

UNIVERSIDAD AUTONOMA METROPOLITANA



Casa abierta al tiempo

UNIDAD XOCHIMILCO

DIVISIÓN DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

Maestría en Psicología Social de Grupos e Instituciones

Módulo VI: Idónea comunicación de resultados y examen de grado y Examen de Grado.



El Fenómeno Pro Ana y Mia en la Web

Presenta: María del Carmen Suárez Alcántara.

Asesor: Mtro. Gabriel Araujo Paullada.

Lector: Mtra. Lidia Fernández Rivas.

Lector: Mtra. Georgina Yemara López Hernández

México, D.F. Octubre de 2014.

Agradecimientos:

A **Dios** por ser piernas y letra en los momentos más importantes de mi existencia.

A **José Gabriel Araujo Paullada** por su apoyo en todo momento y por su generosa guía en diversos procesos de mi vida.

A **Lidia Fernández** por su alegría, confianza y paciencia que han hecho posible llevar a buen término la actual investigación.

A **Georgina Yemara López** por su disposición, humildad y apoyo en este trabajo.

A **Elsa Muñiz** por sus aportaciones teóricas y su gran calidad humana

A **Nancy Lombardini** y **Ana Amuchástegui** por todas las discusiones, confrontaciones y críticas constructivas que me hicieron cuestionar mis propuestas.

A **Claudia Salazar, Frida Gorbach, Rodrigo Parrini, Raúl Cabrera, Silvia Radosh, Roberto Manero, Rafael Regadas, Verónica Alvarado** por sus respectivas clases pues para mí fueron una grata sorpresa, una alegría constante en mi estancia en la maestría.

A **Héctor Zapata, Alejandro Medina, Luxy Ortiz y a todos lo que formaron parte de la Décima Generación** por su apoyo teórico, metodológico y creativo por sus aportaciones sustanciales, que hacen de este trabajo de investigación lo que es.

A **Javier Elizondo** por todo su apoyo y dedicación incondicional en los momentos más difíciles de mi proceso, con todo cariño una disculpa por los tragos amargos del pasado.

A **Conacyt y la UAM – XOCHIMILCO** en especial a la **Mtra. Eugenia Vilar Peyri** que hizo el sueño de todo maestrante, que nuestra generación y las venideras pudiéramos dedicarnos única y exclusivamente a estudiar.

Por último a mi familia: **Gloria, Verónica, Glove, Sofía** y en especial a **Eduardo Bernardo Aramburu Suárez**, por su cariño y confianza totalmente correspondidos.

Índice

Introducción.....	5
Descolocándome	8
Capítulo I	
Proceso de Investigación.....	16
Capítulo II	
Enfermedad y Estilo de Vida.....	34
Capítulo III	
El fenómeno Pro Ana y Pro Mia en internet.....	54
Capítulo IV	
Estrategia metodológica.....	74
Capítulo V	
Practicas discursivas que hacen posible que la anorexia y bulimia sea un estilo de vida.....	124
Reflexiones finales.....	161
Bibliografía.....	163
Anexos.....	176-192-199

Frente al “otro” radical hay dos actitudes posibles: la libertad del carnaval y la represiva del exorcismo; aceptar la confrontación con la alteridad como experiencia emancipadora o rechazarla como insoportable amenaza. Y las actitudes persecutorias aún son más frecuentes. Con hipocresía y aspaviento y en nombre de la normalidad, la sociedad mexicana repele sutilmente a rencos, cuchos, chuecos, contrahechos, entecos, tilicos, espiritufláuticos, ñengos y jorobetas; le saca la vuelta a pintos ,albinos, cacarizos; ve con disgusto a bizcos, prógnatas y leporinos; le incomodan los idos, ideáticos, pirados, lunáticos o loquitos; rehúye a negros, prietos y chales; desprecia a los pelos necios y pata rajada; la incordian los ateos y aleluyas; compadece a inditos, viejitos, cieguitos, tontitos y otros disminuidos; condena a jariosos y nalgaprontas, y de plano rechaza a jotos, vestidas y tortilleras. Pero el que esté libre de estigma que tire la primera piedra. ¿Quién no se ha topado alguna vez con el monstruo en el turbio formol del espejo del lavabo?

Armando Bartra

Introducción

En esta tesis se buscó mostrar la complejidad del denominado Fenómeno Pro Ana Y Pro Mía en internet.

Los términos “pro Ana” y “pro Mia” son el resultado de la conjunción del prefijo “pro”, que significa “a favor de”, y las partículas “Ana” y “Mía”, que se derivan de las contracciones de las palabras “anorexia” y “bulimia”, respectivamente¹. Hacen referencia a determinado tipo de socioespacios técnicos virtuales como son blogs, páginas web, video en YouTube, foros, chat, Facebook, Hi5, twitter, etc., en diversos países e idiomas que se caracterizan por expresar que tanto la anorexia como la bulimia son una elección de estilo de vida y no un desorden alimenticio.

La relevancia teórica de éste estudio recae en los retos que nos plantea el fenómeno Pro Ana y Pro Mía, en su complejidad. De allí que haya decidido tratar de alejarme como lo propone Edgar Morin (1994) de “un pensamiento simplificante, incapaz de concebir conjunción de lo uno y lo múltiple- pensamiento que como señala el autor- sólo “unifica abstractamente anulando la diversidad, o por el contrario, yuxtapone la diversidad sin concebir la unidad. (Pág.30).”²

La ignorancia que actualmente tenemos del fenómeno Pro Ana y Pro Mia en la web, hace que las diversas investigaciones o estudios que se han realizado en torno al tema sigan fluctuando de los psicologismos³ a los sociologismos⁴ pasando por los

¹ Diversos autores y diccionarios electrónicos la definen como una subcultura o un grupo.

²MORIN, Edgar (1994), Introducción al pensamiento complejo. España. Gedisa.

³ Con psicologismo me refiero a todos los estudios que insisten en abordar la problemática de las páginas Pro- Ana Y Pro - Mía como producto de personas que padecen una enfermedad mental, ciñéndose a la definición que proporciona el Manual de Diagnóstico y Estadística de los denominados trastornos de conducta alimentaria. Y basándose su investigación en la descripción de exhaustiva de la anorexia y la bulimia.

⁴ Como sociologismos me refiero a todos los estudios que abordan el tema de las páginas Pro- Ana Y Pro – Mía como un producto de la mercadotecnia, mostrando las grandes estadísticas.

legalismos⁵ sin poder hacer una lectura de la comunidad cibernética de las Princesas Ana y Mia ,en sí misma. De allí que me fue necesario estudiar el fenómeno Pro Ana Y Pro Mia en la web, desde otro lugar de enunciación que no es el discurso biomédico. Otro elemento crucial que le da una perspectiva muy especial a mi investigación, es que esta se apoya en los denominados estudios sobre la construcción social de la tecnología, que prescinde de las categorías convencionales y las diferencias a priori entre lo social y lo tecnológico y parten de la idea como señala Estalella (2005) de que “lo técnico está socialmente construido, y lo social está técnicamente construido” (Pág.5)⁶

Dicho fenómeno cibernético ha sido estudiado por años por diferentes disciplinas. Mi investigación está pensada principalmente desde la Psicología Social y la Corporalidad. Esto no quiere decir que no tenga un carácter interdisciplinario pues como se verá a través del mismo utilizo referentes tanto de la antropología, sociología, comunicación, historia y el feminismo. Hay disciplinas como el psicoanálisis que por el momento he dejado completamente fuera, debido a que carezco de la formación y del tiempo para que desde esa mirada pueda abordar la presente investigación. Esto no descarta que en un futuro me abra a esta posibilidad.

Los tres elementos que me aportó la Psicología Social fueron: **las subjetividades, la implicación y la construcción del dispositivo**. Como apunta el investigador Hugo Zelmelman (2006) “Se pierde de vista, generalmente que no hay una subjetividad sino subjetividades en permanente emergencia y que éstas no son únicamente producidas sino generadoras de un diálogo permanente con el campo de trabajo que ofrece una materia prima siempre enriquecedora y renovada para formular interrogantes y nuevas aproximaciones al tema que transforma nuestras hipótesis iniciales.”(Pág.90).⁷ Como consecuencia de esto en lugar de inquirir en una explicación lineal exponiendo causas y efectos, intente hacer un trabajo que revelará simultáneamente la reflexividad de las protagonistas que hacen posible la existencia

⁵ Como legalismo me refiero a todo los estudios en dónde se estudia a las páginas Pro- Ana y Pro – Mía con el afán de erradicarlas de la web y sancionar a los sujetos que la realizan. Con pena de cárcel o multa según lo requiera.

⁶ ESTALELLA, Adolfo (2005). «Filtrado colaborativo: la dimensión sociotécnica de una comunidad virtual». UOC Papers [artículo en línea]. N.º 1. UOC.[Fecha de consulta: 2/agosto/2012]. Recuperado de <<http://www.uoc.edu/uocpapers/1/dt/esp/estalella.pdf>>

⁷ KAES, Rene (2006). Entre lo uno y lo múltiple: Grupo y Psicoanálisis. México. Editorial: Universidad de Guadalajara.

de dicha producción virtual y los procesos y transformaciones que paralelamente enfrentamos mi tema de investigación y yo a través de mi estancia en la maestría.

Si bien en el transcurso de la investigación hubo una serie de preguntas, la interrogante eje que se constituyó en el transcurso de la maestría con sus respectivos objetivos fue la siguiente:

¿Cómo es el proceso de subjetivación de las Princesas Anas y Mias a partir de su estilo de vida en la producción virtual Pro Ana y Pro Mia en los espacios socio-técnicos: blog, facebook y twitter?

Objetivo General:

*Analizar las prácticas discursivas, mediáticas y corporales que constituyen el estilo de vida Pro Ana y Pro Mia dentro y fuera de la virtualidad.

Objetivos Particulares:

*Analizar las prácticas discursivas en el ámbito social, médico y religioso que atraviesan a la producción virtual Pro Ana y Pro Mia.

* Elucidar las prácticas mediáticas que conforman al Fenómeno Pro Ana y Pro Mia.

*Especificar cuáles son las prácticas corporales que conlleva el estilo de vida de las Anas y las Mias.

Tratar de darle un orden y coherencia a dichos procesos subjetivos tan complejos, aunados a experiencias y sentimientos vividos durante la realización de mi investigación en estos dos años no ha sido fácil. Pues en primera instancia tuve que hacer un recuento a grosso modo de los desplazamientos teórico- metodológico y epistemológicos que se efectuaron durante la construcción de mi objeto de estudio, para así poder mostrar los límites y alcances del mismo .(Descolocándome). Esto dio pie al reconocimiento de las herramientas teórico-metodológicas que me proporcionó la Maestría en Psicología Social de Grupos e Instituciones como son: la subjetividad, la implicación y el reconocimiento de la construcción de mi objeto de estudio, para poder entender que la realización de una investigación va más allá de recetas y formatos establecidos y que implica la aceptación de una serie de retos y desafíos que requieren de creatividad y esfuerzo para así poder pensar desde otro lugar el fenómeno estudiado. (Primer capítulo). Fue gracias a esto que pude pugnar y mostrar las contradicciones del discurso biomédico , crear mi propia definición sobre anorexia y bulimia (segundo capítulo), buscar la historicidad que ha sufrido dicho fenómeno a través del tiempo, y tratar de aprehender el sentido que tiene éste para los sujetos

que lo constituyen (tercer capítulo), además que me proporcionó las herramientas necesarias para poder entender y explicar la manera tan sui generis de como las prácticas discursivas, mediáticas y corporales se conectan para generar el estilo de vida de las Anas y las Mias a través de la creación de nuevas nociones con el afán de explicar mejor en que consiste dicho fenómeno (cuarto capítulo) y la operatividad y transversalidad que tienen las mismas en la vida cotidiana de sus integrantes.(quinto capítulo). Para finalmente repetir la trillada frase de que un trabajo de investigación nunca se termina sólo se abandona, de allí que este informe carezca de conclusiones y en cambio tenga una serie de reflexiones finales a las que se llegaron.

Descolocándome.

La primera vez que supe de la existencia del Fenómeno Pro Ana Y Pro Mia en la Web fue una tarde en que mi sobrino al regresar de la escuela secundaria, me comento que en su salón la profesora de ética y valores había organizado un debate en torno a los trastornos alimenticios y el equipo al que le había tocado exponer dicho tema, presentó cierto material electrónico que enarbola tanto a la anorexia como a la bulimia como un estilo de vida, yo escuchaba sorprendida. Esa misma tarde, teclee en el buscador de Google las siguientes palabras: Princesas Ana y en 0.36 segundos aparecieron en el ordenador más de 25000 blogs. Desde ese entonces quede cautivada por este tipo de producción virtual, por sus contradicciones y propuestas. Así que comencé a escribir una especie de denuncia-protesta que terminó por convertirse en varios ensayos que llevaron por título: Soy totalmente Mia- Soy totalmente Ana: Ensayos para princesas, príncipes y wannabes. (2009).⁸

Uno de los retos que me impuso la maestría de Psicología Social de Grupos e Instituciones, fue comenzar a desmontar todas las certezas que tenía sobre el tema. A continuación describiré a grosso modo, cuál era mi posición teórica en ese entonces y algunas de las hipótesis que tenía al respecto. A su vez iré señalando cuáles han sido mis desplazamientos, esto de alguna manera ilustraré someramente, el cambio y el

⁸ De este salió un pequeño tiraje de 1000 ejemplares. La referencia completa es: SUÁREZ, María del Carmen. (2009).Soy totalmente Mia-soy totalmente Ana: Ensayos para princesas, príncipes y wannabes. México. Eón.

posicionamiento epistémico en el que he decidido colocarme en el transcurso de mi proceso de investigación.

