reproducción) y 2. Cómo expresan la lucha por recuperarse y resistirse a una vida en función de estándares culturales de belleza-género-salud (Proceso de significación 3. Negociación y Resistencia).

Iniciaré señalando los apartados que se asocian con la Imposición. Recordando que los resultados se reconocen desde la tríada y que ningún elemento es excluyente. Por lo tanto, habrá secciones que se relacionarán con la Naturalización.

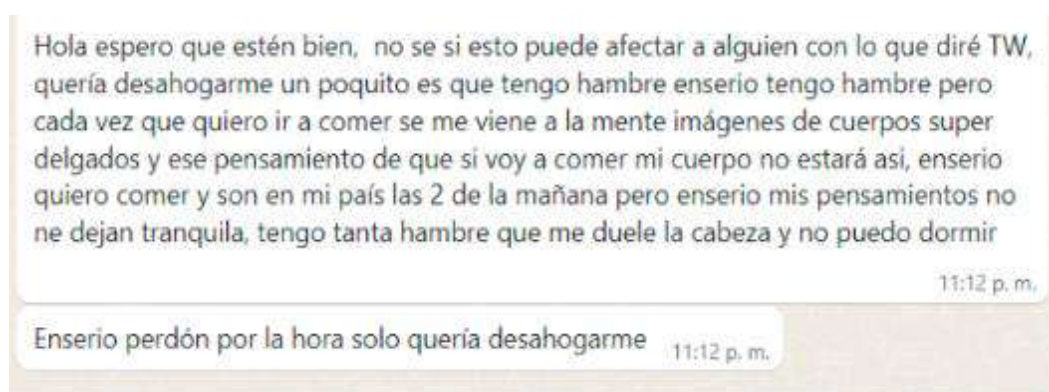
***“Por enseñarme a odiarme. Por convencerme de que siendo delgada todo sería mejor”.
Entorno Sociocultural y la Imagen Corporal en los Trastornos de la Conducta Alimentaria***

La imposición de actos, símbolos, significados, derivan en torno a las vivencias de cada una de ellas, muy particulares pero a su vez con hábitos que parecen ser comunes en lo colectivo. Al respecto, de acuerdo con Sandra Harding (1998), la investigación

feminista reconoce la relevancia de las experiencias de las mujeres como elemento de análisis para pensar en las estructuras de las diferentes instituciones [educativas, sociales, médicas, culturales, etc.].

En este sentido, aludir a la importancia del entorno sociocultural en esta problemática, refiere a considerar esas formas de vivir, aprender y desenvolverse en la vida de cada una de ellas; así como la relación entre ella, las experiencias sobre su cuerpo y la sociedad en la que se encuentra, su contexto:

Imagen 10: *Captura de pantalla en “Grupo de Apoyo TCA”*



Fuente: Captura de pantalla en *Whatsapp*

-Y actualmente, ¿qué opinas sobre tu cuerpo?

-Ay, es una pregunta difícil... la verdad... pues la verdad que... Pues es por la sociedad, que la sociedad siempre lo va a ver mal visto, pero pues mientras tú lo... lo sientas como digno, merecedor, pues es lo que va a importar...

-Claro

-[...] ...entonces aún me falta aceptarlo... aún estoy trabajando mucho en aceptarlo... [Joana]

-[...] pero en su momento fue como no solo a nivel interno que era lo que me pasaba a mí, sino que también un poco mi contexto estaba como en esa misma situación, como mis grupos de compañeras del colegio, mi familia... mi núcleo más interno también preocupado mucho por la imagen estética; como lo que importaba era cómo te veías, no tanto cómo estabas o cómo te sentías. El ver bien estaba asociado, dentro de una de las cosas a ver bien, ser flaco [Ana].

Entonces pues empezó todo: “no, qué bien te ves”... Un maestro incluso.... Porque en un tecnológico en una carrera de ingenierías es como que una mujer... para los maestros.... son bien [...] la verdad; los maestros me decían.... entonces uno incluso me dijo “qué has hecho” y yo “nada”.... Ese nada era no comer... Y matarme de ejercicio. Y ya, me decían “no, qué estás haciendo, que te va muy bien”... [...] o sea muchos comentarios, ¿no? Y ahí me empezó el miedo, el miedo, el miedo... [Ariia]

En la sociedad, el cuerpo se convierte en la primera impresión. Cuando vemos por primera vez la apariencia física de alguien, suelen formularse ideas, creencias o significados en función de nuestro contexto de vida, experiencias, pensamientos, lógicas culturales, formas de crianza, etc.

Entonces, cuando vemos a una mujer gorda, de piel morena, ¿qué opinamos? Cuando vemos a una mujer joven, con una figura de abdomen plano, glúteos y senos voluptuosos, de piel blanca o apiñonada, ¿qué opinamos? Cuando vemos a una mujer gorda, haciendo actividad física o ejercicio, ¿qué opinamos? O cuando vemos a una mujer gorda, comiendo hamburguesa en un restaurante de comida rápida, ¿qué opinamos? Cuando vemos fotografías en RRSS de una mujer joven gorda, fuera de los estándares hegemónicos de belleza, haciendo ejercicio y promocionando una vida saludable en RRSS, ¿qué opinamos?

Nuestras opiniones sobre la IC parten de los procesos de Imposición y Naturalización-Reproducción. Lo primero, en función de cómo y a partir de qué elementos crecimos y construimos nuestra idea de una IC aceptable; con qué componentes desarrollamos la idea de lo que significa e implica ser una fémina con una cierta complexión y apariencia física.

Lo segundo, en el sentido de cómo vamos “naturalizando” las ideas sobre el cuerpo femenino y la propia IC, a partir de los elementos aprendidos en la trayectoria de vida desde pequeñas. Por ejemplo, si en mi casa desde chica escuché comentarios negativos sobre un cuerpo gordo, o me dijeron que una mujer gorda es fea y enferma, o para que una mujer pueda sobresalir en la sociedad el cuerpo será el principal motivo; tal

vez cuando crezca, andaré por la vida con esa noción que permea en la propia autopercepción del ser, y a medida que me desarrollo con tales ideas en forma natural, reproduzco expectativas que culturalmente aprendí acerca del género y la IC.

En ese sentido, para algunas mujeres el cuerpo y la apariencia física se convierte en el protagonista de su historia, bajo estereotipos interiorizados de belleza y género. Esto puede llegar a relacionarse con la violencia estética, término acuñado por Esther Pineda (2020) para nombrar las exigencias y presiones por parte de las industrias [tecnológicas, económicas, médicas, culturales, etc.] y espacios de socialización [familia, pareja, sociedad, medios de comunicación, etc.].

Lo cual se manifiesta de diversas maneras; a partir de la gordofobia, gerontofobia, racismo y sexismo (Pineda, 2020). Son formas de opresión que vivimos diariamente. En ese tenor, recibir comentarios y opiniones hacia el cuerpo siempre era recurrente para cada una de las mujeres que hablaban conmigo. Ya sea la familia, maestros, amistades, pares, pareja; ¿por qué opinar sobre la IC de ellas? Pero también: ¿por qué afecta tanto? ¿Qué implica llegar a ser (o ser) una mujer gorda? ¿Qué valor nos otorga el estar delgada? ¿Cómo nos miran siendo mujeres delgadas o gordas? ¿Cómo afecta?

Mientras me involucraba en el trabajo de campo, me percaté de que las mujeres le otorgaron un significado al cuerpo femenino gordo [feo], pero a partir de que esta concepción la percibieron en el entorno (familia, pares y RRSS, principalmente). Ellas identificaron que el cuerpo gordo equivalía a algo feo, tomando rechazo y, a partir de esa idea, se reconocían a sí mismas y realizaban ciertas prácticas. Naturalizaron y se convirtió parte de su identidad lo que significaron a raíz de los cimientos que las motivaron a significar el cuerpo:

Entonces, o sea yo decía “es que yo quiero ser delgada como ella”... Pero, o sea, por más que bajara... O sea, nunca entendí que ese no era mi cuerpo y que esa no era mi complexión; pero yo quería ser como ella... [Marion]

Bueno, y hubo una semana, que sí la recuerdo mucho, en la que... creo que me... yo había ido a la doctora, a la pediatra, ¿no? Como un chequeo. Y me

hizo pesarme... Y yo al ver que, o sea había subido de peso respecto a la última vez que me había pesado, fue cuando también... me agarraron esos momentos de desesperación y creo que hubo toda una semana donde comía muy poco... Y yo, yo lo hacía...no sé buscando por ahí en Google como no sé, cosas para bajar de peso o así... o cortando cantidades, no sé, de cualquier comida, a que sean porciones muy chiquitas... [Sara]

De estas experiencias, inician con las prácticas en RRSS e internet en relación con la búsqueda de un cuerpo que no sea “feo”, y sea afín a lo que para ellas se considera adecuado [principalmente acorde a las expectativas socioculturales de belleza corporal]; consecuencia de una imposición de componentes que en el día a día se normalizan para posteriormente reproducirse.

Aunado a ello, se nombró al algoritmo como un elemento que actúa en el TCA y que es necesario reconocer por qué aparece tal contenido relacionado, así como saber qué hacer para cambiarlo y consumir contenido de ayuda para la recuperación. En este sentido, también se definió como detonante el hecho de que en las recomendaciones, antes del diagnóstico, aparecía puro contenido que invitaba a adelgazar a partir de conductas no saludables, y un cuerpo delgado o un cuerpo estético con muchas curvas.

Sobre esto, resulta importante expresar la necesidad de contemplar estrategias de alfabetización digital para la salud, que gire en torno a promover un pensamiento crítico entre las mujeres para negociar, rechazar y resignificar contenidos en RRSS que pueden vulnerar su autocuidado y así, poder “controlar”, en cierto sentido, el algoritmo. Siempre, de la mano de un acompañamiento emocional, psicológico, físico, y por tanto, integral.

Por otra parte, Ariia me contó algo que también consideré interesante, pues casos como estos se tornan como discursos contradictorios sobre la belleza, la IC y el género, que va de la mano con el proceso de naturalización:

“-O sea, consideras que van a variar los usos [RRSS] dependiendo pues de cómo te encuentres, vamos a ponerlo así... O, hasta del contexto y de la cultura, ¿no? En la que estés

-Pues sí; una vez me dio así como una lección... Estaba yo con mi sobrina... Estaba haciendo un reportaje de con una chica; y no recuerdo,

estaba hablando de algo muy bonito, no me acuerdo... Creo que era música, no recuerdo... Estaba haciendo algo pero me acuerdo que me pareció muy bonito. Y estaba yo bien concentrada en el reportaje y yo veía que mi sobrina también; y ya, volteo y digo no manches yo bien emocionada con el reportaje y ella lo que me contestó: “ay yo quisiera estar como ella de flaquita”... ¡Y mi sobrina está bien bonita! O sea... todavía dije “¡no, cómo!”, y conociendo mi historia, ¿no?

-¿Cuántos años tenía tu sobrina ahí?

-Mi sobrina tiene 15-16 años; tenía 15, o tenía 16, y está bien... Bueno, es mi sobrina, la veo con ojos de amor [risas]. Pero es muy bonita, es bonita; delgadita o sea está muy bonita mi sobrina. Y decía eso y yo digo “ay no”... Y esta vez hasta fue un pleito, porque dije [...] eso no va bien, pero pues cómo no...” [Ariia]

¿Por qué se aspira por un cuerpo delgado? ¿Por qué la sobrina de Ariia le otorgó mayor importancia a la apariencia física de la chica que al reportaje? ¿De dónde aprendió eso? ¿Por qué incluso Ariia, con su largo recorrido de un TCA, asoció lo bonita que es su sobrina con lo “delgadita”? Es entendible cómo Ariia aún interioriza estos discursos contradictorios, pues nos encontramos en “una cultura que evalúa por el cuerpo”, según Ana:

“Un sonido de fondo diciéndome pum pum pum... Como “gorda, horrible, fea”, como “mira ese grano, mira cómo estás, mira qué es lo que pasa, mira cómo te ves, qué te vas a poner, qué comiste, qué vas a comer, y qué y cómo vas a compensar lo que comiste hoy a medio día, cuántas calorías tiene lo que hoy comiste, y cómo vas a estar bajando, aún tienes que ir a ponerte las zapatillas y salir a correr”... Pum, pum pum, todo el tiempo así... Está ahí, ¿no? Pero está” [Ana].

La sociedad exige, implícita o explícitamente, aspirar por un cuerpo hegemónico, pero también nos invita a tener “amor propio”. Se nos dice que somos bellas de cualquier forma, pero qué extraño que, en ocasiones, la mente nos diga otra cosa. ¿Qué está ocurriendo a nivel interno, personal, emocional, con las mujeres? ¿Qué está ocurriendo

con las niñas? Nos encontramos ante culturas que realizan prácticas hacia el cuerpo con significados contradictorios, y esto se convierte en una lucha hacia la IC de las mujeres.

De hecho, las mujeres sentían y expresaban que en el tejido social [*offline* y *online*], las valoraban en función de su cuerpo y el estándar de belleza, observando su apariencia física. Y, a partir de ahí, opinaban sobre ellas. Cabe recordar que los señalamientos sobre el cuerpo, tanto *offline* como *online*, participan en el TCA. Lo cual da pie a utilizar RRSS y darle un significado a su IC de cierta forma:

“Ya en verano me acuerdo que hubo un día que salí con mi mamá y yo tenía ropa, o sea ropa de verano: shorts y remeras cortas, y ella me hizo un comentario como de que había subido de peso y... me acuerdo de que cuando yo escuchaba cosas así... era cuando me desesperaba. Y recuerdo que, no es que estaba todo el tiempo pensando en eso, pero sí era más consciente...” [Sara].

“El comentario del otro determinaba quién era yo. A ese punto. Entonces, era muy exigente para conmigo, para poder responder a ese canon de esa exigencia, digamos, ¿no? Entonces, quizás en principio sí podrían llegar a opinar de una forma que no me gustara tanto, pero hacía todo mi esfuerzo para que eso no suceda. Entonces como hacía todo mi esfuerzo, la mayoría de los comentarios siempre eran: “Ay qué flaquita que estás, qué bonita”... Como porque claro, yo estaba haciendo todo para que eso suceda, ¿no?...” [Ana].

“Por un lado me hacían sentir triste, porque yo decía “¿es que no! O sea no soy mi cuerpo, ¿por qué me hacen esos comentarios?”... O sea como si mi cuerpo de verdad valiera lo de sus comentarios... Pero por otro lado, o sea como que me motivaban a cada vez querer bajar más; porque yo decía “puedo bajar más entonces, sí lo puedo lograr” y... Bueno....” [Marion].

¿Por qué hacemos comentarios hacia el cuerpo? ¿Por qué el comentario de la otra persona determinaba quién era Ana? ¿Qué hace que seamos más conscientes del propio cuerpo? A partir de este tipo de experiencias, se suelen definir las prácticas y las formas

de uso de las RRSS; como el querer descargar aplicaciones para contar las calorías, seguir a ciertas *influencers*, investigar sobre su padecimiento o compararse con perfiles en RRSS [esto es muy recurrente; y en ocasiones, la comparación iba en el sentido de buscar personas anoréxicas en RRSS como en *Instagram*].

Así, el cuerpo se significa a partir de la idea que tenemos nosotras como mujeres, y la identidad de género es un resultado performativo; “que la sanción social y el tabú compelen a dar” (Butler y Lourties, 1998, p.297). Aquí, se reconoce que, más allá de una conducta individual, se reproducen situaciones propias del sexo; se une con lo colectivo.

Seguir a ciertos *influencers*, para algunas de las mujeres, significó una oportunidad de tener una vida como se plasma en RRSS, tal es el caso de Marion a raíz de la pandemia por Covid-19. O, en otras ocasiones, se seguían a algunas celebridades o *influencers* como inspiración para una “vida saludable” o bien, para obtener un “cuerpo delgado”.

Pero también, me parece importante contemplar la forma en la que ellas se han relacionado con las figuras femeninas en la familia [como en el caso de Sara, cuando su mamá comentó sobre la vestimenta que portaba, detallando que había aumentado de peso] tomando un sentido en el proceso de Imposición. A partir de esta concepción de género que tanto las tías, abuelas, madres, etc. tienen sobre el rol como mujer en el tejido social, se derivan prácticas, ideas, valores y sentidos sobre la forma en la que “debe ser” el cuerpo femenino. Lo cual tiene relación con las condiciones y expectativas sociales, históricas, políticas y culturales de cada mujer y sus experiencias; asociado con el ser-para-otros en sincronía con el cuerpo-para-otros (Lagarde, 2005; 2000). En este caso, tenemos una interiorización sobre el cuerpo como forma de pertenencia, de aceptación, de valor y de identidad. El cuerpo, para las mujeres, es objeto de muchas situaciones, circunstancias, significados y prácticas que toman sentido en la forma de concebir el género. El cuerpo se convierte en el protagonista de sus historias, de su sentir, de su vida como una mujer, adolescente y/o joven.

Además, pareciera que las mujeres, al igual que hombres y personas de diversos géneros, en conjunto, somos quienes legitimamos los estereotipos de belleza; ello nos invitaría a promover el pensamiento crítico pero también la sororidad entre nosotras. Lo primero, para cuestionar los discursos, prácticas e imágenes y cómo estos nos violentan

o discriminan. Mientras, el segundo, para crear comunidades de mujeres más empáticas y solidarias.

Esta relación entre el cuerpo delgado y lo bello, reflejada a partir de sus historias, plasma cómo se refuerzan estereotipos sobre las mujeres, generando insatisfacción corporal, promoviendo la cosificación del género femenino y cumpliendo un rol en su historia con TCA, así como en la propia concepción del género.

“Soy más grande, más gordita; toda mi familia es chiquita, flaquita, así finita. También fue como un factor de riesgo para mí”. La familia en los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

¿Por qué seguimos ciertas normas en relación a estándares de belleza construidos social, cultural y económicamente? ¿Qué implica esto en términos de género? Recordando a Judith Butler (1988), el cuerpo simboliza procesos históricos y culturales. Se forma una construcción de la IC a raíz de experiencias que parten de valores forjados progresivamente en función de la cultura, la historia, la sociedad y el género. Lo anterior, de forma dinámica, nunca estática; dialogando a partir del transcurso de la vida cotidiana.

Al respecto, si algo me ha quedado claro durante el proceso de investigación es el papel de la familia en los TCA y la construcción de la IC, especialmente en las infancias y en el proceso de Imposición que se lleva a cabo desde pequeñas. Por ejemplo, ¿cómo es la relación con la madre? Es algo que me cuestioné a partir de una de mis asesoras.

El vínculo madre-hija giró en torno a verse bien, a buscar la aprobación entre mujeres, pero en el sentido de la relación entre el bienestar-salud-belleza. Pareciera que la feminidad impuesta siempre está presente. No obstante, si bien, en ningún momento se mencionó la necesidad de buscar atracción por el sexo opuesto; recordemos que las formas de ser mujer suelen desarrollarse bajo condiciones patriarcales (Lagarde, 2000). Es decir, en ocasiones la salud mental, el ejercicio y la alimentación, así como el mejorar sus condiciones de vida mientras se ocupa de ella misma, suele partir de expectativas de género que contribuyen a un sistema en el que seguimos siendo seres-para-otros (Lagarde, 2005).

Es curioso que por ejemplo, en el caso de Marion (así como con Ana cuando me platicó sobre la esposa de su padre que era instructora de zumba), tiene recuerdos muy claros sobre su mamá en el gimnasio haciendo zumba y yoga desde que ella era pequeña.

La mamá de Marion solía invitarla a que entrara a las clases juntas. Ella siempre había sido una niña, en palabras de ella, gorda:

Yo siempre he sido una niña muy gordita. Entonces, mi mamá me metía a clases de zumba, de yoga con ella... La verdad la zumba nunca me gustó, de que nunca la hice [...] Siento que mi mamá como que sí mantenía eso del cuidado del peso... pero más que nada por parte del ejercicio. O sea ella no se preocupaba tanto como para cuidar su imagen. De que, siempre verse linda, siempre verse perfecta, siempre verse como mi papá quería... No, o sea como que hasta la fecha mi papá y ella como que mantienen una relación en la que no importa tanto [...]
[Marion]

Esto se relaciona con las experiencias vividas del cuerpo y formas de percepción de la IC femenina por parte de cada una de las familiares; son aprendidas y construidas de manera que se van generando jerarquías entre mujeres (Herrera, 2019). El cuerpo equivale a una forma de diferenciar y jerarquizar el valor y poder en un determinado entorno, lo cual nos habla de tener que agradecer al otro o asumir las consecuencias de no esforzarse por ello:

-[...]...Sí, también en mi familia como que se pasaban hablando de... Me acuerdo que mi tía, en un momento como que empezó a subir de peso, ¿no?

-Okay...

-Y era ahora, como el tema de la familia era hablar de... del cuerpo de mi tía, de que empezó a subir de peso y todo.... Y bueno.... habían... como que todos esos comentarios empezaron a provocar inseguridades en mí. Que... no sé, si... y en la adolescencia tipo, tu cuerpo cambia, y si yo subía más de peso quizás sea... como el tema de conversación, ¿no? [Sara]

Cuando escuchaba a Sara, recordaba las propias experiencias en mi familia. Ella es una chica adolescente de 17 años, situada en Buenos Aires, Argentina; con una madurez palpable al momento de entablar una conversación. Estudiante de lo que, en México, sería la preparatoria. Su TCA inició a los 12 años, aunado a otros problemas de salud mental derivados, en parte, a constantes periodos de soledad en casa; tanto su mamá como su papá, ambos profesionistas, trabajan en horarios muy extensos.

Desde que tuve contacto con ella, Sara reconoce que es muy introspectiva. Le gusta escribir, escuchar música, crear comunidad y proyectos bajo sus propios medios. Es una mente brillante, creativa, inteligente, perfeccionista. Sin embargo, había algo que por un buen tiempo la atormentó: su cuerpo y la opinión de su círculo más cercano, háblese familiar, social, entre otros.

Sara siempre ha estudiado en escuelas del sector privado, y su contexto también proviene de una dimensión socioeconómica que permitió lograr una recuperación bajo una profesional de la salud en una clínica privada; sin embargo, no proviene de una familia “adinerada” o con capacidad económica alta.

Retomando las experiencias de Sara con su familia, las pláticas en mi familia también solían ser orientadas a la complexión física, lo que me llevó a meditar sobre mi propia historia de vida. Cuando mis tías se encargaban de comentar que mis primas se veían muy guapas porque habían bajado de peso, o cuando mi prima y yo nos veíamos muy “gorditas” porque habíamos subido de peso, “¿qué me pasó?” era lo que comentaban. En efecto, sí llegué a ser tema de conversación en la mesa. Y no diré que no me afectó. Pero, a partir de esta investigación, reflexiono con mayor detalle: ¿por qué me afectó?

Creo que retomar el tema de la autoestima, a partir de Marcela Lagarde (2000), es de gran importancia. Desde la perspectiva feminista, la autoestima implica reconocer las ideas y los conocimientos, las propias intuiciones y creencias sobre una misma (Lagarde, 2000). Por ejemplo, sobre la propia IC y su validez como mujer; las percepciones y significados sobre el cuerpo. Se envuelven "las emociones, los afectos y los deseos fundamentales sentidos sobre una misma, sobre la propia historia, los acontecimientos que nos marcan, las experiencias vividas y también las fantaseadas, imaginadas y soñadas" (Lagarde, 2000, p. 29).

Las vivencias y formas de habitar el cuerpo y la vida, se convierten en la materialización de la propia autoestima; “tiene como definición una conciencia, una identidad de género y un sentido propio de la vida” (Lagarde, 2000, p.31). Además, debido a que gracias a los diversos espacios de enculturación y socialización somos seres-para-otros, terminamos colocando nuestra autoestima en los otros, mucho más que en nuestras capacidades fuera de la apariencia física, del cuerpo, de lo asociado al ser para los demás.

Y a esto, se le suma otro factor; la ausencia o tipo de información que la familia tiene con respecto al TCA:

“-Y tus papás... Bueno, tu mamá y tu papá, ¿cómo lo tomaron? ¿Sí conocían de los TCA antes?”

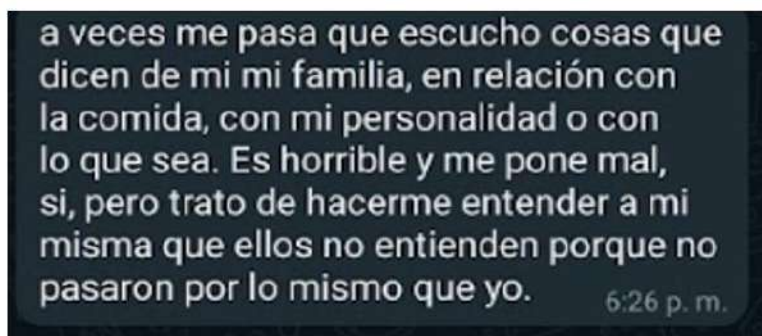
-Yo creo que... Siempre tuvieron la idea de que la anorexia se veía... una persona de que, súper delgada...

-En los huesos...

-Con huesos salidos... ¡Ajá! Entonces, yo les decía “es que o sea, no me siento bien, no quiero comer”... Pero ellos me decían “ay sí, come y ya”, “no pasa nada, come y ya”... Entonces, o sea llegó el punto en el que yo lloraba en la mesa; o sea de que todos sentados y yo lloraba por comerme mi plato de lechuga, y se enojaban. O sea, como que les entraba la desesperación y gritaban... Entonces era como que... ¡Pues de hecho yo quiero pedir la ayuda pero no sé cómo, pero ustedes tampoco se prestan mucho!”... [Marion]

A raíz de estas experiencias como las de arriba, de que no se sintieran comprendidas por la situación que estaban afrontando, se vislumbra el otro proceso de significación: Negociación y Resistencia. Las mujeres decidieron entrar al grupo de apoyo en *Whatsapp*, e investigar por ellas mismas sobre lo que tenían, como un espacio seguro, una forma de refugio:

Imagen 11: *Captura de pantalla en “Grupo de Apoyo TCA”*



Fuente: Captura de pantalla en *Whatsapp*

"-Y yo ya para ese entonces yo ya estaba como familiarizada con el tema de atracones, yo decía "no mamá es que no es fuerza de voluntad o sea yo ya investigué mucho..."

-¿De dónde investigabas? ¿De internet? O de...

