

Grado en Psicología
Trabajo de Fin de Grado
Curso 2014/2015

Modalidad: Estudio descriptivo

Título: La expansión de las páginas Pro-anorexia en la red.

Autor: Núria Muñoz Zapata

Tutora: Yolanda Quiles Marcos

Elche, 5 de Junio de 2015

Índice

1. Resumen.....	3
2. Introducción.....	3-7
3. Resultados.....	9-17
4. Conclusión.....	17-20
5. Referencias.....	21-22
6. Anexos.....	23
Tabla 1.....	10
Tabla 2.....	10
Tabla 3.....	11-12
Tabla 4.....	12



Resumen

La llegada de los trastornos de alimentación a la red ha provocado que internet se convierta en el cobijo de miles de jóvenes con problemas de alimentación. Esto se ha convertido en un problema puesto que los jóvenes no sólo visitan páginas informativas sobre los TCA, también se han convertido en partícipes de otros tipos de páginas que favorecen estos trastornos, las páginas “Pro-anorexia y Pro-bulimia”. Actualmente, este movimiento continúa creciendo a pesar de los intentos de instituciones y medios de comunicación por controlarlo, lo que da lugar a la aparición de más páginas que apoyan otros tipos de TCA como las páginas “Pro-ortorexia o Pro-Alisa.”

El presente trabajo realizará un análisis del discurso y contenido de tres blogs relacionados con este fenómeno con el fin de aportar un mayor conocimiento y concienciación sobre el tema en la actualidad. En los resultados se pueden observar las diferencias en los mensajes de los blogs en cuanto a cuestiones como la concepción de la enfermedad, el fenómeno en cuestión y sus opiniones acerca de los medios de comunicación, la sociedad, familia o sanidad en relación a la enfermedad, lo que supone una prueba más de la heterogeneidad del movimiento, sirviendo como reforzador de estas conductas en la red.

Palabras clave: blogs, pro-ana, pro-mia, trastornos alimentarios, anorexia, bulimia, internet, análisis del discurso.

Introducción

Existen muchas páginas informativas, tanto públicas como privadas, que se basan en criterios diagnósticos y aportan consejos, guías y ayudas para el tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y están dirigidos tanto para padres y profesores, como para adolescentes. Pero también se han creado webs que apoyan estas enfermedades y que están dirigidas sobre todo a adolescentes que sufren trastornos de la alimentación (Bermejo, Saul, y Jenaro, 2011). Estas son las páginas Pro-anorexia y Pro-bulimia, conocidas en la red como “Ana y Mía” que favorecen estos trastornos y se encuentran en mayor número en la red que aquellas mencionadas anteriormente. Desde su surgimiento, a día de hoy, continúan apareciendo cientos de páginas de este tipo diariamente, inmunes a cualquier tipo de control institucional (Campos, 2007). Y con el crecimiento incontrolable de éstas también está dando lugar a la aparición de otras páginas de estas mismas características que favorecen otros tipos de trastornos alimentarios, como ha sucedido con las páginas Pro-ortorexia,

llamadas páginas “Alisa” por estos usuarios. Esto significa que el fenómeno no sólo se expande en cuanto a la cantidad, también afecta a favorecer otros tipos de trastornos de los que, aunque por el momento solo tenemos conocimiento de este último, quién sabe si con el tiempo no encontramos por la web nombres para otros tipos de enfermedades mentales con el fin de promoverlas.

Los TCA, son enfermedades que tienen como característica principal la percepción distorsionada de la imagen física, llevando a estas personas a realizar conductas dañinas para alcanzar aquel ideal corporal que ellas consideran perfecto. Las principales representantes de este grupo son la anorexia nerviosa y la bulimia nerviosa. De acuerdo con el manual diagnóstico DSM-IV la principal característica de la anorexia nerviosa es el rechazo a mantener un peso corporal mínimo al considerado normal para su edad y talla, a un miedo intenso a ganar peso y como ya hemos comentado, a una alteración significativa de la percepción de la forma o tamaño del cuerpo.

Por lo general, la pérdida de peso se consigue mediante la disminución de la ingesta de alimentos, aunque otra forma de perder peso a la que suelen recurrir es mediante conductas purgativas, es decir, mediante la provocación intencionada del vómito o el uso de laxantes y diuréticos. Lo que en esencia diferencia a éste tipo de anorexia de la bulimia, es que en la bulimia ese miedo intenso a ganar peso no es tan acentuado, son capaces de mantener un índice de masa corporal igual al peso normal mínimo. En cuanto a un tercer trastorno relacionado con la alimentación, el cual también nos interesa conocer en este trabajo, es la ortorexia. La ortorexia es un trastorno alimentario que se caracteriza por la obsesión de comer comida considerada saludable para la persona. La persona tiende a evitar algunos alimentos como los que contienen grasas, aditivos, colorantes artificiales hasta finalmente tener una dieta tan restringida que les podría llevar a la desnutrición e incluso a la muerte.

Al igual que ocurre con muchas enfermedades psicológicas, la etiología de estos trastornos es multicausal, son el resultado de múltiples factores, habiendo influencia de componentes genéticos, sociales, metabólicos, de personalidad, etc. (Staudt, Rojo y Ojeda, 2006). Sin embargo, ya es bien sabido por muchos autores que de todos ellos, probablemente el componente más peligroso y al que se le ha de poner especial atención en la prevención y tratamiento de este tipo de trastornos, debido al gran poder de influencia que ejerce en los jóvenes, es el componente social. Puesto que, durante décadas, en las distintas culturas el cuerpo siempre ha estado ligado a lo social y cultural, existe una tendencia a modelar nuestro cuerpo para adaptarlo a las

normas y exigencias propias del ideal de cada cultura, y los grupos de jóvenes y adolescentes son el grupo más vulnerable a ser influido por las circunstancias del entorno en el que se ven rodeados (Behar, 2010).