- a) Mi posición teórica se sustentaba totalmente en el discurso biomédico, ignorando completamente que existían distintas disciplinas académicas como son: la antropología, la sociología, o estudios de género, que proponen diversas teorías e hipótesis para explicar la existencia de la comunidad virtual de las Anas y las Mias. El conocimiento de dichas estudios e investigaciones me ha proporcionado herramientas tanto teóricas como metodológicas para abordar esta problemática desde la Psicología Social pero con un sentido crítico sobre los alcances y limitaciones que tiene el discurso biomédico.
- b) Mi posición epistemológica sobre el Fenómeno Pro Ana Y Pro Mia en la web partía de una mirada positivista. En ese entonces no pude ver mi implicación en la investigación realizada y tampoco consideré las inquietudes, necesidades y propuestas que expresaban los sujetos a través de dicho material electrónico. Coloqué a mis sujetos como “enfermos-victimas”, sin capacidad de decisión- De allí que al igual que muchos, otros investigadores, pensará que lo mejor era clausurar dicha producción virtual en la presente investigación trate de ver mi implicación por medio del diario del investigador y sobre todo me empeñé en hacer una investigación **con** los sujetos y no de los sujetos que hacen posible la existencia de dicho fenómeno en la web. De allí mi necesidad de no negar la capacidad de agencia y decisión que ostentan los sujetos. Esto tampoco significa que me haya convertido en portavoz de dicha comunidad cibernética sino que decidí poner a dialogar-confrontar y cuestionar nuestras diferencias. Intentando que mi trabajo quizás fuera una constante discusión. Esto deriva en que éste a veces, se muestre incongruente, contradictorio, delirante, es quizás un intento tal como lo propone Foucault (1986). “Por en vez de legitimar lo

que ya se sabe, emprender el saber cómo y hasta dónde sería posible pensar de otro modo” (pág.15).⁹

- c) El registro de mis emociones, sentimientos e intereses respecto a mi tema de investigación en un diario, me sirvió para ver mis prejuicios y limitaciones ante este tópico. Además de que pude darme cuenta que el interés por la corporalidad y por los trastornos alimenticios siempre han estado presentes en otros ámbitos de mi vida no sólo en el académico.
- d) Afirmaba que tanto la anorexia como la bulimia eran “enfermedades mentales”, sin percatarme que uno de las primeras contrariedades que tiene este tópico, es precisamente la opacidad que gira en torno a estos dos conceptos. Pues aún se debate sobre si son: síntomas, enfermedades mentales o trastornos de conducta alimentaria, síndromes, patologías parapsicóticas, psicosis mono sintomáticas o perversiones, etc. De hecho históricamente tanto la anorexia como la bulimia no siempre fueron consideradas enfermedades sino por el contrario, una virtud como lo muestran la santas de la edad media. Esto me hizo cuestionar si la anorexia y la bulimia, podrían ser un “estilo de vida” tal como lo proponen las integrantes de las comunidades Pro Ana Y Pro Mia.
- e) No ponía en tela de juicio la utilización de categorías académicas como: la denominada “anorexia santa”. No me ponía a pensar que aunque la palabra anorexia tiene su origen etimológico desde los griegos. El sentido que se le ha dado a dicha palabra, se ha ido modificando de acuerdo a la época. Prueba de esto, es el significado de la palabra, este es: falta de apetito y no tiene nada que ver con dejar de comer de manera intencional para lograr determinado fin como adelgazar o con una “enfermedad mental”, etc. o con realizar un ayuno prolongado para estar en comunión con Dios. De allí que tomará conciencia

⁹ FOUCAULT Michel. (1986). Historia de la sexualidad: El uso de los placeres. Tomo II. México. Siglo XXI.

que sin querer trasladaba el sentido y la connotación que actualmente tiene este concepto al siglo XIII-XV. Sin tomar en cuenta que en varios estados del arte sobre la anorexia y diferentes autores, como Silvia Moreno Domínguez y Sonia Villar Rodríguez (2011)¹⁰ señalan precisamente que la diferencia de ahora la “anorexia santa” no tiene ninguna relación con el significado que tiene la palabra anorexia ahora, pues la intención de esas mujeres era otra y la sociedad en la que vivían se regía con valores muy diferentes a los actuales. Efectivamente esa categoría me parece completamente descontextualizada pues no corresponde a esa época por el simple hecho de que ninguna de las mujeres de ese tiempo se asumió así misma como “anoréxica santa” pues sus acciones o intenciones tenían otro sentido.

f) Tanto la anorexia como la bulimia se han considerado principalmente enfermedades femeninas, aunque efectivamente hay hombres que también la padecen. En este estudio me allegaré principalmente a la problemática de las mujeres que están inmersas en el Fenómeno Pro Ana Y Pro Mia en la Web, debido a que considero que el estudio sobre cómo se integran, viven y proponen que sea el estilo de vida en este material electrónico los hombres que conforman dicha comunidad cibernética, requiere de un trabajo más especializado y profundo, al igual que el actual trabajo sobre las mujeres, como consecuencia de su complejidad y sobre todo de la diferencia que existen en sus planteamientos.

g) Ignoraba los antecedentes históricos de este fenómeno cibernético, en ese entonces lo que intentaba hacer era denunciar las consecuencias negativas que a mi juicio causaba ese tipo de material electrónico. Lo sorprendente fue el darme cuenta que la mayoría de los trabajos de investigación o estudios referentes al tema carecían de estos mismos datos. Esto me llevo a

¹⁰ MORENO, D., Villar, R. (2011) Anorexia Santa. (6 de agosto de 2011) Recuperado de <http://www.buenastareas.com/ensayos/La-Anorexia-Santa/2600408.html>.

cuestionarme el ¿por qué?; Por qué la mayoría de las investigaciones o estudios carecía de un análisis minucioso sobre el origen, causas y desarrollo del fenómeno, Y no sólo me refiero en el sentido positivista de poner una fecha o fechas que den cuenta de cómo se suscitó y se ha ido desplegando la comunidad de las Anas y las Mias en internet. De allí que surgiera la necesidad de intentar, entender el devenir histórico que ha tenido el fenómeno Pro Ana y Pro Mía en la web. Para lograrlo se indagó concienzudamente sobre estos datos y se propusieron diversos cortes históricos que intentarán dar cuenta de las diversas fases por las que ha atravesado dicho fenómeno.

- h) Creía que la producción virtual que planteaba a la anorexia y a la bulimia cómo un estilo de vida era elaborada por gente adulta, con bastante dinero y con una gran necesidad de crear un ejército de Mías y Anas en pro de un buen capital invertido. En ese entonces afirmaba que los consejos, la estructura, el lenguaje y la manera de manipular el dolor, el sufrimiento y la confusión de los adolescentes, eran obra de todos los que buscan tener un buen mercado para vender accesorios, vestidos, etc. Dignos de Barbie.

En ese entonces llegué a la conclusión de que la homogenización del estereotipo de mujer hiperdelgada como sinónimo de mujer perfecta impuesto por los creadores de necesidades (empresarios, diseñadores y medios de comunicación, agencias de publicidad, por mencionar algunos) invadían el imaginario social en todo el mundo.

Me era imposible creer que la autoría de este material recayera en las mismas usuarias que conforman la comunidad de las Anas y las Mias. En la maestría pude darme cuenta de mi error y comenzar a tratar de dilucidar sobre el sentido que tiene este tipo de material electrónico para sus propias autoras, en su mayoría adolescente o jóvenes adultas, que autodenominan a las comunidad Pro Ana y pro Mia como una “tribu urbana” . De allí que decidiera

hacer una ruptura con la visión adultocéntrica¹¹ por medio de las culturas juveniles (1996).¹²

- i) En mi primer acercamiento al fenómeno Pro Ana y Pro Mia había naturalizado completamente la utilización del internet, es decir nunca problematicé sobre los usos, costumbres, lenguaje y espacios que conforman la red. Pensaba que internet carecía de normas, que los espacios sociotécnicos (Estalella; 2005)¹³ eran homogéneos (Wallace; 2001)¹⁴, y no tenía ni la más remota idea de

¹¹ Esto quiere decir que la visión del adulto, es el centro de todo. Generalmente esta posición anula por completo las propuestas, formas y estilos de vida que tienen la juventud. Ver concepto en los diversos trabajos de varios juvenólogos.

¹² En un sentido amplio, las culturas juveniles se refieren a la manera en que las experiencias sociales de los jóvenes son expresadas colectivamente mediante la construcción de estilos de vida distintivos, localizados fundamentalmente en el tiempo libre, o en espacios intersticiales de la vida institucional. En un sentido más restringido, definen la aparición de “microsociedades juveniles”, con grados significativos de autonomía respecto de las “instituciones adultas”, que se dotan de espacios y tiempos específicos, y que se configuran históricamente en los países occidentales tras la segunda guerra mundial, coincidiendo con grandes procesos de cambio social en el terreno económico, educativo, laboral e ideológico. Su expresión más visible son un conjunto de estilos juveniles “espectaculares”, aunque sus efectos se dejan sentir en amplias capas de la juventud. Hablo de culturas (y no de subculturas, que técnicamente sería un concepto más correcto) para esquivar los usos desviacionistas predominantes en este segundo término. Hablo de culturas juveniles en plural (y no de Cultura Juvenil en singular, que es el término más difundido en la literatura) para subrayar la heterogeneidad interna de las mismas. Este cambio terminológico implica también un cambio en la “manera de mirar” el problema, que transfiere el énfasis de la marginación a la identidad, de las apariencias a las estrategias, de lo espectacular a la vida cotidiana, de la delincuencia al ocio, de las imágenes a los actores.

FEIXA, Carlos.(1996).Recuperado de la página: De culturas, subculturas y estilos. (4 de abril del 2013).www.cholonautas.edu.pe / Biblioteca Virtual de Ciencias Sociales.

¹³ El ensamblaje sociotécnico es un concepto que apunta a la emergencia de una nueva categoría, lo sociotécnico, que borra las distinciones que se establecen a priori entre lo social y lo técnico. Lo sociotécnico no es simplemente la suma de las otras dos como aclara Estalella sino las dos caras que emergen de una misma moneda durante un proceso de construcción de los artefactos, los hechos y los grupos sociales relevantes.

ESTALELLA, Adolfo (2005). «Filtrado colaborativo: la dimensión sociotécnica de una comunidad virtual». UOC Papers [artículo en línea]. N.º 1. UOC.[Fecha de consulta: 2/agosto/2012]. Recuperado de <<http://www.uoc.edu/uocpapers/1/dt/esp/estalella.pdf>>

¹⁴ Ver WALLACE, Patricia (2001). La psicología de internet. México. Paidós.

diversas ciberculturas que cohabitan en la web. No sólo estaba leyendo el texto fuera de su contexto. Es decir estaba haciendo un estudio de un fenómeno que se da en internet ignorando por completo los códigos de convivencia y las características específicas que existen en ese espacio determinado. Fue allí cuando tome conciencia que la construcción de las subjetividades (vínculos) de las princesas Mías y Anas: nacen, crecen, se transforman y multiplican a través de internet. Y qué este sólo hecho me exigía comenzar a dilucidar el tipo de subjetividades que se están constituyendo en la web y específicamente el tipo de subjetividades que se gestan a través de la producción virtual que plantea a la anorexia y a la bulimia como un estilo de vida. Debido a esto decidí tomar en cuenta desde un principio que tipo de tensiones existe entre realidad-sujeto- mundo virtual.

- j) Me había concentrado específicamente en estudiar cómo se conformaban las páginas web Pro Ana Y Pro Mia. Cuáles eran las secciones que integraban este material electrónico. Ahora me dediqué a conocer el proceso de subjetivación de las Anas Y las Mias. Entendiendo la subjetividad como la define Janine Puget (Kaes; 2006) “el ir siendo sujeto, proviene de estar en vínculo, habitando un espacio, adquiriendo nuevas características y cualidades al ser dos. Ese proceso de subjetivación se inicia con las experiencias infantiles originales y se constituye en un movimiento permanente, a través de la permanencia a múltiples y sucesivos vínculos significativos, actuales y futuros. (Pág.72).”¹⁵
- k) Anteriormente, mi impresión era que este fenómeno se limitaba a las páginas web o blogs. En la maestría me encontré con que el fenómeno pro Ana y pro Mia se ha expandido a todo tipo de entornos sociotécnico. Así que comencé a cuestionarme ¿cómo es que la comunidad se fue posicionando en los diversos espacios de la web?

¹⁵ KAES, Rene (2006). Entre lo uno y lo múltiple: Grupo y Psicoanálisis. México. Editorial: Universidad de Guadalajara.

- l) A través de mi problematización en torno al fenómeno Pro Ana Y Pro Mia, en un TACO¹⁶, se me sugirió que dichas prácticas eran únicamente prácticas mediáticas y no discursivas como yo proponía y que la producción virtual que se generaba de dicho fenómeno eran únicamente hipertextos que inundaban la web. Esto me hizo reflexionar sobre uno de los conceptos principales que sostenían mi pregunta de investigación. ¿Por qué yo pensaba que eran prácticas discursivas y no meramente mediáticas que existían únicamente en el internet? Otras de las interrogantes que suscito este cuestionamiento fue ¿qué pasa con el cuerpo dentro y fuera del ámbito virtual? ¿qué discursos constituyen dentro y fuera del ámbito virtual a la corporalidad de las Anas y de las Mias? ¿Cómo se juegan las prácticas discursivas dentro y fuera del ámbito virtual? Las respuestas a estas interrogantes las expondré detalladamente en los capítulos que abordan las prácticas discursivas y la virtualidad, respectivamente.
- m) Mi investigación está pensada principalmente desde la Psicología Social y la Corporalidad. Esto no quiere decir que no tenga un carácter interdisciplinario pues como se verá a través del mismo utilizo referentes tanto de la antropología, sociología, comunicación, historia y el feminismo. Hay disciplinas como el psicoanálisis que por el momento he dejado completamente fuera, debido a que carezco de la formación y del tiempo para que desde esa mirada pueda abordar la presente investigación. Esto no descarta que en un futuro me abra a esta posibilidad.
- n) Las discusiones teóricas que entablaré con los distintos autores ya sea de la Corporalidad o de la Psicología Social (además de cualquier otra disciplina), buscan mostrar los límites, alcances, y diferencias de cada una de sus propuestas teóricas, pero sobre todo busco a través de éstas, evidenciar mis puntos ciegos y sordos, mi propia manera de apropiarme de sus propuestas, de hacerlas mías, de transformarlas, destruirlas, reconstruirlas e incorporarlas

¹⁶ Nombre coloquial que se le da en la UAM Xochimilco a los Talleres de asesoría colectiva (TACO).

a mi investigación, para que así el lector pueda ubicar mis límites y alcances, de allí que a veces me atreva a cuestionar o evidenciar las inconsistencias –según yo- de mis propios referentes, a contradecirlos o a darles la razón. Es decir busco, discutir, abrir el dialogo con los distintos autores, de tal manera que de allí pueda surgir un texto sugerente para poder pensar a dicho fenómeno desde otros marcos interpretativos en vez de realizar un trabajo que pretenda llegar a conclusiones definitivas sobre el tema.

Capítulo I

Proceso de investigación.

Los términos “pro Ana” y “pro Mia” son el resultado de la conjunción del prefijo “pro”, que significa “a favor de”, y las partículas “Ana” y “Mía”, que se derivan de las contracciones de las palabras “anorexia” y “bulimia”, respectivamente. Hacen referencia a determinado tipo de socioespacios técnicos virtuales como son blogs, páginas web, video en YouTube, foros, chat, Facebook, Hi5, twitter, etc., en diversos países e idiomas que se caracterizan por expresar que tanto la anorexia como la bulimia son una elección de estilo de vida y no un desorden alimenticio.

La relevancia teórica de éste estudio recae en los retos que nos plantea el fenómeno Pro Ana y Pro Mía, en su complejidad. De allí que haya decidido tratar de alejarme, como lo plantea Edgar Morin (1994) de

“un pensamiento simplificante, incapaz de concebir conjunción de lo uno y lo múltiple (Pág.30)”¹⁷. Pensamiento que sólo “unifica abstractamente anulando la diversidad, o por el contrario, yuxtapone la diversidad sin concebir la unidad.”¹⁸

¹⁷ Morin, Edgar (1994), Introducción al pensamiento complejo. España. Gedisa.

¹⁸ Ídem.

La ignorancia que actualmente tenemos del fenómeno Pro Ana y Pro Mia en la web, hace que las diversas investigaciones o estudios que se han realizado en torno al tema sigan fluctuando de los psicologismos¹⁹ a los sociologismos²⁰ pasando por los legalismos²¹ sin poder hacer una lectura de la comunidad cibernética de las Princesas Ana y Mia ,en sí misma. Esto se puede apreciar en la poca o nula información que existe en las diversas investigaciones(psicológicas, sociológicas o jurídicas)hechas desde la óptica biomédica, referentes al tema, sobre el origen de este fenómeno ; investigaciones que no pasan de ser descripciones exhaustivas de este material electrónico; que sólo nos muestran, estadísticas que reflejan el crecimiento vertiginoso del mismo en la web como resultado de la gran influencia que tienen los medios de comunicación en la población para desear ser extremadamente delgada (o)²² ; investigaciones que sólo describen hasta la saciedad las características psicológicas de las anoréxicas o bulímicas y el origen de la patología; investigaciones que tienen como principal objetivo, que desaparezca dicha producción virtual, criminalizando y castigando a los sujetos que crean dichos espacios en internet.²³ Investigaciones que

¹⁹ Con psicologismo me refiero a todos los estudios que insisten en abordar la problemática de las páginas Pro- Ana Y Pro - Mía como producto de personas que padecen una enfermedad mental, ciñéndose a la definición que proporciona el Manual de Diagnóstico y Estadística de los denominados trastornos de conducta alimentaria. Y basándose su investigación en la descripción de exhaustiva de la anorexia y la bulimia.