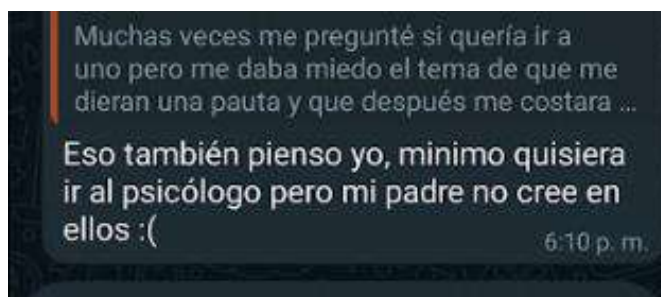
-De YouTube y de... Sí, de YouTube". [Joana]

En cierto sentido, las RRSS se convertían en espacios de confianza que superan los ámbitos personales, como la familia. Facilitaban y ofrecían formas de negociar con ese *habitus*, brindando la oportunidad de pronunciarse y resistirse ante lo que, físicamente, veían y escuchaban.

Por otra parte, el significado que la familia otorga a las personas profesionales de la salud también es importante. Pues, se involucra con la forma en la que perciben a sus hijas, favoreciendo o afectando la confianza que las mujeres con TCA pueden tener para comentarlo o afrontarlo:

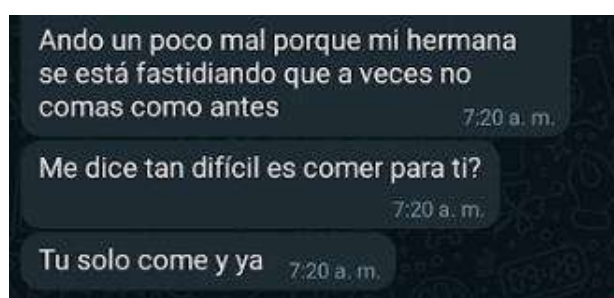
"Entonces, le dije a mi mamá: "mamá no, yo ya necesito ir al psiquiatra"... Y pues obvio mi mamá con el pensamiento de antes, de que el psiquiatra pues era para locos". [Joana]

Imagen 12: Captura de pantalla en *"Grupo de Apoyo TCA"*



Fuente: Captura de pantalla en *Whatsapp*

Imagen 13: *Captura de pantalla en “Grupo de Apoyo TCA”*

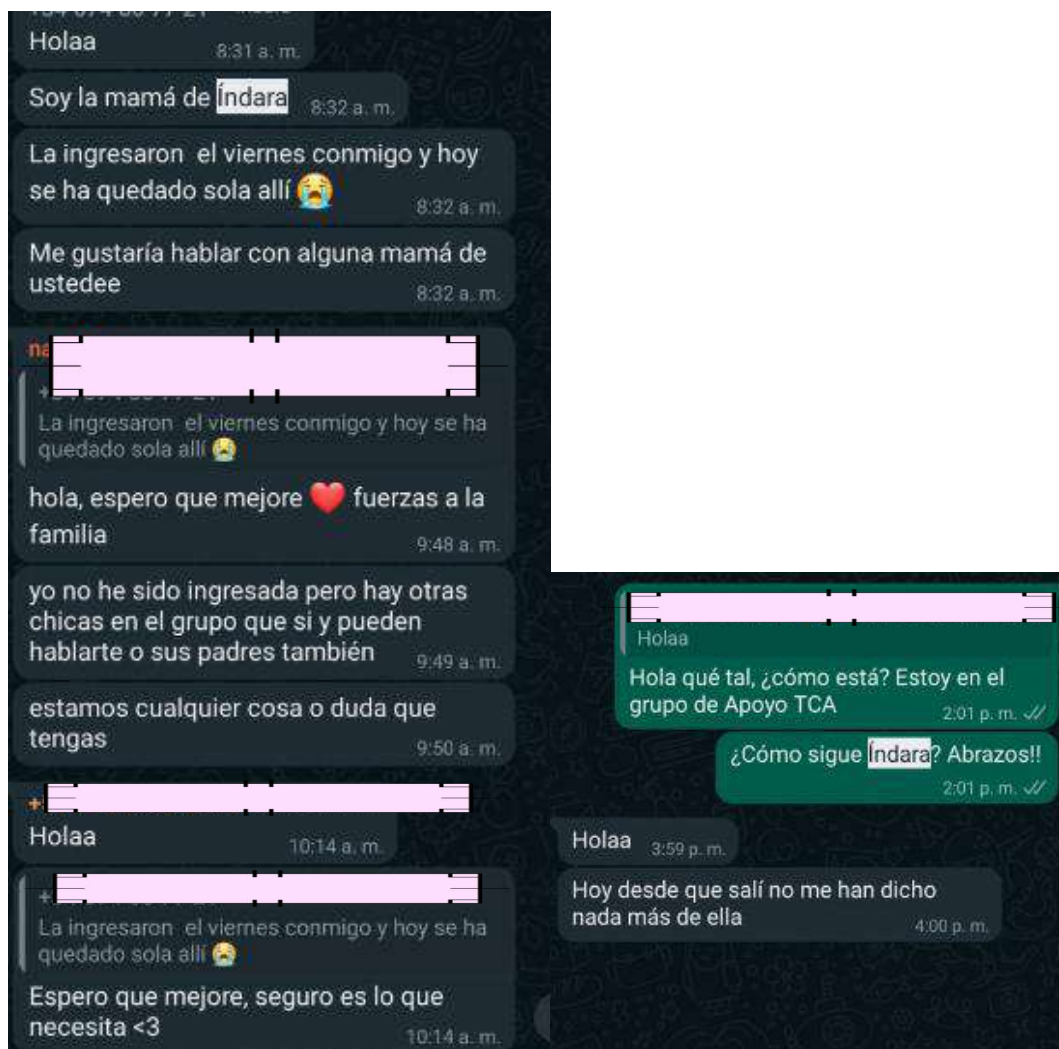


Fuente: Captura de pantalla en *Whatsapp*

Así, las ideas sobre la salud mental y física son cruciales, si se unen con las otras dimensiones: económica, familiar, social, cultural, etc. Puesto que cumplen un rol en los usos y significados que se le atribuyen a las RRSS. Sus hábitos digitales suelen ser un reflejo de lo que viven [o no] en la familia, con la pareja, en la sociedad; y de cómo le dan un sentido hacia su cuerpo a partir de esas experiencias. Pero además, ello puede limitar la atención o identificación del TCA en un momento oportuno.

Sin embargo, hubo un caso en particular que me llamó la atención:

Imagen 14: *Captura de pantalla en “Grupo de Apoyo TCA”*



Fuente: Captura de pantalla en *Whatsapp*

Creo que el caso de esta madre de familia invita a reflexionar y sensibilizar sobre los TCA y la prevención. También, invita a empatizar con las adolescentes y los usos que ellas le están dando a las RRSS para esta problemática de salud. Están haciendo un trabajo importante, que ayuda a eliminar pensamientos adultocentristas, pues en ocasiones (reconozco) los pude haber contemplado durante los inicios de la tesis, pensando en que las adolescentes únicamente son vulnerables, y que no son posibles de negociar o actuar en resistencia ante situaciones sobre el cuerpo y la salud. Sobre esto, se profundizará más adelante.

De hecho, en el caso de las mujeres a las que entrevisté, en su mayoría la familia aprendió de los TCA sobre la marcha; es decir, mientras la adolescente o mujer joven afrontaba el TCA:

“-¿Quién o quiénes han sido tu mayor apoyo o soporte desde el diagnóstico hasta hoy en día? Digo, aparte de tu pareja, ¿no?”

-Yo considero que... Pues creo que mi mamá; o sea en la parte familiar mi mamá y mi hermana, que son las que o sea como de que “¿necesitas comida?”, “sí”, “ah bueno, te ayudo a buscarla, te ayudo a prepararla, te ayudo a esto, al otro”... Por otra parte mis amistades; de que o sea de que yo decía “ay es que tengo hambre, quiero comer” y ellos me decían “sí, aquí tengo comida, come”... [Marion]

Por último, cuando las mujeres me platicaban sobre su familia y cuando las leía en *Whatsapp*, me percaté de que se encuentran solas por grandes periodos de tiempo, y en ocasiones atraviesan conflictos familiares; pero en otros casos la relación familiar era, en palabras de ellas, sana.

“No agradé lo suficiente”. Comparación y Objetificación del Cuerpo Femenino.

El proceso de Imposición y Naturalización-Reproducción que esta investigación propone dialoga con la Teoría de la Objetificación (Fredrickson y Roberts, 1997). El hecho de verse, autoexigirse y analizarse constantemente, de observar el cuerpo y valorarlo en función de lo que las demás personas opinen, se vive, principalmente, entre las mujeres. Podemos decir que las experiencias de (auto) cosificación solían ser recurrentes, cotidianas, en función de la historia de vida. En consecuencia, la IC femenina se comprende desde una mirada objetificada, teniendo daños para la salud física y emocional, como un TCA. En ese sentido, el género no solo se determina por la naturaleza, el lenguaje, o lo simbólico; “el género es lo que una asume, invariablemente, bajo coacción, a diario e incesantemente” (Butler y Lourties, 1998, p.314).

Sin olvidar, que no todas las mujeres responden a esto de forma homogénea; dependerá de elementos étnicos, sexuales, etarios, entre otros componentes individuales y colectivos que en conjunto son experiencias compartidas por subgrupos de mujeres particulares (Fredrickson y Roberts, 1997).

Lo anterior, tanto en el entorno *offline* como *online*. Sin embargo, identifiqué que las RRSS permiten intensificar esto. Por ejemplo; en el caso de la presentación de su IC, las *selfies* y los filtros para fotografías solían ser algo cotidiano; un procedimiento para tomar y publicar la foto era producido y planeado acorde a la “norma”, viendo a otras chicas para decidir cómo se tomarían las fotografías y en función de ciertos ángulos que, para ellas, son los mejores para sus fotografías. Y, para algunas, los *likes* definían la satisfacción con su IC; si la foto no tuvo tantos *likes*, significa que “no agradé lo suficiente” (Ana).

Además, las decisiones sobre cómo presentar su cuerpo permitieron comprender la forma en la que ellas quieren ser percibidas en el entorno digital. Asimismo, me resulta interesante conocer su sentir hacia su IC, y así percatarme de que las participantes más pequeñas prefieren subir-publicar *selfies* que las más grandes:

“-Sí pero todo lo que he subido siempre fue, em... como muy cuidado, muy pensado, ¿no? Como, muy de, la foto que voy a poner, cómo tiene que ser, cómo se tiene que ver, tengo que estar así que se vea el ángulo, que donde me vea más flaca, que la pose... En ese momento sí lo vivía así, ¿viste? No era tan automático como “bueno, subo una foto y ya”.

-Sí o sea, sí la pensabas bien y la producías y veías bien qué onda... ¿Era más bien foto de tu cuerpo o de tu cara? O, ¿más o menos cómo era?...

-Em, no, he subido de todo; pero como te digo, siempre es premeditado, nunca fue una foto espontánea que surgió en un momento y ya. Si yo no salía lo que consideraba en ese momento linda, no la subía.

-Ahh ya, no lo subías. Okay.... ¿Solías subir muchas selfies de casualidad?

-No, no, no, no; la selfie te mata. Jaja primer plano acá, no, no. No podía concebir eso, no no, olvídate.

-¡Ahhh okay! Mmmm Y, cuando publicabas alguna foto en redes, antes de tu diagnóstico, ¿cómo te sentías al verte en las fotos? O sea...

-Como te digo, como pasaba primero tanto por ese filtro, de que sea la foto “perfecta”, entre comillas, no estaba mal o no me sentía mal con la foto que subía. Lo que sí me pasaba es que sí me pesaban los likes, ¿no? Como si... no había una aprobación, me sentía rara...

[...]

-Y, ¿qué fotos eran a las que le daban más likes?

-(sonriendo) Y siempre toda foto que yo esté como... producida, maquillada, bien vestida... y si se ve más flaca de mí, ¡mejor! jajajaj Como que siempre, así, ¿no? De hecho, igual tampoco subía fotos diferentes, ¿no? Pero, en el sentido de que eran... todas como respondían a un orden, a una estética; te voy a mandar fotos de qué era lo que consideraba para mí mi pose de “todo bien” [Risas]...

-¡¡Ay mil gracias sí!!” [Ana]

Esto último que comenta Ana, es la cotidianidad de todas las mujeres con las que platicué. Había algo que les impedía salir de la norma, del orden, de esa estética. Lo cual, se veía reforzado en el tejido social (a partir de la cantidad de *likes* que alcanzan ciertas fotografías del cuerpo, o a partir de comentarios de forma *offline* u *online*). Las fotos que me enseñó, permiten apreciar cómo la IC se presenta a partir de los cánones de belleza cultural de los que, en su mayoría, las mujeres nos encontramos inmersas.

Hablando particularmente sobre el caso de las *selfies*:

“-También me gustaba mucho tomarme *selfies*. Casi no me tomaba fotos de cuerpo completo porque o sea, como que siempre era de que, pues mejor tomar la foto así, que alguien nos las tome y... Pues sí, nada más eso [risas]

-Ah ya jaja. Y cuando te tomas la *selfie*, o bueno, antes de tu diagnóstico, ¿no? Cuando subías las *selfies*... O sea cómo... [...]

-Pues primero, los filtros [risas]

- Ah, okay [risas]

-O sea de que, yo necesitaba un filtro que me contorneara la cara, o sea que se me viera simétricamente perfecta, que el cabello se me viera súper bonito... O sea, sólo me las tomaba cuando me arreglaba y... O sea no, no era mucho de subir fotos pero... O sea de que si subía una tenía que ser la foto perfecta”. [Marion]

“-Ahh okay... Jeje ya, ya... Entonces, casi era pura selfie pues lo que... lo que subías.

-[risas]

-Jaja. Ya... Y tardabas, ¿o sea sí como que te producías mucho para subir la selfie? Como que, ¿tardabas mucho en tomarla y en decidir cuál vas a publicar o cosas así? O era así como que “ay pues ya o sea la tomo y la mando, acá”...

-Yo tenía una amiga, y ella como que sí me decía “ay sí” y no, no lo pensaba tanto porque ya tenía como... la aprobación de ella....” [Sara]

Las más pequeñas solían publicar *selfies* con filtros. Y, en el caso de algunas como Sara, solían pedir la aprobación externa para publicar o elegir la fotografía. Esta amiga era mayor que ella. Ella solía buscar la valoración de sus fotos, principalmente debiéndose a ser más grande que ella, ¿por qué sucede esto?

Por lo menos en el caso de Sara, la aprobación por alguien mayor, avala el cómo debería mostrar su cuerpo y su IC en sí. Lo cual, refería a una mejor “reputación” ante el entorno [*online* en este caso]. Si reflexionamos un poco más, podríamos pensar en cómo su amiga mayor ve y vive las expectativas de género, qué significados le otorga sobre el ser una mujer joven que intenta agradar socialmente, entre otros factores.

Además, las formas en las que se presenta la IC y su apariencia física en el entorno digital, solía ser en función de la valoración que se tienen hacia ellas mismas; sin embargo, la autovalidación partía a medida de la manera en la que, socialmente, se tiene la aprobación del cuerpo y de las mujeres. Por ejemplo:

“-Ah okay y cómo... o sea, ¿cómo te tomabas las fotos?... bueno, ¿cómo presentabas tu cuerpo digamos.. en redes?...

-Sólo la cara... no me sentía como.. digna.. no sé si ponértelo así, pero siempre tenía pena de salir de cuerpo completo en las fotos. Y no, ¡ya ahora me vale!

-¡Ay sí qué chilo la neta! ¿O sea eso lo hacías en Facebook y en Instagram? ¿Eso de que tu cara nomás?

-Sí, si...

*-Mmm okay, ¿y cómo te sentías al verte? En la foto... publicada acá...
¿Tienes como algún recuerdo?*

*-Sí, pues como que antes existían creo que más filtros... y como que con
filtros decía “ay, no me veo fea, así sí la puedo subir” y yo siempre me ponía
muy distinta en fotos a en persona”. [Joana]*

La historia de Joana y sus hábitos en RRSS reflejan una relación importante entre la validación de su IC y sus vivencias en la infancia con el TCA. Ella es una joven de 25 años proveniente de una ciudad en el centro de México. Su padre biológico no cumplió un rol de figura paterna, y sumado a las relaciones afectivas de su madre, generaron en ella inseguridades. En ese sentido, su IC atraviesa muchos momentos en relación a la aceptación social y particularmente en el tema de pareja. En el siguiente apartado, profundizaré en esta parte de su historia.

También encontré el autoanálisis hacia el propio cuerpo:

“-Bueno, ¿has comparado tu cuerpo con el que solías tener antes de tu diagnóstico en redes sociales? O sea, ¿te solías comparar con las redes sociales?

-Sí...

-¿Sí? Mmm... ¿Me podrías dar como algún ejemplo o algo así? Como de...

-Pues... Principalmente compararme con, o sea con fotos que yo tenía antes... O sea de que, mis fotos en Instagram del 2018-19... y yo verlas y decir “es que yo antes estaba más robusta” o “yo antes tenía la cara de tal forma”... Y también con... Pues con las influencers, con... con todas las personas, o sea de que... Ya sea con hombres o con mujeres.... Ahorita, más que nada, es con personas como de que en el mundo del gym y todo eso porque yo digo “yo quiero músculos, yo quiero esto”... Pero antes era más que nada de que “yo quiero bajar más, yo quiero tener el abdomen marcado como esta influencer” o así...” [Marion].

Sobre el autoanálisis constante del cuerpo, coincide con lo que argumentan Fredrickson y Roberts (1997); el hecho de que las mujeres sientan que su valoración o importancia radica en el cuerpo o el aspecto físico, puede cumplir un rol en el análisis y autoanálisis de la propia IC. Lo cual, en ocasiones, este tipo de acciones se facilitan a través del entorno digital.

La comparación se da principalmente de “personas normales” tanto en el entorno *offline* como *online*, o con las *influencers* que más se adecuan a su vida cotidiana. Por ejemplo, con las *influencers* de *fitness* de su localidad, nutriólogas de su entorno, etc. Esto, podría ser reforzado por parte de la familia o la escuela:

“-¿Alguna vez comparaste tu cuerpo con el que veías en... pues en tu entorno o en redes sociales? Por ejemplo...

-Sí... Pues no tanto en redes... Bueno, en redes pues ya ves, tal vez las chicas que suben, pues sí... Y pues en mi familia te digo, todas han sido finitas, así chiquitas, flaquitas... Pues sí, sí hay mucha comparación... Con las chicas de mi escuela, te digo... Sí, sí ha habido. Cuando subí de peso sí se burlaron... En la universidad en la que voy también, están bien bonitas, también las veo y digo “ay, quisiera, sí”... Sí, sí. Todavía sigue, pero ya no me pueden, creo...

[..]

-Y la gente... ¡Claro! ¡Sí! Pero por ejemplo cuando... cuando bajaste de peso... Llegaste a tu peso ideal, vamos a ponerlo... ¿Qué te decía la gente?

-¡Uyyyy!, todos “muy bien”, “así vas bien”, “síguele así”... [risas]...”

[Ariia]

En general, escuchar las opiniones de Ariia, Joana, Marion y Ana sobre cómo la idea que tienen sobre su cuerpo, su apariencia física, ha cambiado (de manera positiva) a lo largo del recorrido con TCA, me hace sentir bien.

Sin embargo, percibo que tales comentarios alabando la delgadez, suelen presentarse de manera naturalizada, normalizada. Y sí, me comentaron que ellas saben que no a todas les afectará con el mismo nivel de gravedad, pero ¿por qué socialmente se hacen esos comentarios? ¿Por qué se sigue asociando la belleza femenina con la delgadez? ¿Por qué asociar la belleza y la salud de las mujeres con el cuerpo delgado?

“Como que yo siento que sí, él fue la primera persona que como que... me vio bonita”. La pareja en la Imagen Corporal y los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

En su mayoría, no hubo mucho hincapié con respecto a la pareja en sus trayectorias; principalmente, la atracción por el sexo opuesto en sí fue el tema que cumplía un sentido en la construcción de la IC. Lo cual puede representar que, las mujeres, posicionándose ya con una historia de vida, construyen su IC previo al reconocimiento de dicha atracción.

Retomando los apartados anteriores, la identificación de algunos roles de género entre la dinámica familiar, tales como: expectativas sobre el cuerpo femenino por parte de familiares, el rol del padre de familia ante el cuerpo y la búsqueda de pareja, etc. solía ocurrir entre la secundaria y la preparatoria; lo cuál influía en su historia de vida. Por ejemplo, el caso de Joana:

-Y ya resultó que ahí ella [su mamá] conoció a otra persona, y pues se hizo novia de esa persona y duraron muchos años, creo que como... Uy, yo estaba en la prepa: 15, 18, 16; como más de siete años duró con él pero pues le puso los cuernos... y fue como muy difícil, o sea creo que esos años fueron los más difíciles de mi vida... ¿Qué importa que llore?

- [...]

- [...] Y... pues todo ese tiempo que mi mamá estuvo con él, mi abuelita fue... pues como mi papá y mi mamá porque... [...] pues yo estaba muy sola. Ella siempre trabajando, y el tiempo que tenía libre pues estaba con él. Y... [...] Entonces, creo que, pues él [pareja de Joana] como que fue el detonante de un 80 por ciento que yo me descontrolara de esta forma... [...] Entonces, vuelvo a las heridas de la infancia, em... yo como que quise ver la figura paterna que nunca tuve, yo siempre la quise ver en él; porque pues él me cuidaba, me protegía, me daba cariño como nunca un padre me lo dio... para que me entiendas... Y como que yo siento que sí, él fue la primera persona que como que... me vio bonita, como que admiró mi cuerpo o le gusté así, no sé si me entiendas esa parte... [...] Y pues ya después yo... en pandemia de hecho, yo trabajaba en línea, la escuela la tenía virtual y yo decía "ay no, es que no tengo nada qué hacer"... yo decía "ay,

¿y si me pongo a dieta?" Yo decía "yo estoy muy gorda"... Y digo, como ya no tengo a Alejandro pues nadie más se va a fijar en mí porque soy... gorda, ¿no?".

[Joana]

"Pues en la universidad, yo no conocía así como muchos chicos, porque pues yo siempre así fui gordita... O sea yo estaba como muy acomplejada, ¿no? Encima pues por lo que a mí me tocó vivir de niña, yo era así como muy acomplejada"... [Joana]

Estas experiencias de pequeña, construyeron la forma de percibir su IC; de valorarlo, de aceptarlo, de querer modificarlo.

“Veía a mis amigas y... eran más delgadas o eran...”. Los pares en la Imagen Corporal y los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

¿Por qué compararnos entre mujeres? ¿Qué es lo que nos vemos entre nosotras? ¿Cómo nos vemos y cómo nos significamos? Esta investigación muestra que es en los “espacios seguros” de las mujeres donde se impone y se naturaliza la imagen corporal, a través de discursos, de prácticas, de comparaciones. Es en esos lugares, donde las mujeres se hallan vulnerables, que se enseña cómo el cuerpo debe ser.

La familia y pares, por lo menos en la adolescencia (bajo el criterio de edad y bajo la idea de lo que en su historia se refieren a dicha etapa de la vida), cumplen un rol fundamental en la construcción, percepción y aceptación del cuerpo. De aquí, surgen los inicios de la construcción de significados dirigidos a su corporalidad, en este caso, femenina. Por ejemplo:

“Bueno, desde los 12 años tengo recuerdos y registros de conductas compensatorias; esto de comer algo y decir “bueno voy a hacer gimnasia para bajar lo que comí” y/o siempre ponerme algún tipo de ropa que me haga ver más flaca o más delgada... Como siempre estaba eso dentro de mi cabeza, y después obviamente con todo el proceso de recuperación pude trabajar cada uno de esos temas y empezar a sanarlo; pero en su momento fue como no solo a nivel interno

que era lo que me pasaba a mí, sino que también un poco mi contexto estaba como en esa misma situación, como mis grupos de compañeras del colegio, mi familia... mi núcleo más interno también preocupado mucho por la imagen estética; como lo que importaba era cómo te veías, no tanto cómo estabas o cómo te sentías. El ver bien estaba asociado, dentro de una de las cosas a ver bien, ser flaco”. [Ana]

“-Sí supongo que en secundaria pues... ay es que secundaria es una etapa súper difícil o sea... Realmente ay sí...

-O sea... Sí es que si no eres bonita no puedes pertenecer, es eso...

-Definitivamente, sí... la neta. Y antes, por ejemplo... ¿en secundaria usabas redes sociales?

-Sí, facebook

-¿Y qué subías ahí o qué consumías? Yo la neta ni me acuerdo pero sí tenía facebook...

-Ay pues como puros memes o canciones, pero yo me acuerdo que yo no tenía agregadas así como las más bonitas de mi salón. Porque pues yo tenía pena que vieran mis fotos... De que yo veía que ellas muy lindas en sus fotos y así, y no pues yo tenía pena como que vieran mi perfil... Y no las aceptaba o sea, una que otra me mandaba como solicitud y yo no las aceptaba...

-¿Neta? ¿Pero pues subías fotos de ti o cómo?

-Sí... quizás sí quizás, pero pues yo... sentía que mis fotos no eran lindas; que yo no era linda...” [Joana].

La secundaria, grado escolar en el que se cruza la etapa de la adolescencia, es una etapa de la vida que, en palabras de Joana, es dura. Las compañeras y compañeros, suelen reflejar esa “cultura que evalúa por el cuerpo”, como dije anteriormente en palabras de Ana:

O bueno hubo... Pues sí, un momento en el que un niño me hizo un comentario o sea como de que “ay es que estás gorda y estás fea” y... O sea, yo no me lo había tomado... pues x, ¿no? O sea me lo dijo y ya, pero yo no había entendido.

Llegué a mi casa; y le platicué a mis papás y me puse a llorar, o sea me solté a llorar. Y ellos fueron a hablar con la maestra, fueron a hacer un escándalo a la escuela y... ¡Le llamaron la atención este niño enfrente de todos! Entonces como que el niño se sintió como intimidado y se puso a llorar, entonces de ahí yo me sentía... O sea, ahora la culpable era... O sea yo me sentía súper culpable, porque decía... O sea a pesar de que lo haya hecho, o sea ahora está sufriendo por algo que yo hice... Entonces o sea, como que desde ahí, como que los comentarios... [Marion]

Al igual que en Herrera (2019), identifiqué que la inscripción del género con respecto al cuerpo y la IC no se da de forma pasiva en función de la reproducción de las normas sociales y culturales. Hasta este punto del capítulo, encuentro una serie de dinámicas continuas y fluidas en torno a la construcción de la IC, pero principalmente en función de la constitución del género femenino; lo cual, intervienen las experiencias y vivencias propias, el contexto específico en el que cada una de ellas se han encontrado y se encuentran, así como el propio discurso que escuchan, crean y co-crean en torno a las discusiones sobre el cuerpo aceptable y su IC.