En la actualidad nos encontramos en una época en dónde los medios de comunicación son en gran parte responsables de la conformación de la identidad de los jóvenes considerando la progresiva pérdida de autoridad de determinadas instituciones como las familias, la escuela, colegios y el estado (Sidun, 2009). Por tanto, es evidente que nos encontramos ante un panorama dónde internet se ha convertido en una herramienta indispensable de uso cotidiano, indispensable para el uso de una gran mayoría de personas, principalmente jóvenes. Es un lugar donde personas de distintas partes del mundo pueden reunirse, hablar y compartir opiniones acerca de su enfermedad, pero de igual modo que esto puede resultar beneficioso para ellas, por otra parte también pueden surgir grupos donde se apoyen en la realización de prácticas y toma de decisiones perjudiciales en contra de los modelos convencionales de salud, promovidas por un ambiente de apoyo y comprensión que no encuentran en la vida real. Entramos aquí al tema que nos concierne, nos referimos al fenómeno “Pro-Ana”, “Pro-Mia” y recientemente “Pro-Alisa”.

En los últimos años, continúa habiendo una gran polémica con respecto a estas páginas web debido a sus fracasos en el intento del cierre de éstas y su continua expansión. Este movimiento se inició en la época de los 90 en EE.UU llegando hasta Europa (Lago, Carrera, Bermúdez y Seijas, 2012), con un notable aumento en la época entre el 2006-2011 según la Agencia de Calidad de Internet (IQUA). En sus inicios, el surgimiento de estas páginas fue motivado principalmente para contradecir a aquellas otras que pretendían ayudar a las personas con TAC. Poco después tras el cierre de algunas de ellas, comenzaron a surgir más blogs de carácter privado y ahora la principal motivación consiste en establecer contacto entre ellos.

El movimiento Pro-anorexia consiste en la creación de numeroso contenido en internet (páginas web, blogs, chats, y actualmente en los grupos Whatsapp) de muy fácil acceso, el cual adopta una postura anti-recuperación de la enfermedad, visualizando la anorexia como algo a lo que han de aspirar, la anorexia como estilo de vida. Estas páginas web han aparecido como una nueva forma de comunicación de masas provocando notables efectos en la imagen corporal de la mujer y sus conductas hacia la alimentación (Bardone-Cone y Cass, 2007). Esta cuestión se ha convertido en un asunto de suma importancia puesto que los adolescentes son el grupo que presenta mayor prevalencia en TCA tanto en Latinoamérica como en los países

industrializados (Quintero-Párraga, Pérez- Montiel, Pirela, Acosta y Pineda, 2003). De modo que estas personas pasan a ser parte de un grupo donde se forma una identidad grupal, donde comparten metas (llegar a ser como Ana y Mia) y se dan apoyo frente a la adversidad, con la única condición de sentirse pertenecientes a este grupo que es padecer un TCA (da Silva, 2007; Gavin, Rodham y Poyer, 2008; Giles, 2006). Así, el compartir esta identidad entre este grupo de usuarios, provoca que se refuercen sus ideas y por tanto disminuya la probabilidad de compartir este problema con el exterior (amigos, familia, profesores, etc.) (Gavin, Rodham y Poyer, 2008).

En cuanto a su filosofía, estas páginas se avalan bajo la libertad de expresión, crean un mundo irreal en el que las personas que las visitan se ven envueltas y que únicamente favorece la extrema delgadez, que califican como la “perfección” y aportan las formas de llegar a esta. Se autodenominan “princesas” y defienden su estilo de vida con consejos de cómo alcanzarlo, con carreras para adelgazar y trucos para perder peso. Estos blogs suelen estar bastante elaborados, y con un aspecto muy femenino y múltiples iconos como mariposas y libélulas que simbolizan lo etéreo y la fragilidad, coronas de princesa, diademas, etc.

Con respecto al lenguaje que se utiliza, utilizan muchas palabras en inglés y otras son inventadas (Ana, Mia o Alisa) con la intención de enmascarar la realidad, atenuándola para que de este modo no suene tan terrible a como realmente es.

Este colectivo, con su propia subcultura, también ha establecido su propio credo. En algunos blogs aparecen oraciones cristianas (como el Ave María) modificadas haciendo referencia a su diosa Ana.

Sin embargo los apartados que más éxito tienen en estos blogs suelen ser las dietas y “*tips*”. Estos apartados, además de ser de los más visitados, son los más peligrosos. Los *tips* hacen referencia a los distintos trucos y métodos de adelgazar, infinitas estrategias que utilizan estas chicas para engañar a sus familias, amigos e incluso a sí mismas. Las dietas, por supuesto, no tienen ninguna validez científica y tratar de realizarlas supone poner en riesgo la salud. Algunas chicas llegan al extremo de hacerse autolesiones con el fin de perder calorías. A éste método lo llaman “*self-injury*” también es una forma de auto castigarse por sentirse culpables al haber fallado a Ana y Mia o para liberar sus emociones.

Existe otro apartado en estos blogs llamado “*thinspiration*”, este hace referencia a todas las imágenes de modelos y chicas delgadas, además de las frases, películas,

canciones... todo aquello que pueda inspirar a estas jóvenes a continuar con la pérdida de peso para alcanzar esa “perfección”.

Ahora bien, si estas páginas web suponen un peligro tan grave ¿por qué continúan existiendo? Se ha llevado a cabo el cierre de muchas de ellas, sin embargo esto sólo ha provocado la creación de otras muchas que son llevadas de forma oculta y que se radicalizan agravando el problema a causa de la ausencia de supervisión y control de estos medios. La comunicación es más rápida y eficaz hoy en día pero es un instrumento que del mismo modo que utilizado correctamente puede aportar enormes beneficios, su mal uso puede ser nefasto. Por ello, mediante este trabajo se pretende concienciar de la gravedad del asunto. Es preciso tomar las medidas necesarias para conseguir dar con el método correcto para al menos, reducir el problema, ya sea con el cierre de páginas, mensajes de advertencia al abrir éstas, dar información a los padres acerca del fenómeno para que sepan mejor cómo abordarlo o cualquier otro método que pueda resultar útil.