²⁰ Como sociologismos me refiero a todos los estudios que abordan el tema de las páginas Pro- Ana Y Pro – Mía como un producto de la mercadotecnia, mostrando las grandes estadísticas.

²¹ Como legalismo me refiero a todo los estudios en dónde se estudia a las páginas Pro- Ana y Pro – Mía con el afán de erradicarlas de la web y sancionar a los sujetos que la realizan. Con pena de cárcel o multa según lo requiera.

²² Argentina (2008) el Senado ha aprobado por unanimidad una ley que obliga a las coberturas de salud públicas y privadas a atender las enfermedades de trastornos alimenticios como la obesidad, la bulimia y la anorexia. Asimismo prohíbe que los medios publiquen dietas o métodos para adelgazar sin respaldo de un profesional y contiene medidas consideradas antidiscriminatorias que contribuyen muchas veces a que la gente sufra trastornos alimentarios²²

²³ En Francia (2008) El poder legislativo tiene como principal objetivo acabar con los sitios de Internet denominados pro ana y Pro Mía que manipulan a las personas para que deseen ser excesivamente delgadas y que además dan a conocer todas las formas posibles de lograrlo: trucos para ayunar, dietas

se encuentran girando perpetuamente alrededor de una certeza. La eliminación de éste contenido en la web es la solución del problema. Sin importar que los resultados de sus propias indagaciones, indiquen, no sólo qué: prohibir, cerrar o erradicar este material, no resuelve el problema, sino qué, la mayoría de las veces, ocasiona, que la comunidad cibernética de las Anas y las Mias, se radicalicen y empeore la situación.

IQUA. (2011):

“Un informe elaborado en el 2008 por la Brigada de Investigación Tecnológica de la Policía (BIT) llegó a la conclusión de que su cierre era contraproducente, puesto que deriva en el crecimiento de guetos Virtuales. (Pág.24).”²⁴

Por otra parte algunas instituciones creen firmemente que sólo convirtiendo la producción de dicho material en delito se podrá “controlar” el problema.

IQUA

(2011):

Actualmente, es importante destacar que este tipo de contenidos (apología prácticas anoréxicas y/o bulímicas) no está considerado “delito”, no vulneran el código penal y no se consideran tampoco contenidos ilegales. Este marco legal “blando” o poco específico relativo a este tema, dificulta sobre “manera el cierre de estas páginas/espacios, puesto que sin una orden judicial en la mayoría de las ocasiones no se puede hacer nada.”²⁵

desequilibradas, uso de fármacos, self injury (auto mutilación para canalizar la angustia y el hambre), etc. con penas de hasta tres años de prisión y más de 70 mil dólares en multas.

²⁴ IQUA. (Agencia de Calidad en Internet)(2011) La calidad en Internet es responsabilidad de todos. Análisis proliferación de contenidos de apología a la anorexia y a la bulimia en la red (2010).15 febrero 2011.” Recuperado de <http://www.west-info.eu/it/anoressia-e-bulimia-il-pericolo-corre-sul-web/spaanoressia-2/>

Para no seguir reproduciendo este tipo de investigaciones reduccionistas o más bien dicho limitadas por el propio paradigma biomédico, que hace imposible ir más allá del diagnóstico : enfermedad- salud. Y que confina un fenómeno tan complejo a la certeza de que esta comunidad cibernética no es más que una “secta conformada por enfermas mentales”, que están empeñadas, en un intento desesperado por negar su grave situación, en hacer una “apología sobre los trastornos alimentarios” a través de una producción virtual que blande a la anorexia y la bulimia como un “estilo de vida”.

IQUA. (2011):

“Las personas que suben estos contenidos nocivos, altamente Peligrosos, para el desarrollo saludable de las personas y que, llegado al extremo, pueden conducir a la muerte, son personas enfermas.”²⁶

Me fue necesario estudiar el fenómeno Pro Ana Y Pro Mia en la web, desde otro lugar de enunciación que no es el discurso biomédico. El estudio del Fenómeno Pro Ana y Pro Mía en internet desde la óptica de la Psicología Social aportó varios elementos que me hicieron superar el psicologismo, sociologismo y legalismo antes mencionado dándome una visión integral de este fenómeno como señala Bauleo, A. (1977) ésta es una “disciplina que se ocupa de la mediación en la relación individuo-sociedad. (Pág.29).”²⁷

La Psicología Social me permitió recuperarme de la sorpresa, pasar de la investigación descriptiva a una investigación de intervención que no sólo NO descalificó, criticó, o encerró a la comunidad cibernética, en cuestión ,en un frasco con la etiqueta:

²⁵ Ídem.

²⁶ Ídem.

²⁷ BAULEO, A. (1977) Notas para la conceptualización sobre grupo y psicología social y grupos en conraintitución y grupos. Madrid. Fundamentos.

“secta”, “apología de una enfermedad”, “locura”, “moda” . Y a sus respectivos sujetos: “enfermas”; “locas”, “víctimas”.

Ésta disciplina me proporcionó las herramientas teórico- metodológicas necesarias para estudiar a éste fenómeno social de manera más crítica, pues en este se busca mostrar las contradicciones, incongruencias e incompletitud que existen en dicho fenómeno logrando paradójicamente una visión más plena de este acontecimiento social. Los tres elementos que me aportó la Psicología Social fueron: las subjetividades²⁸ como refiere el investigador Hugo Zelmelman, la implicación y la construcción del dispositivo²⁹.

Antes de llegar a la maestría de Psicología Social de Grupos e Instituciones, desde ahora en adelante **MPSGI**. La única perspectiva teórico-metodológica que conocía era la que corresponde a las tradiciones positivistas³⁰, éstas basan sus resultados principalmente en datos numéricos y buscan ante todo la objetividad del investigador. El investigador es un científico que debe buscar las causas y hechos de los fenómenos sociales, pues estos son cosas, otorgadas por la realidad. Esto implica que no cambian, que el científico social sólo tiene que encontrar el mejor método para controlar y medir de la mejor manera posible, los hechos que conforman a dicho fenómeno hasta llegar a su esencia para así poder enunciar la ley o las leyes que lo construyen. Al llegar a MPSGI me sorprendió y desconcertó en un principio darme cuenta que en dicha disciplina no se negaba la presencia de la subjetividad del investigador como señalan: Araujo Gabriel y Fernández Lidia (1996) en “los diversos niveles del quehacer científico, los cuales van desde la elección del campo de investigación, y la formulación de las hipótesis, hasta la interpretación de los

²⁸ Como se hizo referencia en la Introducción.

²⁹ Este lo abordaré en el capítulo V junto con mi estrategia metodológica e incursión al campo.

³⁰ August Comte y Emile Durkheim.

resultados” (Pág.244).³¹ Es decir que el investigador está implícito en la constitución de su objeto de conocimiento. Para mí el tomar conciencia de la inexistencia de la neutralidad científica y la posibilidad de construir mi objeto de estudio, en vez de buscar una causa o verdad única. Simultáneamente me abrió un abanico de posibilidades y me llenó de angustia y dudas. Si bien me proporcionó la esperanza para tratar de superar una serie de dicotomías que se presentaban recurrentemente en mi tema de investigación, como son: salud-enfermedad y realidad – virtualidad. También me llenó de dudas, ¿Cómo comenzar a construir mi objeto de estudio? cuando se está acostumbrado a observar y develar una verdad, la verdad. Aunque esto implicará omitir o negar las incongruencias, contradicciones encontradas en el campo de investigación, desechar o hacer caso omiso de la serie de interrogantes que surgían en el transcurso de la misma, pues la mayoría de las veces, estas no concordaban o contradecían a mi hipótesis de investigación, única e inamovible. Fue en la MPSGI que aprendí que la teoría no puede explicar a la realidad y que era absurdo tratar de ajustar la realidad a la teoría. Sino que más bien era necesario usar la teoría como una caja de herramientas tal como lo sugiere Deleuze y Foucault.

Si bien tenía claro que mi tema de investigación, era sobre el Fenómeno Pro Ana Y Pro Mia, cada vez que indagaba más sobre el tema, la pregunta cambiaba, poco a poco también mi manera de interrogar al campo. Si en un principio me acomodé en la aceptación de categorías y términos dados por la academia para acercarme a la producción virtual Pro Ana y pro Mia sin cuestionarlos, es decir sin cuestionarme, paulatinamente fui poniendo en tela de juicio, si mi manera de aproximarme al campo era la correcta, o si los términos utilizados y las preguntas formuladas eran las más adecuadas y pertinentes para interpelar a mi campo de investigación. Pude percatarme que por momentos en vez de entablar un diálogo con mi tema de investigación, lo que hacía era un monólogo unilateral, en donde sistemáticamente

³¹ SZASZ Ivonne y Lerner (1996). Para comprender la subjetividad. Investigación cualitativa en salud reproductiva y sexualidad; La entrevista grupal: herramienta de la metodología cualitativa de investigación. Araujo Gabriel y Fernández Lidia. México. Colegio de México.

estaba repitiendo esa especie de silenciamiento de los sujetos y de los colectivos que tanto criticaba en otros trabajos, esa sordera académica, en donde la voz de los sujetos que hacen posible el fenómeno estudiado no es escuchada, invariablemente había leído sobre el estilo de vida de las Anas y las Mias, pero en ningún momento se había ocurrido cuestionarme en serio el por qué estos sujetos decían tener un estilo de vida, en qué consistía su estilo de vida. Era como si de repente quisiera estudiar a un nuevo grupo étnico y lo único que conociera del mismo fueran sus prácticas. Prácticas que me provocan angustia, desasosiego y que por lo tanto engendraban en mí la imperiosa necesidad de mostrarles a los demás y principalmente al grupo en cuestión, lo negativas, contraproducentes y nocivas que son dichas prácticas sin preocuparme por su devenir histórico, sus creencias, su búsqueda de sentido y de transformación. Pues no hay que olvidar como señala Fernández Rivas (2003) que “los actos humanos implican conductas de sentido contruidos, por los objetos involucrados en la acción” (Pág.84).³² De allí mi interés por conocer los procesos de subjetivación de las Princesas Anas y Mias a partir de su estilo de vida, en vez de buscar el análisis de la subjetividad como el análisis de un individuo aislado o grupo o una institución, busqué ver múltiples entrecruzamientos que la caracterizan para no convertir este objeto, en un objeto sin ventanas con el exterior como bien señala Fernández Rivas³³

El otro elemento innovador para mí fue la implicación, al principio me parecía exótico, extraño, debido a que a lo largo de mi formación se me había inculcado que el investigador debería ser “neutral-objetivo”, así que confundía como señala Manero(1996)³⁴ la implicación con la sobre implicación es decir “con la medida del

³² JÁIDAR Matalobos, Isabel Compilador (2003) Tras las huellas de la subjetividad. Fernández, Rivas Lidia. La subjetividad: Opaco objeto del conocimiento. México DF: UAM-X, CSH. México.

³³ Ídem.

³⁴ MANERO, Roberto (1996). El análisis de las implicaciones 3 *Foro departamental de educación y comunicación 1995: Psicología*.248-258. México DF: UAM-X, CSH, Depto. de Educación y Comunicación. Cita en el texto (Manero, 1996, P.250).

compromiso establecido conscientemente con alguna causa”³⁵ o con un anecdotario que termina siendo un extra-texto y que en algunas ocasiones es incluido en el texto mismo- “y que morbosamente leemos para enterarnos de algunas intimidades del autor ...”³⁶

No entendía que debido a que no existe la imparcialidad y la tan buscada neutralidad cuando realizamos una investigación es necesario ejercer cierta vigilancia sobre nuestra natural tendencia como investigadores “a otorgar el sentido como algo absoluto a partir de su vínculo con el campo de intervención”³⁷ o por otra parte como lo señala Devereux (1977)³⁸ en cuanto más ansiedad le ocasiona un fenómeno al investigador, éste no puede observarlo debidamente, ni pensarlo objetivamente ni crear los métodos necesarios y eficaces para describirlo, entenderlo, confrontarlo y pronosticarlo adecuadamente, de allí la necesidad de mantener una constante cautela sobre nuestra contratransferencia³⁹. En mi caso la importancia de elaborar mi diario del investigador al mismo tiempo que mi diario de campo, me dio la oportunidad de registrar el proceso en que simultáneamente y de manera paralela tanto mi tema de investigación, como yo íbamos cambiando, me ayudo a diferenciar cuáles eran mis

Recuperado de

http://bidi.xoc.uam.mx/busqueda.php?indice=AUTOR&tipo_material=TODO&terminos=Manero%20Brito,%20Roberto&indice_resultados=0&pagina=1

³⁵ Ídem.

³⁶ Ídem.

³⁷ Fernández, Lidia. OP. Cit .85.

³⁸ DEVEREUX (1977), George. De la ansiedad al método en las ciencias del comportamiento. México: Siglo XXI. Recuperado de <https://books.google.es/bkshp?hl=es&tab=pp>

³⁹ pues esta es la “suma total de aquellas distorsiones en la percepción que el analista tiene de su paciente, y la reacción ante él que le hace responder como si fuera una imagen temprana y obrar en la situación analítica en función de sus necesidades inconscientes, deseos y fantasías por lo general infantiles.” (Pág. 118).

DEVEREUX (1977), George. De la ansiedad al método en las ciencias del comportamiento. México: Siglo XXI. Recuperado de <https://books.google.es/bkshp?hl=es&tab=pp>

angustias, mis expectativas, mis prejuicios, mis miedos, esto hizo que pudiera moverme de lugar tanto epistemológicamente como metodológicamente, empezar a ver y escuchar al otro, cuál era su demanda y no la mía⁴⁰, el colectivizar mi tema de investigación dentro y fuera del aula de la MPSGI y apoyarme en la experiencia y los comentarios que se derivaban de la lectura de mi asesor gradualmente me llevo a asumir una posición , ética- política respecto a mi tema de investigación, esta fue reconocer la existencia del otro (sujeto de investigación, autores, pares y profesores) y querer entablar una relación dialógica permanente con los mismos.

Salazar Villava, Claudia (2004) dice que la construcción del dispositivo de intervención-investigación son estrategias de esclarecimiento, indagación, reflexión, en donde se busca establecer un espacio dialógico creado de forma única de acuerdo a las necesidades y con el conocimiento de los interlocutores, propiciando la generación de material discursivo con el mínimo de control para así permitir la expresividad y la participación activa de los sujetos. De allí que el dispositivo tenga formas locales y específicas, irrepetibles en otro tiempo y espacio y que provoque tanto en el investigador como en el sujeto individual – colectivo de la investigación una permanente reflexividad que procede de los desencuentros y encuentros que suscita esta experiencia. Estas máquinas que hacen ver, “ponen en marcha operaciones complejas para construir una mirada caleidoscópica, frágil y terriblemente perecedera y móvil.” (Pág.294)⁴¹ Por lo mismo difícil de atrapar en palabras, y dar cuenta de todos

⁴⁰ No hay que olvidar que yo partía de una perspectiva teórico-metodológica positivista que se sustentaba completamente en el discurso biomédico y pensaba que la mejor solución para este fenómeno era la clausura de dicho material virtual, y en ningún momento se me había cuestionado sobre la propuesta que sustentaba la comunidad Pro Ana Y Pro Mia sobre la existencia de un estilo de vida.