“Un contexto que avaló que se desarrollen un montón de cosas”. Los Medios de Comunicación y las Redes Socio-digitales en la Imagen Corporal y los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

Si bien, las mujeres no dijeron de forma explícita que el haber tenido RRSS a corta edad tuvo un rol en la forma de mirar a su IC, resulta interesante que, por ejemplo, las participantes más pequeñas abrieron RRSS entre los 7-11 años, a partir de la presión por parte de pares. Además, llama la atención que Sara dice que posiblemente *Youtube* tuvo algún sentido, ya que solía ver videos de mujeres *youtubers* con ciertos estándares de belleza.

También argumentan que aunado a las tendencias de conversaciones entre pares, los medios de comunicación bombardean estereotipos de belleza, cuerpos hegemónicos, entre otros aspectos, y afectaron en la construcción de su IC. En ese sentido, lo anterior

solamente se puede considerar si contemplamos la serie de elementos que giran alrededor de ellas: la familia, la cultura, la publicidad, las amistades, las industrias, etc.

Sobre esto, Esther Pineda (2020) dice que cuando una mujer (joven o adolescente) está atravesando por algún problema de salud en relación a la modificación de su aspecto físico, suele ser responsabilizada de sus actos. No hay “alguien” que haya sido culpable explícitamente de lo ocurrido; porque “en apariencia ella tomó la decisión de someterse al referido procedimiento para cambiar y mejorar su aspecto físico” (Pineda, 2020, p. 164). Esto resulta un ejemplo del proceso de Naturalización y Reproducción aunado a la Imposición. Lo cual, invisibiliza el problema de fondo; que puede partir de las instituciones, así como industrias, cultura y sociedad que colaboran en lo relacionado con la belleza y la estética femenina.

Lo anterior lo identifiqué en el trabajo de campo. La sociedad es la que alaba un cierto tipo de cuerpo, pero al mismo tiempo “culpa” o responsabiliza a las personas por su padecimiento; como un “termómetro corporal” que indica, excluye admira, sanciona, y en sí reconoce, los cuerpos de las mujeres. Hablando particularmente sobre medios de comunicación y las RRSS, estas aparecen como un reflejo, un avalador del entorno en el que se encuentran las mujeres, de forma interrelacionada con otros componentes.

En el caso de las RRSS y los medios de comunicación, estas participan en la construcción de la IC y el TCA aunado a otros elementos y situaciones que van de lo familiar, de los pares, de la pareja, así como desde el ámbito cultural, médico y las personas encargadas de atender la salud. Se convierte en un contexto “que avaló que se desarrollen un montón de cosas”, tal como detalla Ana:

“Yo creo que fue un rol importante [las RRSS] porque, para que se desarrolle también, porque digo... Muchas veces podemos estar en desacuerdo con la forma de cómo vive la gente en nuestra casa, ¿no? O en nuestro contexto, cuáles son sus reglas, cuáles son las normas digamos, ¿no? De qué es lo que está bien y qué es lo que está mal. Ahora, cuando miras para afuera y ves que todos cumplen esa misma norma, dices “ah okay esto es lo correcto, ¿no?” Como... en el momento en el que consumes algún medio de comunicación que te está diciendo lo mismo que estaba escuchando en este caso en mi casa; era como “okay, entonces está bien, esto está correcto”. Entonces, es como, avanzó creo yo mi

castigo hacia mi cuerpo y hacia mi forma de vincularme con mi alimentación de una forma casi que en transparencia, ¿no? Como que casi sin darme cuenta como que me fui adentrando y decir “ah okay esto es normal, no pasa nada”...Creo que cumplió ese rol; fue como un contexto que avaló que se desarrollen un montón de cosas”. [Ana]

Cuando escuchaba a Ana, me identificaba. No en su historia con TCA, sino en su trayectoria de vida como mujer. El hecho de reconocer lo que debería estar bien o mal en cuestión del cuerpo femenino y la alimentación a partir del entorno, la familia, las amistades, parte de una imposición y naturalización, recordando que:

Los cánones de belleza que han sido creados por los hombres y exigidos a las mujeres en el contexto de una sociedad patriarcal no son inofensivos, por el contrario, son letales, ya que llevan a las mujeres al complejo, al miedo, al pánico, a la ansiedad y a la depresión por su aspecto físico; es decir, las aniquilan simbólica y físicamente (Pineda, 2020, p. 157).

Algunas mujeres sentían que se apropiaban de los cánones, a partir de sus sensaciones corporales, la autovalidación, y de cometer acciones que podrían poner en riesgo la salud física y mental. Lo cual, tiene relación con la belleza como un mandato sociocultural hacia las mujeres.

Algo importante a considerar es que, por ejemplo, a los 12-13 años Sara empezó a usar *Instagram*, nunca lo dejó de utilizar hasta hoy en día, que ya se toma sus tiempos de forma más cuidada. Para ella, *Instagram* se relacionó con el TCA [no sabe con exactitud el tiempo que estuvo en *Instagram* durante estos últimos años], pues su *feed* estaba repleta de recetas de comidas, tips para bajar de peso, dietas, entre otros contenidos que, de hecho, no son asociados a un TCA sino a la “vida saludable”; así como de actrices de series de *Netflix* que seguían una lógica hegemónica de belleza y de “cómo ser”. Sara siempre miraba “lo lindas que eran, el cuerpo que tenían; y bueno, yo siempre como que me sentía mal por ese lado” (Sara).

Así, las RRSS participaron en la propia detección del TCA y búsqueda de ayuda, pero se reconoce que también en buscar alternativas para “estar en los huesos” (Ariia); o sea, buscar *tips* en páginas y cuentas pro-TCA (ana y mia) para bajar más de peso o para

realizar conductas de riesgo (vómito autoinducido, ejercicio excesivo, etc). Además, como inspiración para estar acorde a lo estético en el entorno digital, por ejemplo, en RRSS como *Instagram*.

“Y muchas veces seguimos pensando que un Trastorno de la Conducta Alimentaria se trata solamente de hacer una dieta”. Profesionales de la salud.

Relacionando lo que me contaron en las charlas, intentaba cuestionar sobre los significados o las prácticas con sentido hacia la comida y los alimentos en las mujeres. ¿Hasta qué dimensión abarca esa relación entre los alimentos y la vida cotidiana? ¿Hacia el cuerpo y las expectativas de la IC? ¿Por qué cuando se tiene hambre, se vienen a la mente imágenes de cuerpos súper delgados? A medida que las leía, me surgían más preguntas que respuestas.

“-Y... Y otra de Tik Tok que... bueno se hizo muy viral con esto de que “el jugo verde para desayunar y ya después te vas a comer todo lo que tú quieras”...

- ¡Ay! ¡No, no supe de eso! ¿Cómo se llama?

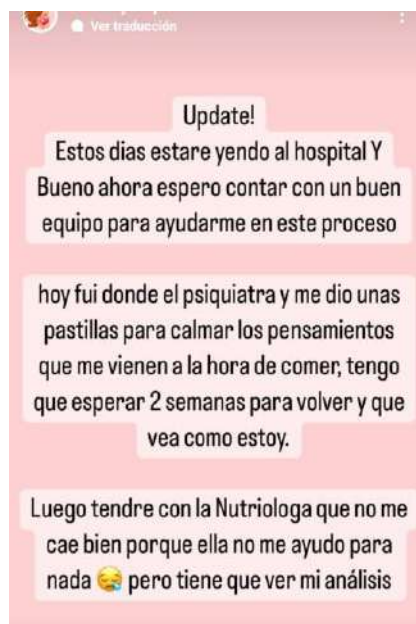
-[...], ¡pues no me acuerdo! Pero sí, o sea de que sacaba sus vídeos de que... “Jugo verde para desayunar porque hay que ganarse las calorías”... Y ya en la noche se iba al cine con su pareja y se compraba todo lo que quisiera, que porque en el desayuno guardó las calorías...

-¡Wow! No manches, ¿pero ella es una influencer o es nutrióloga?

-¡Una nutrióloga!”. [Marion]

Como señala Marion, este tipo de cosas solían y suelen ser reforzadas por parte de profesionales de la salud; principalmente mujeres. Cuando apenas indagaba en las primeras cuentas para el ejercicio exploratorio, me era muy raro ver cierto tipo de publicaciones por parte de las adolescentes y mujeres con TCA expresando su inconformidad, desconfianza o malestar con respecto a profesionales de la salud a las que ellas acudían.

Imagen 15: *Captura de pantalla en Historia de Instagram*



Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*

Así, me di cuenta de que quienes son profesionales de la salud también cumplen un papel relevante en las temporalidades del padecimiento. Al respecto, identifiqué lo que los estudios fenomenológicos argumentan; la práctica médica aunada a las experiencias de la enfermedad y el dolor, así como de la ética en el contexto médico; ya sea sobre indagar en las experiencias de cosificación, vergüenza o culpa en relación a casos de TCA o dismorfia corporal (Zeiler y Folkmarson, 2014). Por ejemplo, cuando atendieron a las mujeres adolescentes antes del diagnóstico y en la atención del TCA, provocaron malestar con su cuerpo y con su salud. Tanto en las 5 participantes con las que platicué, como en las cuentas de *Instagram*, se expresó alguna experiencia negativa por parte de algún profesional de la salud. Tal es el caso de Joana:

“-Resultó que con la terapeuta que yo iba, literal me dijo “es que es fuerza de voluntad... tú haces eso porque no tienes fuerza de voluntad, llama a un buen nutriólogo”; que no sé qué tanto. Literal me dio una tarjeta de otro nutriólogo...

-¿La psicóloga?

-Mi psicóloga, sí...” [Joana].

“Incluso... yo me la pasaba comiendo papaya; para desintoxicarme... y esa nutrióloga me dio unos téis como para depurar y para que no me diera hambre”. [Joana]

El hecho de no sentirse en un espacio de confianza, e incluso el hecho de naturalizar y reproducir ese tipo de conductas en torno a la vida saludable y la alimentación, lo consideré de gran relevancia. A raíz de ello, fue que decidí conocer un poco más sobre sus experiencias en el ámbito de la salud por parte de las mujeres.

También, algo interesante fue que los servicios de salud pública y algunos profesionales de la salud no tenían conocimiento o preparación sobre el tratamiento de los TCA. Por lo que ellas decidieron buscar en internet [*Google*] y RRSS [*YouTube*] sobre qué podrían tener, y es a través del entorno digital y la escritura en papel que pudieron expresar lo que realmente estaban pasando en ese momento. Las RRSS se convierten en alternativas para la recuperación; siendo preciso, así, reconocer la pertinencia de un abordaje sociocultural, desde la perspectiva feminista del discurso médico, para el abordaje del TCA.

Este tipo de situaciones, repercuten en las prácticas de uso de RRSS, así como en la expresión del TCA y en lo que significa ser una persona del género femenino con una apariencia física fuera de los estándares:

“[...] qué es lo que soy si no soy mi cuerpo, qué es lo que soy si no soy esta imagen... ¿no? ¿Qué es lo que tengo para decir al mundo? ¿Qué es lo que soy? ¿Qué es mi identidad?” [Ana].

Otro acontecimiento que sucedía era la comparación con las profesionales de la salud y sus cuentas en RRSS:

“[...] Instagram.... Esto fue otra cosa que me ha ayudado mucho. Yo limpié mi Instagram porque literal, yo me la pasaba viendo “rutinas para cintura, rutinas...”. Y hasta que no dejé de seguir eso, pude controlarme también. Yo me la pasaba viendo el perfil de la nutrióloga con la que yo iba.... Literal, ella tiene una cintura de niña y tiene unas pompas enormes... Y yo me la pasaba viéndola...” [Joana].

Pero además, con Joana se refleja esta noción de la infantilización de los cuerpos femeninos. Lo anterior, asociado con la pornografía y el cuerpo como un objeto de deseo, mismo que en ocasiones es normalizado, naturalizado y reproducido.

Y también, ¿qué significa “limpiar el *Instagram*”? Para Joana y Marion, la acción de limpiar implica dejar de seguir cuentas de salud o *fitness* sin un enfoque con salud en todas las tallas, ocultar cuentas que abarquen la pérdida de peso, hasta dejar de seguir perfiles de personas de su entorno que se basan en la pérdida de peso y en el alcanzar un cuerpo estético. A estas prácticas se les otorga un sentido en la prevención, el desarrollo, la recuperación y el tratamiento de los TCA.

Cabe aclarar que en su mayoría, las participantes consumen contenido de profesionales de la salud que son mujeres. En este sentido, la labor que ellas tienen con sus perfiles, cuentas y prácticas en RRSS, son cruciales. Pues, en ocasiones, las chicas con TCA pueden basarse en lo que ellas realizan:

“-Después también... lo de mirarme mucho al espejo. Solía, solía siempre quedarme viéndome al espejo y... como que decir bueno... O sea, como que agarrarme así y decir “tengo que llegar a estar así”. Entonces, me pasaba viendo. Y también, me salió a sacar fotos... al abdomen.... Como cada tanto, para ver si cambió o no...

-Ah okay...

-Sí... No sé, también creo que una vez leí una publicación en Instagram que era como para ser más consciente de todo lo que comemos... Era anotar en un papel o en cualquier lado, anotar todas las cosas que comiste en un día.... Entonces, [risas]... Eso es como que... me ponía todavía peor, ¿no? Mirarlo todo así...

-¿Y quién lo subió? ¿Una nutrióloga o una cuenta, una influencer?

-Creo que eran muchas nutricionistas también que a veces recomendaban cosas así... Es medio riesgoso, ¿no? Quizás a mi edad, que tipo puedes ser quizás más propensa a desarrollar un TCA... Es riesgoso, ¿no? Por ahí verlo... [...]

[Sara]

Sin embargo, también hay experiencias positivas por parte de profesionales de la salud, de forma *online* [sus cuentas en RRSS] y *offline* [consultas]:

“Recuerdo... Yo bueno, yo ahí ingresé en el 2017, yo pedí ayuda... [...] Además de que mi hermana, la nutrióloga que me estaba viendo aquí, pues ya empezó un acuerdo como un viernes... Ya así la vez que me dijo “no ya no puedo hacer nada por ti estás bien mal, ya que si sigues bajando te va a pasar algo feo”... Andaba en un peso muy muy bajo y era un peso irreal porque era pura agua... Entonces yo llegué... Y pues ya le platicué a mi hermana así como un secreto... Mi hermana pues se preocupó, fue a hablar con la nutrióloga y ya pues la nutrióloga le contó todo, que pues yo estaba muy mal...” [Ariia]

“-Ah ya... ¿O sea que tú empezaste a seguir también cuentas de recuperación pues?”

-Sí, hay una cuenta, se llama “nadia.tcacoach”...

-Ahh sí, es psicóloga, ¿no?

-Es YouTuber”. [Ariia]

Cabe señalar que a partir de la revisión de algunas cuentas de profesionales de la salud mencionadas, me permito expresar la necesidad de combatir la desinformación ante estos padecimientos y cuestionar sobre los *coaches* que, para algunas, les ha sido de gran ayuda. A su vez, por lo regular [tal es el caso de @nadia.tcacoach] son profesionales de la salud que han pasado por un TCA. Entonces, a partir de su experiencia y su conocimiento, generan contenido en RRSS. Tal es el caso de una de las nutriólogas de Marion.

Otro aspecto que las mujeres señalan de forma recurrente es que “a la primera no encontré a alguien”. O sea, fue complicado encontrar alguna profesional con la que realmente sintieran un apoyo. Por ejemplo:

“-Mmm, en ese momento estaba reangustiada; no sabía qué carajo hacer. Lo que sí sabía era que tenía que ver con algo de nutrición porque obviamente tenía que ver con mi alimentación; entonces en principio pedí

un turno a una nutricionista, pedí un turno como el típico de la obra social que te da el médico, ¿no? [...]

-Okay, ¿y ella fue la que te dijo “sabes qué puede que estés pasando por un TCA”? Oh...

-En realidad fue un proceso largo porque, digamos, la primera persona que me recibió fue una nutricionista que sí que pudo decirme “okay sí, lo que vos estás teniendo es muy probable que sea bulimia”, pero no estaba al tanto, no era una médica que estaba con las herramientas suficientes; entonces ella me daba la dieta convencional. [...] como todo muy estructurado, típico de una nutricionista convencional en una dieta.... [...] pero yo sabía que esa nutricionista no estaba como dándole en la tecla de lo que a mí me estaba pasando; de hecho después busqué otra nutricionista más.... Fue un no rotundo, luego te cuento de eso por qué. Y en tercer lugar, encontré otra nutricionista que sí es donde me quedé con ella y es que hice todo mi proceso de recuperación; en donde era un enfoque mucho más especializado en lo que era el TCA [...]”. [Ana]

Por lo anterior, resulta importante comprender cómo las personas profesionales de la salud participan con los TCA a lo largo del proceso de recuperación, pero también cómo están trabajando para las estrategias de prevención. También, identificar cómo le dan un significado a la salud, para ellos y ellas en qué consiste estar saludable y cuáles son las prioridades en torno a mantener una vida sana. Y, finalmente, ¿cómo a nivel social se ve la salud? ¿Cómo está representada o qué significa la salud bajo la condición de género?

“Se supone que estudio nutrición y sé que me juzgarán por eso”. Cultura de dieta y *fitness* en Redes Sociodigitales.

Virgie Tovar (Cantos, 2018) dice algo que, a medida que estructuraba este apartado, lo consideré acertado: “la dietas son un ‘feminicidio asistido’” que se ejecuta de dos formas, a nivel físico y a nivel emocional, ya que las mujeres se mueren de hambre para estar delgadas y sufren TCA que acarrearán problemas de salud muy graves”. Con respecto a lo que Virgie menciona, la cultura de la dieta y el *fitness* están participando

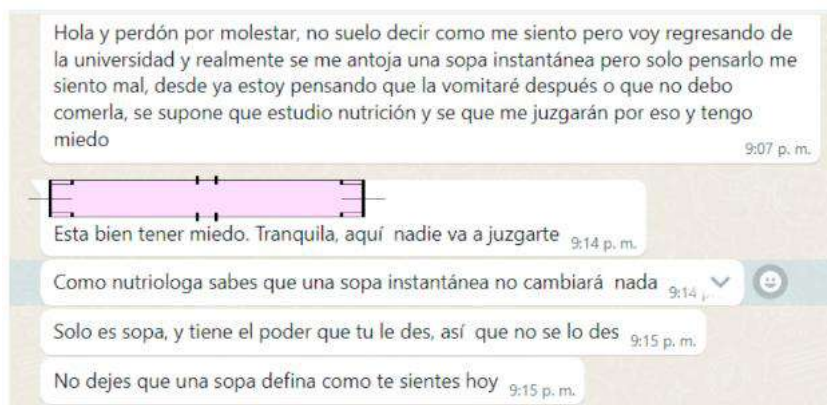
ante ese “feminicidio asistido”; principalmente en dos dimensiones: como mujeres futuras profesionales de la salud y como mujeres que asumen el ejercicio de las dietas y el *fitness*.

Algunas inician cambiando sus hábitos alimenticios con la finalidad de obtener una mayor salud; relacionado también con una inspiración por parte de *influencers* de estilo de vida y ejercicio. Sin embargo, algunas de las mujeres mencionan que en esa obsesión por controlar los alimentos, el ejercicio y el mantenimiento de un cuerpo en particular, desarrollaron un TCA.

¿Cuál es la línea delgada que existe entre este estilo de vida “saludable” y lo no saludable? ¿Cómo interpretar la salud desde el *fitness*? Cuestionamientos que, reconozco, me han sido complicados de comprender. Sin embargo, conforme la investigación avanzaba, me percataba (o eso creí) de que el *fitness* era entendido como una materialización pero a su vez mercantilización del cuerpo y la apariencia física. Como si el cuerpo ejercitado, al igual que el delgado, refiriera a un valor y aceptación social.

Lo anterior, se vio reflejado en el presente estudio, es interesante que mujeres universitarias del campo de la salud se encuentran en estos grupos de apoyo de TCA porque están afrontando un TCA:

Imagen 16: Captura de pantalla en “Grupo de apoyo TCA”



Fuente: Captura de pantalla en *Whatsapp*

En este sentido, tal como se ha mencionado en otras líneas, las personas del ámbito de la salud cumplen un rol importante en las historias de vida. Ahora, veo que las futuras profesionales de la salud se encuentran envueltas en el tema de los TCA de manera vivencial.

Cabe señalar que en ningún momento intentan “satanizar” la pérdida de peso, o el ejercicio, o el hecho de comer ciertos alimentos acorde a algún plan nutricional. Lo que las mujeres expresan, es la necesidad de no mantener un enfoque en el que la báscula, el peso corporal y su complejión, sean los determinantes de su salud. De hecho, durante el proceso de recuperación percibí que las adolescentes y mujeres cambiaron la forma en la que le daban un sentido al ejercicio físico y la alimentación, expresándose en RRSS:

Imagen 17: *Captura de pantalla en Historia de Instagram*



Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*

También, hay algunas mujeres que cuestionan el cómo las nutricionistas utilizan las RRSS para promocionar sus consultas (con fotografías de antes-después, fotos de las nutriólogas en donde principalmente aparecen los glúteos y su cintura, etc.). Discursos contradictorios que toman un sentido en las trayectorias y formas de afrontar el TCA, así como la percepción del propio cuerpo.

A su vez, un punto importante es la discusión sobre la salud y la pérdida de peso que se presentaba en la red socio-digital *Tik Tok*, especialmente en el caso de las más pequeñas:

“Pero una vez, que no... no fue hace tanto tiempo. Busqué “TCA”, y hay algunas cosas que siguen apareciendo. Como decían “tips para bajar de peso rápido”, no sé y la gente como que sigue comentando. Y... sí a veces me... No sé, me provoca como mucha impotencia... Quizás que, que siga pasando porque yo... yo por mi lado sí lo supere y todo pero sé que hay demasiadas personas que se lo siguen pensando...” [Sara]

La cultura de la dieta permea en diversos ámbitos; que abarcan el ámbito de la salud y la formación como profesional de la salud. Principalmente en el género femenino.

Entre los factores que cumplen un rol en ese sentido, considero que esto puede deberse a la asociación de la delgadez-salud con la labor de la nutrióloga/nutricionista, así como a las expectativas en relación con el género.

Ahora, continúo con el proceso de Negociación y Resistencia. En esta sección, se reconocen las herramientas para enfrentar el TCA y vivir en recuperación; de forma colectiva e individual. Expongo las alternativas que han hecho para resignificar el cuerpo y el TCA en su cotidianidad.

“Estamos en esta junt@s y vamos a salir junt@s”. “Porque todas somos unas guerreras”. Mujeres en recuperación y resistencia ante los estándares culturales de belleza a través de Redes Sociodigitales”

En general, las adolescentes, por medio del uso de RRSS aunado a sus vivencias, experiencias y padecimiento, negocian con la cultura hegemónica sobre el cuerpo femenino y el TCA, pero también sobre el género femenino en sí. Sobre cómo ser, cómo actuar. Las mujeres usuarias, están participando en resistencia.

Están luchando y exigiendo que las mujeres sean vistas de otra forma que no esté definida desde los cánones de belleza ni hegemónicos ni heteronormativos; maneras distintas de vivir lo femenino y de la construcción de la corporalidad. Esta investigación muestra, cómo en función de su experiencia de diagnóstico con TCA, las mujeres participantes deciden luchar contra los estereotipos:

Imagen 18: *Captura de pantalla en Publicación de Instagram*



Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*

Imagen 19: Captura de pantalla en *Publicación de Instagram*



Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*

Las mujeres utilizan RRSS como un diario y medio de expresión, como una forma de ayudar a las personas con tal de que no pasen por la misma situación que ellas, creando comunidades de apoyo.

Así pues, a partir de las expresiones de algunas usuarias en relación a su vivencia con el TCA, en un inicio las RRSS participaron como co-desencadenantes. Como es el caso de algunas de ellas, quienes señalaron algunas *influencers* como contribuyentes en su TCA. Pero ahora están participando como refugio, como un espacio de lucha. Las adolescentes participan como agentes sociales. Están utilizando las RRSS con un sentido social y crítico; a partir de lo que han atravesado en cuestión de las prácticas dirigidas a su cuerpo, y del TCA.

Whatsapp e *Instagram* funcionan como una red de sororidad, de apoyo entre mujeres, de negociación con los estándares y expectativas culturales de género-belleza. Como forma de exponer su sentir, pero también de dar apoyo a las demás. No obstante, esto fue después del diagnóstico y tras estar en proceso de recuperación.

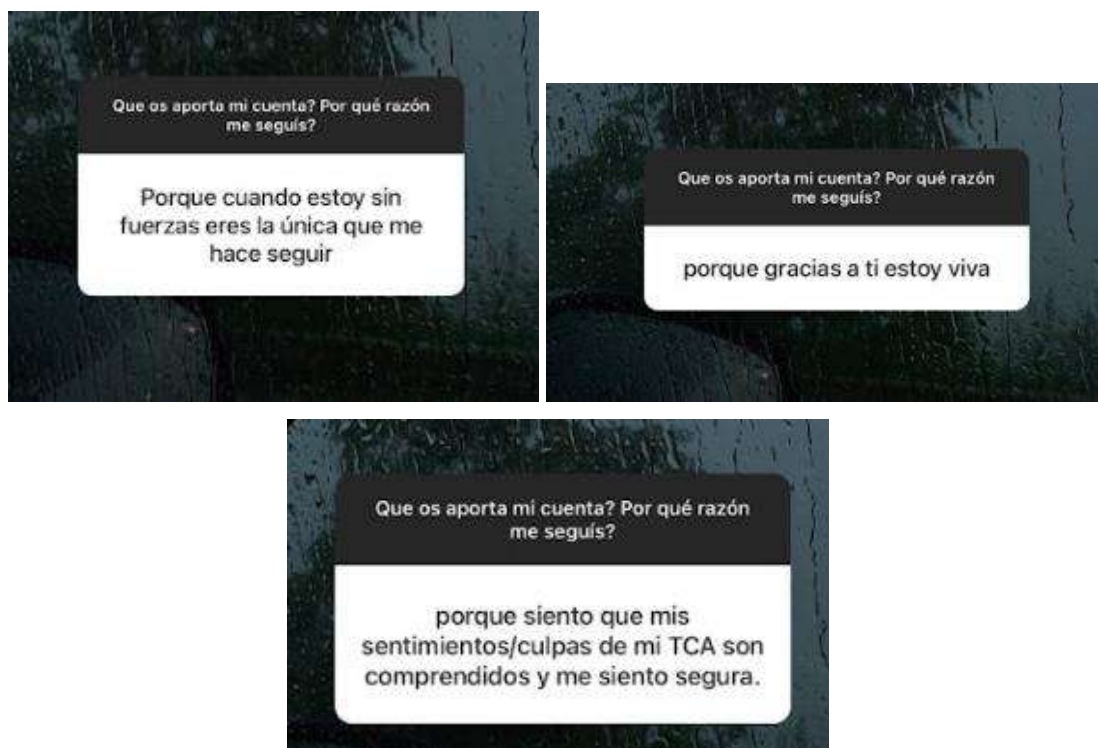
Antes, las RRSS participaban de otro modo, por ejemplo, al buscar dietas extremas, consumir contenido Pro-Ana y Pro-Mía, participar en grupos Pro-TCA, etc. Y, por tanto, la forma en cómo las RRSS se convierten en una forma de resistencia, puede

ubicarse en la cuarta ola del feminismo (Varela, 2019)³, corriente la cual refiere a que las mujeres [principalmente las jóvenes] están empleando las plataformas digitales para la denuncia y la lucha, “removiendo los cimientos patriarcales como nunca” (Varela, 2019, p.8).