Objetivo general

Analizar el contenido y discurso de tres blogs pertenecientes a la comunidad Pro-anorexia para alcanzar una visión más aproximada de la realidad de este fenómeno en la actualidad.

Objetivos específicos

Describir e interpretar de la narrativa de los tres blogs analizados.

Conocer la percepción que las personas con este trastorno tienen de su enfermedad.

Proporcionar más conocimiento sobre la problemática de estos contenidos que pueden afectar seriamente al desarrollo de los adolescentes y a su bienestar.

Método

Para la realización de este trabajo se ha seguido un diseño descriptivo-analítico cualitativo, apropiado para acceder a los procesos subjetivos de la narrativa de los textos de una muestra de tres blogs incluidos dentro de la comunidad pro-anorexia. Vamos a utilizar en este estudio los dos referentes metodológicos que más aparecen en los estudios empíricos de salud de acuerdo con Amezcua y Gálvez, (2002) el análisis de contenido y el análisis del discurso.

El análisis de contenido se utiliza hoy en día para poner el énfasis en el sentido del texto, aunque tradicionalmente se ha utilizado como técnica para la descripción objetiva, sistemática y cuantitativa del contenido manifiesto de la comunicación, de modo que es considerado por muchos autores como una técnica mixta: cuantitativa y cualitativa. Consiste en llevar a cabo una identificación, codificación y categorización de los datos para posteriormente realizar una abstracción e interpretación de los mismos. El análisis del discurso se muestra como el referente idóneo para estudiar las relaciones de grupo, procesos, rutinas, y muchos otros fenómenos en sus manifestaciones más concretas. De acuerdo con González y Cano (2010), es el análisis e interpretación de las operaciones de los sistemas de signos y símbolos en su propósito de comunicar la experiencia humana.

Para la selección de los blogs se realizó un muestreo intencionado con los siguientes criterios de inclusión: (a) que los blogs hayan registrado actividad durante al menos tres años, (b) que el último año de actualización haya sido mínimo en el 2014 para que la información sea relativamente reciente (c) que en al menos uno de ellos se haga referencia al tema Alisa, (d) que se utilicen términos pro-anorexia.

El procedimiento que se siguió a la hora de encontrar los tres blogs fue sencillo. En primer lugar se introdujeron las palabras clave: “Ana y Mia 2015” en el buscador de google, lo que dio lugar a unos resultados de 26.600.000 páginas en relación con el tema. De entre todos los blogs que aparecieron, *noeatbyme* fue el primero en seleccionarse al aparecer el primero de la segunda página de resultados y cumplir con los criterios de selección (excepto que no hace referencia a Alisa). La mayoría de enlaces de resultados eran pertenecientes a la plataforma de blogspot, a través de la cual finalmente se localizaron los otros dos, *creandola perfección* y *princesas moderadas*, que después de un proceso de análisis, entre otros muchos blogs se consideraron los más adecuados para este estudio puesto que además de que ambos cumplen con los principales criterios, también hablan de Alisa.

Presentación de los blogs:

BLOG 1. <http://noeatbyme.blogspot.com.es/>

Desde 2011 hasta 2015.

El autor de este blog es un chico de 24 años, que manifiesta abiertamente su condición sexual (homosexual). Sus inicios en esta enfermedad fueron hace 10 años y el blog lo abrió en 2011, actualmente cuenta con más de 450.000 visitas y para muchos de sus seguidores es considerado toda una “*thinspiration*”. Lo que llama la

atención es su mensaje. Su autor relata su vida a modo de diario personal y va contando los aspectos más íntimos de ella. Se ha sumergido en el mundo de Ana y Mia y lo ha adoptado como estilo de vida. Se puede observar un notable declive desde el inicio del blog, tanto físico, al realizarse cortes y agresiones al cuerpo severas y aumento del consumo de drogas, como anímico, puesto que se aprecia un cambio a un tono más depresivo, comentando que ha llegado a intentos de suicidio, como también en el deterioro social, apartándose finalmente de todas sus relaciones.

BLOG 2. <http://creandolaperfeccion.blogspot.com.es/>

Desde 2010 hasta 2014.

Utiliza el blog como diario personal donde cuenta a sus seguidores todas sus experiencias y progresos como Ana. No es muy radical, ya que sí que concibe a Ana como a alguien externo, pero no toma la filosofía como una religión. Gran parte de sus publicaciones son consejos sobre belleza (cuidado de la piel, de los dientes...), dice que trata de no llegar a extremos con los ayunos ni realizar purgas porque quiere verse bien por dentro y por fuera, en algunos comentarios la llaman “wannabe”.

BLOG 3. <http://princesasmoderadas.blogspot.com.es/>

Desde 2011 hasta 2014.

La autora de este blog declara abiertamente su rechazo hacia las páginas Pro-Ana. Mantiene una postura en contra de concebir la enfermedad como un estilo de vida, y un rechazo aun mayor cuando las chicas lo toman como una religión, como su filosofía, donde Ana, Mia y Alisa son algo externo, diosas a las que rendir cuentas y sacrificarse por ellas. Se muestra indignada con el fanatismo a donde se llega en estos blogs, aunque también reconoce haber sido una de estas “princesas”. La autora es una chica con anorexia y también considerada una “*thispiration*” para sus seguidores como en el caso del blog 1.

Resultados

Análisis del contenido

A continuación se muestra un análisis del contenido manifiesto de los blogs. El análisis que se realiza es de tipo sintáctico, centrado en la morfología del texto mediante la búsqueda y el recuento de caracteres y palabras.