⁴¹ SALAZAR, Claudia. (2004) Dispositivos: Máquina de visibilidad. Anuario de investigación 2003.291-299. México DF: UAM-X, CSH, Depto. de Educación y Comunicación. Cita en el texto (Salazar, 2004, p.294.) Recuperado de http://148.206.107.15/biblioteca_digital/estadistica.php?id_host=6&tipo=CAPITULO&id=1299&archivo=37-1299ewy.pdf&titulo=Dispositivos:%20m%C3%A1quinas%20de%20visibilidad-

los procesos que se suscitan en los diversos planos que conforman nuestro objeto de estudio.

Efectivamente aprendí que toda investigación es una intervención y por lo tanto ésta afecta de cierta manera el fenómeno estudiado tal como lo señala René Lourau ⁴² referente a los cambios que han suscitado en los Punk lo publicado por la academia, afectando y trasformando la manera que estos mismos tienen de autoperibirse. En el caso de la comunidad Pro Ana y Pro Mia es evidente que a partir de la revelación de su existencia en los medios de comunicación en el 2004 y las constantes intervenciones por diversas instituciones de salud, ésta ha tenido un cambio sustancial debido a que sus miembros se han radicalizado. Por otra parte los estudios que descansan en el discurso biomédico han sustentado la penalización de la creación de dicho material convirtiendo a sus autoras en delincuentes.⁴³

En el transcurso de MPSGI formulé diversas preguntas de investigación en torno del Fenómeno Pro Ana Y Pro Mia en la Web.

Uno de los motores principales que me llevaron a estos cuestionamientos no tenía nada que ver con la academia, sino con un aspecto de mi vida personal: una persona muy cercana a mí era usuaria de dicho material electrónico. Mi inquietud sobre el porqué de la necesidad de esta persona de recurrir a este material era movida, evidentemente, por la preocupación, el dolor y el enojo que esta situación me producía. Mis preguntas, entonces, estaba acompañada de un fuerte intento de permanecer neutral, ecuánime, objetiva, frente al tema cuando la posible muerte de alguien tan cercano se cernía sobre mí.

Otro problema que encontré en mis planteamientos fue que no podía separar los discursos presentes en las páginas de los seres humanos que los producían; es decir, pensaba que ser Ana o Mia era una actividad de tiempo completo, impresión

⁴² LOURAU, René. Los intelectuales y el poder. Montevideo: Nordan Comunidad. 2001.

⁴³ Como ya lo hemos mencionado sólo en México y Francia y muy recientemente en Alemania.

que cambió por completo gracias al TACO, en donde, efectivamente, se me señaló que las usuarias de dicho material no son todo el tiempo Anas o Mias, sino que estas figuras, “personajes”, son creaciones discursivas que no ocupan todas las áreas de la vida de un sujeto. Esto lo pude comprobar al hablar con E. (la persona cercana que antes mencioné): de no haber conocido los síntomas de la anorexia y la bulimia, si estas páginas no fueran mi tema de investigación, muy probablemente no me habría dado cuenta de que E. recurría a dicho material desde mucho tiempo atrás.

Decidí seguir la sugerencia abocarme al estudio de los discursos existentes o los discursos que se podían generar a partir de cierta metodología en internet. Así que mi pregunta, para lograrlo fue:

¿Qué prácticas discursivas construyen a la anorexia y a la bulimia como un estilo de vida dentro y fuera de la *web*?

Dicha interrogante me permitió diferenciar en cierta medida los discursos de las personas que los creaban, además de que me ayudó a entender que para mostrar el proceso de subjetivación de las Anas y las Mias, era necesario ver qué prácticas discursivas hacían posible la constitución de una corporalidad anoréxica y bulímica, para poder entender la transversalidad de los mismos, en la producción virtual pro Ana y pro Mia.

Por otra parte la incursión a mi campo de investigación, me hizo reflexionar sobre si los conceptos claves que conformaban mi pregunta de investigación, eran adecuados y útiles para interrogar lo que sucedía en éste ámbito. Posteriormente la pregunta de investigación volvió a modificarse al realizar mi análisis de campo, quedando de la siguiente manera:

Pregunta:

¿Cómo es el proceso de subjetivación de las Princesas Anas y Mias a partir de su estilo de vida en la producción virtual Pro Ana y Pro Mia en los espacios socio-técnicos: blog, facebook y twitter?

Objetivo General:

Analizar las prácticas discursivas, mediáticas y corporales que constituyen el estilo de vida Pro Ana y Pro Mia dentro y fuera de la virtualidad.

Objetivos Particulares:

*Analizar las prácticas discursivas en el ámbito social, médico y religioso que atraviesan a la producción virtual Pro Ana y Pro Mia.

* Elucidar las prácticas mediáticas que conforman al Fenómeno Pro Ana y Pro Mia.

*Especificar cuáles son las prácticas corporales que conlleva el estilo de vida de las Anas y las Mias.

Al indagar más sobre el fenómeno Pro Ana y Pro Mia me di cuenta que lo que convocaba en un principio a las usuarias que accedían a este tipo de material virtual, era con el interés de modelar su cuerpo –ser más delgada- lo que en cierta manera equivale a ser perfecta o una princesa y digo de cierta manera porque tanto ser perfecta como ser princesas va más allá de ser delgada por medio de la anorexia y la bulimia en este tipo de producción virtual. De hecho ambos adjetivos están huecos, abiertos, en ellos se juega una suerte de polivoces imposible de atrapar en un único concepto o definición. Debido a que cada usuaria puede decir que es ser perfecta y qué es ser una princesa. Sin embargo los tips, frases, imágenes consejos, tutoriales, avatar que puedan existir al respecto en este tipo de material electrónico irremediablemente nos remiten al cuerpo. La necesidad de transformar su existencia, relaciones interpersonales y manera de auto concebirse a ellas mismas, es por medio de la transformación de su cuerpo a través de ciertas prácticas corporales. Fue así como me di cuenta que el cuerpo siempre estaba presente en dicho fenómeno, y que era necesario cuestionarme sobre la famosa relación que existe entre la realidad y la virtualidad. De allí nació una serie de cuestionamientos como:

¿Se puede estudiar la corporalidad en el ámbito virtual? ¿De qué manera? ¿Qué pasa con el propio cuerpo cuando se accede a espacios virtuales? ¿Qué pasa con el cuerpo dentro de la virtualidad, específicamente en el fenómeno Pro Ana y Pro Mia en la web? etc. Si bien no pretendo responder estas interrogantes en el presente capítulo me pareció importante señalar de alguna manera lo sustancial que es la utilización del *embodiment* y las tecnologías del yo, como una verdadera caja de herramientas, teorías-metodológicas que me ayudan a pensar la corporalidad y qué tipo de subjetividades se están generando a partir de la virtualidad y están trascendiendo este espacio hasta trastocar la vida cotidiana de los sujetos.

Thomás J. Csordas (2011) nombra como *embodiment* al “Paradigma u orientación metodológica requiere que el cuerpo sea entendido como sustrato existencial de la cultura; no como un objeto bueno para pensar, sino como un sujeto que es necesario para ser. (Pág.83)”⁴⁴ Esta propuesta no se limita únicamente a ver al cuerpo como la encarnación del proceso subjetivo, sino que establece una dialéctica entre la conciencia perceptual de Merleau-Ponty y la práctica colectiva de Bourdieu. El primero, “pone el foco en la constitución de los objetos perceptuales. Para él, la percepción comienza en el cuerpo y, a través del pensamiento reflexivo, termina en los objetos. En el nivel de percepción, no hay una distinción sujeto-objeto- simplemente somos en el mundo”⁴⁵; Para el segundo “el cuerpo es socialmente formado como sustrato de la vida colectiva.”⁴⁶ De esta manera Tomas J. Csordas sugiere que no sólo el *embodiment* se restringe a un microanálisis personal como lo propone la fenomenología sino que es relevante también para las colectividades sociales.

De esta propuesta me interesa retomar no sólo la manera en que vislumbra al cuerpo sino los modos somáticos de atención” estos son modos culturalmente elaborados de

⁴⁴ CITRO, Silvia. (2011).Cuerpos plurales. Antropología de los cuerpos: J. Csordas Thomas. Modos somáticos de atención. Buenos Aires.Editorial.Biblos.

⁴⁵ Ibídem. P.85.

⁴⁶ Ibídem. P.86.

prestar atención a, y con, el propio cuerpo, en entornos que incluyen la presencia corporizada de los otros.”⁴⁷

La importancia del embodiment y los modos somáticos de atención, es que motivan al investigador a estar atento a varios acontecimientos que se producen de forma simultánea en los fenómenos, estos son: la encarnación de la subjetividad en el cuerpo; la intersubjetividad que se genera a partir de este acontecimiento; además de la presencia y articulación del sistema de prácticas (sociales, culturales y principalmente corporales) y las representaciones hegemónicas que prevalecen en la comunidad. Por otro lado, le otorga gran importancia a la interpretación y el sustento narrativo que generan los sujetos a través de su corporalidad.

Las Tecnologías del yo, según Foucault (1990) son aquellas que “le permiten a los individuos efectuar, por cuenta propia o con ayuda de otros, cierto número de operaciones sobre su cuerpo y sobre su alma, pensamientos, conducta, o cualquier forma de ser, obteniendo así una transformación de sí mismo con el fin de alcanzar cierto estado de felicidad, pureza, sabiduría o inmortalidad.”(Pág.48).⁴⁸

Los sujetos tienen agencia, pero dicha agencia es creada por todas las situaciones y condiciones de existencia que los rodean y que de cierta manera los hacen ser quienes son, a su vez estas condiciones hacen posible elecciones que no son ilimitadas y se encuentran inmersas en una serie de discursos.

Desde esta perspectiva está hecho el análisis de las fugas de sentido de las prácticas discursivas y corporales que se conciben y se generan en el Fenómeno Pro Ana Y Pro Mia. De allí que me haya propuesto en el proceso de investigación resaltar todo lo inexacto, lo incoherente, lo contradictorio, lo silenciado encontrado en el transcurso de la investigación.

⁴⁷ Ibídem. P.87.

⁴⁸ FOUCAULT, Michel. (1990) Las tecnologías del yo y otros textos afines. Barcelona. Editorial: Paidós.

Al confirmar que la mirada biomédica, lo único que me permitiría hacer era reafirmar el diagnóstico de enfermedad o salud. Tuve que aceptar la relevancia teórica e histórica y la complejidad que conllevaba realizar mi investigación desde otra perspectiva que no fuera la clínica. Esto significaba admitir que hablar del Fenómeno Pro Ana Y Pro Mia era hablar de la historia de la belleza que no escapa a los modelos de género e identidades; de prácticas discursivas médicas, religiosas y sociales encarnadas en las corporalidades de los sujetos; de prácticas mediáticas que generan fugas de sentido y producen practicas discursivas y determinadas prácticas corporales que tienen un sustento histórico, etc. pero sobre todo de seres humanos que respiran, sufren y tienen un cuerpo.

De allí que haya decidido hacer un seguimiento de las Prácticas Discursivas referentes al cuerpo femenino en los siguientes ámbitos: social y médico referentes a la delgadez y espiritual relativo al management. En el ámbito social mostraré algunas de las prácticas discursivas que hacen posible que el poseer un cuerpo esbelto haya adquirido cierta relevancia en la modernidad y la discriminación que gira en torno a la obesidad. Para lograrlo me apoyaré en la Historia de belleza. El cuerpo y el arte de embellecer desde el Renacimiento hasta nuestros días de Georges Vigarello (2004) y en el libro de los cuerpos dóciles a los cuerpos siniestros. Una Historia del cuerpo en la modernidad del autor Fernando Torres García (2004). En el ámbito médico tomaré las Prácticas Discursivas que existe en torno al cuerpo esbelto y algunas políticas públicas en torno a la obesidad y la alimentación; Por último en el ámbito religioso mostraré como el material electrónico de las Anas y las Mias hace evidente los desplazamientos respecto a la deidades gracias a que impera el management para explicar esto utilizaré el texto de Claudia M Salazar Villava (2013), por último me apoyare plenamente en el trabajo de José Alberto Sánchez Martínez(2013) y su libro Figuras de la presencia .Cuerpo e identidades en los mundos virtuales. El afortunado hallazgo de este material, me ayudó a resolver algunos problemas claves para poder entender la corporalidad y el continuo entre realidad y virtualidad que sustenta los procesos subjetivos que se generan a partir de la producción virtual Pro Ana y pro Mia.

Desde la corporalidad

Tanto la corporalidad como el cuerpo nos van a servir como hilo conductor y bisagra para entender al Fenómeno Pro Ana Y Pro Mia en la web. Pues va a asegurar la articulación que existe entre las prácticas discursivas en el ámbito: social, médico y “religioso” en torno al ayuno y al cuerpo esbelto y las características propias de la virtualidad junto con las prácticas mediáticas que se generan en este espacio haciendo posible que dichas prácticas discursivas se condensen, jueguen y resinifiquen produciendo diversas fugas de sentido que se concretan en prácticas discursivas y corporales, que las comunidades cibernéticas Pro Ana y Pro Mia, suelen denominar “estilo de vida”.

Hacer tanto de la corporalidad como del cuerpo, parte de nuestro objeto de reflexión en la presente investigación nos va acercar radicalmente al corazón del Fenómeno Pro Ana Y Pro Mia en la web. Pues es la performatividad de la mujer en “princesas” a través de diversas prácticas corporales para modelar su cuerpo y lograr la perfección de determinada manera, lo que convoca a las Princesas Anas y Mias a ser: los avatares, tips, lemas, consejos y prácticas corporales giran en torno a este objetivo.

Elsa Muñoz (2010) Judith Butler afirma que los cuerpos se materializan mediante un proceso que denomina performatividad. Cito:

“Este no es un acto singular, porque siempre es la reiteración de la norma o un conjunto de normas y, en la medida en que adquiera la condición de acto en el presente, oculta o disimula las convenciones de la repetición. Se considera performativa aquella práctica o conjunto de ellas, que realiza o produce lo que nombra, parecería que un fenómeno que se nombra cobra vida en virtud del sujeto o de su voluntad. De este modo tenemos cuerpos que se materializan en cuerpos de mujer y cuerpos de hombre, pero también los que se materializan en cuerpos bellos, o en cuerpos atléticos, en cuerpos discriminados por la raza de pertenencia, en cuerpos

ininteligibles” (Pág.8)⁴⁹ o “anómalos” como es el caso de algunas de las Princesas (extremas).

El cuerpo actualmente, como apunta Elsa Muñiz (2004) no representa las actitudes físicas en este orden social sino que encarna “el significado que adquiere la propia existencia, para construirnos de la manera en la que nos gustaría ser. En una era en la que lo individual es responsabilidad del propio actor, el cuerpo es justamente, una hechura más del proyecto identitario de una persona. (Pág.31). ”⁵⁰

Si colocamos en el centro de nuestras disertaciones a la anorexia y la bulimia como prácticas corporales entiéndase éstas como los usos deliberados del cuerpo como son (maquillaje cosmético, tatuajes, perforaciones, cirugías), que se gestan en determinado contexto sociocultural, podremos trascender la dicotomía existente entre cuerpo-alma, cuerpo-cultura, enfermedad-salud pues pretendemos ver al cuerpo como un proceso multidimensional difícilmente aprehensible, complejo, efecto de la actividad cultural e histórica tal como lo señala Elsa Muñiz (2004). Cuerpo y cultura se implican mutuamente como apunta Margarita Baz (1993) produciendo una relación dialógica en donde “el cuerpo proporciona a la sociedad una manera de pensarse y de obrar sobre ella misma⁵¹” a la vez que la sociedad convierte al cuerpo “en un campo social, cerco político, en un organismo tensado por las relaciones de poder.”⁵² Oponiéndonos de esta manera, a ver contundentemente al cuerpo como un objeto mecánico, articulado pero en sí mismo inerte, es decir un cuerpo meramente biológico

⁴⁹ MUÑIZ, Elsa. (2010) Disciplinas y prácticas corporales. Una mirada a las sociedades contemporáneas. México. Editorial: Anthropos.