Las mujeres no son solamente víctimas. Pueden responder, actuar y negociar. Cuando Sara me explicaba que lo digital pasó de ser un co-desencadenante a una forma de lucha al ayudar y resistirse ante estos estándares a partir de su grupo de apoyo en *Whatsapp* y de su cuenta en *Instagram*, pude comprender un poco esto. En suma, las RRSS se construyen en su uso y significación. Por ejemplo, al replantear su relación con la tecnología en función de su experiencia, trayectoria y dimensión del TCA.

De este modo, se encuentra una muestra de sororidad, empatía y apoyo colectivo en estos espacios:

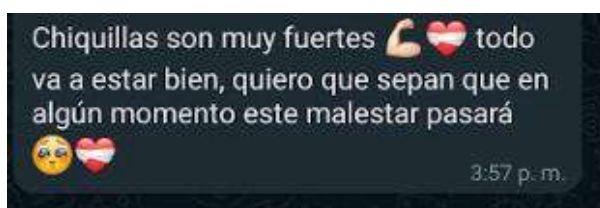
Imagen 20: Capturas de pantalla en Historias de Instagram



³ La cuarta ola del feminismo atraviesa las redes socio-digitales, así como las formas de pensar y concientizar a la población por medio de las mismas. En este sentido, las actitudes, acciones y hábitos en redes sociodigitales de las adolescentes en recuperación de TCA reflejan "el hartazgo de millones de mujeres en el mundo que han reaccionado de manera impresionante frente a la violencia, la opresión y la discriminación" (Varela, 2019, p.8)

Fuente: Capturas de pantalla en *Instagram*

Imagen 21: *Captura de pantalla en “Grupo de Apoyo TCA”*



Fuente: Captura de pantalla en *Whatsapp*

Imagen 22: *Captura de pantalla en Historia de Instagram*



Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*

Imagen 23: *Captura de pantalla en “Grupo de Apoyo TCA”*



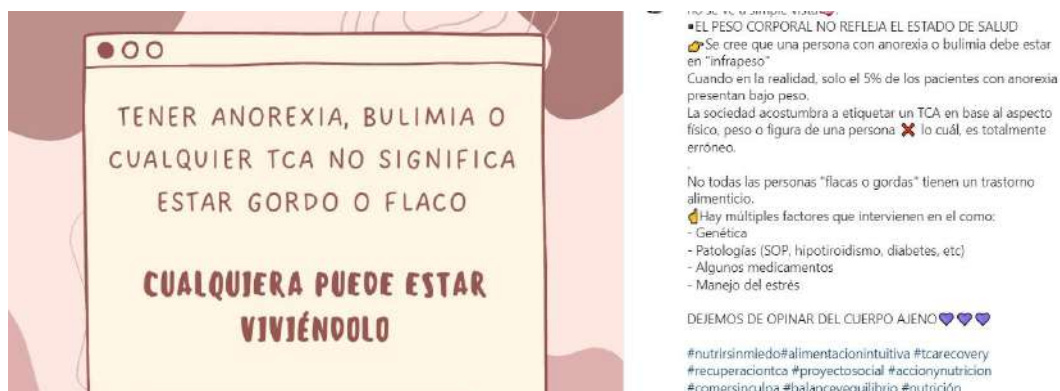
Fuente: Captura de pantalla en *Whatsapp*

Imagen 24: Captura de pantalla en *Publicación de Instagram*



Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*

Imagen 25: Captura de pantalla en *Publicación de Instagram*



Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*

También, la forma en la que se plasman los alimentos en las publicaciones en RRSS, son parte de la actitud en resistencia y negociación de los estándares culturales sobre el cuerpo. Por ejemplo, el caso de las *fear foods*; imágenes de alimentos o textos sobre la comida que, debido al TCA, no los consumen por miedo a subir de peso. Sobre esto, me gustaría señalar que la sororidad percibida, en algunos casos, ayudó a vencer la relación con la comida, a consumir alimentos. La sororidad se refleja a partir de cómo se apoya, se comenta o no comenta, sobre el cuerpo, el ejercicio y la alimentación:

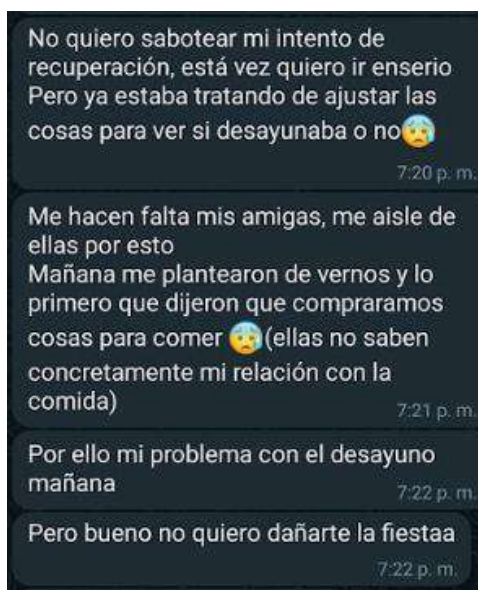
Imagen 26: Captura de pantalla en *Historias de Instagram*



Fuente: Capturas de pantalla en *Instagram*

Aunado a lo anterior, para algunas las RRSS son el único medio de expresión real, pues no se sienten con la confianza de expresarlo con pares o familia:

Imagen 27: Captura de pantalla en “Grupo de Apoyo TCA”



Fuente: Captura de pantalla en *Whatsapp*

Sin embargo, no siempre es el caso, pues también percibí un entorno de empatía en las amistades, para algunas de las adolescentes:

Imagen 28: Captura de pantalla en *Historia de Instagram*



Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*

Sin embargo, ¿qué significa curarse? El tema de la recuperación, de curarse, me ha sido difícil de comprender. Esto porque a lo largo de la plática y de leerlas, me doy

cuenta que algunas aclaran que no están recuperadas al 100%, otras que sí; algunas dicen unos días que ya están totalmente recuperadas, y en otros días refutan esa afirmación. Cuando le hacen caso a la “voz del TCA”, como dicen algunas, por ejemplo.

Incluso, en el caso de una mujer con la que platicué, en el título de su cuenta aparece la palabra “sanar”. Pero ¿qué significa sanar, curarse, recuperarse? ¿Cómo deciden iniciar la recuperación? ¿Cómo lo afrontan? ¿Qué es estar recuperadas al 100%?

Para algunas, recuperarse implica sentir, aceptar y valorar su cuerpo de diferente manera. Libre de culpa. Asumir que “soy más que un cuerpo” (Joana). Por ejemplo:

“Considero que mi cuerpo... O sea ya no me fijo tanto como... cómo se ve, sino, qué puedo hacer con él. O sea, me gusta el hecho de saber que mi cuerpo, o sea, que mi cuerpo no me define”. [Marion]

“-Que pues soy de complexión así, que si yo sigo, si yo me planto con la seguridad que antes tenía, si yo sé buscar... Pues también no me... como que me caso con una talla porque pues es difícil ahorita ser talla grande cuando antes la extra chica me quedaba grande; entonces, muchos años entonces, pero pues me estoy aceptando y estoy... Con la ropa adecuada, sentirme cómoda sintiéndome más segura yo creo que la belleza sale. La belleza es subjetiva entonces, vale más tu presentación, tu seguridad, tu actitud que pues unos kilos de más, ¿no? Jaja [...]

-¡Claro!

-Tenía yo fotos ahí en donde se ve... O sea tenía mi peso así deseado, que tengo una foto donde llegué a empezar así como yo anhelaba; y yo me veía bien y que todo mundo me lo decía... Y veo mi mirada y se me ve cansada, se me ve triste, mi sonrisa se ve fingida... O sea, y digo “¿de qué sirvió ese cuerpo?”, ¿no? Ahorita ya gordita y todo pero... siento mi sonrisa más sincera, más... Es lo que cuenta más, yo creo”. [Ariia]

La acción de comer, hacer ejercicio y cuidarse; de percibir el propio cuerpo, adquiere otro significado al momento de estar en recuperación; y esto tuvo relación con los cambios de hábitos en consumo de RRSS. Antes, a los alimentos y el ejercicio físico se les atribuía significados relacionados con alcanzar la autoaceptación a partir de la aceptación social. Ahora, las participantes definen a su IC como algo más que un cuerpo y una talla, como un motor para disfrutar la vida. Asimismo, cabe recordar que algunas cuentas en RRSS de profesionales de la salud que las mujeres y adolescentes siguen, les es de gran ayuda al momento de afrontar el TCA y la recuperación.

El entorno digital permite observar sus vivencias, su sentir, su recorrido día a día con el TCA; lo cual, permite sensibilizar sobre qué está ocurriendo con respecto a esta problemática. En varias ocasiones, identifiqué que las adolescentes expresan su sentir en RRSS porque resulta ser el espacio en el que se sienten mejor para expresarse. También, la comunidad en red ayuda en su recuperación. De hecho, mencionan que en ocasiones [como ya lo he plasmado en los apartados anteriores], no se sienten tan a gusto de platicar con sus familiares y psicólogas, nutriólogas o psiquiatras (las que se encuentran en atención médica, porque para algunas el grupo de apoyo en *Whatsapp* resulta ser su única medida de atención y forma de recuperación).

A partir de las expresiones de algunas usuarias en RRSS en relación a su vivencia con el TCA, sí se encontró que las RRSS participaron como co-desencadenantes (más bien, las lógicas culturales sobre el cuerpo femenino son las que participaron de esta forma. Sin embargo, esto lo abarcan las RRSS), como una de ellas, quien mencionó a las *influencers* como participantes en su TCA. Pero ahora, están participando como refugio, como un espacio de lucha ante ciertos elementos y prácticas hegemónicas sobre el cuerpo femenino. Las adolescentes participan como agentes sociales. Están utilizando las RRSS con un sentido social y crítico; a partir de lo que han atravesado en cuestión de las prácticas dirigidas a su cuerpo, y del TCA.

“Pero mi cuerpo enfrente del espejo es una lucha constante. No me gusta. Me hace sentir insuficiente”. Las recaídas y la recuperación.

“Como duele odiar cada parte de ti y aún así seguir peleando”, comentó una de las mujeres a través de su cuenta en *Instagram* que observé en el ejercicio exploratorio.

La recuperación no es un proceso lineal. Cuando se habla de TCA, es indiscutible pensar en el tema de las recaídas.

Imagen 29: Captura de pantalla en Publicación de Instagram



Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*

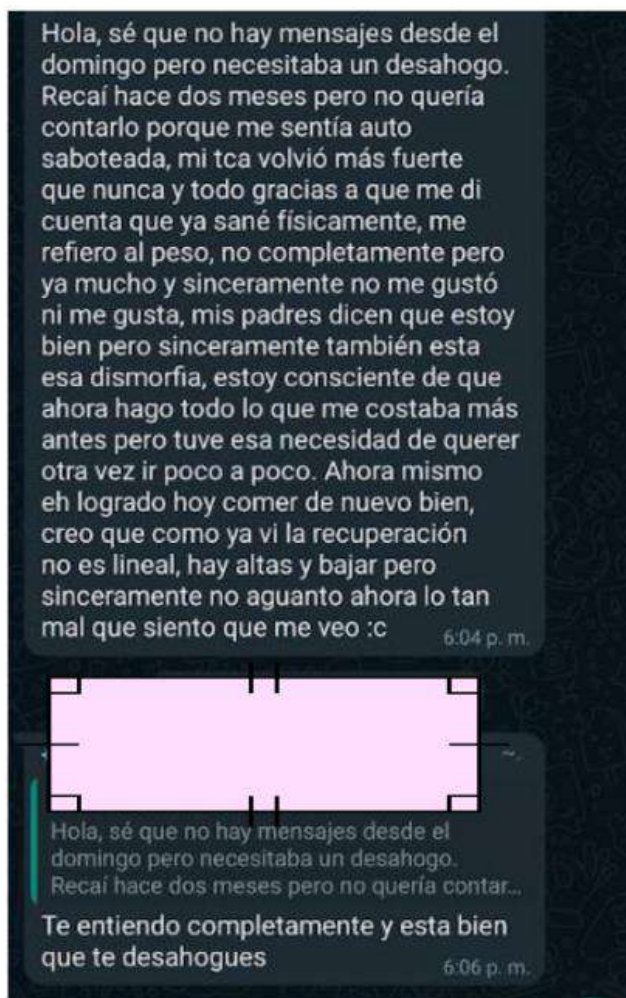
En este sentido, ¿cómo participan las RRSS en estas circunstancias? Primero, la mayoría considera que el grupo de apoyo les ha servido mucho en el proceso de recaer y retomar la recuperación; puesto que son esos espacios y comunidades en los que tienen la confianza de plasmar su sentir y su recorrido en el TCA, además de que cada una se identifica con lo que está pasando la mujer o adolescente, o ya pasó por ello y deciden ayudar:

“-Okay, y en el momento de, por ejemplo, “estoy pasando por una recaída” dices; o sea, ¿directamente utilizabas el grupo de apoyo? En el teléfono...”

-Exacto. Yo tengo un recuerdo tan fijo... Una vez me fui a un bar, un boliche así con mucho ruido, música, todo... Me acuerdo que había comido un montón, porque en mi cabeza yo decía “bueno okay, yo todo lo voy a vomitar”, o sea así. Determinada.... Y me vi haciendo eso, y dije “yo no quiero hacer esto”, y les escribo a una compañera, a una chica mexicana. Y me escribe, me responde al toque y me dice “imagina como si estuviera a tu lado y te estoy agarrando tu mano”... Y te juro que ese mensaje para mí fue apagar cualquier ruido mental, cualquier odio para mí, cualquier castigo, cualquier cosa fue como “okay, no estoy sola en esto”, ¿entendés? Fue como la primera vez que sentí la red de apoyo así tangible y real, ¿no? Ya no era virtual, estaba esa ahí piba conmigo, diciendo “¡¡de esta salís!!” Jajaja, ¿entendés? Como esa sensación... O sea que sí sí sí fue esencial para mí...” [Ana]

Por otra parte, en ocasiones identifiqué que argumentan su recuperación en función de que recuperaron el peso corporal y ya están “sanas” físicamente, pero continúan describiendo a su IC de forma negativa, la dismorfia corporal y el tener una “mala IC” se menciona de forma recurrente. Entonces, a mi parecer, la recuperación se parte en dos dimensiones: la “física” y la “personal-emocional-corporal”:

Imagen 30: *Captura de pantalla en “Grupo de Apoyo TCA”*



Fuente: Captura de pantalla en *Whatsapp*

Ello se relaciona con una lucha interna, constante y violenta, como una especie de “autolesión corporal”; reconocemos estas violencias ejercidas sobre el cuerpo, género, alimentación, etc. Pero, la violencia se presenta desde el plano individual, pareciera una “autoviolencia estética” que lastima la IC y la autoestima.

Además, el hecho de recuperarse, mientras aún se significa el cuerpo gordo como algo negativo, resulta complicado. Esa idea de “tener que” aceptar el cuerpo, “a pesar” de ser gorda [“gordita pero feliz”, por ejemplo], es prueba de que la cultura se internaliza, se incrusta y se siente:

Últimamente como que ya lo controlo, ¿sabes? Como que ya, veo la comida y ya no es como que se me antoje así desesperadamente. O sea ya es más tranquilo, como que siento que sí mi cuerpo ya; otra vez está

confiando. Y otra vez me está diciendo “ya, a ver, ya”... Y así, y pues yo mientras me lo diga, “pues así es mi peso”, ya no importa. Yo soy gordita, así me mandó Dios y lo tengo que aceptar jaja. Entonces pues... [Ariia].

Con lo expuesto en este apartado se afirma que las RRSS se vuelven espacios de acompañamiento, sororidad, resistencia y lucha; no sólo frente al TCA sino ante la constitución de la IC. Estas expresiones pueden ubicarse en la Cuarta Ola del Feminismo, en el que son también las mujeres jóvenes, quienes denuncian, participan, socializan las violencias, en este caso, la estética.

La recuperación desde el “privilegio”. Dimensión Socioeconómica.

Las formas de vida de cada una de las mujeres parten de sus propias características sociales y culturales, configuradas alrededor de la condición de cada mujer. En este caso, las experiencias de vida fueron diversas para las mujeres argentinas que para las mexicanas, pero entre las mexicanas también se presentan diferencias culturales, sociales, económicas, etc. [no fue lo mismo indagar en la trayectoria de una mujer proveniente de un pueblo con un cierto contexto socioeconómico, que en una mujer mexicana que se mudó a Estados Unidos, por ejemplo].

De ahí derivan conductas, situaciones y peculiaridades culturales en torno al género, la belleza, la salud y la enfermedad. Pero también las historias de vida vinculadas con las observaciones dejan entrever cómo se están enfrentando ante desafíos derivados de intersecciones; que parten de la edad, la familia, el género, el racismo, el clasismo, el acceso a los servicios de salud, formas de apropiación de las tecnologías digitales, el sexismo, el peso corporal, etc.

En esta investigación, identifiqué que los TCA se encuentran en mujeres con diversas capacidades económicas, sociales y elementos culturales. La realidad es muy diferente entre cada mujer, lo cual, estereotipar o generalizar puede afectar el abordaje de este padecimiento de salud:

“-Ay qué bueno; y es lo que te iba a decir, tú cuando saliste de la clínica, ¿seguiste con alguna psicóloga o nutrióloga? O algo, o ya dejaste...”

-Estuve como tres o cuatro meses en tratamiento continuo; yo iba cada mes a la clínica. A terapia y así pues a revisión con la nutrióloga pero este.... Pues el dinero, el dinero ya no nos daba". [Ariia]

Cuando platicaba con Ariia, me comentó que ella no se sentía identificada con la mayoría de las cuentas de recuperación que veía en *Instagram*. Pues, ella no podría pagar por ese tratamiento, esos alimentos, esas idas al gimnasio, esos tratamientos psicológicos y psiquiátricos... La realidad era totalmente distinta a lo que veía en RRSS.

Recuerdo que me dijo que se avergonzaba un poco de su cuenta; pues ella no es como las demás:

-Y... ¿Qué papel cumple ahorita tu cuenta? El hecho de que tengas una cuenta en Instagram ahorita en tu proceso de recuperación...

-Te digo, me ayuda mucho pero, pues la he dejado. Me desmotiva porque digo "no pues, no tengo como que cámara muy buena"; o a lo mejor...

-No pero pues...

-Todavía me... me cuesta mi cuerpo; todavía veo mis fotos y así, ¿no? Pero, pues pienso que, espero que un día crezca y que ayude a muchas personas... Yo creo que, porque pues... Ahí hay muchas cuentas, ¿no? Pero como tú dices, creo que todas son historias diferentes y, a lo mejor tú te identificas con una, otra persona se identifica con otra y todo eso... Entonces... Porque al menos yo veía muchas cuentas de chicas que se recuperan de TCA pero que son... terminan siendo fit, no? O terminan siendo...

-¡¡Ándale!! ¿Sí has encontrado ese tipo de cosas?

-Sí, mucho. Y eso me desmotivaba. Porque sí no, yo no voy a poder hacer eso, no. Y era feo... Hay una chica en internet, en YouTube, que se llama Cinthia Novillo, es vegana, y come de todo y pues todo; pero hace mucho ejercicio y está muy bonita, bueno está bonita de cuerpo y todo eso... Y este... Y yo la veía mucho a ella, y yo sentía feo porque yo no soy como ella, ¿no? Y pues era recuperación. Y ella habla mucho de recuperación y todo eso; pero siento que, no es como que esté mal pero a mí no me ayudaba mucho. Porque, pues te digo o sea yo sabía que yo no iba a poder estar como ella...". [Ariia]

Con esto último, aquí ella plasma varios puntos interesantes. Primero, que la comparación entre mujeres en recuperación se presenta. Lo cual, reflexionaba sobre estas contradicciones en el sentido de que, bajo este contexto, se sigue comparando, objetificando, (auto) analizando el propio cuerpo.

También, retoma el tema de los estereotipos de belleza física en las mujeres, pues para Ariia, ella no es “tan bonita” como lo son otras (en este caso Cinthia Novillo). Teniendo discursos contradictorios, de nuevo.

Además, argumentaba sobre lo fácil que puede ser el “amor propio” desde un cierto panorama, y cómo ella no podría pagar los alimentos o el gimnasio, así como el equipo de alta calidad para la producción y publicación de contenidos en RRSS. Lo cual, refleja una necesidad de que las políticas públicas en materia de salud contemplen las desigualdades sociales, culturales y económicas de las pacientes:

*“-Yo a veces digo, porque empiezan a decir muchas; que aceptar, que amor propio, y que esto... Qué fácil es decirlo para alguien que es delgado, literalmente [*o naturalmente, no se distinguió bien*] ...*

-¿Verdad?! Claramente. Sí, sí, sí, sí

-Y pues así, yo veía que algunas chicas que me hablaban cuando estaba súper delgada y... Estaban bonitas, o sea delgaditas pero bien... y digo “pues yo quisiera estar como tú”; y lo feo es que ellas quieren estar como yo, en los huesos. Pero este... así... Las cuentas sí son también como que, unas te ayudan pero otras son de pues... recuperación pero, no sé”. [Ariia]

“Pues como dices, todas estas chicas que digo, salían con sonda y todo eso... Pues yo no tenía la oportunidad de eso... Y yo estaba peor, te digo. Y sí, como lo dices, económicamente yo las veo y digo... y lo he dicho, yo quisiera tener dinero para pues meterme a hacer ejercicio, para ir a un gimnasio...” [Ariia]

Yo a veces, veo en las cuentas que pues tienen la posibilidad, que tienen todo para hacer pues eso... Para comprarse sus comidas que... que pues su leche de almendras y su no sé y qué... Y todo eso, ¿no? Aparte que en mi ciudad, pues casi ni hay. En mi pueblito. Entonces, como dices tú, para mí era imposible, ¿no?... Son recuperación, sí son recuperación, pero para mí era algo imposible...
[Ariia]

Los comentarios que Ariia hizo en la plática, suelen relacionarse con lo que leía principalmente en el grupo de *Whatsapp*. Además, Joana expresó que no tenía recursos económicos para acudir a un tratamiento especializado. Pues es, en sus palabras, “impagable”; ella solía ir al Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) o al departamento de salud que se encontraba en su trabajo.

Y, también, se expresa que regularmente las nutricionistas que sí les funcionaba para su recuperación, solían ser de la institución privada (como el caso de Ana, Sara y Marion). Esto, pone de manifiesto que la clase social, toma un rol ante la trayectoria de vida pero a partir de las prácticas cotidianas en torno a su historia, la autovaloración y su sentir sobre el cuerpo, ligado al significado que se le tiene a la IC.

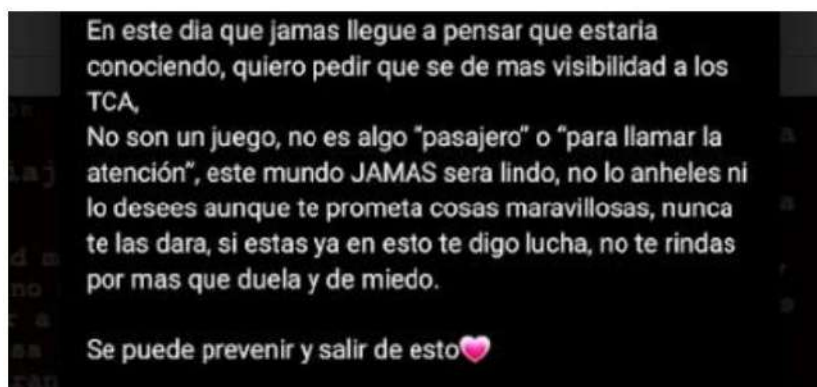
Ello cumplió un rol en la forma de utilización de RRSS. Por ejemplo, si comparamos las cuentas de *Instagram* de Ariia con los perfiles más populares sobre recuperación de TCA, es visible identificar dos situaciones muy distintas sobre cómo se vive el TCA, lo cual influye en la representación social y cultural del padecimiento.

“Siento que hace falta difusión sobre los TCA y también sobre la prevención”.
Información-Representación del TCA y Prevención

Las palabras importan, tienen una fortaleza inmensa. Con una palabra se ayuda y se perjudica; incluyendo palabras externas e internas, lo que nos dicen y lo que nos decimos, nuestro discurso interno. Tanto la persona que esté leyendo este texto, como yo, tenemos la capacidad de informarnos, de re-pensar nuestro discurso interno, de procurar la prevención de un TCA.

Durante el trabajo de campo; las entrevistas y las observaciones, encontré el tema de la representación social del TCA y prevención.

Imagen 31: *Captura de pantalla en Publicación de Instagram*



Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*

En un inicio, cuando ellas pensaban si estaban pasando por este padecimiento o no, dudaban; porque la representación que se le daba a una persona con TCA no era como ellas lo estaban afrontando:

-También en el colegio teníamos una materia que era como para tratar temas que a nosotros nos gustaría, y me acuerdo que había ganado lo de trastornos alimenticios...

-¿A poco?!

-Sí, y yo recuerdo que decía... Solo habíamos dado bulimia, anorexia, y no sé si otro más o qué; pero como que lo que vimos era muy poco por arriba quizás y yo decía "Bueno, pero yo no estoy así de flaca como... como la chica de esta imagen... Entonces yo no tengo eso"... [Sara].