Recuento de términos relacionados con los TCA:

	BLOG 1	BLOG 2	BLOG 3
Enfermedad	46	5	65
Trastorno	6	0	12
Anorexia	64	1	116
Bulimia	62	2	58
Ortorexia	0	2	8
Atracón	30	1	28
Desorden	15	1	2
Purgar	38	0	2

Tabla 1.

Recuento de terminología pro-anoréxica:

	BLOG 1	BLOG 2	BLOG 3
Ana	46	22	116
Mia	57	4	112
Princesa/s	45	47	101
Thinspiration	8	8	42
Diosa	10	0	20
Reverse-thinspiration	0	0	0
Wanna(be)	13	4	53
Self-injury	5	0	3
Tips	16	2	41
Porcelana	0	0	1
Extrem	0	0	0
Alisa	0	10	19
Intake	24	0	0
Fitspiration	0	0	10

Tabla 2.

Como se puede observar, el blog 3 es el que más términos relacionados con el TCA y pro-anorexia utiliza, seguido del blog 1 y el blog 2 a pesar de que el blog 1 sea el que más entradas tiene publicadas como se mostrará en las siguientes tablas. Algo que llama la atención es que el blog 3 utiliza con gran frecuencia la terminología de la enfermedad, incluso utiliza los términos Ana y anorexia el mismo número de veces, lo que indica que usa estos términos indistintamente sin hacer diferencias de significado.

Este blog hace bastante uso de la terminología pro-anoréxia en todas sus entradas, incluyendo términos poco frecuentes en esta comunidad como “*fitspiration*”, al cual ni el blog 1 ni el 2 hacen mención. El blog 2 es el que menos terminología utiliza, probablemente debido a que es el que menos entradas tiene publicadas. Hay un notable aumento en el uso de la palabra “*princesa*” en comparación al resto, esto es debido a su firma: “*princesa de poliuretano*”. Utiliza la palabra enfermedad con una frecuencia similar al resto, lo que indica conciencia de enfermedad como veremos después. En el caso del blog 2 hace mayor uso de los términos anorexia y bulimia que de Ana y Mia, y en el 3 también se observa una elevada frecuencia en cuanto a emplear el término enfermedad y demás, lo que indica que en los tres blogs encontraremos conciencia de enfermedad.

Análisis del discurso

A continuación se muestran dos tablas con algunas de las características de los blogs analizados y datos personales de sus autores. Después, se presentan los resultados descriptivos e interpretativos de las narrativas de los tres blogs acerca de los siguientes temas: Concepción de la enfermedad, opinión del fenómeno pro-ana/mia/alisa y opiniones acerca de los medios de comunicación, la sociedad, familia o sanidad en relación a la enfermedad.

En el *anexo 1* se comparan algunos rasgos estéticos de los blogs para aportar más información sobre sus características y puntos en común.

Datos personales.

	BLOG 1	BLOG 2	BLOG 3
Título del blog	Pro Ana y Mia 2015	Creando la perfección como maniques	My dreams are made of this
Nombre del blog	noeatbyme	creandolaperfección	princesasmoderadas
Nombre del usuario	Gerardo	Desconocido	Angy
Apodo	Coldprince	Princesa de poliuretano	ChibiAngy
Edad	24	Desconocida	Desconocida
Sexo	Hombre	Mujer	Mujer
Nacionalidad	Uruguay	Desconocida	México

Ocupación/ Estudios	Desempleado	Estudiante	Licenciada en nutrición
Otras cuentas	Ask, Facebook, Instagram, Skype...	Facebook	Facebook y Twitter

Tabla 3.

Características del blog.

	BLOG 1	BLOG 2	BLOG 3
Nº de publicaciones/entradas	464	41	105
Nº Seguidores	1155	19	1407
Publica fotos propias	SÍ	NO	SÍ
Organiza carreras	SÍ	NO	SÍ
Publica algún aviso u advertencia del contenido del blog al resto de usuarios	No, en la página principal de inicio pero sí en alguna publicación, y en las carreras.	NO	SÍ

Tabla 4.

Noeatbyme

Concepción de la enfermedad

Gerardo lleva metido en el trastorno desde hace ocho años y en el mundo de Ana y Mia cinco. Durante ese período ha atravesado diversas etapas y cambios (de la adolescencia a joven adulto) con sus consiguientes cambios de opinión y de estado de ánimo con respecto a éste fenómeno. Es consciente de su enfermedad. Sabe en qué consiste, cuales son los riesgos, y el mal que le está produciendo. Suele ignorar todos los mensajes que le escriben en actitud de ataque, pero en ocasiones responde diciendo que él está enfermo, y que a los enfermos no se les maltrata ni se les insulta, ya que eso solo agravará las cosas. Afirma que por leer un blog no vas a entrar en la

enfermedad ya que ser anoréxica o bulímica no es algo que se elige, que los blogs son simplemente espacios donde otras Anas y Mias con el trastorno se encuentran y pueden ayudarse, sin embargo que no desea eso a nadie. *“No quiero un ejército de anoréxicas y bulímicos, quiero un ejército de personas que luchan por su sueño, que luchan por ser como ellos quieren ser, que luchan por la igualdad y el respeto.”*, *“Si buscan enfermarse no entren aquí porque no les diré maravillas de Ana y Mia.”* Él quiere ser delgado y dice que no cree en la recuperación. Asume que seguramente morirá joven. *“Ya sabemos que estamos enfermos, ¿y qué? ¿Eso cambia mi situación? Sé que nunca voy a conformarme con mi cuerpo ¿y por eso me voy a matar comiendo e intentar ser un gordo feliz? Eso me es imposible”*.