⁵⁰ MUÑIZ, Elsa. (2004) Multiculturalismo, cuerpo y género: Un debate contemporáneo. Revista *Fuentes Humanísticas*. 28. 29-41. Azcapotzalco, Distrito Federal. México. Universidad Autónoma Metropolitana, Departamento de Humanidades. Cita en el texto. (Muñiz, 2004.P.31.)

⁵¹ BAZ, Margarita. (5, Junio/1993) El cuerpo instituido. Revista *Tramas* 5. Págs. 109-123. Cita en el texto. (Baz, 1993. P.115.) Recuperado de http://148.206.107.15/biblioteca_digital/estadistica.php?id_host=6&tipo=ARTICULO&id=1631&archivo=6-121-1631bpx.pdf&ti

⁵² Baz, Margarita. *Ibidem*. P.114.

como objeto particular de la ciencia médica, disciplina oficial con el poder suficiente para determinar qué es lo normal y lo anormal por medio del diagnóstico. Como hicieron autores como Federica Deiana (2011) que propone estudiar a la anorexia como una práctica cultural específica de un determinado contexto sociocultural y construye sus propios conceptos y categorías para analizar el fenómeno Pro Ana y pro Mia; o como Nancy Lombardini(2012) que utiliza el concepto de experiencia de Foucault para alejarse de nociones estigmatizantes y evitar construir la anorexia y la bulimia desde saberes formalizados que las instituyen como enfermedades mentales, síntomas o trastornos en la conducta alimentaria.⁵³ O como Campos Rodríguez (2007) que propone estudiar a dicho fenómeno como subcultura; o Le Bretón(2009) como conductas de riesgo y Gracia Mabel(2007) como espacio vindicativo. Podremos entender no solamente la lógica que se juega en la producción virtual Pro Ana y Pro Mia sino también el por qué la academia ha sido tan reacia para intentar leer a este fenómeno, desde sus propios juegos de verdad. Fenómeno que antepone la performatividad principalmente de la mujer, para convertirse en “Princesa” mediante el logro de la perfección a través de cierto “estilo de vida” y por ende asimila la construcción de la feminidad, no hay que olvidar que como señala Elsa Muñiz (2011) “el cuerpo femenino es el objeto de procesos de dominación y control, tanto como el lugar de poder. (Pág.33). “⁵⁴

Esto nos exhorta a reflexionar respecto a la siguiente pregunta ¿somos un cuerpo o tenemos un cuerpo? Si bien Elsa Muñiz afirma que tradicionalmente las mujeres hemos sido un cuerpo y los hombres han tenido un cuerpo. Me gusta la idea de Meri Torras (2006)⁵⁵ devenimos en un cuerpo en donde se encarnan procesos históricos,

⁵³ Ver LOMBARDINI, Nancy. (2012) Anorexia y Bulimia: Una experiencia subjetiva. Tesis de maestría de Psicología Social de Grupos e Instituciones. UAM Xocimilco.

⁵⁴ MUÑIZ, Elsa. Multiculturalismo, cuerpo y género: Un debate contemporáneo. Op. Cit. P.33.

⁵⁵ Ver Introducción en TORRAS, Meri. (2006). Corporalizar el pensamiento: escrituras y letras del cuerpo en la cultura occidental. Catalunya. Editorial: Mirabel.

políticos, sociales que acaecen en sujetos con un determinado estilo de vida que está inmerso en los discursos, en el poder del discurso y en el discurso del poder, discursos que generan prácticas e identidades y determinado tipo de subjetividades, hablar de cuerpo es hablar de subjetividad.

El cuerpo territorio de metamorfosis, metáfora infinita que cambia de acuerdo a un contexto sociocultural en el que se encuentra inmerso, Edén de placeres, bandera de protesta, elaboración discursiva, en donde se proyectan los temores, tabúes, creencias de toda una sociedad. El cuerpo como bien señala Margarita Baz (1993) nos interroga sobre la sexualidad, el dolor, las fuerzas complejas que sostienen nuestra vida, las identidades, el tiempo y la muerte.

El cuerpo señala esta autora es un doble apoyo debido a que es un organismo vivo y es el vínculo social, hacia el mundo humano vehiculado por los grupos y la sociedad de pertenencia.

El cuerpo es la metáfora perfecta para representar la articulación entre lo diverso, para darle forma y sentido a lo múltiple, para la unificación de acciones, funciones y jerarquías de ciertos grupos o colectivos. El cuerpo contiene, unifica, regula y moldea formas de pensar, sentir, da dirección y sentido de pertenencia a los miembros que lo conforman, pues dentro del cuerpo todas y cada una de las partes que lo constituyen son útiles, necesarias e indispensables para la existencia del mismo. El cuerpo es un todo en sí mismo, de allí su importancia y la necesidad de los colectivos o grupos de hacer cuerpo. Las Anas y las mias no son la excepción.

Capítulo II

Estilo de vida y enfermedad.

Para entender al Fenómeno Pro Ana Y Pro Mia en la web es indispensable hacer una disertación sobre ¿qué es la anorexia?, ¿qué es la bulimia? Al inicio de mi investigación daba por hecho que tanto la anorexia como la bulimia eran

“enfermedades mentales”. Me basaba en la definición que da el Manual de Diagnóstico y Estadística de Enfermedades Mentales (DSM-IV), sobre los trastornos de conducta alimentaria (TCA) , en donde señala que estos se caracterizan por tener, una distorsión en la autopercepción de la imagen corporal, un temor enfermizo a engordar, deseos obsesivos por bajar de peso y conductas para evitar su incremento, no obstante la persona que la padece este por debajo del peso normal en un 15 o 20% y no tenga una enfermedad física a la que se le pueda atribuir la disminución excesiva de peso. En este también se explica que la palabra anorexia (Ana en la web) proviene del vocablo griego anorektous que literalmente significa “falta de apetito” esto, no es en sí la esencia de la enfermedad. Como señala Weitzner (2007). “La persona que padece anorexia sufre hambre todo el tiempo, pero los rituales obsesivos compulsivos que comienza a cumplir cotidianamente para evadirse de la angustia que le causan algunas situaciones o sentimientos, logran hacer que los malestares físicos que sufre por falta de alimento, sean acallados durante años e incluso décadas”(Pág.61) ⁵⁶. La palabra bulimia (Mía en la web) proviene del griego bou limnos, significa "hambre de buey" y consiste en atracarse de comida para luego purgarse, “es la fantasía oculta de que es posible comer todo lo que se quiera sin subir de peso.(Pág.61)”⁵⁷

Al realizar el estado del arte de los conceptos claves que conformaban mi pregunta de investigación comienzo a percatarme que una de las primeras contrariedades que tiene este tópico, es precisamente la opacidad que gira en torno a estos dos

⁵⁶ WEITZNER, Andrea (2007). Ayudando a personas con anorexia, bulimia y comer compulsivo. Guía, práctica para maestros, terapeutas y médicos. México: Editorial: Pax.

⁵⁷ Ídem.

conceptos. Pues aún se debate sobre si son: síntomas, enfermedades o trastornos de conducta alimentaria, síndromes, patologías parapsicóticas, psicosis monosintomáticas o perversiones, etc.

Esto me hizo reflexionar respecto a: ¿Qué era lo enfermo y lo sano? ¿El por qué había considerado tan evidente que tanto, la anorexia como la bulimia eran “enfermedades mentales”? ¿por qué daba por hecho que el diagnóstico médico era irrefutable pese a todas sus contradicciones? ¿Por qué privilegiaba el saber médico ante otro tipo de conocimientos? José Eduardo Tappan Merino (2000) en su artículo una Perspectiva antropológica sobre el síntoma en las disciplinas “psi”, hace una excelente problematización sobre el significado del síntoma desde la óptica biomédica y una crítica a la falta de reflexividad por parte de las disciplinas psi en torno a este tópico. En este artículo encontré los elementos necesarios para explicar y cuestionar dicha perspectiva. El síntoma para el profesional de la medicina tiene que coincidir con los criterios que aparecen en los distintos manuales de diagnóstico. Cito:

“Bajo este esquema se piensa que los órganos tienen voz propia y que esta se manifiesta universalmente de la misma manera. Pero los enfermos, si no saben que existe un órgano es muy difícil que se imaginen su dolor. Por ello, a diferencia del signo, el síntoma se presta a la interpretación individual o cultural, es decir a una falsa representación.”⁵⁸

No sólo eso los médicos tienen códigos específicos, que se basan en un saber especializado que los autoriza a dar un determinado diagnóstico esto implica que el especialista, tiene que elaborar a partir de las manifestaciones de los malestares una serie de hipótesis sobre la causa y origen de dicha enfermedad para así poder buscar el remedio de la misma. Para lograrlo el médico tiene que transformar el síntoma en signo. Cito:

⁵⁸ TAPPAN, Merino, José Eduardo.(enero-abril -2000).Una perspectiva antropológica del síntoma en las disciplinas “psi”.*Cuicuilco*. 7(18)119-136. Cita en el texto (Tappan,2000.P.2) Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/351/35101808.pdf>

“El médico debe de tratar de transformar (dentro del esquema teórico de la especialidad) al síntoma inespecífico en un signo. Es claro entonces que signos, síntomas y síndromes son formas que sólo adquieren sentido dentro del lenguaje, no surgen de manera espontánea, no son independientes del lenguaje, requieren intérpretes, de lectores. Así mismo los síntomas fueron leídos de manera distinta por Hipócrates, Galeno, Versalio o por cualquier otro médico contemporáneo.”⁵⁹

Esto explica perfectamente cómo es posible que existen todas estas contradicciones y disenso en torno a qué es la anorexia y la bulimia, sin embargo pese a que no hay acuerdos definitivos o conceptos unívocos, por las diferentes escuelas y disciplinas encargadas de los asuntos mentales y psíquicos pues estas tienen su propia postura ante dichas “enfermedades” cada una actúa como si su diagnóstico sobre lo qué es lo patológico fuera universal. Como lo muestra el caso de Ellen West, en donde existe un sin número de diagnósticos como señala Monteros (2003).

Binswanger en 1945 lo expone de manera detallada:

“Una anorexia purgativa, con evolución a la bulimia y síntomas de gran aparatosidad que termino suicidándose con una dosis letal de veneno, fue diagnosticada como histeria por un primer analista, simple melancolía por kraepelin, esquizofrenia simple por Bleuler y Binswanger, una constitución psicótica del desarrollo progresivo por otro psiquiatra y algo endógeno endocrino parecido a la psicosis endógena por Zutt.(Pág.34 y 35)”⁶⁰

Tappan Merino (2000) expone seis modelos explicativos en donde se agrupan un gran número de las disciplinas psi. En estos descansan los cimientos para realizar el diagnóstico que determina clara y universalmente que es lo patológico. Si bien tanto la anorexia como la bulimia han sido explicadas por los seis modelos expuestos por el autor. Decidí que el modelo que se aboca a dar un sentido particular a los síntomas, a

⁵⁹ Ibídem. P.3.

⁶⁰ LEÓN, Espinosa Monteros Ma Teresa y Castillo Sánchez Ma Dolores (2003). Trastorno del comportamiento alimentario: Anorexia Y Bulimia Nerviosa. España. Editorial: Formación Alcalá.

partir de la matriz sociocultural influida por el periodo de la historia en que se establece, me era útil para dar cuenta de lo que pasa con el Fenómeno Pro Ana Y Pro Mia en la Web. Este determina la patología basada en los códigos morales de la época.

Un ejemplo de esto es la homosexualidad “hace treinta años en el Manual de la Asociación Psiquiátrica Americana (DSM-II) aparece como patología en el apartado número V que trabajaba trastornos de la personalidad y trastornos mentales no sicóticos; con el código 302 de desviaciones sexuales.”⁶¹ O casos como el del marqués de Sade que fue internado en el manicomio de Charenton por su manera de pensar al igual que Oscar Wilde que fue recluido por considerar que su orientación sexual era una corrupción o sodomía, otro ejemplo de esto, son los gobiernos que deciden confinar a los disidentes políticos argumentando una supuesta enfermedad, en donde la prueba de su patología es el hecho mismo de no reconocer el bienestar que proporciona el Estado, la Institución o una terapia determinada. (Tal como lo propone Franco Basaglia (1978) entre otros autores del movimiento anti-psiquiátrico). De esta manera el autor ejemplifica perfectamente este modelo. Y nos permite reflexionar sobre como históricamente tanto la anorexia como la bulimia no siempre fueron consideradas enfermedades sino por el contrario, una virtud como lo muestran algunas santas⁶² de la edad media como: La Santa de Wilgefortis, Catalina de Siena, Sor Juana Inés de La Cruz, Liduina de Shiedam, Santa Teresa de Ávila por mencionar algunas, a partir del siglo XIII al XV el control del apetito connotaba religiosidad, convicción, obediencia, castidad y pulcritud. El ayuno extremo era practicado por los penitentes, generalmente mujeres, que repudiaban los placeres terrenales. El ayuno era considerado una bendición Suprema de Dios y se admiraban a los que sobrevivían sin ingerir alimentos.”⁶³ De hecho las mujeres que murieron de hambre a causa de esto

⁶¹ Tappan. Ibídem. P.8.

⁶² Algunos autores no dudan en llamarlas como anoréxicas santas, debido a que ninguna mujer de esa época realizaba esas prácticas autonombrándose o refiriéndose a así misma como anoréxica santas prefiero no utilizarlo de esa manera.

⁶³ Monteros, Ma Teresa. Ibídem. P.30.

fueron sacralizadas por la iglesia. Posteriormente, en los países que triunfo la Reforma Protestante (del s. XVI al s. XIX) surgieron mujeres jóvenes⁶⁴, solteras, de familias humildes, que restringían drásticamente su alimentación consiguiendo de esta manera el reconocimiento público y algunos estímulos económicos, pues su rechazo a la comida era considerado como lo sublime y puro de su doncellez. Los ayunos se consideraban milagrosos o un signo de la presencia de Dios en la tierra. Si bien el ayuno dejó de ser una práctica exclusiva de las místicas, este suceso seguía asociado a la religión. Por último los artistas del hambre a finales del siglo XIX, ayunar prolongadamente, eran todo un espectáculo había hombres y mujeres que se ganaban la vida ayunando durante cuarenta o más días en público a estos se les denominaba artistas del hambre. Cito:

“Giovanni Succi, Stefano Merlatti y Clare de Serval atraían a un público lo suficientemente numeroso como para que les resultara rentable hacer giras por Europa y Estados Unidos entre 1880 y 1912. La gente no iba a contemplar embozada a unos esqueletos andantes, como los que acostumbraba a exhibir P.T. Barnum, sino a quedarse boquiabierto ante la resistencia de Kozawa, Cetti, Beauté, Tosca o Cavanagh (el impostor irlandés), que recurría a una fuerza interna para evitar la muerte.”(Págs.427-428)⁶⁵

Y por último “la medicina reformista de la época consideraba el ayuno como una especie de homeopatía activa, que fortalecía el cuerpo eliminando los venenos acumulados en él y devolviendo al sujeto al núcleo vital de su ser, al hambre natural. Los ayunos largos eran prueba de enormes recursos espiritistas del yo interno.”⁶⁶Una de las preguntas que emergieron a partir de estos hallazgos fue: ¿Cómo es que la anorexia y la bulimia se convirtieron en patologías respectivamente? Al revisar el

⁶⁴ Algunos autores las nombran como doncellas milagrosas pero como no quiero descontextualizar o utilizar una categoría inadecuada, prefiero omitir el adjetivo.