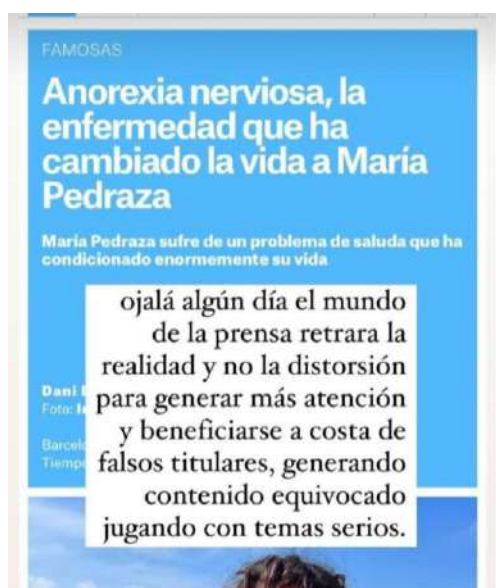
Las participantes (principalmente las de mayor edad) consideran algo que los textos y la literatura ya han señalado. Las RRSS pueden ayudar a promover mayor diversidad corporal; sin embargo, piensan que son un arma de doble filo, por lo que es necesario una alfabetización digital que contribuya a la prevención de los TCA.

Todas las participantes comentaron la necesidad de elaborar estrategias que traten específicamente sobre la prevención de un TCA. También, sensibilizar a las familias y sociedad acerca de cómo educar para tener una IC saludable; considerando el tema de la salud bajo un enfoque no peso-centrista [haes].

Ninguna trayectoria de una mujer con TCA fue totalmente idéntica, sin duda alguna. Sin embargo, el apoyo se percibe y se observa. Las RRSS, en ocasiones, permiten apoyar a las mujeres jóvenes y adolescentes de una forma en la que no sería posible con la familia, pares, profesionales de la salud. ¿Por qué? Porque, regularmente, no las comprenden a ellas con TCA. Las comprenden como mujeres, como adolescentes; pero no como mujeres con un TCA.

Además, a raíz de que expresan su TCA en RRSS y lo hablan en sus entornos, esta problemática empieza a conocerse de otra forma, menos “estereotipada”, como lo hacían llamar:

Imagen 32: *Captura de pantalla en Historia de Instagram*



Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*

Y se percatan de que otras personas pasaban por lo mismo:

“Al yo recuperarme me voy dando cuenta de que otras personas también pasaron por lo mismo, pero nunca tuvieron el valor o, la fortuna de decirlo”
[Marion]

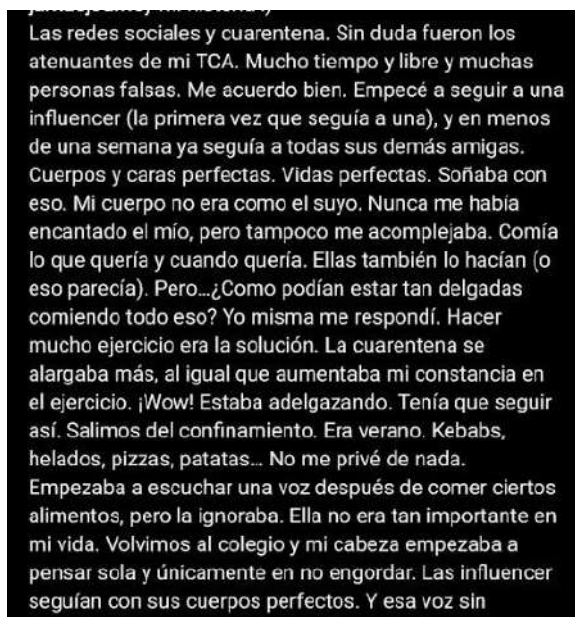
“[...] pero un papá que me conoce, me conoce bien, me conoció enferma y ahora me conoce, siempre me ha conocido... es papá de una chiquilla de ahí. Y

pues ya, me dijeron “no pues habla con ellas, la niña pues no quiere comer, que se siente gorda...” Se preocupó, ¿no? Entonces pues ya, hablé con las directoras.... Entonces la directora dijo “no es que lo tienes que hacer con todas, porque no sólo es ella”, dice.... Todas están así” [Ariia].

Esta investigación muestra que la imposición de la IC y de las estéticas hegemónicas son detonantes de un TCA, por lo que la sensibilización desde los ámbitos familiares, escolares y mediáticos son fundamentales para la prevención.

**“Las redes sociales y la cuarentena. Sin duda fueron los atenuantes de mi TCA”.
Covid-19**

Imagen 33: *Captura de pantalla en Publicación de Instagram*



Las redes sociales y cuarentena. Sin duda fueron los atenuantes de mi TCA. Mucho tiempo y libre y muchas personas falsas. Me acuerdo bien. Empecé a seguir a una influencer (la primera vez que seguía a una), y en menos de una semana ya seguía a todas sus demás amigas. Cuerpos y caras perfectas. Vidas perfectas. Soñaba con eso. Mi cuerpo no era como el suyo. Nunca me había encantado el mío, pero tampoco me acomplejaba. Comía lo que quería y cuando quería. Ellas también lo hacían (o eso parecía). Pero...¿Como podían estar tan delgadas comiendo todo eso? Yo misma me respondí. Hacer mucho ejercicio era la solución. La cuarentena se alargaba más, al igual que aumentaba mi constancia en el ejercicio. ¡Wow! Estaba adelgazando. Tenía que seguir así. Salimos del confinamiento. Era verano. Kebabs, helados, pizzas, patatas... No me privé de nada. Empezaba a escuchar una voz después de comer ciertos alimentos, pero la ignoraba. Ella no era tan importante en mi vida. Volvimos al colegio y mi cabeza empezaba a pensar sola y únicamente en no engordar. Las influencer seguían con sus cuerpos perfectos. Y esa voz sin

Fuente: Captura de pantalla en *Instagram*

Decidí iniciar este apartado con esta captura de pantalla porque, a mi parecer, refleja lo que algunas (principalmente las más pequeñas) mujeres pasaron en el confinamiento. Entrar al grupo de *Whatsapp* y observar cuentas de *Instagram* para el ejercicio exploratorio me ayudó a comprender que esta captura es la realidad de las vivencias de algunas de las mujeres adolescentes. La pandemia por Covid-19 fue un periodo importante en el TCA y el uso de RRSS en adolescentes. Algunas de ellas

consideran que el confinamiento y el consumo de RRSS, en mayor medida, dio motivo de desarrollar el padecimiento:

“Ah okay, y en pandemia fue cuando dijiste “ah pues igual una dieta o algo”, ¿no?

Sip, sí... Entonces...” [Joana].

Para finalizar el apartado, es pertinente señalar que el fenómeno de los TCA en mujeres adolescentes de Latinoamérica se vincula con la forma en que se construyen unos significados en torno al cuerpo y la subjetividad femenina. Y también, sobre cómo se presentan hegemonías y resistencias ante aquellos elementos simbólicos presentados en los diversos entornos sociales, como en RRSS, con relación al género y cuerpo femenino.

Por ejemplo; reflexionaba con algunas sobre cómo ellas desarrollaron un TCA pero rechazando los propios estándares corporales de belleza. El TCA era parte de su lucha de género en el sentido de evitar pasar por experiencias de cosificación. Es decir, como forma de eliminar la condición de mujer, el ser cuerpo-para-otros (Lagarde, 2000). Las formas de percibir, cuidar y aceptar o no aceptar la IC así como atender su salud, forman parte de las expresiones vividas de la memoria e historia de cada persona.

Capítulo VI. “Querer generar algo más allá”. Reflexiones al finalizar la investigación (Conclusiones)

Cuando platicué con las mujeres adolescentes y jóvenes, sentí un compromiso de, más allá de terminar la tesis y la maestría, pensar en qué hacer al concluir este texto. Recuerdo que Ana me dijo:

[...] Gracias a vos por contactarme, por poder permitirte crear esta tesis, porque esto es tú decisión de trabajar este tema y habla de querer generar algo más allá... O sea no un simple texto académico sino poder aportar una huella y eso para mí me parece súper valioso [...].... [Ana]

Para mí, este tipo de comentarios recibidos como los de Ana son los que me permiten reflexionar de una forma particular el rol de la investigación. E incluso aún sin que me lo expresaran de forma directa; basta con leerlas y escucharlas para reconocer la importancia que para ellas tiene que hablemos sobre este tema. Que se discuta, problematice, cuestione y actúe. Desde los diferentes espacios de la vida cotidiana.

Y es que, el cuerpo de las mujeres ha resultado un espacio de disputa, y nos hemos apropiado de ello. Pareciera que vernos al espejo, en ocasiones, se convierte en una contienda; ¿de dónde proviene la lucha?

Durante los dos años de maestría, viajé por diversas partes de México, teniendo la fortuna de convivir con mucha gente. Y, si algo he de tener que decir, es que este tema de tesis atravesó varias dimensiones en mi vida personal.

Aprendí a ser más introspectiva sobre la corporalidad, mi IC y la forma en la que las demás personas perciben y opinan sobre su apariencia física. Por ejemplo, de manera general; en Sonora, las mujeres siguen una lógica muy particular sobre el cuerpo, ligado a la forma en la que se concibe la IC femenina a partir de un contexto que involucra temas en relación con la cultura envuelta en esa ubicación geográfica. En Ciudad Juárez, Tijuana, Ensenada y Mexicali, las mujeres también son vistas en función de ciertos elementos, así como en La Paz, Ciudad de México, Querétaro, Monterrey, entre otros.

Y claro, el sistema patriarcal [el tema de la frontera con Estados Unidos implica señalar elementos particulares sobre la IC, el género y las formas de otorgarle un

significado al propio cuerpo entre mujeres], permea en esas formas de significar la IC; a nivel colectivo e individual.

Sin embargo, a pesar de que el arquetipo podría variar un poco, siempre hubo tres situaciones similares entre cada ciudad: insultos hacia el cuerpo gordo, valoración de las mujeres desde una mirada objetificada, a partir de la propia apariencia física e IC, y la insatisfacción corporal.

Lo que Ana, Marion, Joana, Sara y Ariia me contaban, expresaban y sentían, así como las usuarias en RRSS que publicaban contenido sobre su rutina diaria y sus reflexiones en torno a ello, reflejan una forma normalizada de vida, interiorizada entre las mujeres. Y sobre esto, me permito decir que en esta investigación el TCA no tuvo relación cercana con la clase social o el nivel educativo. Más bien, se asoció con los discursos hegemónicos en torno al género, el cuerpo, la salud; incluso, sobre el autoconcepto y la autoestima. Lo cual, deriva en ciertos actos cotidianos, sutiles, pero que parten de una imposición y naturalización sobre la significación de la IC.

Mujeres viéndose al espejo en tiendas o plazas mientras revisaban su abdomen o su “papada”. Comentarios entre parejas o mujeres señalando su gordura o argumentando su necesidad de bajar de peso. Incremento de oferta en cirugías estéticas, particularmente en ciudades fronterizas; incluyendo *giveaways* en *Instagram* por parte de cirujanxs. Amigas preguntándome si “podían” ponerse una blusa porque “sus lonjas” no les permitían poseer tal prenda. Escuchar el deber ir al gimnasio, bajo ciertas ideas sobre el ejercicio asociadas a la relación salud-belleza. Conocidas y amigas con una lucha interna hacia su IC tras su primer embarazo. Y, si el énfasis en este trabajo fuera exclusivamente sobre el maquillaje, la lista de situaciones y momentos aumentaría de manera considerable. No es solamente una lucha social, sino una lucha individual. Tal como me dijo Ana en la plática, ella era su peor enemiga, a la que más insultaba. El diálogo interno es muy fuerte. La imposición y la normalización de las violencias hacia la IC están incorporadas a la vida cotidiana, aprender a identificarlas y reconocerlas, es crucial para lograr una equidad de género.

No obstante, también identifiqué a mujeres más seguras de sí mismas. De su cuerpo, su forma de vestir y actuar en la sociedad. Personas respetando el cuerpo en los diferentes espacios de socialización. Trabajadores de la salud buscando especialistas y/o especialidades en TCA. *Podcasters* invitando a profesionales para platicar sobre el

enfoque “salud en todas las tallas” y otros temas relacionados. Amigas, madres jóvenes, indagando en cómo llevar a cabo una crianza más sana en torno al cuerpo y la salud hacia sus hijas. Mujeres adultas preguntándose sobre el cuerpo y el feminismo. Conocidos hombres interesados en aprender sobre el tema de investigación. Reconozco que están surgiendo cambios muy interesantes en relación a la IC, la cultura y la salud. Tanto en el entorno *offline* como *online*.

Sin embargo, aún hay mucho por hacer. En el caso de RRSS, durante los dos años se presentaron situaciones de gordofobia, sexismo, gerontofobia y racismo en los entornos digitales. En suma, violencias estéticas (Pineda, 2020). Por ejemplo, el caso de la cantante Yuridia tras ser violentada por el tamaño de su cuerpo. Un *influencer* diciendo “di no a las gordas” e insultando a una modelo *plus size*. La artista Selena Gómez argumentando sobre su peso. La cantante Karol G exponiendo su sentir sobre las fotografías y ediciones de su cuerpo por parte de una revista. La actriz Jamie Lee Curtis tras su postura ante la industria de belleza y la gerontofobia. La actriz Hilary Duff confesando su TCA en la adolescencia. Entre otros momentos.

Casos conocidos, mediáticos; ¿cuántos casos en personas “comunes” no habrá? A raíz de subir contenido en mis RRSS, de aprender conforme la marcha cómo cambiar la forma de aceptar y ver el cuerpo de las mujeres, recibí comentarios de personas conocidas exponiendo su sentir sobre la propia IC, y a favor de una diversidad corporal, de dejar de opinar sobre cuerpos ajenos. ¿Por qué opinamos? ¿Cómo esta práctica se arraiga en la cultura? ¿Cómo podemos erradicarla? Es una urgencia atender este tema de una manera crítica, bajo diferentes perspectivas y dimensiones de trabajo. Las violencias estéticas (Pineda, 2020) están en muchos lugares que si no son reconocidas, es imposible combatir la problemática.

El propósito principal de la tesis fue comprender el papel de las RRSS en la construcción de la IC de mujeres adolescentes latinoamericanas que tienen diagnosticado un TCA; y así, cuestionarme: ¿cómo las mujeres adolescentes latinoamericanas, diagnosticadas con un TCA, significan la IC, a través de sus prácticas en RRSS?

Sobre esto, es importante mencionar que la etnografía digital multisituada ofreció no solamente el significado del TCA y de la IC, sino también una serie de significados sobre la forma de asumirse mujer, cuerpo, y de negociarse en RRSS. ¿Cómo una

adolescente se asume como mujer con cuerpo? ¿Cómo utiliza, significa, acepta y/o rechaza esto a través de las RRSS?

Entre muchos otros interrogantes, a raíz de lo anterior surge la propuesta de tríada que abarca 3 procesos de significación: 1) Imposición, 2) Naturalización y Reproducción y 3) Negociación y Resistencia; en función de la IC de las mujeres participantes, bajo la perspectiva fenomenológica-feminista, reconociendo que los tres elementos pueden entrelazarse y relacionarse entre sí; ningún proceso es excluyente.

La propuesta me fue de gran ayuda para la culminación de esta tesis, gracias a la orientación de mis asesorxs. Espero que esta aportación pueda ser de utilidad para el estudio de otros fenómenos sobre roles de género, salud y cultura digital.

Hubo muchos momentos en los cuales me sentí, tal vez no abrumada, pero sí inquietada por comprender cómo las mujeres, diagnosticadas o no con un TCA, vivimos nuestro cuerpo, la salud y el ejercicio; y cómo la sociedad lo valora y discute. En este sentido, con este texto me percaté de la enorme importancia del autocuidado físico, mental y emocional como mujer investigadora; sentirnos bien, para estar bien. Recordar que la salud individual, permea enormemente en lo colectivo. Por ello, reitero la pertinencia de elaborar protocolos de salud mental tanto para quienes participan como para quienes realizan investigación.

Afrontar un TCA, para todas las mujeres participantes, marcó un antes y un después en su historia de vida. Y no solamente en ellas, también en su contexto. Por ejemplo, en algunos de sus espacios familiares, escolares o sociales, surgió el interés en cambiar de perspectiva, de forma de vida e inclusive de pensamiento. No en todos, cabe recalcar.

Sin embargo, quienes reflexionaron tras comprender la vida y los diversos momentos de cada una de ellas, también reconocieron la forma en la que cada una de nosotras impone, naturaliza y reproduce estereotipos corporales de género. La familia se convirtió en el entorno principal el cual construye los cimientos sobre cómo ser y cómo verse, lo que permite llegar a la conclusión de la importancia de que estos espacios rompan estas ideas sobre cómo se vive el género, lo femenino y lo masculino, y las

ideologías en torno a ello; pues esto indudablemente moldea las experiencias de vida de cada una de las mujeres.

Aunado a la familia, encontré la presencia de los pares como otro de los entornos que fomentan un sistema de creencias en relación a un cuerpo objetificado, a una validación de las mujeres en torno a su corporalidad; participando fuertemente en la construcción de la IC en las adolescentes.

En suma, el cuerpo cumple una norma, una forma de estar en su tejido social, de responder a expectativas de género en su entorno, en su mundo personal y colectivo. Y ahora, las RRSS participan en función de ello; favorecen nuevas formas de relacionarse con el propio cuerpo, en función de ciertas estructuras sociales que surgen ante las intersecciones entre lo digital y lo analógico. Tal como el modelo de influencia tripartita (Shroff y Thompson, 2006) lo indica, se percibe la relación entre la familia, los pares y los medios de comunicación en las trayectorias y formas de afrontar el TCA entre las mujeres.

Lo anterior demostró la representación de la mujer latinoamericana bajo ciertos valores culturales, diferentes a algunos cánones hegemónicos de belleza corporal (Pineda, 2020). Los hallazgos hasta el momento ponen de manifiesto la necesidad de un posicionamiento que considere la situación de las mujeres latinoamericanas; en donde el cuerpo femenino, cultural y socialmente, es percibido de cierta forma, exponiendo formas de opresión en esa localización.

Pese a esto, también hay que agregar la pertinencia sobre tener una mayor consideración y énfasis en los profesionales de la salud, *youtubers* e *influencers* involucrados en esta cuestión; puesto que están participando vía *online* [a través de sus cuentas de RRSS] y *offline* [en los centros de salud pública y las consultas médicas personales], especialmente en la representación de la IC y el género femenino. Ambos entornos [*online* y *offline*] coexisten de manera que reflejan “una aprehensión encarnada, a través del cuerpo vivido” (Cohen, 2021, p. 453).

Identifiqué el rol positivo y negativo de lxs profesionales de la salud y la atención en los centros de salud pública durante las trayectorias. Y en ese tenor, invito a reflexionar sobre la labor que ellos tienen para la prevención de estos padecimientos; a través de sus cuentas de RRSS y de forma presencial en consulta, pero también a raíz de la visibilización o normalización de las violencias estéticas (Pineda, 2020). Reconocer

cómo el cuerpo se percibe, se aprecia, se evalúa y se perpetúa, bajo un sistema patriarcal; a través de mecanismos estructurales de violencia que son normalizadas, invisibilizadas y, sobre todo, interiorizadas. Se vive entre los sentimientos de vergüenza y cosificación del cuerpo, y se significa en torno a ello (Cohen, 2021).

Las experiencias plasmadas en RRSS por parte de las mujeres, y al platicar con ellas, reflejaron una serie de ausencias y urgencias relevantes de atender en lo que respecta al contexto médico; tanto en México como Latinoamérica. Es preciso resignificar el concepto de salud bajo la categoría de género, y las políticas públicas destinadas a la atención médica deben contemplar la cobertura del TCA, desde la perspectiva feminista del discurso médico, en cuanto a su diagnóstico y seguimiento para poder eliminar las desigualdades socioculturales de quienes deciden acudir a consulta.

Ahora bien, ninguna trayectoria de una mujer con TCA fue totalmente idéntica, sin duda alguna. Sin embargo, el apoyo entre ellas se percibe y se observa. Las RRSS, en ocasiones, permiten apoyar a las mujeres jóvenes y adolescentes de una forma en la que no sería posible con la familia, pares, profesionales de la salud. ¿Por qué? Porque, regularmente, no las comprenden a ellas con TCA. Me encontré con experiencias de estigmatización, gordofobia y confusión acerca de la salud, la enfermedad, el TCA y la IC por parte de los diversos entornos sociales.

En ese tenor, los comentarios sobre el cuerpo [*online* y *offline*] contribuyen a la reproducción de estereotipos corporales y de género, mismos que influyen en la cosificación del cuerpo femenino, desde pequeñas (Engeln et al., 2020; Pineda, 2020) y en relación con la localidad geográfica-cultural en la que se encuentran; tal como ocurre con las adolescentes y las mujeres jóvenes de este estudio. Por lo que es pertinente reflexionar sobre la forma en la que se habla sobre la propia IC y de las otras personas; pero también asumir este tipo de situaciones como parte de la violencia hacia la mujer [en sus diferentes ámbitos] que se vive, naturalizada y normalizada en el tejido social.

La no aceptación e insatisfacción corporal se instaura desde el círculo social más cercano en el entorno *offline*; nuestros compañeros, maestros. Es decir, las personas frente a quienes podemos llegar a estar o sentirnos vulnerables.

También, la diversidad corporal pareciera que aún se rige bajo las sombras del patriarcado, en el sentido de cómo aparecen, en qué momentos y situaciones. Por ejemplo, percibir que a pesar de tener un cierto cuerpo, este se piensa en vinculación con la

atracción hacia el sexo opuesto. Como si aún necesitáramos depender de la aprobación masculina, o luchar por obtenerla. El ser-para-los-otros (Lagarde, 2005) permea en los diferentes entornos *offline* y *online*.

Entonces, ¿desde dónde desarrollamos y cómo promovemos la auto-aceptación corporal y la autoestima? ¿Cómo se construye la autoestima en las mujeres? Con este estudio, me percaté de que, para algunas, la propia percepción y valoración de una misma, radica en los discursos machistas sobre el género, y con ello, en torno al cuerpo. Lo anterior, también lleva a pensar en que necesitamos ser conscientes de cómo el entorno digital puede orientarnos a llevar a cabo ciertas prácticas; significando al género, al cuerpo, a la salud y a la vida cotidiana.

Asimismo, identifiqué contradicciones entre lo que se dice y publica en RRSS, y entre lo que se hace o no se hace en entornos *offline*. “Acepta tu cuerpo”, dicen las nutriólogas, mientras suben contenido sobre “antes-después” de haber bajado de peso, o tras conseguir un cuerpo moldeado en sus pacientes. Otras profesionales de la salud, reconocían que la dismorfia corporal o el TCA había llegado a sus vidas personales, pero su profesión les ayudó a sobrellevar su padecimiento. Algunas, dedicándose a la vida *fitness*.

Las recuperaciones de TCA a partir de una vida *fitness*, como argumentaba Ariia o como lo llevó a cabo Marion, solía ser recurrente. En donde las lógicas a seguir significan una unión entre un cuerpo “deseable” y estereotipado. Sobre esto, me gustaría decir que el intentar comprender el sentido del ejercicio físico en las mujeres participantes, fue todo un reto para mí; retomar el concepto de *fitness* es un tema que, reconozco, considero aún me falta mucho por comprender, estudiar y analizar.

Por tanto, de manera general diré que algunas adolescentes y mujeres, a pesar de nombrarse recuperadas, realizan ejercicio físico desde una imposición de la corporalidad; algo que, sin pensarlo, se aprende, se educa, se convierte en algo rutinario. Se piensa en el ejercicio como una alternativa de placer y control. A su vez, la recuperación desde la vida *fitness* implica seguir rumbos que, para muchas de las mujeres, les es imposible por cuestiones socioeconómicas, biológicas, personales. Por tanto, cuestionar este tipo de prácticas resulta relevante para futuras investigaciones.

En suma, las formas de amar y aceptar el cuerpo, de brindarle salud y gratitud, pareciera de una manera en la que depende de las lógicas creadas por una sociedad

patriarcal, por industrias que ayudan a seguir perpetuando estereotipos no exclusivos de belleza física, sino de cómo ser una mujer, alguien del género femenino.

Por otra parte, las RRSS participan en la percepción de la propia IC; por ejemplo, a través de prácticas como las *selfies* y los filtros. Lo cual, también deja entrever cómo es considerado el cuerpo bajo los ojos de ellas y de los que las observan. Entonces, al igual que en Cortez et al. (2016), se identifica la relación entre los factores socioculturales y los TCA, incluyendo las industrias creativas, tecnológicas y de salud bajo una estructura patriarcal (Natansohn, 2013; Pineda, 2020).

Aunado a esto, se muestra la representación de la mujer latinoamericana bajo ciertos valores culturales, diferentes a algunos cánones hegemónicos de belleza corporal (Pineda, 2020). Los hallazgos hasta el momento ponen de manifiesto la necesidad de un posicionamiento que considere la situación de las mujeres latinoamericanas; en donde el cuerpo femenino, cultural y socialmente, es percibido de cierta forma, exponiendo formas de opresión en esa localización.

Sin embargo, otro factor que debemos considerar para el estudio de la cultura digital y mujeres adolescentes en el contexto de salud, es que las participantes negocian y resisten ante los estereotipos de belleza, género y cuerpo a través de las RRSS. Como ya referían Eike y Reddy (2017), las RRSS participan como un proceso dinámico a lo largo de la trayectoria del TCA. Antes del diagnóstico, como un reforzador de estereotipos, desde la desesperación por alcanzar un ideal corporal.

Al afrontar el TCA, las RRSS fueron utilizadas como forma de diario, una forma de apoyo que permite construir una ayuda colectiva entre las personas que están pasando por la misma situación; como un espacio de sororidad, escucha y resistencia. Lo cual, se posiciona en la cuarta ola del feminismo (Varela, 2019). Las adolescentes expresan y luchan contra las formas de vida materializadas en el entorno en el que están inmersas, cuestionando y construyendo una visión particular de cómo ser una mujer; de imposición y reproducción de esos procesos de significación de la IC. Se reconocen como algo más que un cuerpo; su valor ya no radica en él, ni en las formas de plasmarse en el entorno digital.

Pero para llegar a estas elecciones, decisiones y reflexiones, sucedieron una serie de acontecimientos en su vida que por supuesto las posicionaron en lo que son hoy en día. Lo anterior, se socializa entre otras mujeres y genera un espacio de calma y sororidad;

reconocen su capacidad de agencia y construyen formas de superarse en lo colectivo, con el apoyo de todas las mujeres que afrontaban un TCA y se encontraban en proceso de recuperación.

Así, comprendí que a pesar de los diferentes contextos en los que cada una de las participantes se encuentran, existen emociones comunes asociadas al TCA; lo que permitiría pensar en las estrategias de atención, acompañamiento y prevención. Las recaídas se convierten en una parte del proceso, el miedo, pero sobre todo, el sentimiento de superación.

A su vez, la mayoría percibió cambios en el algoritmo y en los contenidos relacionados en sus cuentas de RRSS; por lo que, después del diagnóstico, fueron conscientes de la influencia que puede llegar a tener sobre el TCA. En este sentido, resulta importante identificar la necesidad de alfabetizaciones digitales para la salud y el autocuidado; en el sentido de generar pensamiento crítico en las mujeres para negociar, rechazar y resignificar contenidos en RRSS que pueden vulnerar el bienestar físico y psicológico.