Opinión fenómeno Pro-Ana/Mia/Alisa

Debido al largo período de vida del blog, Gerardo o Coldprince como se llama en su blog, pasa por múltiples cambios de actitud. Comenta que al principio de conocer este tipo de páginas, le parecieron bastante estúpidas y no le gustaban en absoluto. Durante el inicio del primer año de su blog, mostraba una actitud totalmente motivadora, declarándose abiertamente pro-ana/mia y defendiendo este estilo de vida. *“Esos países son muy controlados y no le es fácil entrar a sitios pro ana y pro mia. Poco a poco nos expandimos y nos agrandamos =)”* A finales de 2011 hay un cambio radical. *“¿Dónde está el Coldprince que estimulaba a no comer? ¿Que bajaba de peso todas las semanas? ¿Que se creía príncipe? Ese Coldprince solo fue una etapa de ignorancia, una parte del ciclo de esta enfermedad...”*. Siempre afirma que su intención principal es ayudar a otras personas a llevar la enfermedad de una forma más fácil, puesto que opina que es algo de lo que nunca se van a recuperar, y por otro lado, con el avance de la enfermedad, dice que se da cuenta de que con su blog a lo único que ayuda es a morir lentamente, por lo que decide dejar de dar consejos, pero estos cambios de parecer suelen durar poco. Organiza carreras desde el principio, en las cuales no hay normas en cuanto a los métodos. En algunas etapas de reflexión dice que no piensa volver a organizar ninguna puesto que con ello lo que hace es ayudar a la gente a hacerse daño, pero finalmente siempre las retoma puesto que dice que si no, no sería él, y la gente es libre de participar en sus carreras o no.

Medios de comunicación/sociedad/familia/sanidad

Al principio quiere animar a sus seguidores a luchar por su derecho a llevar esa vida, se muestra fuerte y reivindicador. *“¿Queremos un cambio en la sociedad? ¿Queremos hacernos respetar? ¿Queremos ser felices? ¿Queremos ser flacos? OK! los débiles no lo consiguen, siempre terminan en la puta tentación, terminan pisados*

por la sociedad...” “Y digo anormal, porque la sociedad es anormal, las personas que no pueden respetar o tolerar a otras por ser diferentes, son anormales.” Dice que de pequeño sufrió bullying, y que ahora iba a hacer ver a toda esa gente de lo que era capaz de conseguir. Tal vez por eso tiene esa opinión sobre la sociedad, dice que siempre se ha dedicado a satisfacer a los demás, por ello expresa ese odio por quienes no aceptan la diversidad (la sociedad), a la gente diferente, porque él se considera diferente al igual que a toda la gente de esa comunidad, e incluso se siente orgulloso de ello. En cuanto a su familia, les culpa en parte de su enfermedad, sobre todo a su madre, siente que ya no confía en ellos y se ha vuelto muy independiente. *“No siento confianza en ellos, sé que me han fallado y eso no me permite abrirme demasiado, realmente ya no atiendo sus llamadas.”* En cuanto a sanidad, ha acudido al psicólogo durante algún tiempo, y dice que sí confiaba en lo que le decía hasta el punto de comprometerse con el tratamiento para intentar curarse. Finalmente lo dejó porque dice haberse sentido engañado, que perdía el tiempo, que eso es lo que es y no tiene solución. *“Estoy muy agradecido con el equipo de trastornos alimenticios que me ha ayudado todo este tiempo. Pero la verdad es que ya no confío en ellos, yo juro que confié en algún momento, la gente que me conoce sabe lo desconfiado que soy y consiguieron mi confianza porque son excelentes profesionales, y brillan en lo que hacen pero, realmente me sentí engañado o estafado.” “siento que me mintieron con un tratamiento falso, un tratamiento inexistente, prometiendo una pseudo cura. Realmente no sé si ellos desconocen o si saben que esto no se cura”.*

Creando la perfección

Concepción de enfermedad

Ella misma se reconoce como una persona enferma *“prefiero pasar por una persona enferma y sabía que por enferma, pendeja e ignorante”*. Es consciente de su desorden, a pesar de que no quiera tratarlo. Sin embargo parece no darle la importancia real que tiene puesto que no valora las consecuencias a las que podría enfrentarse si no se trata. *“lo malo es que también me presionó para que pidiera ayuda -¡Pedir ayuda! me suena como si me estuvieran matando jaja”*. Por ello aunque la autora sea consciente de tener un desorden no se puede afirmar que tenga una alta conciencia de su enfermedad. Reconoce haber tenido algunos problemas de salud a causa de la enfermedad que podrían haber resultado muy graves, pero aun así continúa con sus prácticas de riesgo y es reacia a acudir a terapia, dice que no le sirve de nada.

Opinión fenómeno Pro-Ana/Mia/Alisa

A diferencia de *noaetbyme* o *princesasmoderadas* que ya han tenido años de experiencia sufriendo la enfermedad antes de decidirse a abrir el blog, esta chica ha creado su blog casi al mismo tiempo de su comienzo en la anorexia, lo que de acuerdo con el discurso de *princesasmoderadas* y otros miembros de este tipo de páginas la convertiría en una completa “wannabe” “querer ser”. Parece que su deseo de formar parte de esta comunidad y de querer ser una “princesa” la ha llevado a realizar todas estas prácticas (ayunar, consejos de dietas, *tips*, etc.) para convertirse en una, al mismo tiempo que comparte sus experiencias con el resto de miembros. *“Comenzando por 3º vez de nuevo jaja... que fraude... pero soy nueva... aunque no es pretexto lo sé, el caso es que ayunar no fue tan difícil además leí muchas ventajas que tiene”*. Puesto que, al menos durante el inicio, lleva poco tiempo como Ana, no aparecen consejos o *tips* muy extremos, no es partidaria de ayunos totales, carreras, el “*self-injury*”, ni realiza purgas o atracones. Dice que todas estas prácticas perjudican mucho a la imagen y son peligrosas, y así no se puede alcanzar la perfección. En cuanto al fenómeno Alisa, es partidaria de ella, le gusta y también se considera una de ellas *“¿Cómo ven? Pues bueno, creo que desde un principio mi blog más que ana fue alisa jajaja, deje de comer chatarra y carne y en otras entradas lo mencioné”*. Sin embargo no termina de declararse Alisa y continua considerándose Ana, quizá porque su principal obsesión continua siendo alcanzar la extrema delgadez, incluso saltándose las dietas y normas de Alisa, cosa que una verdadera Alisa no se permitiría.