⁶⁵ FEHER, Michel. (1990) Fragmentos para una historia del cuerpo humano. Shwartz, Hillel: “ El problema de los tres Cuerpos y el fin del mundo”. Parte Segunda México.Editorial.Taurus.

⁶⁶ Ibídem. P. 427.

proceso histórico de cómo estas prácticas corporales en determinadas épocas históricas pasaron de ser una virtud a una patología y de una patología a estar estrechamente vinculadas con algunos delitos. Pude entender que estas prácticas corporales son consideradas como una virtud o una patología dependiendo de un contexto histórico, social y político determinado. Muestra de lo anterior es que a partir del nacimiento de la modernidad en donde la razón y la ciencia comienzan a ser la explicación de todos los ámbitos en el que se encuentra inmerso el hombre. Hacen que las mujeres que han decidido dejar de comer a través de la historia comiencen a ser consideradas: “brujas”, “locas”, “histéricas”, “delincuentes”.

Diana Rodríguez Peláez (2007)⁶⁷ siglos XVII, XVIII y XIX. Señala que en determinado momento se empieza a sospechar que los ayunos prolongados y las consecuencias físicas que esto conlleva pueden ser producto de una posesión demoníaca, por el simple hecho de que nadie podía asegurar que sus “extrañas”, prácticas corporales emanaran de Dios, la sospecha que funda la razón de que el diablo fuera él que les permitía vivir sin alimentarse durante tiempos prolongados hizo que estas pasaran a ser perseguidas. Esto ilustra perfecto cómo los discursos dominantes están cambiando, se vislumbra el nacimiento de un nuevo dios –la ciencia-. Ejemplo de esto, el caso de las poseídas de Morzine en donde para solucionar la posesión colectiva de las mujeres de este pueblo recurren al saber médico. De hecho, a partir de allí, los médicos eran quienes determinaban, quienes eran santas o endemoniadas. Tanto las mujeres que son consideradas santas como brujas⁶⁸ van quedando al margen del discurso y con

⁶⁷ Ver RODRÍGUEZ, Peláez. (2007) En La cárcel de nuestro propio cuerpo: Los trastornos alimentarios y la histeria como elementos de trasgresión y vehículo para expresar la subjetividad femenina a lo largo de la historia y de la literatura. Trastornos de la Conducta Alimentaria. N- 6. 678-695. Recuperado de http://www.tcsevillla.com/archivos/la_carcel_en_nuestro_propio_cuerpo.pdf.

⁶⁸ “Si bien ser santa significaba ser una con Dios, ser bruja era aquella mujer que tenía el “menor signo de desviación y peculiaridad según la norma. Como es la esterilidad, deformidad en el cuerpo.”

TAPPAN, Merino, José Eduardo. (Marzo 2011) Una aproximación gnoseológica de los síntomas contemporáneos. Revista Carta Psicoanalítica. Número 17. Cita a pie de página (Tappan, 2011 ,P.1) Recuperado de <http://www.cartapsi.org/spip.php?article306>.

ello, su ingreso al manicomio o a la hoguera según corresponda es definitiva. Pues este tipo de cosmovisiones se van perdiendo en el Renacimiento, la desacralización de la naturaleza, comienza a engendrar la dualidad del cuerpo desde el ámbito de lo profano.

Es hasta el siglo XIX que tanto la anorexia como la bulimia se patologizan. *“Aprisionado en cada gordo hay uno frenéticamente delgado que clama por salir”*. Al igual que Schwartz Hillel (1990), Jugaremos con la frase de Cyril Connolly. Este autor a través de su ensayo tres cuerpos, nos va mostrando cómo se va gestando culturalmente la explicación de la existencia de un cuerpo delgado aprisionado en uno gordo, en el siglo XIX o lo que muchos consideraron el segundo Yo. Como en esta época a raíz de la sobrealimentación comienzan a nacer “enfermedades producto del deseo y el consumo, del impulso y la voluntad”⁶⁹. Este autor expone el surgimiento de tres de estas enfermedades mentales: La primera la obesidad y su relación con la cleptomanía; la segunda la lenta transición del ayuno a la anorexia; y por último las personalidades múltiples convertidas en esquizofrenia. Yo sólo retomaré el seguimiento que, éste hace referente a la transición de las muchachas ayunadoras a muchachas anoréxicas. Para mostrar como la práctica corporal del ayuno prolongado es hasta principios del siglo XIX, un “don” y cómo a partir del cambio de paradigma, lentamente esta práctica se convierte en una patología hasta asociarse con actos delictivos.

A finales del siglo XIX “el segundo yo “se encuentra oculto en el corazón de la práctica corporal del ayuno. Cito:

“Ayunar servía más bien para acceder a este yo interior y a un mundo en que los contactos con lo espiritual, lo etéreo, lo transcendental resultaban más sencillos.”⁷⁰

Fue en el transcurso de las primeras décadas de este siglo que las muchachas ayunadoras se fueron transformando en anoréxicas, en el discurso biomédico. Este

⁶⁹Feher OP.CIT. P. 412.

⁷⁰ Ibídem. P . 427.

segundo yo clarividente pasa a hacer un segundo yo, que contempla la vida detrás de los barrotes de la melancolía. Cito:

“Ahora que la anorexia nerviosa se ha hecho visible, los diagnósticos retrospectivos son muy numerosos pero en, 1900, muy poca gente veía una equivalencia entre el ayuno extraordinario y el desorden psicológico. Llamada asepsia histérica por el inglés William W Gull en 1868, descrita en su exasperante complejidad como anorexia histérica por el médico francés Ernest C. Laseque en 1873 y definida otra vez por Gull con el nombre de anorexia nerviosa en 1784, la inanición voluntaria de algunas adolescentes fue examinada detenidamente por Pierre Janet Y Freud, entre otros, pero no se clasifico oficialmente como síndrome independiente hasta 1909.”⁷¹

La anorexia durante la Primera Guerra Mundial como señala Schwartz(1990) se confundía con las enfermedades de Simmonds, la atrofia del lóbulo anterior a la glándula pituitaria, y se pensaba que los anoréxicos padecían deficiencia hormonal y tenían que recibir tratamiento endócrino. Finalmente este enfoque fisiológico fue desapareciendo. Después surgió la teoría de la jaula de oro, esta explicación fue hecha por los psicólogos en la época de la Depresión. Cito:

“La anoréxica nacía en lo que más tarde se dio en llamar una “jaula dorada”, en una familia cuyas exigencias implícitas le hacían sentirse inadecuada sino era perfecta. La chica -a veces el chico- recurrían, en efecto, a un segundo yo cuyo cuerpo, asexual e increíblemente delgado, era al mismo tiempo una demostración rotunda de perfección y una protesta muda contra el confinamiento. Ese segundo yo era un preso político en huelga de hambre sin reivindicaciones declaradas...la anorexia ejemplificaba cómo el segundo yo quedó confinado dentro de la primera personalidad, desesperado y mudo.”⁷²

⁷¹ Ibídem. P. 435.

⁷² Ibídem. P. 436.

Esta explicación aún sigue vigente. Autores como: Tinat (2009)⁷³, Navarro Ballesteros (1999)⁷⁴, siguen explicando la existencia de la anorexia como una prisión. Pero no paso mucho tiempo para que ese “preso político que no podía poner en palabras sus demandas, pasará a ser criminalizado” por las explicaciones sobre el segundo yo, que empezaron a emerger a partir de 1882, la anorexia es relacionada plenamente con la cleptomanía. Cito:

“Los cabos de la anorexia y la cleptomanía podían atarse...la psiquiatra Esther Menaker llegó a la conclusión de que el robo constituye un intento por recuperar los objetos que le ha quitado la madre- pechos, heces, pene- y la satisfacción que representan. El anoréxico teme que ella pueda privarle de todo eso y necesita robar para recuperarlo.”⁷⁵

Hambrientos de cariño, los anoréxicos podrían robar impulsivamente todo lo que pudiesen. Su inclinación al hurto todavía pedía ser comentada en 1979,1984,19... ”.⁷⁶

Los psiquiatras y médicos comenzaron a obrar como detectives. A buscar una razón a partir de la ciencia que pudiera explicar: por qué había personas que podían sobrevivir sin alimentarse durante meses, por qué había gente que decía alimentarse de manera sana y estar obesa, cómo era posible la existencia de otro yo, qué pasaba con la obesidad-cleptomanía o con las denominadas personalidades múltiples.

En el siglo XX ¿anorexia y bulimia la nueva epidemia?

En el siglo XIX se detectan los primeros casos de anorexia nerviosa. Sin embargo, durante muchos años la anorexia fue considerada como una extraña enfermedad. Antes de los años treinta, según Weitzner (2007), el paciente que sufría de anorexia

⁷³ Ver TINAT, Karine; Ortiz Víctor, Manuel. (2009)El caso de lo errante y lo aberrante de un cuerpo anoréxico. Relaciones. Estudios de historia y sociedad, vol. XXX, núm. 117, 2009, pp. 83-128, México.El Colegio de Michoacán, A.C. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/137/13712894004.pdf>

⁷⁴ Ver NAVARRO, Ballesteros (1999), Ricardo. El cuerpo de la anorexia. Cuerpo: Significaciones e Imaginarios.México DF: UAM-X, CSH, Depto. de Educación y Comunicación.P.107-113.

⁷⁵ Ibídem. P .438.

⁷⁶ Ídem.

era erróneamente diagnosticado con “enfermedad pituitaria primaria como ya lo habíamos señalado. En los años sesenta aún se consideraba un desorden de carácter raro. Fue hasta finales de esa década y durante los ochenta identificada como “un cáncer familiar” que afectaba principalmente a las mujeres que pertenecían a la clase alta.

Con la bulimia fue diferente, pues la primera vez que se utilizó la palabra bulimia nerviosa fue en el año 1938 y hacía referencia a un apetito inmoderado, aunque no implicaba vómitos ni otros procedimientos. Luego, a lo largo de la historia, la bulimia ha sido considerada como síntoma de otros trastornos (por ejemplo anorexia nerviosa y obesidad) hasta la década de los años setenta. Sólo a finales de la década empieza a valorarse como entidad nosológica autónoma. Se trata por tanto de un trastorno que ha sido definido muy recientemente y que no se consideraba como tal hasta 1979.⁷⁷

En la década de los noventa y a la entrada del nuevo milenio, tanto la bulimia como la anorexia se han convertido en una epidemia, pues las enfermedades se han generalizado y es aplicable a ambos sexos sin distinción de edad, clase o estatus social.

Después de este recorrido histórico podemos concluir que como señala Tappan Merino (2011) “el concepto salud –enfermedad está enteramente relacionado con lo que pensamos que es el hombre en determinado momento de la historia, en una cultura particular, con lo que pensamos es correcto y con no lo que no lo es... (Pág.1)”⁷⁸

La determinación de qué es lo sano y lo enfermo siempre está directamente relacionada con la moral de la época y el lugar. Es así como concluimos que esto es completamente relativo. A partir de este recorrido histórico se muestra como la práctica corporal del ayuno prolongado se convierte de una virtud digna de admiración en una patología y de una enfermedad en un antecedente criminal.

⁷⁷ TORO, Josep. (2005) El cuerpo del delito. Anorexia, bulimia, cultura y sociedad. Barcelona: Ariel. P.6

⁷⁸ Tappan, Merino, José Eduardo. Op.Cit.P.1.

Las mujeres que han decidido- dejar de comer – se les identifica con lo incomprensible, lo desviado, lo maligno. ¿Las mujeres que tienen prácticas corporales como el ayuno prolongado o el vómito son una mujer cárcel? o ¿son mujeres que se ha atrevido a transgredir, cuestionar y poner en tela de juicio lo que es ser una mujer a través de distintas épocas históricas? Habría que cuestionárnoslo, lo cierto es que la sinrazón que gira en torno a estas dos prácticas corporales es más que palpable. Como lo muestra Rosa Beltrán (2013) en su novela *El cuerpo expuesto*, cuando un biólogo neodarwinista decide abrir un sitio en internet, con el nombre de Inteligencia Adquirida: El origen de la Involución, que tiene como principal objetivo exhibir los especímenes humanos generados por la virtualidad; éste al tener su primer encuentro con una Ana, la cuestiona. Cito:

“Pero tu caso era distinto. Se trata de una aberración. Si un mamífero deja de probar alimento es porque tiene una enfermedad, te expliqué. Si el ayuno continúa, los otros miembros del grupo saben que es incurable y en ese momento se retiran para evitar el contagio. Pero ninguno deja de comer sin una razón biológica. (Pág.8)”⁷⁹

Es así como ciertas prácticas corporales como el ayuno prolongado carecen de una razón tanto biológica como lógica pero no social. Prueba de esto es que al hombre que renuncia a su vida por Dios se le llama asceta, anacoreta; un viejo dicho enuncia “Quién da su vida por la patria nunca muere”; a las personas que expiran por salvar la vida de otras, se les llama héroes; a los hombres y las mujeres que deciden morirse de hambre sin querer defender la libertad, el amor, la patria, la vida, ya sea la suya o la de otros se les llama “locos”, “enfermos” “anormales”. Las Anas y las Mias no son la excepción, morir por lograr la perfección a través de la delgadez extrema no entra dentro de los cánones de valores culturales por los que vale la pena morir o vivir. Una prueba de esto, son las huelgas de hambre⁸⁰. Personajes como Gandhi, no son

⁷⁹ Beltral, Rosa (2013). *El cuerpo expuesto*. México. Editorial Alfaguara. (Agosto 2013) Recuperado de <https://books.google.com.mx/books?>

⁸⁰ La Real Academia, la define como una abstinencia voluntaria de alimentos, practicada durante un tiempo o, a veces, con carácter indefinido, para forzar los sentimientos de quien puede conceder lo que se pide.

considerados como patológicos. ¿Por qué? Sus prolongadas huelgas de hambre no son vistas con horror sino como ejemplo ¿Por qué? Quizá esto se deba a dos cosas, la primera que los ideales por los que éste decide dejar de comer no sólo son culturalmente aceptados sino anhelados y exaltados. La segunda por el contexto socio-cultural e histórico en donde se encuentra inmerso, pues en la India, no sólo no se reprueba el ayuno prolongado sino que es una manera de agradar a Dios, como lo demuestran el Ekadasi Vrat Katha.⁸¹ Hay que tener una razón biológica o una razón cultural bastante poderosa para dejarse de alimentar, pues alimentarnos nos permite estar vivos, es decir hay razones en cada cultura por las que vale la pena vivir o morir. Morir de hambre por querer ser bella, es considerado algo frívolo, vacío, egoísta es muy común que algunos intelectuales denostén la actitud de algunas mujeres por matarse de hambre por medio de la dieta o el régimen por ser bellas mientras en África hay niños muriéndose de hambre. Es así como nadie puede dejar de alimentarse sin tener una enfermedad (física, mental, espiritual) que justifique tal acción es imposible querer aceptar o pensar que pueda existir un estilo de vida que consista en la inanición pues esto irremediamente te conduce a la muerte. Que alguien tenga la actitud premeditada activa y firme de no comer y un control corporal implacable es impensable. Las anoréxicas y bulímicas son consideradas como enfermas mentales debido a que sus prácticas corporales son diferentes al resto. Franco Basaglia (1978)⁸² afirma que las condiciones de nuestra sociedad no son para permitir que una persona sea diferente, lo diferente es considerado enfermo y todo lo enfermo tiene que ser excluido, marginado recluido en el manicomio para reajustar a la persona a las normas en las que vivimos. Duker Marilyn y Slader Roger (2008) La actitud premeditada e intencional ante los alimentos y el control corporal despiadado (Pág.30)⁸³ que

⁸¹ Consiste en ayunar 11 días después de luna llena.