No obstante, queda pendiente la tarea de atender el tema de las alfabetizaciones digitales para la salud de forma integral, contemplando elementos psicológicos como la autoestima, la autoaceptación corporal; y también, recordar que esta problemática no debe ser analizada desde un carácter individual. Al igual que en Pineda (2020), reconozco que la validación hacia una misma se vincula desde la violencia machista; por lo que asumir la relevancia de los elementos, sociales, culturales e inclusive legislativos, en México y América Latina, es clave para las futuras propuestas de aprendizaje de las tecnologías y RRSS en las mujeres.

Las mujeres participantes tienen inquietudes sobre qué ocurre en otros géneros, en otros ambientes y lugares. Con Ana, de hecho, nos pusimos a pensar acerca de cómo gran parte de este fenómeno gira en torno a la heteronormatividad. Con Sara, hablaba sobre lo enriquecedor que hubiera sido poder platicar con terapeutas, *influencers*, profesionales de la salud, familia, etc.

Hay muchos temas que podrían desglosarse de los hallazgos de la tesis. Por ejemplo, hablar sobre las exigencias culturales sobre el cuerpo en la comunidad LGBTTTQ+. O, hablando desde la heteronormatividad y como señalé en la introducción

de la tesis, el TCA no es un padecimiento específico de género. Por ello, sería de gran relevancia investigar con un enfoque de género, para enriquecer los estudios con perspectiva feminista.

En este sentido, una de las grandes limitaciones de la presente investigación es que las mujeres expresaron una identidad sexual, específica, cisgenero, lo cual abre opciones de investigación futuras sobre la IC con otras identidades sexuales.

Por otra parte, algo de lo que he reflexionado es sobre por qué hay más mujeres que hombres en resistencia ante los TCA, o en el grupo de *Whatsapp* (hasta el 7 de diciembre de 2022, sólo hay 2, uno más activo que otro). O bueno, por qué hay más mujeres que expresan su padecimiento. Esto, a mi parecer, puede partir de expectativas, estereotipos y roles de género.

Otro factor importante pendiente, es que el presente estudio aporta conocimiento para la construcción de soluciones con respecto a los TCA en mujeres adolescentes, considerando a la cultura digital como un factor sociocultural de gran relevancia. No obstante, los TCA se presentan en forma multifactorial, por lo que este estudio únicamente tuvo una aproximación mayormente desde los medios de comunicación, particularmente las RRSS.

En ese sentido, reconozco que existe una brecha digital de género, y la investigación excluye también a las mujeres que son excluidas por la ausencia de tecnologías; es decir, no todas desarrollamos tantas alfabetizaciones digitales como otras, a veces no tenemos la posibilidad de hacerlo.

Finalmente, tuve la intención de identificar puntos relevantes a considerar para las estrategias de prevención de los TCA en mujeres adolescentes; si bien, con un abordaje desde el campo de la comunicación y la cultura digital, también considerando diferentes campos de estudio. Sin embargo, estudiar por completo este tema es bastante complejo, para pensar en la prevención de esta problemática se necesitan otras ramas de estudio que no corresponden a las ciencias de la comunicación, es una investigación en la que diversos campos de estudios se involucran, entrelazan e interrelacionan.

Por lo tanto, al ser la salud un tema multidimensional y tomando con gran importancia la salud emocional, se sugiere una necesidad de abordajes interdisciplinarios para así, diseñar y construir alternativas de apoyo.

Cuando me encontraba a punto de finalizar este texto, a principios de julio de 2023, platiqué con cada una de las mujeres participantes; discutimos los hallazgos y la forma en la que plasmé sus historias de vida. Lo que identifiqué, lo que no; mis errores, mis aciertos, mis dudas y cuestionamientos.

Se explicaron los esquemas, se mostraron las imágenes y las citas textuales las cuales utilicé para los capítulos anteriores. Aprendimos juntas, reconocimos cómo han sido nuestros entornos, qué similitudes y diferencias se encuentran. Pero principalmente, reconocimos cómo, en cada una de nosotras, se nos juzga e interiorizamos algunos pensamientos sobre el propio cuerpo.

Platicando con Ana sobre esto, entre sollozos y con su voz entrecortada, se percató de la necesidad inmensa de repensar nuestros contextos de vida, nuestra forma de pensar (nos) como un cuerpo objetificado. Agradezco esta última charla con todas pero indudablemente esta joven argentina trastocó fibras sensibles en mí y las demás mujeres con las que platiqué:

"Me vas a hacer llorar, perdóname... Y pensar de que esto puede contribuir a próximos estudios y próximas políticas de acción en cualquier país y solventarlo con esto, a mí me hace decir, "vale la pena todo", o sea, vale la pena todo lo vivido; todo lo aprendido" *[Ana]*

"El yo poder compartir un poquito de lo que he pasado, de lo que no se alcanza a ver... Cuando yo empecé a investigar sobre esto de los trastornos alimenticios para ver si yo encajaba en alguno de ellos, yo decía: "es que yo no veo información, o sea, yo nada más veo delgadez. Yo nada más veo ganas de no comer, ganas de vomitar. Sin embargo, no ves esta parte en la que se habla de cómo es que algo te llega a afectar; cómo es que un simple comentario puede llegar a desencadenar un trastorno. Entonces me siento muy feliz como que el yo poder dar un poquito de de mí, me siento muy feliz" *[Marion]*

Imagen 34: *Última plática con una de las mujeres participantes*

Fuente: Captura de pantalla de reunión con Ana

En este sentido, otro de los puntos que más rescato a raíz de esta última plática, fue el hecho de que las mujeres no se percataban de la enorme labor que hacen día con día, contando sus experiencias en los entornos digitales. Al exponer los hallazgos y consideraciones, reconocieron que esta doble funcionalidad de las RRSS las ha permitido participar y formar parte de la cuarta ola del feminismo (Varela, 2019), lo cual las hizo reconocerse como agentes de cambio, como una red de acompañamiento antipatriarcal.

No puedo terminar el presente estudio, sin decir que una infinidad de dudas y cuestionamientos han surgido a raíz de esta investigación. Tantas preguntas, respuestas inconclusas, pensamientos que indudablemente ocupan otro texto para ser plasmadas en tinta y papel. Mi pequeña aportación por luchar ante la erradicación de las violencias estéticas (Pineda, 2020), continúa.

Referencias

- Aguirre, Á. (1994). Psicología de la adolescencia. En Aguirre, Á. *Psicología de la adolescencia* (1a edición). (pp. 5-41). Marcombo
- Aranda, M. M. (2021). Devenir gorda. Proceso de identificaciones y afectaciones deseantes. *Revista de Estudios de Género. La ventana*, 6(53), 217-248. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=88464968009>
- Arias, A. (2017). La cimentación social del concepto mujer en la red social Facebook. *Revista de Investigación Educativa*, 35(1), 181-195. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=283349061011>
- Asociación Americana de Psiquiatría (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)*, 5a Edición. Editorial Médica Panamericana. (Original publicado en 2013).
- Astudillo-Mendoza, P. A.; Figueroa-Quiroz, V. A. y Cifuentes-Zunino, F. (2020). Navegando entre mujeres: La etnografía digital y sus aportes a las investigaciones feministas. *Revista de Investigaciones Feministas* 11(2), pp. 239-249. <http://dx.doi.org/10.5209/infe.65878>
- Atkinson, R. 1998. *The Life Story Interview. Qualitative Research Method Series*. Sage.
- Bárcenas Barajas, K y Preza Carreño, N (2019). Desafíos de la etnografía digital en el trabajo de campo onlife, *Virtualis*, 10 (18), 134-151. <https://doi.org/10.2123/virtualis.v10i18.287>
- Bard, G. y Magallanes, M. (2021). Instagram: La búsqueda de la felicidad desde la autopromoción de la imagen. *Culturales*, 9, pp. 1-29). <https://doi.org/10.22234/recu.20210901.e519>
- Bayer, J. B., Triêu, P., & Ellison, N. B. (2020). Social media elements, ecologies, and effects. *Annual Review of Psychology*, 71, 471–497. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010419-050944>
- Behar, R. (2010). La construcción cultural del cuerpo: El paradigma de los trastornos de la conducta alimentaria. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 48 (4), pp. 319-334. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272010000500007>.

- Berger, P. y Luckman, T. (1995). *La construcción social de la realidad*. Amorrortu editores.
- Bernete, F. (2009). Usos de las TIC, relaciones sociales y cambios en la socialización de los jóvenes. *Revista de estudios de juventud*, 88, 97-114.
- Bertaux, D. (1997). *Les récits de vie*. Nathan Université.
- Blázquez, M., Gómez, D., Frontaura, I., Camacho, A., Rodríguez, F., y Toriz, H. (2018). Uso de Internet por los adolescentes en la búsqueda de información sanitaria. *Atención Primaria*. 50 (4), pp. 547-552. 10.1016/j.aprim.2017.06.005
- Boepple, L., y Thompson, J. K. (2014). A content analysis of healthy living blogs: Evidence of content thematically consistent with dysfunctional eating attitudes and behaviors. *International Journal of Eating Disorders*, 47(4), 362–367. <https://doi.org/10.1002/eat.22244>
- Bohrer, B. K., Foye, U., y Jewell, T. (2020). Recovery as a process: Exploring definitions of recovery in the context of eating-disorder-related social media forums. *International Journal of Eating Disorders*, 53(8), 1219–1223. <https://doi.org/10.1002/eat.23218>
- Bordo, S. (1995). *Unbearable Weight, Feminism, Western Culture, and the Body*. University of California Press.
- Borzekowski, D. L. G., Schenk, S., Wilson, J. L., & Peebles, R. (2010). e-Ana and e-Mia: A Content Analysis of Pro-Eating Disorder Web Sites. *American Journal of Public Health*, 100(8), 1526–1534. doi:10.2105/ajph.2009.172700
- Butler, J. (1988). Performative acts and gender constitution: An essay in phenomenology and feminist theory. *Theatre Journal*, 40(4), 519–531. <http://www.jstor.org/stable/3207893>
- Butler, J., & Lourties, M. (1998). Actos performativos y constitución del género: un ensayo sobre fenomenología y teoría feminista. *Debate Feminista*, 18. pp. 296-314. <https://doi.org/https://doi.org/10.22201/cieg.2594066xe.1998.18.526>
- Butler, J. (2002). *Cuerpos que importan. Sobre los límites materiales y discursivos del “sexo”*. Paidós.

Cámara de Diputados LXIV Legislatura (Mayo 2016). Boletín No. 1548. Ciudad de México.

<http://www5.diputados.gob.mx/index.php/esl/Comunicación/Boletines/2016/Mayo/17/1548-En-los-ultimos-20-anos-aumentaron-en-300-por-ciento-los-trastornos-alimentarios-CEAMEG>

Cantos, A. (2018, 10 de septiembre). Virgie Tovar: “Tu cuerpo está bien y no es necesario cambiarlo por otro”. *El Salto*. <https://www.elsaltodiario.com/gordofobia/virgie-tovar-tu-cuerpo-esta-bien-y-no-es-necesario-cambiarlo-por-otro->

Carosio, A (2007). La ética feminista: Más allá de la justicia. *Revista Venezolana de Estudios de la Mujer*, 12(28), 159-184. http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-37012007000100009&lng=es&tlng=es.

Carrillo, V. y Del Moral, A. (2013) Influencia de los factores que definen el modelo estético corporal en el bienestar de las mujeres jóvenes afectadas o no afectadas por anorexia y bulimia. *Saude soc.* [online]. 22 (2), pp.468-484. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-12902013000200017>

Castells, M. (2009). *Comunicación y poder*. Alianza Editorial.

Clayton, J. (2021, 4 de octubre). *Frances Haugen: la mujer que filtró los "Archivos de Facebook" revela su identidad*. BBC Noticias. https://www.bbc.com/mundo/noticias-58790719?at_custom2=facebook_page&at_medium=custom7&at_campaign=64&at_custom1=%5Bpost+type%5D&at_custom3=BBC+News+Mundo&at_custom4=DC9ED4A0-2515-11EC-925B-ECE0923C408C&fbclid=IwAR3Qe8jSqLm0cmTB0mALjbgA50spnuRuHX1fWAKOrSSyX98dw0rg35p6HGg

Cohen-Shabot, S. (2021). Why "normal" feels so bad: violence and vaginal examinations during labour - a (feminist) phenomenology. *Feminist Theory*. 22 (3), pp. 443-463. 10.1177/1464700120920764

Corona-Berkin, S. (2019). *Producción horizontal del conocimiento*. CALAS.

- Corona-Berkin, S. y Kaltmeier, O. (2012). *En diálogo. Metodologías horizontales en Ciencias Sociales y Culturales*. Editorial Gedisa.
- Cortez, D., Gallegos, M., Jiménez, T., Martínez, P., Saravia, S., Cruzat-Mandich, C., Díaz-Castrillón, F., Behar, R., & Arancibia, M. (2016). Influence of sociocultural factors on body image from the perspective of adolescent girls. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 7(2), 116–124. <https://doi.org/10.1016/j.rmta.2016.05.001>
- Cottais, C. Pavard, J. y Sánchez, M. (2021, 19 de julio). *La gordofobia, una discriminación omnipresente y socialmente aceptada*. Grow. Generation for Rights Over the World. <https://www.growthinktank.org/es/la-gordofobia-una-discriminacion-omnipresente-y-socialmente-aceptada/>
- Crenshaw, K. (2016, 7 de diciembre). *The urgency of intersectionality* [video]. YouTube. <https://youtu.be/akOe5-UsQ2o>
- Cruwys, T., Leverington, C. T., & Sheldon, A. M. (2016). An experimental investigation of the consequences and social functions of fat talk in friendship groups. *International Journal of Eating Disorders*, 49(1), 84–91. <https://doi.org/10.1002/eat.22446>
- Cusumano, D. L., & Thompson, J. K. (1997). Body image and body shape ideals in magazines: Exposure, awareness, and internalization. *Sex Roles*, 37(9–10), 701–721. <https://doi.org/10.1007/BF02936336>
- Danthinne, E. S., Giorgianni, F. E., & Rodgers, R. F. (2020). Labels to prevent the detrimental effects of media on body image: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 53(5), 377–391. <https://doi.org/10.1002/eat.23242>
- De Llanos, E. (1994). La corporalidad adolescente. En Aguirre, Á. *Psicología de la Adolescencia* (1a edición). (pp. 65- 75). Marcombo.
- Derbez, A. [@aislinnderbez]. (2020, 28 de abril). *Antier subí una foto en bikini. Algunos comentarios me sorprendieron... El cuerpo siempre es algo que nos importa/preocupa demasiado, sobretodo por el hecho de que difícilmente estamos*

cómodos... [fotografías] [post]. Instagram.
https://www.instagram.com/p/B_h7ibLhAQa/

- Díaz de León, C. y Unikel, C. (2019). Parental negative weight/shape comments and their association with disordered eating behaviors: A systematic review. *Revista Mexicana de Trastornos Alimenticios*, 10 (1), pp.134-147.
<http://dx.doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2019.1.572>
- Dunkley, T. L., Wertheim, E. H., y Paxton, S. J. (2001). Examination of a model of multiple sociocultural influences on adolescent girls' body dissatisfaction and dietary restraint. *Adolescence*, 36(142), 265–279. PMID: 11572305.
- Eikey, E. V. (2021). Effects of diet and fitness apps on eating disorder behaviours: qualitative study. *BJPsych Open*, 7(5), 1–9.
<https://doi.org/10.1192/bjo.2021.1011>
- Eikey, E. V., y Reddy, M. C. (2017, mayo). “It’s definitely been a journey”: A qualitative study on how women with eating disorders use weight loss apps [conferencia]. *Conference on Human Factors in Computing Systems - Proceedings*, 642–654.
<https://doi.org/10.1145/3025453.3025591>
- Eichhorn, K. (2008). Soliciting and providing social support over the internet: An investigation of online eating disorder support groups. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 14(1), 67–78. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2008.01431.x>
- Eisenberg, M., Carlson-McGuire, A., Gollust, S. & Neumark-Sztainer, D. (2014). A content analysis of weight stigmatization in popular television programming for adolescents. *International Journal of Eating Disorders*, 48(6), 759–766.
 doi:10.1002/eat.22348
- Eli, K. (2018). Latin American countries lead in Google search volumes for anorexia nervosa and bulimia nervosa: Implications for global mental health research. *International Journal of Eating Disorders*, 51(12), pp. 1352–1356.
<https://doi.org/10.1002/eat.22969>
- El Universal Querétaro. (2017, agosto 20). Anorexia. Una enfermedad silenciosa. *El Universal Querétaro*.

<https://www.eluniversal.com.mx/nacion/sociedad/anorexia-enfermedad-que-ataca-ninas-y-ninos>

- El Universal (2016, diciembre 23). Trastornos de la Conducta Alimentaria. *El Universal*.
<https://www.eluniversal.com.mx/articulo/ciencia-y-salud/2016/12/23/trastornos-de-la-conducta-alimentaria>
- Energici, M.A, Acosta, E., Borquez, F., y Huaiquimilla, M. (2017). Gordura, Discriminación y Clasismo: un estudio en jóvenes de Santiago de Chile. *Psicología & Sociedades*, 29
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309350113037>
- Engeln, R., Loach, R., Imundo, M., y Zola, A. (2020). Compared to Facebook, Instagram use causes more appearance comparison and lower body satisfaction in college women. *Body Image*, 34, 38–45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.04.007>
- Engeln, R. (2017). *Enfermas de belleza: Cómo la obsesión de nuestra cultura por el aspecto físico perjudica a niñas y mujeres* (G. Lelli, ed.). Editorial HarperCollins Español. Impreso en Estados Unidos, Nueva York (primera edición en 2017).
- Escandón-Nagel, N., Vargas, J., Herrera, A. y Pérez, A. (2019). Imagen corporal en función de sexo y estado nutricional: Asociación con la construcción del sí mismo y de los otros. *Revista Mexicana de Trastornos Alimenticios*. 10 (1), pp.32-41
<http://dx.doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2019.1.521>
- Esteban, M. (2004). *Antropología del cuerpo. Género, itinerarios corporales, identidad y cambio*. Ediciones Bellaterra.
- Fardouly, J. y Vartanian, L. R. (2014). Negative comparisons about one's appearance mediate the relationship between Facebook usage and body image concerns. *Body Image*, 12(1), 82–88. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.10.004>
- Fernández-Aranda, F., Casas, M., Claes, L., Bryan, D. C., Favaro, A., Granero, R., Gudiol, C., Jiménez-Murcia, S., Karwautz, A., Le Grange, D., Menchón, J. M., Tchanturia, K., & Treasure, J. (2020). COVID-19 and implications for eating disorders. *European eating disorders review: the journal of the Eating Disorders Association*, 28(3), 239–245. <https://doi.org/10.1002/erv.2738>

- Ferrari, R. (2015). Writing narrative style literature reviews. *Medical Writing*, 24(4), 230–235. doi:10.1179/2047480615z.0000000000
- Fitzsimmons-Craft, E. E. (2017). Eating disorder-related social comparison in college women's everyday lives. *International Journal of Eating Disorders*, 50(8), 893–905. <https://doi.org/10.1002/eat.22725>
- Flores, P. y Browne, R. (2017). Jóvenes y patriarcado en la sociedad TIC: Una reflexión desde la violencia simbólica de género en redes sociales. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15(1), pp.147-160. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77349627009>
- Foucault, M. (2002). *Vigilar y castigar: Nacimiento de la prisión*. Siglo XXI
- Franko, D. L., Coen, E. J., Roehrig, J. P., Rodgers, R. F., Jenkins, A., Lovering, M. E., & Cruz, S. D. (2012). Considering J. Lo and Ugly Betty: A qualitative examination of risk factors and prevention targets for body dissatisfaction, eating disorders, and obesity in young Latina women. *Body Image*, 9, 381-387. 10.1016/j.bodyim.2012.04.003
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T.-A. (1997). Objectification Theory: Toward Understanding Women's Lived Experiences and Mental Health Risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173–206. 10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x
- Fuster, D.E. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 201-229. <https://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.267>
- Gracia-Arnaiz, M. (2014). Comer o no comer ¿es esa la cuestión?: Una aproximación antropológica al estudio de los trastornos alimentarios. *Política y Sociedad*, 51(1), 73–94. <https://doi.org/10.5209/rev-POSO.2014.v51.n1.42486>
- García, J. (2020). *Uso de Instagram en México*. IEDGE. <https://www.iedge.eu/instagram-en-mexico-2020-por-javier-garcia>
- García, J. (2020). *Uso de Instagram en Argentina 2020*. IEDGE. <https://www.iedge.eu/instagram-en-argentina-2020-por-javier-garcia>

- García, J. y Mendoza, L. M. (2020). Tecnologías de la comunicación e información (TIC) en la salud: caso influencia de las aplicaciones (App) en la prevención de la obesidad. *Comunicación y Salud En América Latina*, 123–138. <https://ddd.uab.cat/record/236523>
- García, N. y Martínez, L. (2008). La recepción de la imagen de las mujeres en los medios: una aproximación cualitativa. *Comunicación y sociedad*, (10), 111-128. <http://www.scielo.org.mx/pdf/comso/n10/n10a5.pdf>
- Gerbasi, M. E., Richards, L. K., Thomas, J. J., Agnew-Blais, J. C., Thompson-Brenner, H., Gilman, S. E., y Becker, A. E. (2014). Globalization and eating disorder risk: Peer influence, perceived social norms, and adolescent disordered eating in Fiji. *International Journal of Eating Disorders*, 47(7), 727–737. <https://doi.org/10.1002/eat.22349>
- Geertz, C. (2003). *La interpretación de las culturas*. Gedisa.
- Ghaznavi, J., & Taylor, L. D. (2015). Bones, body parts, and sex appeal: An analysis of #thinspiration images on popular social media. *Body Image*, 14, 54–61. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.03.006>
- González, B. (1999). Los estereotipos como factor de socialización en el género. *Revista Comunicar*. 12, pp. 79-88. <https://www.redalyc.org/pdf/158/15801212.pdf>
- Gómez, S. [@selenagomez]. (2018, 19 de marzo). *The beauty myth- an obsession with physical perfection that traps modern woman in an endless cycle of hopelessness, self consciousness...* [video][post]. Instagram. https://www.instagram.com/p/BgiEpRfAt5E/?utm_source=ig_embed&ig_rid=5faa6952-c719-4808-8da7-4034cc4039d2
- Gibbs, G. (2012). *El análisis de datos cualitativos en Investigación Cualitativa*. Ediciones Morata.
- Grossberg, L. (2010). *Estudios culturales. Teoría, política y práctica*. Letra capital.
- Guirao-Goris, J. (2015). Utilidad y tipos de revisión de literatura. *Ene*, 9(2). pp. 1-13. <https://dx.doi.org/10.4321/S1988-348X2015000200002>
- Harding, S. (1998). ¿Existe un método feminista? Debates en torno a una metodología feminista. En Bartra, E. (2002). *Debates en torno a una metodología feminista*

- (2da edición) (pp.9-34). Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Xochimilco.
- Heller, A. (1985). *Historia y Vida Cotidiana. Aportación a la sociología socialista*. Editorial Grijalbo.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6th ed.). McGrawHill. <https://doi.org/10.1192/bjp.112.483.211-a>
- Herrera, K. (2019). *La cabrona aquí soy yo. Cuerpos y subjetividades femeninas en la narcocultura de la frontera norte de México*. PoWeR.
- Herrick, S. S. C., Hallward, L., & Duncan, L. R. (2021). “This is just how I cope”: An inductive thematic analysis of eating disorder recovery content created and shared on TikTok using #EDrecovery. *International Journal of Eating Disorders*, 54(4), 516–526. <https://doi.org/10.1002/eat.23463>
- Hoffmann, S. y Warschburger, P. (2019). Prospective relations among internalization of beauty ideals, body image concerns, and body change behaviors: Considering thinness and muscularity. *Body Image*, 28, pp. 159–167. [10.1016/j.bodyim.2019.01.011](https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.01.011)
- Hogue, J. y Mills, J. (2019). The effects of active social media engagement with peers on bodyimage in young women. *Body image*. 28. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.11.002>
- Holland, G. y Tiggemann, M. (2017). “Strong beats skinny every time”: Disordered eating and compulsive exercise in women who post fitspiration on Instagram. *International Journal of Eating Disorders*, 50(1), pp. 76–79. [10.1002/eat.22559](https://doi.org/10.1002/eat.22559)
- Holmes, S., Drake, S., Odgers, K., & Wilson, J. (2017). Feminist approaches to Anorexia Nervosa: a qualitative study of a treatment group. *Journal of eating disorders*, 5, 36. <https://doi.org/10.1186/s40337-017-0166-y>
- Hollows, J. (2000). *Feminism, Femininity and Popular Culture*. Manchester University Press <https://core.ac.uk/download/pdf/13307657.pdf>

- Hummel, A. C., y Smith, A. R. (2014). Ask and you shall receive: Desire and receipt of feedback via Facebook predicts disordered eating concerns. *International Journal of Eating Disorders*, 48(4), 436–442. doi:10.1002/eat.22336
- Ioannidis, K., Taylor, C., Holt, L., Brown, K., Lochner, C., Fineberg, N. A., Corazza, O., Chamberlain, S. R., Roman-Urrestarazu, A., y Czabanowska, K. (2021). Problematic usage of the internet and eating disorder and related psychopathology: A multifaceted, systematic review and meta-analysis. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 125, pp. 569–581. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2021.03.005>
- Izydorczyk, B., Sitnik-Warchulska, K., Lizińczyk, S., & Lipowska, M. (2020). Socio-Cultural Standards Promoted by the Mass Media as Predictors of Restrictive and Bulimic Behavior. *Frontiers in psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00506>
- Keery, H., van den Berg, P., y Thompson, J. K. (2004). An evaluation of the Tripartite Influence Model of body dissatisfaction and eating disturbance with adolescent girls. *Body image*, 1(3), 237–251. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.03.001>
- Kimber, M., Couturier, J., Georgiades, K., Wahoush, O., & Jack, S. M. (2014). Ethnic Minority Status and Body Image Dissatisfaction: A Scoping Review of the Child and Adolescent Literature. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 17(5), 1567–1579. doi:10.1007/s10903-014-0082-z
- Kwan, M. Y., Haynos, A. F., Blomquist, K. K., y Roberto, C. A. (2018). Warning labels on fashion images: Short- and longer-term effects on body dissatisfaction, eating disorder symptoms, and eating behavior. *International Journal of Eating Disorders*, 51(10), 1153–1161. <https://doi.org/10.1002/eat.22951>
- Labajos, J. (1994). Identidad del adolescente. En Aguirre, Á. *Psicología de la Adolescencia* (1a edición). (pp. 173- 194). Marcombo.
- Lagarde, M. (2012). *El Feminismo en mi vida. Hitos, claves y topías*. Insituto de las Mujeres del Distrito Federal.
- Lagarde, M. (2005). *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas* (4a edición). Universidad Nacional Autónoma de México.