Opinión medios de comunicación/sociedad/familia/sanidad

No hace mucha referencia a la relación con su familia en su casa, por lo que comenta, por lo general tiene buena relación con ellos, no dice tener graves problemas con ellos, y dice que no se dan cuenta de su problema. Por otro lado, dice que se siente afortunada de los amigos que tiene, sabe que se preocupan por ella. En 2015 una de sus amigas pide ayuda a una profesora para que hable con ella, y finalmente presionada por ésta y algún amigo va a psicoterapia. *“pero sinceramente dudo que me sirva, ¿Cómo me van a ayudar si ni siquiera reconozco mi cuerpo cuando lo veo en el espejo?”* *“hasta me siento estúpida con todo esto, decido ir al psicólogo, comeré pero ¿Y Ana? ¿5 años de formalizar con ella para que la deje? ¡Pues no!”* No continúa con la terapia.

Princesasmoderadas

Concepción de la enfermedad

Lo que caracteriza a su blog, y dice hacerlo distinto de los demás, es el reconocer que Ana significa anorexia, que significa enfermedad, y no una princesa ni mucho menos la perfección. *“Si, me hace muy feliz bajar de peso, sé que estoy enferma y en algún punto de mi vida me voy a ver en la necesidad de pedir ayuda o morir por esto”*. Rechaza y critica mucho a las chicas que entran en estas páginas buscando consejos para convertirse en Ana o Mia, a las que se refiere como *“wannabes”*, buscando ser parte de ese “mundo” y que se convierta en su nuevo estilo de vida. Advierte de las consecuencias que implicaría jugar a querer ser Ana o Mia. Donde más claramente se refleja su visión acerca de la enfermedad y cómo se la quiere hacer ver al resto de seguidores es en su recreación de la carta de Ana, esta carta es famosa en entre la comunidad Pro-anorexia, pero la suelen hacer ver como una carta amigable *“carta de tu amiga Ana”, “Voy a lograr que controles tus comidas y que logres escapar de ellas. Voy a lograr que pierdas no solo peso, si no perderás gente que no vale la pena... gente que tratará de detenerte... esas personas no son tus amigos, solo YO LO SOY”*.

Opinión del fenómeno Pro-Ana/Mia/Alisa

Como el propio nombre de su blog indica, se considera literalmente una “princesa moderada”. Por ello hace un énfasis reiterado en afirmar que su blog es distinto y que no promueve la anorexia, tan solo da su opinión sobre ella. No se considera Pro Ana, pero sí Ana, y no utiliza este término para referirse a la princesa Ana, la “diosa”, sino simplemente como abreviatura del nombre anorexia. De hecho en el blog se nombra a sí misma anoréxica y Ana en prácticamente igual número de veces, como se puede ver en los resultados. Algo que llama también la atención es que las pestañas de su blog enlazan con otros tres, el blog de LESLYE, el blog de PAIN y un tercero que se dedica sobre todo a organizar carreras y publicar dietas, administrado las tres bloggeras (Anexo 1). Esto puede resultar algo contradictorio con las palabras de Angy en su blog criticando la apología que hacen los espacios Pro-Ana por defender su “estilo de vida”, ya que con este blog que lleva conjuntamente con PAIN y LESLYE se termina de confirmar el suyo como un espacio Pro-Ana a pesar de no coincidir con muchas de las características típicas de estos blogs. En cuanto a la nueva princesa Alisa, deja bastante claro que no le agrada la llegada de esta a los blogs. *“Ya no hay nada que hacer, Alisa ya tiene toda la fuerza posible así como Ana y Mia. Pero yo solo digo... si la ortorexia es la “princesa Alisa” pues... vamos a ponerles nombres a otros “trastornos” cercanos ¿no? así ya podríamos decir que cualquiera puede ser una “princesa”*”.

Opinión medios de comunicación/sociedad/familia/sanidad

Opina que muchos tienen tendencia a echarle la culpa del trastorno a la tele, revistas, los cánones de belleza que la sociedad nos quiere imponer, modelos, los padres al ser quienes más influyen en nuestras vidas... es bastante clara al afirmar, que sólo se trata de factores, y quienes de verdad son los culpables de caer en la anorexia son los propios perjudicados al dejarse influir. Le echa la culpa a tener una autoestima demasiado baja para sentirse aceptados y felices consigo mismos. *“La culpa es nuestra. Si tuviéramos un poco más de amor hacia nosotros nada de los puntos anteriores nos importaría y seguiríamos con nuestras vidas sanas y normales.”*

Conclusiones

Analizar el contenido y la forma del discurso Pro-Ana y Mia nos permite comprender no sólo lo que dicen las personas que están inmersas en él, sino además por qué lo dicen y la forma en que lo dicen. Según el informe de IQUA (2011), establece que nos podemos encontrar con diversos tipos de modelos y formatos de blogs, y que principalmente se pueden dividir entre aquellos que están planteados como diarios personales y aquellos cuya finalidad es hacer partícipes del fenómeno a otras personas mediante publicación de información sobre el tema. Si contemplamos los resultados de los blogs presentados en este trabajo, coincidimos con Blanca Lafuente en su estudio de 2012 de características muy similares al nuestro, al afirmar que esto no sería exactamente así. Todos tienen forma de diario personal, pero tampoco es posible categorizarlos de forma excluyente en esta categoría puesto que en el caso del blog 1 en algún momento se proclama defensor de este estilo de vida alentando a la participación de otros usuarios, por lo que podría ser una combinación de ambas.