⁸² BASAGLIA, Franco (1978). Razón, locura y sociedad; Franco Basaglia: La institución psiquiátrica de la violencia. Argentina. Editores: Siglo XXI.

⁸³ DUKER, Marilyn y Slader Roger (2008). Anorexia Nerviosa y Bulimia. Un tratamiento integrado. México. Editorial: Limusa.

ostentan las anoréxicas hace que estos actos de autonomía, sumerjan a los que las rodean en una enorme confusión pues provoca que se olviden de su propio diagnóstico respecto a que la anorexia es una enfermedad.

Karen Días⁸⁴ (2003) señala en su artículo el Santuario de Ana que “tomar en serio a las voces de estas mujeres puede ser visto como un acto trasgresor, en contraste con el discurso biomédico y hegemónico o los discursos psiquiátricos sobre la anorexia que presentan a las mujeres con trastornos de alimentación como “irracional” y la negación de su comportamiento, y patologizar y medicalizar sus experiencias” (Pág. 31).⁸⁵

Las mujeres que han decidido dejar de comer a través de la historia han sido consideradas: “santas”, “brujas”, “locas”, “histéricas”, “delincuentes”. No es casualidad que cuatro de las cinco acepciones nos remitan al cautiverio. Marcela Lagarde y De los Ríos (2006) en su libro: Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas, señala:

“El cautiverio caracteriza a las mujeres por su subordinación al poder, su dependencia vital, el gobierno y la ocupación de sus vidas por las instituciones y los particulares (los otros), y por la obligación de cumplir con el deber ser femenino de su grupo de adscripción, concretando sus vidas estereotipadas. (Pág.51)”⁸⁶

⁸⁴ Karen Días (2003), en *El santuario de Ana: Narrativas Pro-anorexia de las mujeres en el ciberespacio* realiza un artículo de género posestructuralista, en el que hace un análisis de los datos que recogió en varios sitios web pro Ana desde septiembre de 2001.

⁸⁵ DIAS, Karen, (Abril de 2003) “The Ana Sanctuary: Women’s Pro-Anorexia Narratives in Cyberspace”, en: *Journal of International Women’s Studies*, Vol. 4, N°2. P. 31-45. Cita de texto (Días,2003 , P.31). Recuperado de https://www.academia.edu/4832699/THE_ANA_SANCTUARY_WOMENS_PRO-ANOREXIA_NARRATIVES_IN_CYBERSPACE

⁸⁶ LAGARDE y de los Ríos, Marcela (2006). *Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas*. México. Universidad Nacional Autónoma de México. (UNAM).

Si bien la condición de cautiverio se remite a la de ser mujer. Me llama la atención que sólo a las mujeres que padecen anorexia y bulimia se les reconozca esta condición de cautiverio, como si las demás mujeres fueran completamente “libres” y pudieran decidir sobre sí mismas y sobre su cuerpo.

Ricardo Navarro Ballesteros (1999), sostiene que:

“Hablar de anorexia es referirse al cuerpo invadido, al cuerpo expropiado, al cuerpo como límite último donde la frontera del Yo se acaba, al cuerpo vivido como prisión última y primera (prisión perpetua y transportable). (Pág.107)”⁸⁷

La pregunta sería ¿el cuerpo anoréxico es el único que es considerado como una prisión? La respuesta a dicho cuestionamiento, es no, dicha concepción del cuerpo como “sepulcro y cárcel (entiéndase del alma), es herencia de escritores ascéticos y devocionales de la Edad Media y de la época del Renacimiento. Cito:

“Setina de nave, cloaca hedionda, fuente continua de humores- que manan de la nariz, de la boca, de la piel, de las axilas, de aquellos lugares que el pudor impide mencionar- en sí mismo frágil, sujeto de enfermedad, y en todas partes susceptible de dolor.”(Pág.31)⁸⁸

Otra interrogante sería ¿Sólo las anoréxicas, viven su cuerpo como prisión?, ¿Cómo es, considerado el cuerpo de la mujer a través de la historia?

Franca Basaglia (2006) afirma que las mujeres han sido consideradas como naturaleza “su historia es la historia de su cuerpo, pero de un cuerpo del cual ella no es dueña porque sólo existe como objeto para otros, o en función de otros, y en torno al cual se centra una vida que es la historia de una expropiación.”(Pág.25)⁸⁹ Ejemplos de lo anterior lo podemos ver en la violencia doméstica, la explotación de las trabajadoras

⁸⁷ NAVARRO, Ballesteros (1999), Ricardo. El cuerpo de la anorexia. Cuerpo: Significaciones e Imaginarios
México DF: UAM-X, CSH, Depto. de Educación y Comunicación. P.107-113. Cita de texto (Navarro, 1999, P. 107).

Recuperado de http://publicaciones.xoc.uam.mx/estadistica.php?id_host=6&tipo=CAPITULO&id=1987

⁸⁸ TORRAS, Meri. Op. Cit. p.31.

⁸⁹ LAGARDE y de los Ríos, Marcela. Op. Cit. P.25.

sexuales, la cliterectomía, raptos masivos de mujeres en tiempos de guerra, el comercio internacional de esclavas sexuales y la pornografía infantil, el encarcelamiento por aborto, o la existencia de feminicidio.

Marilyn Durker y Roger Slade (2008) señalan que clasificar tanto a la anorexia nerviosa, como a la bulimia como enfermedades físicas o como actos deliberados rebasa los límites académicos. (Pág.25).⁹⁰ De allí la relevancia de preguntarnos ¿Podría la anorexia como la bulimia ser un estilo de vida? La Real Academia Española (2012) refiere que estilo proviene del latín *stilus*. Uno de sus significados es: Modo, manera, forma/ uso, práctica, costumbre, moda.⁹¹

El término *estilo de vida* fue difundido y consolidado por Alvin Toffler en 1939 como consecuencia de las sociedades postindustriales, cuando comienzan a surgir diversos estilos de vida denominados *subculturas*. Según Seignón Sangeado, Cleopatra. (2008):

Los estilos de vida se definen como los tipos de hábitos, actitudes, conductas, tradiciones, actividades y decisiones de una persona, o de cierto grupo de personas, frente a las diversas circunstancias en las que el ser humano se desarrolla en sociedad, o mediante su quehacer diario y son susceptibles de ser modificadas. (Pág.399)⁹²

Las anteriores definiciones me hacen reflexionar sobre la existencia de los diferentes estilos de vida que hay en el mundo. Principalmente, pienso en los partidarios del Jainismo en la India, que incluso se mueren de hambre en su lucha por la santidad, y en la misma anorexia y bulimia⁹³ que en determinado tiempo histórico no sólo no era considerada una enfermedad, sino que se pensaba como una virtud.

⁹⁰ DUKER, Marilyn y Slade Roger. Op. Cit. P.25.

⁹¹ El Diccionario de la lengua española (DRAE) es la obra de referencia de la Academia. La última edición es la 22.ª, publicada en octubre de 2012. - See more at: Recuperado de <http://www.rae.es/recursos/diccionarios/drae#sthash.OONVTPY4.dpuf> <http://lema.rae.es/drae/?val=estilo>

⁹² SEIGNÓN, Sangeado, Cleopatra. (2008) Estilos de vida y nutrición en universitarios de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. México. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. P. 398-406. Recuperado de la página <http://www.archivos.ujat.mx/dip/divulgacion%20y%20video%20cientifico%202008/DACS/ELaraM.pdf>

⁹³ Estas entendidas como prácticas corporales.

Entonces, ¿por qué es tan reprobado el “estilo de vida” de las Anas y las Mías? ¿A qué se debe que haya un cuestionamiento tan radical hacia el mismo? Lo primero que viene a la mente es que es resultado de que cuando hablamos del término *estilo de vida* lo relacionamos con la salud. La Real Academia Española (2012) define salud como: Del lat. *salus*, -*ūtis*). 1. f. Estado en que el ser orgánico ejerce normalmente todas sus funciones. 2. f. Condiciones físicas en que se encuentra un organismo en un momento determinado.⁹⁴ Según la Organización Panamericana de la Salud (2008), estilo de vida

“Son modos de vida de una persona que puede dar lugar a patrones de conducta que **son** beneficiosos o **perjudiciales** para la salud. Los comportamientos que tienen impacto en la salud se denominan habitualmente modos o estilos de vida, lo que significa que la persona es libre de elegir la forma de vivir que le gusta, la forma de pensar y las cosas que quiere hacer (hora de levantarse, hora de descansar, tipo de alimentos que consume, clase de actividad física que practica, la forma que se relaciona con los demás y la actitud que toma frente a los problemas), estas actividades, entre otras, pueden afectar o modificar el estado de salud de los individuos acorde a como las personas decidan ejecutarlas. (Pág.195)⁹⁵

De la anterior definición destaca que un estilo de vida no sólo se aboca a conductas beneficiosas sobre la salud sino también a las perjudiciales. En este sentido, ¿Una enfermedad podría ser un estilo de vida como lo plantean las Anas y las Mías? De hecho para la mayoría de éstas así es, así lo viven como lo demostró una investigación para la Universidad de San Buenaventura, Bogotá, Colombia, que llevo por título: *Estilos de vida en un grupo de personas anoréxicas participantes en una página virtual*, de Benavides Sánchez, Alejandra y Cuevas Díaz, Diana (2008). Ambas

⁹⁴El Diccionario de la lengua española (DRAE) es la obra de referencia de la Academia. La última edición es la 22.ª, publicada en octubre de 2012. - See more at: Recuperado de <http://www.rae.es/recursos/diccionarios/drae#sthash.OONVTPY4.dpuf> <http://lema.rae.es/drae/?val=estilo>

⁹⁵ BENAVIDES , Sánchez, Alejandra y Cuevas, Díaz Diana.(2008) Estilos de vida en un grupo de personas participantes en una página virtual.Psycología avances de la disciplina. Colombia.Volumen2 (#2) P. 193-209. Cita de texto (Benavides; Cueva,2008, P. 195)

concluyen que para los participantes de las páginas virtuales no existe ninguna diferencia de tipo conceptual entre anorexia y estilos de vida, ya que para ellos estos dos términos son analogías que describen su forma de pensar, sentir y hacer las cosas dentro de su forma de vivir. (Pág.208) ⁹⁶

Una enfermedad como estilo de vida

La Real Academia Española (2012) define enfermedad: Del lat. *infirmītas*, -*ātis*). **1.** f. Alteración más o menos grave de la salud. **2.** f. Pasión dañosa o alteración en lo moral o espiritual. *La ambición es enfermedad que difícilmente se cura Las enfermedades del alma o del espíritu.* **3.** f. Anormalidad dañosa en el funcionamiento de una institución, colectividad, etc. ⁹⁷ Si la enfermedad se caracteriza por la anormalidad. La pregunta sería ¿por qué alguien “escoge o elige ser una enferma? ¿Acaso las Anas y las Mias quieren ser anormales? ¿O por el contrario, lo que buscan es llegar a la normalidad? Si es así, habría que cuestionarnos, ¿Cuál es el sujeto normal del siglo XXI? ¿Es acaso un sujeto enfermo? Recordemos que las Anas y las Mias, NO se reconocen así mismas como “enfermas” sino como mujeres GANADORAS, DISCIPLINADAS, ÉXITOSAS, CON FUERZA DE VOLUNTAD. La pregunta clave sería, ¿por qué?, si tanto la anorexia como la bulimia son consideradas por diversas instituciones médicas, psicológicas y psiquiátricas como enfermedades mentales que tienen una serie de consecuencias graves en la salud de cualquiera que las padece, se nos hace contradictorio, confuso e inverosímil que en dichos espacios las usuarias digan que su único objetivo es “llegar a la perfección”, cuando las consecuencias irremediables y lógicas de dichas prácticas corporales son: el deterioro físico, mental, psicológico de quién las practica. Nos impacta que algunas expresen que sólo quieren modelar su cuerpo y además que la mayoría de las mismas se sientan cómo GANADORAS-PRINCESAS y se atrevan a poner en tela de juicio al discurso médico-psiquiátrico.

⁹⁶ Ibídem. P. 208.

⁹⁷ El Diccionario de la lengua española (DRAE) es la obra de referencia de la Academia. La última edición es la 22.ª, publicada en octubre de 2012. - See more at: Recuperado de <http://www.rae.es/recursos/diccionarios/drae#sthash.OONVTPY4.dpuf> <http://lema.rae.es/drae/?val=estilo>

Actualmente cuestionar el discurso médico-psiquiátrico hegemónico de la salud es como dudar de la existencia de Dios en la Edad Media, Thomas Szasz (1978)⁹⁸ afirma que los castigos, los controles sociales, torturas, encarcelamientos, envenenamientos, mutilaciones cerebrales bajo el auspicio médico parece correcto para la mentalidad contemporánea al igual que en otro tiempo las brutalidades medioevales que realizaba la iglesia. Prueba de esto es que en México en el 2011 en el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) se “cura” la anorexia y la bulimia por medio de la lobotomía⁹⁹, a pesar, de que desde hace décadas atrás se ha demostrado que dicha operación no sólo no mejora las condiciones de los pacientes sino que agravaba su situación la mayoría de las veces, pues dicha intervención quirúrgica puede tener consecuencias post-operatorias como: hemorragias, convulsiones, pérdida de control de esfínteres y de la personalidad, debido a esto en la década de los 60 S, se consideró una práctica ilegal. Por otra parte aunque el discurso biomédico está limitado por sus propias características, como ya lo expuse. La mayoría de nosotros no nos atrevemos a cuestionar las contradicciones que aparecen en éste, pues como señala Foucault (1999) “son discursos de verdad, de verdad por su status científico, o como discursos formulados, y formulados exclusivamente por personas calificadas, dentro de una institución científica. (Pág.19).”¹⁰⁰

Foucault (1999) en su obra los anormales, ilustra a través de diversos homicidios como ningún acto humano puede carecer de razón lógica o biológica. Consecuentemente tanto la medicina como el derecho, se apoyan mutuamente para encontrar una razón que justifique todo acto humano, sin embargo ambas disciplinas, sin percatarse

⁹⁸ Basaglia.OP.Cit. P.87.

⁹⁹ Ver HERNÁNDEZ, Salazar Manuel.(2009)El caso de la anorexia y la bulimia. Arch Neurocién (Mex) Vol. 14, No. 1: 11-21; Recuperado de: <http://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane-2009/ane091c.pdf>

¹⁰⁰ FOUCAULT, Michel.(1999) Los anormales.México.Editorial:Fondo de Cultura Económica.

fundamentan sus dictámenes principalmente en la moral que impera en cada época histórica.