- Lagarde, M. (2000). *Claves feministas para la autoestima de las mujeres*. horas y Horas.
- Lasén, A. y Puente, H. (2016). *La cultura digital*. Universitat Oberta de Catalunya.
- Levinson, C. A., Fewell, L., y Brosos, L. C. (2017). My Fitness Pal calorie tracker usage in the eating disorders. *Eating Behaviors*, 27, 14–16. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2017.08.003>
- Limniou, M., Mahoney, C., & Knox, M. (2021). Is Fitspiration the Healthy Internet Trend It Claims to Be? A British Students' Case Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1837. doi:10.3390/ijerph18041837
- Lladó, G., González-Soltero, R. y Blanco, M. (2017). Anorexia y bulimia nerviosas: difusión virtual de la enfermedad como estilo de vida. *Nutrición Hospitalaria*, 34(3), pp. 693-701. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.469>
- Logrieco, G., Marchili, M. R., Roversi, M., y Villani, A. (2021). The Paradox of Tik Tok Anti-Pro-Anorexia Videos: How Social Media Can Promote Non-Suicidal Self-Injury and Anorexia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 1041. 10.3390/ijerph18031041
- Lonergan, A. R., Bussey, K., Fardouly, J., Griffiths, S., Murray, S. B., Hay, P., Mond, J., Trompeter, N., & Mitchison, D. (2020). Protect me from my selfie: Examining the association between photo-based social media behaviors and self-reported eating disorders in adolescence. *International Journal of Eating Disorders*, 53(5), 485–496. <https://doi.org/10.1002/eat.23256>
- López, M. C. (2014). Fenomenología y feminismo. *Daimon*, (63), 45–63. <https://doi.org/10.6018/daimon/197001>
- López-Sánchez, O. (2013). La pertinencia de una historia de la construcción emocional del cuerpo femenino en México entre 1850-1910. Abordaje desde el construccionismo social. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 5(12), 51-64. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273229906005>

- Losada, A.V., Leonardelli, E. y Magliola, M. (2015). Influencia sociocultural y los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 18(1). <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/8934>
- Luff, G. M., & Gray, J. J. (2009). Complex messages regarding a thin ideal appearing in teenage girls' magazines from 1956 to 2005. *Body Image*, 6(2), 133–136. doi:10.1016/j.bodyim.2009.01.004
- Mabe, A. G., Forney, K. J., & Keel, P. K. (2014). Do you “like” my photo? Facebook use maintains eating disorder risk. *International Journal of Eating Disorders*, 47(5), 516–523. doi:10.1002/eat.22254
- Manago, A. M., Ward, L. M., Lemm, K. M., Reed, L., & Seabrook, R. (2015). Facebook Involvement, Objectified Body Consciousness, Body Shame, and Sexual Assertiveness in College Women and Men. *Sex Roles*, 72. pp. 1-14. <https://doi.org/10.1007/s11199-014-0441-1>
- Marcelino, G. V. (2015). Migración de los jóvenes españoles en redes sociales, de Tuenti a Facebook y de Facebook a Instagram. La segunda migración. *Revista ICONO 14. Revista Científica De Comunicación Y Tecnologías Emergentes*, 13(2), 48-72. <https://doi.org/10.7195/ri14.v13i2.821>
- Marcus, G. (2001). Etnografía en/del sistema mundo. El surgimiento de la etnografía multilocal. *Alteridades*, 11(22), 111-127. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74702209>
- McCaig, D., Elliott, M., Prnjak, K., Walasek, L., y Meyer, C. (2019). Engagement with MyFitnessPal in eating disorders: Qualitative insights from online forums. *International Journal of Eating Disorders*. 53 (3) 10.1002/eat.23205
- McCaig, D., Bhatia, S., Elliott, M. T., Walasek, L. y Meyer, C. (2018). Text-mining as a methodology to assess eating disorder-relevant factors: Comparing mentions of fitness tracking technology across online communities. *International Journal of Eating Disorders*, 51(7), 647–655. <https://doi.org/10.1002/eat.22882>
- McCracken, A. B. (2014). *The beauty trade: Youth, gender, and fashion globalization*. Oxford University Press.

- McLean, S. A., Paxton, S. J., Wertheim, E. H., & Masters, J. (2015). Photoshopping the selfie: Self photo editing and photo investment are associated with body dissatisfaction in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 48(8), 1132–1140. <https://doi.org/10.1002/eat.22449>
- McCombs, M., (2004). *Estableciendo la agenda. El impacto de los medios de comunicación*. Editorial Paidós.
- Meneses, M. y Cano, A. (2008). Técnicas conversacionales para la recogida de datos en investigación cualitativa: La historia de vida (II). *Nure Investigación* (38). <https://www.nureinvestigacion.es/OJS/index.php/nure/article/view/424>
- Meneses, J. (2020). Etnografía digital multisituada: jóvenes universitarios y universitarias estudiando desde casa en tiempos de covid-19. *Cadernos de campo (São Paulo, online)* 29 (2), p.1-19. 10.11606/issn.2316-9133.v29i2pe175177
- Merello, M. y Oliva, P. (2012). La obesidad y su relación con las patologías periodontales: una revisión narrativa. *International Journal of Odontostomatology*, 6(2), 235-239. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-381X2012000200019>
- Moral, C. (2006). Criterios de validez en la investigación cualitativa actual. *Revista de Investigación Educativa*, 24(1),147-164. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=283321886008>
- Moessner, M., Feldhege, J., Wolf, M., y Bauer, S. (2018). Analyzing big data in social media: Text and network analyses of an eating disorder forum. *International Journal of Eating Disorders*, 51(7), 656–667. <https://doi.org/10.1002/eat.22878>
- Muñiz, E. (2014). Pensar el cuerpo de las mujeres: Cuerpo, belleza y feminidad. Una necesaria mirada feminista. *Sociedade e Estado*, 29(2), 415–432. <https://doi.org/10.1590/S0102-69922014000200006209>
- Natansohn, G. (coord). (2013). *Internet en código femenino. Teorías y prácticas*. La Crujía Ediciones.
- Nivón, E. y Rosas, A. M. (1991). Para interpretar a Clifford Geertz. Símbolos y metáforas en el análisis de la cultura. *Alteridades*. 1(1). pp. 40-49. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74746342005>

- Oberst, U., Carbonell-Sánchez, X. y Renau, V. (2013). Construcción de la identidad a través de las redes sociales online: una mirada desde el construccionismo social. *Anuario de Psicología*, 43(2),159-170.[
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=97029454002>
- Oksanen, A., Garcia, D., Sirola, A., Nasi, M., Kaakinen, M., Keipi, T. y Rasanen, P. (2015). Pro-Anorexia and Anti-Pro Anorexia Videos on YouTube: Sentiment Analysis of User Responses. *Journal of Medical Internet Research*. 17(11). 10.2196/jmir.5007
- Olesen, V. (2012). Investigación cualitativa de principios del milenio. En Denzin, N y Lincoln, Y. (2012) Paradigmas y perspectivas en disputa: Manual de investigación cualitativa. Vol. II. Editorial Gedisa.
- Opara, I., y Santos, N. (2019). A Conceptual Framework Exploring Social Media, Eating Disorders, and Body Dissatisfaction Among Latina Adolescents. *Hispanic journal of behavioral sciences*, 41(3), 363–377.
<https://doi.org/10.1177/0739986319860844>
- Orellana, D. M., y Sánchez, M. C. (2006). Técnicas de recolección de datos en entornos virtuales más usadas en la investigación cualitativa. *Revista de Investigación Educativa*, 24(1), 205–222. <https://revistas.um.es/rie/article/view/97661>
- Orozco, G. y González, R. (2011). *Una coartada metodológica*. México-Tintable.
- Papalia, D. y Martorell, G. (2015). *Desarrollo humano (13ª ed.)*. Editorial McGraw-Hill Interamericana.
- Pedraza, C. (2019). Cibermisoginia en las redes sociodigitales: claves para el análisis desde la masculinidad. *Cuestiones de género: de la igualdad y la diferencia* (14), pp. 51-66. e-ISSN: 2444-0221
- Pedraza, Z. (2009). Derivas estéticas del cuerpo. *Desacatos*, (30). pp. 75-88.
<https://www.redalyc.org/pdf/139/13911560006.pdf>
- Pena, M. (2013). Aportes de la incorporación de perspectivas feministas a las investigaciones con técnicas orales. *X Jornadas de Sociología*. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires.
<https://cdsa.academica.org/000-038/409>

- Perloff, R. M. (2014). Social Media Effects on Young Women's Body Image Concerns: Theoretical Perspectives and an Agenda for Research. *Sex Roles*, 71(11-12), 363–377. doi:10.1007/s11199-014-0384-6
- Peter, C., & Brosius, H. B. (2021). Die Rolle der Medien bei Entstehung, Verlauf und Bewältigung von Essstörungen [The role of the media in the development, course, and management of eating disorders]. *Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz*, 64(1), 55–61. <https://doi.org/10.1007/s00103-020-03256-y>
- Pila, E., Mond, J. M., Griffiths, S., Mitchison, D., & Murray, S. B. (2016). A thematic content analysis of #cheatmeal images on social media: Characterizing an emerging dietary trend. *International Journal of Eating Disorders*, 50(6), 698–706. <https://doi.org/10.1002/eat.22671>
- Pineda, E. (2020). *Bellas para morir: estereotipos de género y violencia estética contra la mujer*. Prometeo libros.
- Pink, S., Horst, H., Postill, J., Hjorth, L., Lewis, T. y Tacchi, J. (2019). *Etnografía digital: principios y práctica*. Morata.
- Posada, L. (2015). Las mujeres son cuerpo: reflexiones feministas. *Investigaciones feministas*. 6, pp. 108-121. http://dx.doi.org/10.5209/rev_INFE.2015.v6.51382
- Prado, C. (1994) El desarrollo físico en la adolescencia. En Aguirre, Á. *Psicología de la Adolescencia* (1a edición). (pp. 43-64). Marcombo.
- Restrepo, E. (2018). *Etnografía: alcances, técnicas y éticas*. Fondo Editorial de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Restrepo, E. (2014). Estudios Culturales en América Latina. *Revista de Estudios Culturales*. (1). pp. 1-12.
- Restrepo, E. (2012). *Antropología y estudios culturales: disputas y confluencias desde la periferia*. Buenos Aires, Argentina: Siglo XXI.
- Reyes-Iraola, A., (2014). El uso de la escritura terapéutica en un contexto institucional. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 52(5), <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457745484010>

- Rivarola, M. F, y Penna, F. (2006). Los factores socioculturales y su relación con los trastornos alimentarios e imagen corporal. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 8(2),61-72. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80280205>
- Rubiano, A. (2020). Estética y deconstrucción en la imagen mediática. Una mirada hacia la selfie y la creación de nuevos agenciamientos en jóvenes. *Revista Cambios y Permanencias*. 11 (1), pp. 261-284. <https://revistas.uis.edu.co/index.php/revistacyp/article/view/11060>
- Ruiz, P., Peláez-Fernández, M., Calvo, D., Pérez, J., Gómez, A. y Calado, M. (2016). Diferencias por género de los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes españoles. *AequAlitaS* (39), pp. 29-36. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5798979>
- Saffran, K., Fitzsimmons-Craft, E. E., Kass, A. E., Wilfley, D. E., Taylor, C. B., & Trockel, M. (2016). Facebook usage among those who have received treatment for an eating disorder in a group setting. *International Journal of Eating Disorders*, 49(8), 764–777. <https://doi.org/10.1002/eat.22567>
- Sánchez, R.E. y Zamora, S. (2014). Obesidad, dietas y factores psicosociales que favorecen los trastornos alimentarios. En Guillén, R. *Psicología de la Obesidad. Esferas de vida. Multidisciplina y complejidad* (2da edición). (pp. 49 - 61). Editorial Manual Moderno.
- Santamarina, C. y Marinas, J. (2007). “Historias de vida e historia oral”, en Delgado, J. y Gutiérrez, J. (eds.). (2007). *Métodos y técnicas cualitativas de investigación en Ciencias Sociales*. Síntesis. https://biblioteca.colson.edu.mx/e-docs/RED/Metodos_y_tecnicas_cualitativas_de_investigacion_en_ciencias_sociales.pdf
- Saul, J. S. y Rodgers, R. F. (2018). Adolescent Eating Disorder Risk and the Online World. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 27(2), 221–228. doi:10.1016/j.chc.2017.11.011
- Schettini, P. y Cortazzo, I (coords). (2015). *Técnicas y estrategias en la investigación cualitativa*. Editorial de la Universidad de la Plata.

- Secretaría de Salud. (2018). Boletín Epidemiológico Sistema Nacional de Vigilancia Epidemiológica Sistema Único de Información (No. 52)
- Secretaría de Salud. (2020). Boletín Epidemiológico Sistema Nacional de Vigilancia Epidemiológica Sistema Único de Información (No. 1)
- Secretaría de Salud. (2021). Boletín Epidemiológico Sistema Nacional de Vigilancia Epidemiológica Sistema Único de Información (No. 52)
- Silva, C., Millán Díaz, B. A., y González Alcántara, K. E. (2017). Gender role and eating attitudes in adolescents from two different socio-cultural contexts: Traditional vs. non-traditional. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 8(1), 40–48. <https://doi.org/10.1016/j.rmta.2016.12.002>
- Sharpe, H., Naumann, U., Treasure, J., y Schmidt, U. (2013). Is fat talking a causal risk factor for body dissatisfaction? A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 46(7), 643–652. <https://doi.org/10.1002/eat.22151>
- Shroff H. y Thompson JK. (2006) The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A replication with adolescent girls. *Body Image*. 3 (1):17-23. [10.1016/j.bodyim.2005.10.004](https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.10.004).
- Sojo-Mora, B. (2020). El significado de la feminidad: estudio basado en relatos de vida de mujeres. *Revista Espiga*, 19 (39), 46-62.
- Statista. (2022, 17 de marzo). *Las redes sociales en México - Datos estadísticos*. Statista. <https://es.statista.com/temas/7392/las-redes-sociales-en-mexico/#dossierKeyfigures>
- Statista. (2022, 22 de abril). *Distribución porcentual de los usuarios de Instagram en México en abril de 2021, por género*. Statista. <https://es.statista.com/estadisticas/1139393/instagram-usuarios-mexico-genero/>
- Sugimoto, N., Nishida, A., Ando, S., Usami, S., Toriyama, R., Morimoto, Y., Koike, S., Yamasaki, S., Kanata, S., Fujikawa, S., Furukawa, T. A., Sasaki, T., Hiraiwa-Hasegawa, M., & Kasai, K. (2020). Use of social networking sites and desire for slimness among 10-year-old girls and boys: A population-based birth cohort

- study. *International Journal of Eating Disorders*, 53(2), 288–295.
<https://doi.org/10.1002/eat.23202>
- Syed-Abdul, S., Fernandez-Luque, L., Jian, W-S., Li, Y-C., Crain, S., Hsu, M-H., Wang, Y-C., Khandregzen, D., Chuluunbaatar, E., Nguyen, P.A., Liou, D. (2013). Misleading Health-Related Information Promoted Through Video-Based Social Media: Anorexia on YouTube. *Journal of medical internet research*. 15 (2). 10.2196/jmir.2237
- Taylor y Bogdan (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados*. Paidós.
- Thompson. J. B. (2002). *Ideología y cultura moderna. Teoría crítica social en la era de la comunicación de masas*. Universidad Autónoma Metropolitana.
- Tiggemann, M. y Slater, A. (2016). Facebook and body image concern in adolescent girls: A prospective study. *International Journal of Eating Disorders*, 50(1), 80–83.
<https://doi.org/10.1002/eat.22640>
- Tiggemann, M., y Zaccardo, M. (2015). “Exercise to be fit, not skinny”: The effect of fitspiration imagery on women’s body image. *Body Image*, 15, 61–67.
doi:10.1016/j.bodyim.2015.06.003
- Tiggemann, M., y Slater, A. (2013). NetGirls: The internet, facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 46(6), 630–633. <https://doi.org/10.1002/eat.22141>
- Tiggemann, M. (2013). Objectification theory: Of relevance for eating disorder researchers and clinicians? *Clinical Psychologist*, 17(2), 35–45.
<https://doi.org/10.1111/cp.12010>
- Tubert, S. (2010). Los ideales culturales de la feminidad y sus efectos sobre el cuerpo de las mujeres. *Quaderns de psicologia. International journal of psychology*, 12 (2), pp. 161-74, <https://raco.cat/index.php/QuadernsPsicologia/article/view/215014>
- Turja, T., Oksanen, A., Kaakinen, M., Sirola, A., Kaltiala-Heino, R., y Räsänen, P. (2017). Proeating disorder websites and subjective well-being: A four-country study on young people. *International Journal of Eating Disorders*, 50(1), 50–57.
<https://doi.org/10.1002/eat.22589>

- Vartanian, L. R. y Dey, S. (2013). Self-concept clarity, thin-ideal internalization, and appearance-related social comparison as predictors of body dissatisfaction. *Body Image*, 10(4), 495–500. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.05.004>
- Vasilachis de Gialdino, I (coord). (2006). *Estrategias de investigación cualitativa*. Editorial gedisa.
- Varela, N. (2019). *Feminismo 4.0. La cuarta ola*. Penguin Random House Grupo Editorial.
- Vega, A. (2014) El tratamiento de la violencia contra las mujeres en los medios de comunicación. *Comunicación y medios*, (30), pp. 9-25. ISSN-e 0719-1529
- Velez, B. L., Campos, I. D., & Moradi, B. (2015). Relations of sexual objectification and racist discrimination with Latina women's body image and mental health. *The Counseling Psychologist*, 43(6), 906–935. <https://doi.org/10.1177/0011000015591287>
- Viveros, M. (2016). La interseccionalidad: una aproximación situada a la dominación. *Debate Feminista*. (52). pp. 1-17. <http://dx.doi.org/10.1016/j.df.2016.09.005>
- Weber, M. (1958). *Ensayos sobre metodología sociológica*. Amorrortu editores.
- Wiseman, C. V., Gray, J. J., Mosimann, J. E., y Ahrens, A. H. (1992). Cultural expectations of thinness in women: An update. *International Journal of Eating Disorders*, 11(1), 85–89. doi:10.1002/1098-108x(199201)11:1<85::aid-eat2260110112>3.0.co;2-t
- Wick, M. R. y Keel, P. K. (2020). Posting edited photos of the self: Increasing eating disorder risk or harmless behavior? *International Journal of Eating Disorders*, 53(6), 864–872. doi:10.1002/eat.23263
- Williams, R. J., & Ricciardelli, L. A. (2014). Social Media and Body Image Concerns: Further Considerations and Broader Perspectives. *Sex Roles*, 71(11-12), 389–392. doi:10.1007/s11199-014-0429-x
- Wilksch, S. M., O’Shea, A., Ho, P., Byrne, S., & Wade, T. D. (2019). The relationship between social media use and disordered eating in young adolescents. *International Journal of Eating Disorders*. pp. 1-11 doi:10.1002/eat.23198

- Wolf, M., Theis, F., & Kordy, H. (2013). Language Use in Eating Disorder Blogs: Psychological Implications of Social Online Activity. *Journal of Language and Social Psychology*, 32(2), 212–226. <https://doi.org/10.1177/0261927X12474278>
- Wolf, N. (1991). *El mito de la belleza*. Emecé Editores.
- Yom-Tov, E., & Boyd, D. M. (2014). On the link between media coverage of anorexia and pro-anorexic practices on the web. *International Journal of Eating Disorders*, 47(2), pp. 196–202. <https://doi.org/10.1002/eat.22195>
- Zafra, E. (2008). Los trastornos del comportamiento alimentario como “estares alimentarios”: entre el placer (bienestar) y el conflicto (malestar). En Romaní, O; Larrea, C. y Fernández, J. (coords.) [2008] *Antropología de la medicina, metodologías e interdisciplinariedad: de las teorías a las prácticas académicas y profesionales*. (pp. 233-247). Ankulegi Antropologia Elkarte. <https://www.ankulegi.org/es/2-antropologia-de-la-medicina-metodologias-e-interdisciplinariedad-de-las-teorias-a-las-practicas-academicas-y-profesionales/>
- Zenone M, Ow N, Barbic S. (2021). TikTok and public health: a proposed research agenda. *BMJ Global Health*, 6. 1-3.10.1136/bmjgh-2021-007648
- Zeiler, K., & Folkmarson, L. (2014). *Feminist Phenomenology and Medicine*. Nueva York: Suny Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Zillmer, J. y Díaz-Medina, B. (2018). Revisión Narrativa: Elementos que la constituyen y sus potencialidades. *Journal of Nursing and Health*, 8(1). pp.1-2. <http://dx.doi.org/10.15210/jonah.v8i1.13654>

Anexos

Instrumentos para la recolección de datos #1: Guía de observación para “Grupo de Apoyo TCA en Whatsapp”

Fecha:

Objetivo: Describir las prácticas en relación con el TCA que ayuden a identificar los significados sobre la construcción de la IC.

Datos de registro

- Descripción del grupo de *Whatsapp*

- Número de participantes

Conceptos	Categoría de trabajo de campo	Aspectos a Observar	Anotaciones e información de registro
<p>Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA)</p> <p>Redes Sociodigitales (RRSS)</p> <p>Adolescencia</p>	<p>Los significados que giran en torno al TCA</p> <p>Las dimensiones médicas y familiares-sociales del TCA</p> <p>Representación del TCA en RRSS</p> <p>Cómo aparece el TCA en su vida cotidiana</p> <p>Situaciones a lo largo del TCA</p> <p>La construcción social del TCA desde RRSS</p> <p>Participación de la adolescencia ante</p>	<p>1.Prácticas de uso del grupo</p> <p>2.Formas de comunicación entre las usuarias participantes, enfocado en los procesos de recaídas y motivaciones para recuperarse.</p> <p>3.Principales temas de conversación; con base en los elementos textuales, visuales y audiovisuales expresados en el grupo, organizados en categorías temáticas.</p>	<p>*Este registro se está realizando en un diario de campo, en un documento adicional*</p>

	<p>los TCA a través de RRSS</p> <p>Expresiones sobre los alimentos y la comida</p> <p><i>Significados</i></p> <p><i>Prácticas</i></p>		
Adolescencia	<p>Momento de vida</p> <p>Edad de los 11 a 20 años</p> <p><i>Prácticas</i></p> <p><i>Significados</i></p>	<p>4.Mensajes que lleguen a expresar la edad de las participantes o que sean exclusivos de la edad.</p> <p>5.Elementos textuales y visuales que ayuden a conocer la ubicación geográfica en la que se encuentran las participantes</p>	
<p>Imagen Corporal (IC)</p> <p>Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA)</p>	<p>Dimensión personal y familiar-social del TCA</p> <p>Dimensión médica del TCA</p> <p>Cambios en su cuerpo</p>	<p>6.Mención del entorno social (familia, pares, sociedad) en relación al TCA y su IC.</p> <p><i>Ejemplo: si realizan comentarios sobre los cambios en su IC, o si presentan apoyo por parte de ellos y de qué forma.</i></p>	

<p>Redes Sociodigitales (RRSS)</p> <p>Adolescencia</p>	<p>Emociones expresadas sobre su IC</p> <p>Significados que giran en torno al cuerpo</p> <p>Análisis y comparación de su IC</p> <p><i>Significados</i></p> <p><i>Prácticas</i></p>	<p>7.Elementos visuales y audiovisuales que suelen subir al grupo sobre los cambios en su IC, clasificados por temáticas.</p> <p>8.Mensajes en el grupo organizados en categorías acerca de su IC</p>	
	<p>Negociación con el cuerpo hegemónico femenino</p> <p>Representación de la IC en RRSS</p> <p>Emociones expresadas sobre su IC</p> <p>Negociación con las RRSS</p>	<p>9.Mensajes organizados en categorías que hablen sobre las RRSS en el proceso de TCA.</p> <p>10.Mensajes organizados en categorías que hablen sobre las RRSS y su IC.</p>	

	<p><i>Papel de las RRSS</i></p> <p><i>Significados</i></p>		
	<p>Participación de la adolescencia ante los TCA a través de RRSS</p> <p>Participación como agentes sociales</p> <p>Situaciones a lo largo del TCA</p> <p>Representación del TCA en RRSS</p> <p>Negociación con las RRSS</p> <p>Representación de la IC en RRSS</p> <p>Emociones expresadas sobre su IC</p>	<p>11.Mensajes que expresan las prácticas de uso de RRSS relacionados con el TCA y la IC, a partir del Estado del Arte y el Planteamiento del Problema.</p>	

	Análisis y comparación de su IC <i>Prácticas</i>		
--	---	--	--

Fuente: Elaboración propia

Los elementos textuales y visuales de las conversaciones en el grupo, se dividieron en grupos y carpetas en Google Drive.

Instrumento de recolección de datos #2: Guía de observación para cuentas en *Instagram*

Fecha:

Objetivo: Identificar las prácticas y sucesos sobre el TCA de la adolescente, y conocer los significados atribuidos a su IC, en relación a la historia del padecimiento.