Mediante este análisis, puede observarse la gran heterogeneidad del fenómeno. De acuerdo con Campos (2007) “podríamos afirmar que el tipo de solidaridad que se establece entre los miembros de la subcultura Pro-Ana y Mía es orgánica antes que mecánica, puesto que no brota de la subordinación de una masa indefinida de individuos a la consecución de un objetivo, sino a partir de la interdependencia entre una multitud heterogénea que, a pesar de padecer una misma condición, no tiene por qué renunciar a sus convicciones particulares ni compartir una misma meta.” Esto se ve en cuanto a que cada blog tiene distintas opiniones que son susceptibles de convertirse en tema de discusión dentro de la comunidad Pro-Ana. Este sería el ejemplo del reciente fenómeno Alisa ya comentado. Alisa es una princesa nueva recién llegada a internet, por lo que la existencia de blogs Pro-Alisa es bastante

inferior en número a los que ya existen de Ana o Mia. Por ello no se ha podido conseguir un blog Pro-Alisa que reúna todos los criterios para este trabajo. Sin embargo, su llegada ya es bien sabida por los visitantes de éstas páginas dando lugar a una gran variedad de opiniones entre ellos, los que la rechazan y los que la aceptan. En muchos de los blogs encontrados, sus autores se consideran en ocasiones Ana y en ocasiones Alisa cuando tratan de ser menos restrictivos con la dieta, al igual que existen muchos blogs que alternan ser Ana con Mia cuando realizan purgas. Ésta es otra razón por la que no hay demasiados blogs “puramente” Alisa y la mayoría la han adoptado habiendo sido Ana con anterioridad (blog 2). Todo este asunto ha generado cierto debate en esta comunidad no habiendo un acuerdo en cuanto a cuándo se pasa de ser una princesa a otra. Como ejemplo de esto encontramos el blog 2, que lo acepta e incluso se considera ella misma Alisa en alguna ocasión, defendiéndola como una princesa más sana que Ana o Mia. Por otro lado la bloguera 3 lo rechaza opinando que las princesas originales deben ser Ana y Mia, y que si comenzamos a poner nombre a nuevas enfermedades, internet comenzaría a estar plagado de muchas nuevas princesas, y esto probablemente generaría mucha polémica y discusión entre ellas (como ya está ocurriendo) haciendo que comience a haber confusión y que el concepto de las páginas Pro-Ana pierda sentido. Este nuevo tema de controversia que se plantea entre la comunidad Pro-Ana, también podría ser preocupante para las autoridades sanitarias. Puesto que si a pesar de las actuaciones realizadas hasta el momento para abordar el problema, lejos de reducirse, ha continuado creciendo y consolidándose, la aparición de una mayor diversidad en los tipos de “princesas” que le dan nombre a los TCA, podría provocar todavía una mayor expansión y difusión del problema, volviéndose aún más difícil llegar a una solución para controlarlo.

Ahora bien, ante la disparidad de opiniones y actitudes que nos encontramos al analizar estos tres blogs, cabría preguntarnos por qué personas que utilizan los mismos términos Pro-anorexia y comparten los mismos códigos y símbolos tienen puntos de vista tan diferentes formando parte del mismo fenómeno. Días (2003), da una respuesta muy lógica a esta cuestión. Esta autora afirma que las personas interpretan los sitios Pro-Ana y Mia como “refugios” que permiten la libre expresión de ideas que en el entorno sociocultural dominante resultarían inconcebibles. Por ello, la simple posibilidad de discutir sobre el tema en cuestión entre iguales, a salvo de la estigmatización de la sociedad hacia la enfermedad, se convierte en el principal elemento de cohesión entre ellos. El ejemplo más representativo en este caso sería el del blog 3. Aquí su autora expresa una consideración distinta respecto a la condición

de ser Ana, se muestra en contra de muchas prácticas y pensamientos de estos blogs a riesgo de entrar en discusión con otras usuarias. Sin embargo, hay que ser conscientes de que algunos de sus contenidos no dejan de ser consejos para adelgazar que está dando una persona con anorexia a otras de su misma condición, y además organiza carreras junto con las otras dos blogueras LESLYE y PAIN, motivando a bajar de peso a personas ya afectadas por el trastorno, lo que lo convierte en espacio Pro-Ana. Así como del mismo modo, en el blog 1, su autor quiere enfrentarse a todo el sistema de ideas, creencias y opiniones sociales relacionados con los trastornos alimentarios y cambiar la visión de la persona anoréxica o bulímica como una víctima pasiva, dándole un rol activo concibiendo la enfermedad como un estilo de vida. Y el blog 3 en cuanto sus opiniones y consejos por ser o “querer ser” Ana, recibe múltiples críticas y opiniones contrarias.

Por tanto, se podría decir que la alianza que surge entre los miembros, se produce por la interdependencia de un grupo heterogéneo, donde cada cual se siente libre de expresar una opinión diferente, a pesar de compartir una misma condición. De modo que volvemos al principio, el hecho de dotar a estos trastornos de unas características compartidas, que antes no tenían, darles unos códigos y símbolos con significado que hacen que los miembros de un grupo se sientan más cómodos y comprendidos entre ellos y además escuchados, hace que no se haga tan raro pensar que cada vez más quieren formar parte de este colectivo. En vez de ser vistos del modo tradicional de la anorexia y la bulimia, donde gran parte de la sociedad no suele comprender este trastorno mental y ha dado lugar a una estigmatización de las personas que lo sufren: *“Para el mundo nosotros solo somos personas que queremos llamar la atención”* como afirma *noeatbyme* en su blog. Como dice Campos (2007), esta transformación de los TCA en otra cosa, con otras características distintas, está provocando cada vez un mayor distanciamiento en cuanto al concepto socialmente establecido de estas enfermedades.

La libertad de expresión de personas que defienden el mantenimiento de una enfermedad, no es libertad de expresión sino una forma de justificar lo que están haciendo. Los trastornos de alimentación no son una elección sino una enfermedad física y mental, y no puede confundirse la ayuda que pretenden hacernos ver estas páginas con la auténtica ayuda de profesionales (Bermejo, Saul, y Jenaro, 2011). Simplemente que un grupo de personas estén dirigiendo la enfermedad a través de su experiencia, excluyendo y desacreditando la ayuda sanitaria es algo que no se puede permitir. El fracaso de las diversas actuaciones llevadas a cabo por las instituciones sanitarias, el estado y profesionales, sumado a la falta de consenso y acuerdo entre

ellas para llegar a una solución hace de esto un problema cada vez mayor: expansión, diversidad de plataformas, ausencia de filtros, ausencia de marco legal, heterogeneidad del fenómeno... todo ello indica con total seguridad que se trata de un problema sin solución a corto plazo.

En definitiva, la finalidad que se espera haber alcanzado en este trabajo, ha sido aportar algo más información reciente sobre el estado actual de esta cuestión mediante el análisis de los relatos de tres blogs, para influir en la comprensión tanto de los motivos que llevan a este colectivo a formar parte de él, como del estado en el que se encuentra desde un punto de vista social.



Referencias bibliográficas

- Amezcuca, M., y Gálvez, A. (2002). Los modos de análisis en investigación cualitativa en salud: perspectiva crítica y reflexiones en voz alta. *Revista Española de Salud Pública*, 76(5), 423-436.
- Bardone-Cone, A. M., y Cass, K. M. (2007). What does viewing a pro-anorexia website do? An experimental examination of website exposure and moderating effects. *International Journal of Eating Disorders*, 40(6), 537-548.
- Behar, R. (2010). La construcción cultural del cuerpo: El paradigma de los trastornos de la conducta alimentaria. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 48 (4), 319-334.
- Bermejo, B. G., Saul, L. A., y Jenaro, C. (2011). La anorexia y la bulimia en la red: ana y mia dos “mala compañías” para las jóvenes de hoy. *Acción Psicológica*, 8, 71-84.
- Campos Rodríguez, J. M. (2007). Anorexia, bulimia e internet. aproximación al fenómeno pro-ana y mía desde la teoría subcultural. *Frenia. Revista de Historia de la Psiquiatría*, 7(1), 127-144.
- da Silva, C. (2007). Os wannabees e suas tribos: adolescência e distinção na Internet. *Estudios Feministas*, 15, 357-382.
- Dias, K. (2003). The ana sanctuary: women’s pro-anorexia narratives in cyberspace. *Journal of International Women’s Studies*, 4 (2), 31-4.
- DSM-IV (1995): *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Barcelona. Masson, S.A.
- Gavin, J., Rodham, K. y Poyer, H. (2008). The presentation of “pro-anorexia” online group interactions. *Qualitative Health Research*, 18, 325-33.
- Giles, D. (2006) Constructing identities in cyberspace: The case of eating disorders. *British Journal of Social Psychology*, 45, 463–477.
- Gonzalez, T., y Cano, A. (2010). Introducción al análisis de datos en investigación cualitativa: Tipos de análisis y proceso de codificación (II). *Nure Investigación*, 4, 64-76.
- IQUA y Associació contra l’Anorexia y la Bulimia (2011). *Resumen del informe Las páginas “pro-Ana” y “pro-Mía” inundan la red*. Informe anual presentado en la

sede del Consell de l'Audiovisual de Catalunya. Extraído de www.f-ima.org el 21 de agosto de 2012.

Lafuente, B. (2012). *La anorexia en blogs: para un cambio de perspectiva de las autoridades sanitarias y de la opinión pública*. Universidad de Zaragoza.

Lago, E., Carrera, M., Bermúdez, C y Seijas., R. (2012). Influencia de las páginas pro-anorexia y pro-bulimia en un grupo de pacientes con trastornos de la conducta alimentaria. *Trastornos de la Conducta Alimentaria*, 16, 1775-1793.

Quintero-Párraga, E., Pérez-Montiel, A., Montiel-Nava, C., Pirela, D., Acosta, M. y Pineda, N. (2003). Trastornos de la conducta alimentaria: Prevalencia y características clínicas en adolescentes de la ciudad de Maracaibo, Estado Zulia, Venezuela. *Investigación clínica*, 44 (3), 179-193.

Sidun, A. (2009). Juventud, anorexia e Internet. Modos de intervención en las páginas. *Oficios Terrestres*, (24) 91-97.

Staudt, M. A., Rojo, N. M., & Ojeda, G. A. (2006). Trastornos de la conducta alimentaria: anorexia nerviosa. Revisión bibliográfica. *Revista de Posgrado de la VI Cátedra de Medicina [Revista en Internet]*, 156, 24-30.

BLOG 1: <http://noeatbyme.blogspot.com.es/>

BLOG 2: <http://creandolaperfeccion.blogspot.com.es/>

BLOG 3: <http://princesasmoderadas.blogspot.com.es/>

Anexos

Anexo 1

	Texto	Contenido de los márgenes	Música	Fondo	Singularidades
BLOG 1	De distintos colores, predomina negro sobre fondo violeta.	Der: Encuesta sobre qué tipo de enfermedad y edad tienes. Cuentas. Seguidores	NO	Violeta	Cuando escribe "ha" y "he" del verbo haber cambia las letras.
BLOG 2	Negro sobre fondo blanco	Der: Datos personales. Izq: Seguidores. Entradas populares.	NO	Franjas rosa claro y oscuro en el margen superior y continúa rosa claro.	En sus primeras entradas siempre escribía Ana en mayúsculas.
BLOG 3	Diferentes colores sobre fondo blanco	Der: Avisos Info del blog. Peso y altura. Cuentas. Tabla de pesos. Thinspos. Izq: Todas las entradas por secciones.	NO	Tonos rosas claros desciende a más oscuros	Dentro de su blog tiene dos pestañas que da acceso a otros tres blogs: PAIN De características similares al suyo LESLYE con sólo una publicación Y uno en el que organiza carreras con las dos anteriores.