Datos del perfil social:

- Nombre de la persona y nombre de usuaria:
- Descripción en su perfil de *Instagram*:
- Número de seguidores:
- Fecha de la primera publicación:
- Lugar de origen:
- Número de fotografías publicadas en su perfil :

Concepto	Categoría de trabajo de campo	Aspectos a Observar	Anotaciones e información de registro

Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA)	Representación del TCA en RRSS	1. Expresión del entorno social (pares, familiares, sociedad) en RRSS con respecto a su vida con TCA	*Este registro se está realizando en un diario de campo, en un documento adicional*
	Cómo aparece el TCA en su vida cotidiana	2. Expresión de su vida con TCA en las RRSS	
	Dimensión personal y familiar-social del TCA		
	Situaciones a lo largo del TCA		
	<i>Significados</i>		
	<i>Papel o rol de las RRSS</i>		
	<i>Prácticas</i>		
	Los significados que giran en torno al TCA	3. La forma en la que se dialoga sobre el TCA en las cuentas.	
	Expresiones sobre los alimentos y la comida		
	<i>Prácticas</i>		
	<i>Significados</i>		
	Expresiones sobre los alimentos y la comida	4. Expresión del TCA a través de sus	

	<p>Dimensión personal del TCA</p> <p>Representación del TCA en RRSS</p> <p>Situaciones a lo largo del TCA</p> <p><i>Significados</i></p>	<p>publicaciones, hashtags e historias destacadas</p>	
	<p>Dimensión médica del TCA</p> <p>Dimensión personal del TCA</p> <p><i>Papel o rol de las RRSS</i></p>	<p>5. Formas de expresión sobre la labor de lxs profesionales de la salud en el TCA</p>	
	<p>Los significados que giran en torno al TCA</p> <p>Representación del TCA en RRSS</p> <p><i>Prácticas</i></p> <p><i>Significados</i></p>	<p>6. Imágenes y texto de las publicaciones organizadas en categorías temáticas de acuerdo con la pregunta de investigación</p>	
<p>Imagen Corporal (IC)</p>	<p>Representación de la IC en RRSS</p>	<p>7. Emociones e imágenes expresadas en sus</p>	

	<p>Cambios en su cuerpo</p> <p>Emociones expresadas sobre su IC</p> <p><i>Significados</i></p>	<p>publicaciones con respecto a los cambios en su IC</p>	
	<p>Cambios en su cuerpo</p> <p>Significados que giran en torno al cuerpo</p> <p>Emociones expresadas sobre su IC</p> <p>Representación de la IC en RRSS</p> <p><i>Significados</i></p>	<p>8.Formas de definir a su cuerpo en RRSS (cuerpo sano, cuerpo enfermo...)</p>	
	<p>Análisis y comparación de su IC</p> <p>Emociones expresadas sobre su IC</p> <p>Cambios en su cuerpo</p> <p>Significados que giran en torno al cuerpo</p>	<p>9.Expresiones e imágenes sobre el aumento de peso o engordar</p>	

	<p>Negociación con el cuerpo hegemónico femenino</p> <p><i>Significados</i></p>		
	<p>Significados que giran en torno al cuerpo</p> <p>Representación de la IC en RRSS</p> <p>Negociación con el cuerpo hegemónico femenino</p> <p><i>Significados</i></p>	<p>10. Formas en la que se muestra el cuerpo y el rostro (incluyendo poses y filtros)</p>	
	<p>Significados que giran en torno al cuerpo</p> <p>Negociación con el cuerpo hegemónico femenino</p> <p>Análisis y comparación de su IC</p> <p>Emociones expresadas sobre su IC</p> <p>Representación de la IC en RRSS</p>	<p>11. Imágenes y texto de las publicaciones organizadas en categorías temáticas, en relación con el Planteamiento del Problema</p>	

	<p>Cambios en su cuerpo</p> <p><i>Prácticas</i></p> <p><i>Significados</i></p>		
Redes Sociodigitales (RRSS)	<p>Las RRSS antes del diagnóstico</p> <p>Las RRSS después del diagnóstico</p> <p>La construcción social del TCA desde RRSS</p> <p><i>Papel o rol de las RRSS</i></p>	12.Mensajes en las cuentas que expresan el papel de las RRSS en el TCA	
	<p>La construcción social del TCA desde RRSS</p> <p>Prácticas de uso</p> <p><i>Prácticas</i></p>	13.Prácticas de uso que se le da a las RRSS por medio de sus publicaciones (imagen y texto), hashtags e interacciones entre cuentas. (Por ejemplo: como uso terapéutico, como un diario, como un uso mecánico, como redes de apoyo, etc...)	
	<p>La construcción social del TCA desde RRSS</p>	14.Emociones e imágenes expresadas en sus	

	<i>Significados</i>	publicaciones con respecto al TCA	
Adolescencia	Momento de Vida Negociación con las RRSS Edad de los 11 a los 20 años <i>Significados</i>	15. Expresión particular de la etapa de vida en RRSS	
	Participación de la adolescencia ante los TCA a través de RRSS Negociación con las RRSS Participación como agentes sociales <i>Prácticas</i>	16. Formas de uso e interacción en RRSS	

Fuente: Elaboración Propia

Las imágenes y publicaciones categorizadas se organizaron en carpetas en Google Drive.

Instrumento para la recolección de datos #3: Guía de entrevista (historia de vida)

Cabe señalar, que esta guía sirvió como orientación, y se reestructuró en función de la observación, de saber realmente quién es la mujer con la que se elaborará la historia

de vida y en función de cómo iba surgiendo la charla. Así pues, esta guía terminó por convertirse solamente en guía temática, utilizando las categorías planteadas.

ACLARACIÓN: A todas las mujeres y adolescentes, previamente se les comentó sobre el manejo de su información y su imagen, y se les agradeció por acceder a platicar conmigo. Les comenté que todo lo que me dijeran sería muy valioso; que pueden sentirse seguras y en confianza de que esto se utilizará para fines académicos.

Fecha:

Objetivo: Profundizar en la información recabada mediante la observación participante digital para responder a los propósitos de la investigación.

Conceptos	Categoría de trabajo de campo	Temáticas para la entrevista	Guía de entrevista	Anotaciones
		<i>Rapport</i>	<p><i>Preguntas para generar confianza, introductorias.</i></p> <p><i>Una charla normal, medio informal (“Cuéntame de ti, quién eres, qué te gusta hacer”....)</i></p> <p><i>Preguntar por la edad</i></p> <p><i>Agradezco que hayas aceptado a hablar conmigo para este proyecto. Todo lo que digas será valioso para la tesis. Siéntete en la libertad de comentar y expresar todo lo que quieras, gustes, decidas. La información es anónima, es decir, no</i></p>	

			<p><i>revelaremos tu nombre, sólo lo que dices pero con otro nombre.</i></p> <p><i>¿Estás de acuerdo?</i></p> <p><i>Ten por seguro que tus comentarios son valiosos e importantes. Si gustas parar o continuar en otra sesión, me comentas y con gusto le seguimos otro día. Lo que me gustaría es que te sintieras escuchada y que te sientas cómoda, es el propósito principal de esta plática.</i></p> <p><i>*Comentar sobre los aspectos éticos de los datos y el manejo de su imagen y su información*</i></p>	
	<p>Nivel Socioeconómico</p>	<p><i>Actualmente,</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <i>1. ¿A qué te dedicas?</i> <i>2. ¿Qué estudias?</i> <i>3. ¿Con quién vives?</i> <i>4. ¿A qué se dedica tu familia?</i> <i>5. ¿Cómo es la relación con tu familia?</i> <i>6. ¿Cuál es la escolaridad de tu mamá ¿La de tu papá?</i> <i>7. ¿De quién dependes económicamente?</i> 		

		<p>8. <i>¿Cuál es la ocupación o trabajo de quien dependes económicamente?</i></p> <p>9. <i>¿Estás en una escuela pública o privada? ¿Desde cuándo?</i></p> <p>10. <i>¿Desde cuándo estás diagnosticada con TCA?</i></p> <p>11. <i>¿Cuándo te dicen que presentas un caso de TCA?</i></p> <p>12. <i>¿Cuál es tu género?</i></p> <p>13. <i>¿De dónde eres? ¿Qué me cuentas de por allá? ¿Cómo es (Argentina, Bolivia, etc.)?</i></p> <p>14. <i>Oye, ¿y qué redes sociales utilizas más? ¿Cuál es tu red social favorita? ¿Por qué?</i></p>		
TCA IC Adolescencia	<p>Los significados que giran en torno al TCA</p> <p>Situaciones a lo largo del TCA</p> <p>Expresiones sobre los</p>	Antes del diagnóstico de TCA	<p>1. Cuéntame tu historia. ¿Cómo era tu vida antes de ser diagnosticada con Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA)?</p> <p>2. ¿Cuáles son tus recuerdos sobre la primera vez que realizaste una dieta?</p>	

	<p>alimentos y la comida</p> <p>Dimensión personal y familiar-social del TCA</p> <p>Dimensión médica del TCA</p> <p>Momento de vida</p> <p><i>Prácticas</i></p> <p><i>Significados</i></p>		<p>3. ¿Cuándo fue que pensaste que podías presentar un caso de TCA?</p> <p>4. En ese periodo de vida en el que desarrollabas tu TCA, ¿cómo te sentías? ¿Qué hacías cuando fuiste diagnosticada?</p> <p>5. Antes de ser diagnosticada con TCA, ¿cómo era la relación con tu familia? ¿Y con tus amigos?</p>	
<p>TCA</p> <p>IC</p> <p>Adolescencia</p> <p>RRSS</p>	<p>Situaciones a lo largo del TCA</p> <p>Cómo aparece el TCA en su vida cotidiana</p> <p>Las RRSS antes del diagnóstico</p> <p>Emociones expresadas sobre su IC</p>		<p>Imagen Corporal y RRSS en el desarrollo de TCA</p> <p>6. Cuéntame, ¿a quién le comunicaste que tenías TCA cuando recién supiste tu diagnóstico?</p> <p>7. ¿Me podrías describir el cuerpo que tenías antes de tu diagnóstico de TCA? ¿Cómo te sentías?</p> <p>8. ¿Cómo crees que influyeron las redes sociales en el desarrollo del TCA?</p>	

	<p>Significados que giran en torno al cuerpo</p> <p>Participación de la adolescencia ante los TCA a través de RRSS</p> <p><i>Significados</i></p> <p><i>Papel o rol de las RRSS</i></p>			
<p>IC</p> <p>RRSS</p> <p>TCA</p>	<p>Análisis y comparación de su IC</p> <p>Las RRSS antes del diagnóstico</p> <p>Significados que giran en torno al cuerpo</p> <p>Prácticas de uso</p> <p>Representación de la IC en RRSS</p>		<p>Análisis y comparación del cuerpo femenino</p> <p>9. ¿Has comparado tu cuerpo con el que solías tener antes de tu diagnóstico de TCA en redes sociales?</p> <p>10. ¿Qué opinas sobre tu cuerpo actualmente? ¿Qué diferencias encuentras con el que tenías antes de ser diagnosticada con TCA?</p> <p>11. ¿Qué contenido solías subir a redes sociales?</p> <p>12. Cuando publicabas alguna fotografía en redes sociales, ¿cómo</p>	

	<p><i>Prácticas</i></p> <p><i>Significados</i></p> <p><i>Papel o rol de las RRSS</i></p>		<p>presentabas tu cuerpo? y, ¿cómo te sentías al verte?</p> <p>13. Cuando publicabas una fotografía de tu cuerpo, ¿qué te solían comentar en redes sociales?</p> <p>14. ¿Quiénes son las personas que más opinaban sobre tu cuerpo?</p> <p>15. ¿Cómo evaluarías los comentarios que te hacen en redes sociales sobre tu cuerpo?</p> <p>16. ¿Te ha llegado a afectar (de forma positiva o negativa) algún comentario u opinión sobre tu cuerpo en redes sociales? Y si sí, ¿me podrías dar algún ejemplo que recuerdes?</p>	
<p>RRSS</p> <p>TCA</p> <p>Adolescencia</p>	<p>Prácticas de uso</p> <p>Expresiones sobre los alimentos y la comida</p> <p>Las RRSS antes del diagnóstico</p>		<p>Las RRSS antes del diagnóstico de TCA</p> <p>17. Antes de tu diagnóstico, ¿qué recuerdos tienes sobre cómo utilizabas las redes sociales?</p> <p>18. ¿Qué cuentas o contenido en redes sociales te atraían más?</p>	

	<p>La construcción social del TCA desde RRSS</p> <p>Dimensión personal del TCA</p> <p>Los significados que giran en torno al TCA</p>		<p>19. ¿Recuerdas cuál era tu <i>influencer</i> favorito(a)? ¿Me puedes contar por qué?</p> <p>20. ¿Solías consumir contenido en redes sociales sobre alimentación, cuerpo y vida saludable antes de tu TCA? Y si sí, ¿me podrías dar algún ejemplo?</p> <p>21. ¿Han cambiado las formas de uso de tus redes sociales a lo largo de tu vida? ¿En qué sentido? ¿Las cuentas que sigues en redes sociales, son diferentes a las que seguías antes de tu diagnóstico?</p> <p>22. Desde tu diagnóstico del TCA hasta hoy en día, ¿qué usos les has dado a las redes sociales?</p> <p>23. Desde tu opinión, ¿cuál es la relación que existe entre TCA y las redes sociales?</p>	
TCA IC RRSS	Las RRSS después del diagnóstico de TCA	Después del diagnóstico de TCA y Actualidad	Afrontando el TCA 24. ¿Quién(es) ha(n) sido tu mayor apoyo o soporte	

	<p>Situaciones a lo largo del TCA</p> <p>Dimensión familiar-social del TCA</p> <p>Dimensión médica del TCA</p> <p>Dimensión personal del TCA</p> <p><i>Prácticas</i></p> <p><i>Significados</i></p> <p><i>Papel o rol de las RRSS</i></p>		<p>desde el diagnóstico hasta hoy en día?</p> <p>25. ¿Cómo crees que han influido las redes sociales en este proceso de recuperación?</p> <p>26. ¿Cómo estás enfrentando la actual etapa?</p>	
<p>TCA</p> <p>IC</p> <p>RRSS</p>	<p>Prácticas de uso</p> <p>Las RRSS después del diagnóstico</p> <p>Significados que giran en torno al cuerpo</p> <p><i>Prácticas</i></p>		<p>Imagen Corporal y RRSS después del diagnóstico de TCA</p> <p>27. En esta etapa de enfrentar el TCA, ¿de qué manera utilizas las redes sociales?</p> <p>28. Actualmente, ¿a quiénes sigues en redes sociales? ¿Qué <i>influencers</i> te gustan más? ¿Por qué?</p>	

	<p><i>Significados</i></p> <p><i>Papel o rol de las RRSS</i></p>		<p>29. ¿Qué relación encuentras entre tu IC y las redes sociales?</p>	
<p>IC</p> <p>RRSS</p>	<p>Emociones expresadas sobre su IC</p> <p>Las RRSS después del diagnóstico</p> <p>Cambios en su cuerpo</p> <p>Negociación con el cuerpo hegemónico femenino</p> <p><i>Papel o rol de las RRSS</i></p> <p><i>Significados</i></p>		<p>Análisis y comparación del cuerpo femenino</p> <p>30. Actualmente, ¿cómo tomas la opinión que te dan sobre tu cuerpo?</p> <p>31. ¿Te ha llegado a afectar algún comentario sobre tu cuerpo en redes sociales, ya sea de forma positiva o negativa? Y si sí, ¿qué recuerdo tienes sobre ello?</p> <p>32. Actualmente, ¿percibes o notas cambios en tu cuerpo? ¿En qué momento?</p>	
<p>RRSS</p> <p>TCA</p>	<p>Prácticas de uso</p> <p>Las RRSS después del diagnóstico</p>		<p>Las RRSS después del diagnóstico de TCA</p> <p>33. ¿Qué contenido empezaste a consultar en las redes</p>	

	<p>Representación del TCA en RRSS</p> <p>La construcción social del TCA desde RRSS</p> <p>Expresiones sobre los alimentos y la comida</p> <p><i>Prácticas</i></p> <p><i>Significados</i></p> <p><i>Papel o rol de las RRSS</i></p>		<p>sociales a partir de que te diagnosticaron con TCA?</p> <p>34. ¿Cuáles son las razones por las que muestras la evolución del TCA en redes sociales?</p> <p>35. Veo que publicaste sobre “<i>fear food</i>”, ¿en qué te ayuda publicar sobre esto?</p> <p>36. Dada tu actividad en redes sociales, ¿cómo piensas que las redes sociales han modificado tu relación con la comida?</p> <p>37. ¿Qué influencia les atribuyes para continuar con tu etapa de recuperación de un TCA? ¿En qué te ayudan y en qué no?</p>	
--	--	--	--	--

Fuente: Elaboración propia

Cartas de consentimiento informado (Menor y mayor de edad)

#1 ESTUDIO SOBRE LA CONSTRUCCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL EN MUJERES ADOLESCENTES, USUARIAS DE REDES SOCIODIGITALES, DIAGNOSTICADAS CON UN TRASTORNO DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA.

Nombre de la persona participante: [REDACTED]

Querétaro, Querétaro 2 de DIAGNÓSTICADAS de 2022

Tutor(a) de la participante: CARMEN LEÓN (MAMÁ)

Por medio de la presente doy mi consentimiento de que la menor participe a través de **entrevistas y observaciones** en la tesis de maestría "Experiencias de Mujeres Adolescentes con un Trastorno de la Conducta Alimentaria: Comprender la Construcción Social de la Imagen Corporal desde las Redes Sociodigitales" de la alumna Ana Sofía Apodaca Cabrera (Expediente: 309177), desarrollada en la Universidad Autónoma de Querétaro, Querétaro, México.

Al firmar, suscribo que ya se me explicó sobre la investigación, y que comprendo los propósitos de la misma. También, suscribo que los datos de las redes sociales de la menor, utilizados para la realización de observaciones, permanecerán de forma anónima, y que en las capturas de pantalla no aparecerá ninguna información que permita identificarla. Además, acepto que la menor participe en las entrevistas, reconociendo que su identidad será protegida.

Soy consciente de que es un estudio científico social, y que la información recopilada sirve para construir estrategias que atiendan a las necesidades de la población, en lo que respecta al ámbito de la salud y particularmente los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

Se me ha notificado que obtendré aclaraciones a cualquier duda que pueda surgir durante la participación en el estudio y que estoy en libertad de solicitar información adicional acerca de los riesgos y beneficios, así como los resultados derivados de la participación en la investigación. Asimismo, en caso de querer o de ser necesario, soy libre de discontinuar la participación de la menor.

Por otra parte, la representante de este trabajo me aclaró que toda la información expresada es estrictamente confidencial. Todo será de manera anónima para fines del estudio. La menor no será identificada bajo ninguna razón.

[Firma] CARMEN LEÓN (MAMÁ)
Firma de aceptación

En caso de tener duda o comentario sobre la entrevista, la investigación o cualquier tema con respecto a la información del presente estudio, no dude en contactarse con la responsable: Ana Sofía Apodaca Cabrera (aapodaca12@alumnos.uaq.mx), estudiante de Maestría en Comunicación y Cultura Digital en Universidad Autónoma de Querétaro.

**ESTUDIO SOBRE LA CONSTRUCCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL EN MUJERES
ADOLESCENTES, USUARIAS DE REDES SOCIODIGITALES, DIAGNOSTICADAS CON UN
TRASTORNO DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA.**

Nombre de la persona participante: Ald 

Querétaro, Querétaro 19 de Agosto de 2022


Por medio de la presente doy mi consentimiento para participar a través de **entrevistas y observaciones** en la tesis de maestría "Experiencias de Mujeres Adolescentes con un Trastorno de la Conducta Alimentaria: Comprender la Construcción Social de la Imagen Corporal desde las Redes Sociodigitales" de la alumna Ana Sofía Apodaca Cabrera (Expediente: 309177), desarrollada en la Universidad Autónoma de Querétaro, Querétaro, México.

Al firmar, suscribo que ya se me explicó sobre la investigación, y que comprendo los propósitos de la misma. También, suscribo que los datos de mis redes sociales, utilizados para la realización de observaciones, permanecerán de forma anónima, y que en las capturas de pantalla no aparecerá ninguna información que permita mi identificación. Además, acepto participar en las entrevistas, reconociendo que mi identidad será protegida.

Soy consciente de que es un estudio científico social, y que la información recopilada sirve para construir estrategias que atiendan a las necesidades de la población, en lo que respecta al ámbito de la salud y particularmente los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

Se me ha notificado que obtendré aclaraciones a cualquier duda que pueda surgir durante la participación en el estudio y que estoy en libertad de solicitar información adicional acerca de los riesgos y beneficios, así como los resultados derivados de la participación en la investigación. Asimismo, en caso de querer o de ser necesario, soy libre de discontinuar mi participación.


Por otra parte, la representante de este trabajo me aclaró que toda la información expresada es estrictamente confidencial. Todo será de manera anónima para fines del estudio.



Firma de aceptación

En caso de tener duda o comentario sobre la entrevista, la investigación o cualquier tema con respecto a la información del presente estudio, no dude en contactarse con la responsable: Ana Sofía Apodaca Cabrera (aapodaca12@alumnos.uaq.mx), estudiante de Maestría en Comunicación y Cultura Digital en Universidad Autónoma de Querétaro.

ESTUDIO SOBRE LA CONSTRUCCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL EN MUJERES ADOLESCENTES, USUARIAS DE REDES SOCIODIGITALES, DIAGNOSTICADAS CON UN TRASTORNO DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA.

Nombre de la persona participante: Semi 
Querétaro, Querétaro 27 de noviembre de 2022

Por medio de la presente doy mi consentimiento para participar a través de **entrevistas y observaciones** en la tesis de maestría "Experiencias de Mujeres Adolescentes con un Trastorno de la Conducta Alimentaria: Comprender la Construcción Social de la Imagen Corporal desde las Redes Sociodigitales" de la alumna Ana Sofía Apodaca Cabrera (Expediente: 309177), desarrollada en la Universidad Autónoma de Querétaro, Querétaro, México.

Al firmar, suscribo que ya se me explicó sobre la investigación, y que comprendo los propósitos de la misma. También, suscribo que los datos de mis redes sociales, utilizados para la realización de observaciones, permanecerán de forma anónima, y que en las capturas de pantalla no aparecerá ninguna información que permita mi identificación. Además, acepto participar en las entrevistas, reconociendo que mi identidad será protegida.

Soy consciente de que es un estudio científico social, y que la información recopilada sirve para construir estrategias que atiendan a las necesidades de la población, en lo que respecta al ámbito de la salud y particularmente los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

Se me ha notificado que obtendré aclaraciones a cualquier duda que pueda surgir durante la participación en el estudio y que estoy en libertad de solicitar información adicional acerca de los riesgos y beneficios, así como los resultados derivados de la participación en la investigación. Asimismo, en caso de querer o de ser necesario, soy libre de discontinuar mi participación.

Por otra parte, la representante de este trabajo me aclaró que toda la información expresada es estrictamente confidencial. Todo será de manera anónima para fines del estudio.



Firma de aceptación

En caso de tener duda o comentario sobre la entrevista, la investigación o cualquier tema con respecto a la información del presente estudio, no dude en contactarse con la responsable: Ana Sofía Apodaca Cabrera (aapodaca12@alumnos.uaq.mx), estudiante de Maestría en Comunicación y Cultura Digital en Universidad Autónoma de Querétaro.

ESTUDIO SOBRE LA CONSTRUCCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL EN MUJERES
ADOLESCENTES, USUARIAS DE REDES SOCIODIGITALES, DIAGNOSTICADAS CON UN
TRASTORNO DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA.

Nombre de la persona participante Alma Leidy Hernández Duidn

Querétaro, Querétaro ___ de _____ de 2022

Por medio de la presente doy mi consentimiento para participar a través de entrevistas y observaciones en la tesis de maestría "Experiencias de Mujeres Adolescentes con un Trastorno de la Conducta Alimentaria: Comprender la Construcción Social de la Imagen Corporal desde las Redes Sociodigitales" de la alumna Ana Sofía Apodaca Cabrera (Expediente: 309177), desarrollada en la Universidad Autónoma de Querétaro, Querétaro, México.

Al firmar, suscribo que ya se me explicó sobre la investigación, y que comprendo los propósitos de la misma. También, suscribo que los datos de mis redes sociales, utilizados para la realización de observaciones, permanecerán de forma anónima, y que en las capturas de pantalla no aparecerá ninguna información que permita mi identificación. Además, acepto participar en las entrevistas, reconociendo que mi identidad será protegida.

Soy consciente de que es un estudio científico social, y que la información recopilada sirve para construir estrategias que atiendan a las necesidades de la población, en lo que respecta al ámbito de la salud y particularmente los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

Se me ha notificado que obtendré aclaraciones a cualquier duda que pueda surgir durante la participación en el estudio y que estoy en libertad de solicitar información adicional acerca de los riesgos y beneficios, así como los resultados derivados de la participación en la investigación. Asimismo, en caso de querer o de ser necesario, soy libre de discontinuar mi participación.

Por otra parte, la representante de este trabajo me aclaró que toda la información expresada es estrictamente confidencial. Todo será de manera anónima para fines del estudio.

Alma Leidy Hernández Duidn

Firma de aceptación

En caso de tener duda o comentario sobre la entrevista, la investigación o cualquier tema con respecto a la información del presente estudio, no dude en contactarse con la responsable: Ana Sofía Apodaca Cabrera (aapodaca12@alumnos.uaq.mx), estudiante de Maestría en Comunicación y Cultura Digital en Universidad Autónoma de Querétaro.

**ESTUDIO SOBRE LA CONSTRUCCIÓN DE LA IMAGEN CORPORAL EN MUJERES
ADOLESCENTES, USUARIAS DE REDES SOCIODIGITALES, DIAGNOSTICADAS CON UN
TRASTORNO DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA.**

Nombre de la persona participante: M. E. [REDACTED]

Querétaro, Querétaro 2 de _____ de 2022


Por medio de la presente doy mi consentimiento para participar a través de **entrevistas y observaciones** en la tesis de maestría "Experiencias de Mujeres Adolescentes con un Trastorno de la Conducta Alimentaria: Comprender la Construcción Social de la Imagen Corporal desde las Redes Sociodigitales" de la alumna Ana Sofía Apodaca Cabrera (Expediente: 309177), desarrollada en la Universidad Autónoma de Querétaro, Querétaro, México.

Al firmar, suscribo que ya se me explicó sobre la investigación, y que comprendo los propósitos de la misma. También, suscribo que los datos de mis redes sociales, utilizados para la realización de observaciones, permanecerán de forma anónima, y que en las capturas de pantalla no aparecerá ninguna información que permita mi identificación. Además, acepto participar en las entrevistas, reconociendo que mi identidad será protegida.

Soy consciente de que es un estudio científico social, y que la información recopilada sirve para construir estrategias que atiendan a las necesidades de la población, en lo que respecta al ámbito de la salud y particularmente los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

Se me ha notificado que obtendré aclaraciones a cualquier duda que pueda surgir durante la participación en el estudio y que estoy en libertad de solicitar información adicional acerca de los riesgos y beneficios, así como los resultados derivados de la participación en la investigación. Asimismo, en caso de querer o de ser necesario, soy libre de discontinuar mi participación.

Por otra parte, la representante de este trabajo me aclaró que toda la información expresada es estrictamente confidencial. Todo será de manera **anónima** para fines del estudio.


Firma de aceptación

En caso de tener duda o comentario sobre la entrevista, la investigación o cualquier tema con respecto a la información del presente estudio, no dude en contactarse con la responsable: Ana Sofía Apodaca Cabrera (aapodaca12@alumnos.uaq.mx), estudiante de Maestría en Comunicación y Cultura Digital en Universidad Autónoma de Querétaro.