Muchos de los estudios respecto al material electrónico Pro Ana Y Pro Mia en la web, afirman que este tipo de contenido virtual es producto de un grupo de adolescentes enfermas que en su gravedad realizan este tipo de elaboración electrónica. Lo cierto es que desde el siglo XIII hasta principios del siglo XXI han existido mujeres que han decidido dejar de comer. Efectivamente las razones han variado según la época. Por cierto no hay que soslayar que durante algunos de estos siglos, dichas mujeres fueron dignas de admiración y ejemplo. Así que hay que cuestionarnos si realmente es una moda, exclusiva y única de las adolescentes contemporáneas o es consecuencia del discurso social que determina actualmente quien es normal y quién no. Me es inevitable no pensar en el managemet, y cómo dicho discurso se ha encarnado en los cuerpos y se ha venido filtrando en diversos discursos y prácticas sociales. El cuerpo de la ganadora se materializa en un cuerpo esbelto.

En el ámbito académico es muy cuestionado que se utilice una categoría fuera de su contexto, es más, es reprobado en la mayoría de los casos este tipo de procedimientos, denota ignorancia sobre el devenir histórico en el que se encuentra inmerso el hecho que se está indagando. Sin embargo esto no pasa con la denominada Anorexia santa. Al parecer los investigadores hemos olvidado que en el siglo XIII-XIV las mujeres que tenían ciertas prácticas corporales como el ayuno prologado y el vómito, no podían padecer de anorexia, aunque si efectivamente la palabra anorexia ya existía desde los griegos, el uso de la misma ha tenido cambios a través de la historia, muestra de esto es que el término se comenzó a utilizar hasta principios del siglo XIX con una connotación patológica, pues antes de esto dejar de comer por días enteros demostraba fuerza de voluntad, pero sobre todo tener una gran comunión con Dios, no sólo era aprobado socialmente sino había cierta emulación para este tipo de prácticas corporales, y no se utilizaba el nombre de anoréxica o anoréxico para referirse a las personas que solían tener este tipo de ayunos prolongados prueba de lo mismo son los artistas del hambre. Las interrogantes latentes que surgen al respecto

son ¿por qué se acepta como correcta esta categoría? ¿Acaso no es una forma de patologizar una práctica que en su contexto era admirable? ¿No es una forma de descontextualizar dicha práctica? ¿Por qué de pronto la academia se muestra tan flexible ante esta falta de rigor metodológico?

Mientras los académicos discutimos si la producción Pro Ana y Pro Mia “promueve una enfermedad” o un estilo de vida, las mujeres en su mayoría adolescentes que están inmersas en dicho fenómeno sondean las siguientes problemáticas: el tráfico de medicamentos “legales e ilegales” y las consecuencias de la automedicación, además de las falsas páginas de Princesas que incitan a sus usuarias a desnudarse, amenazándolas que si no lo hacen serán rechazadas de todos los círculos Mías o Anas. Páginas que probablemente son abiertas por pedófilos o personas que viven de la pornografía en internet.¹⁰¹

No sería más provechoso para la academia indagar ¿En qué consiste ese estilo de vida? ¿Cómo viven ese estilo de vida, las Anas y las Mias? ¿Cómo se sienten respecto a ese estilo de vida? ¿Cómo se establecen los vínculos dentro de la comunidad Pro Ana y Pro Mia? ¿Qué relaciones de poder hay en esta comunidad cibernética? ¿Cuál ha sido su devenir histórico?

Capítulo III

Fenómeno Pro Ana y Mia en internet.

Este capítulo da cuenta de cómo, cuándo y dónde surge este fenómeno cibernético. En mi primer acercamiento al Fenómeno Pro Ana y Pro Mia ni siquiera me preocupé por investigar los antecedentes del mismo. Después cuando entre a la MPSGI me di cuenta que la mayoría de las investigaciones realizadas en torno a la producción virtual Pro Ana Y Pro Mia ignoraba estos mismos datos. La pregunta latente era ¿Por qué la

¹⁰¹ PRINCESA LORELEI (2014). Cuidado!!Falsas princesas en las redes. (15 febrero 2014)Recuperado de la página web: <http://prinzessinloleiwannabeana.blogspot.mx/2014/02/cuidado-falsas-princesas-en-las-redes.html>.

mayoría de las investigaciones y estudios referentes al tema, lo único que hacían era describir e interpretar los apartados que conformaban dicho material electrónico? Lo primero que pensé, fue en el viejo dicho de: Dejamos de lado lo importante por atender lo urgente. ¿Qué es lo emergente de este tema? Quizás el pensar en la vida o la muerte de algunas usuarias de dicho material. El partir de la idea de que los otros son los enfermos, los anormales y por ende los que no tienen derecho a hablar. Me di cuenta que la ausencia de estos datos en diversas investigaciones académicas no era una casualidad sino una forma de silenciar, a las creadoras y usuarias de dicha producción virtual. Prueba de esto son las leyes que se decretaron en (Francia y México) en el 2008 respectivamente. Pues para la elaboración de la primera los legisladores únicamente se basaron en los estudios biomédicos, que se han realizado concernientes a este material electrónico, Ignorando completamente los estudios hechos desde otras disciplinas que arrojan que para algunas usuarias este tipo de material es una especie de refugio o de antesala para pedir ayuda presencial.

El origen de dicho fenómeno Pro Ana y Pro Mia es opaco. Los estudios que se han llevado a cabo difieren en cuanto a su lugar de nacimiento (Estados Unidos,¹⁰² Europa¹⁰³ o Inglaterra¹⁰⁴), fecha (mediados o finales de los años noventa¹⁰⁵) y propósitos iniciales. Entre estos últimos se encuentran como posibles opciones:

¹⁰²BENAVIDES, Sánchez, Alejandra y Cuevas, Díaz Diana.(2008) Estilos de vida en un grupo de personas participantes en una página virtual.Psycología avances de la disciplina. Colombia.Volumen2 (#2) P. 193-209.Cita de texto (Benavides; Cueva, 2008,P. 196).Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2972/297225162007.pdf>.

¹⁰³ BREGUA, Marcelo. (2007) "El culto a las diosas Mia y Ana". (sábado 22 de septiembre de 2007) Recuperado de http://www.ellitoral.com/index.php/diarios/2007/09/22/nosotros/NOS17.html?nuevo_mes=01&nuevo_ano=2006

¹⁰⁴ DEIANA, Federica.(Mayo-Agosto de 2011) "Nadie dijo que fuera fácil ser una princesa: Una etnografía virtual de las webs Pro Ana". *Revista de Antropología Iberoamericana* vol. 6, num. 2, Centro de Ciencias Humanas y Sociales (CCHS – CSIS). pp. 215-252. Recuperado de www.aibr.org.pág.217

¹⁰⁵ BENAVIDES, Sánchez, Alejandra y Cuevas Díaz, Diana. Ídem.

A) Para que las personas que padecían anorexia y bulimia tuvieran un espacio para compartir cómo era su vida con estas enfermedades¹⁰⁶.

B) Para expresar cierto aprecio respecto a los Trastornos de la Conducta Alimentaria, en especial la anorexia¹⁰⁷.

C) Para realizar una promoción directa del trastorno o de cualquier patología afín¹⁰⁸.

A pesar de todas las diferencias aquí señaladas, diversos autores, estudios e investigaciones coinciden en que las primeras plataformas *web* en las que se generaron este tipo de contenidos fueron los blogs¹⁰⁹.

Es importante destacar que el Fenómeno Pro Ana y Pro Mía no ha sido lineal o igual a través del tiempo, éste ha sufrido modificaciones importantes, que quiero destacar a continuación, a mediados de los años noventa hasta el 2003 se comienza utilizar el término Pro-Ana en blogs, en estos años nace por decirlo de alguna manera la comunidad Pro Ana Y Pro Mia, en el mundo. En el 2001-2003 existe un crecimiento vertiginoso de dichos blogs, en 2004 sale a la luz pública la existencia de este tipo de páginas e inmediatamente comienzan diversas campañas en contra de dichos contenidos en internet, organizados por distintas ONGS en el **2001-2004**. Asociaciones como ANAD (Anorexia Nerviosa y Trastornos Asociados) reclutaron voluntarios y organizaron campañas con el fin de detectar y denunciar este tipo de contenidos en Internet. También se firmaron acuerdos con proveedores como Yahoo!, Homestad Technologies o Microsoft que culminaron con la desactivación de centenares de sitios

¹⁰⁶ LAFUENTE, Martínez, Blanca. (2012) "La anorexia en blogs: para un cambio de perspectiva de las autoridades sanitarias y de la opinión pública". Repositorio de la Universidad de Zaragoza – *Zaguan* Recuperado de (Diciembre de 2012). Recuperado de <http://zaguan.unizar.es>.

¹⁰⁷ DEIANA, Federica. Ídem.

¹⁰⁸ MANCILLAS, Díaz, Manuel.(2006)*Trastornos alimentarios en Hispanoamérica*. Editorial Manual Moderno, México. p. 215.

¹⁰⁹ BENAVIDES, Sánchez, Alejandra; Bregua, Marcelo; Deiana, Federica; Martínez Lafuente, Blanca entre otros más.

pro Ana-pro Mia,¹¹⁰ cerrando un total de 115 en apenas cuatro días.¹¹¹ **2005.** La asociación sin fines de lucro Protégeles realiza la Primera Campaña contra la "Apología de la Anorexia y la Bulimia en Internet" en junio, en España. **2008.** Carolina Botey y Javier González, responsables de Blogs Teoriza¹¹², red que aloja una treintena de bitácoras en donde se convoca a *bloggers* y *webmasters* para que utilicen palabras claves en sus páginas como "pro Ana", "tips Mia", "princesas de porcelana", "consejos para vomitar" o "engañar a los padres" como señuelos para atrapar a las militantes de las páginas pro Ana-pro Mia, haciéndoles creer que están visitando uno de los tantos foros y blogs que fomentan estas enfermedades cuando en realidad las conducían a campañas de concientización en su contra. El 14 de octubre de ese mismo año, se presentó de manera oficial en México, una campaña, que llevó por nombre "¡Si yo puedo, tú también!" por parte de la Fundación Televisa en coordinación con la Secretaría de Salud. Dicha campaña tenía como figura principal a la cantante y actriz mexicana Anahí, y contó con un grupo en Facebook, una línea telefónica gratuita y un correo electrónico de apoyo, una página web, además de que se produjeron cuatro cápsulas informativas con la asesoría del Dr. Armando Barriguete, representante de la Secretaría de Salud. Esta campaña tuvo como principal objetivo "prevenir e informar sobre la importancia de la salud y las graves consecuencias de los desórdenes

¹¹⁰ CAMPOS, Rodríguez, José Miguel. (2007) Anorexia, bulimia e internet. aproximación al fenómeno pro-ana y mía desde la teoría subcultural. Facultad de Ciencias de la Información. Universidad Complutense de Madrid. Frenia, VOL. VII-127-144. Cita en el texto (Campos, 2007, P.144).

¹¹¹ DÍAZ, Karen. *El santuario de Ana: Narrativas Pro-anorexia de las mujeres en el ciberespacio*, 2003. p. 35.

¹¹² Es una red de blogs en la que se escriben diariamente artículos sobre diversas temáticas en donde sus integrantes piensan que los blogs son la punta de lanza de la nueva Internet 2.0 y por eso se basan en este formato para escribir cada día.

ANÓNIMO (2008). Cultivamos blogs formando una extensa red en la que te ofrecemos diversas temáticas. Canal Ocio. (enero 2008) Recuperado de WWW.Teoriza.Com.

alimenticios como la anorexia y la bulimia.”¹¹³ Para lograrlo, las cuatro cápsulas informativas se transmitieron a nivel nacional para que las personas pudieran detectar a tiempo los síntomas de dichos desórdenes alimenticios. También, se capacitaron a 80 equipos estatales para brindar atención, así como a diferentes centros de salud. Los resultados de la campaña fueron presentados el 17 de marzo de 2010. En un inicio contaba con 3,129 miembros en Facebook de 12 países, entre ellos Brasil, España, Bulgaria, Chile, Argentina y Rumania. Sin embargo, el impacto inicial disminuyó rápidamente.¹¹⁴ Por otra parte se encontraban las cápsulas informativas. Éstas, en su momento, fueron las más vistas en YouTube, llegando al séptimo lugar de popularidad en el sitio. Este dato es relevante porque todos los videos iban dirigidos a la comunidad de las Anas y las Mias para combatir su “estilo de vida”, así como los trucos sugeridos y utilizados para engañar a amigos y padres de familia en las páginas web. Actualmente, dicha campaña parece haber dejado de existir. La página web desapareció y aunque el grupo de Facebook aún se encuentra activo, la mayoría de los mensajes van dirigidos únicamente a felicitar a la cantante. Paralelamente se desata un gran interés por parte de la comunidad científica en torno de estos contenidos en el ámbito académico -según Federica Deiana (2011)- existen dos perspectivas desde donde se aborda el tema. La primera se centra en denunciar, evaluar, evidenciar e investigar y las consecuencias negativas que provoca este “estilo de vida” y se caracteriza principalmente por tratar de prevenir los TCA (Bardone-Cone y Cass, 2007;

¹¹³ ANONIMO. “Anahí y Fundación Televisa lanzan campaña para prevenir la anorexia y la bulimia”. 14 de octubre de 2008: Recuperado de la Página Web. <http://www.expoknews.com/2008/10/14/anahi-y-fundacion-televisa-lanzan-campana-para-prevenir-la-anorexia-y-la-bulimia/> y “¡Si yo puedo, tú también!”: comunicacionanahuac.blogspot.com/.../si-yo-puedo-tu-tambien.html

¹¹⁴ La mayoría de la gente que se mete a Facebook lo hace para felicitar a Anahí en lugar de hablar de los trastornos de conducta alimentaria. Asimismo, 13% de los usuarios hacen comentarios a sus compañeros y 2% critican la campaña de manera negativa. “En la línea telefónica se hacía un cuestionario con preguntas acerca de sobrepeso, depresión, ansiedad, alcohol, tabaco, etc. El problema es que muchos buscaban el ‘consejo de Anahí’, no de los médicos. Del otro lado, la línea sirvió para cosas positivas como la ayuda indirecta: madres, amigos y hermanos hablaban para ver cómo podían ayudar a sus seres queridos”.

GÓMEZ, Aurioles, Laura (2010) “¡Si yo puedo, tú también!”: Revista Coma. #7 (17 de marzo del 2010). Recuperado de comunicacionanahuac.blogspot.com/.../si-yo-puedo-tu-tambien.html

Wilson, Peebles et al, 2006). La segunda propuesta que estudia este tipo de producción virtual, con prismas intersubjetivos o estructurales, está conformada por estudios menos numerosos, desde disciplinas como la Sociología, la Antropología o los Estudios de Género,¹¹⁵ y se dedica a investigar la solidaridad, el sentido de pertenencia y lo positivo que encuentran las usuarias en este material (Días, 2003; Brotsky y Giles, 2007; Campos, 2008).¹¹⁶

Campos Rodríguez (2007) contempla el discurso pro Ana y Mía como una cristalización de un proceso subcultural, que al igual que las culturas juveniles de los años setenta, “muestra un rechazo a los valores dominantes por medio de una reinterpretación ideológica y estética de estos mismos valores, dando lugar a construcciones culturales que se enfrentan a la cultura hegemónica por medio de su adopción caricaturizada” (Pág.137)¹¹⁷. El autor considera que se debería de tomar en cuenta esto a la hora de leer y analizar el contenido y la forma del discurso pro Ana y Mia. Para Campos Rodríguez (2007) lo valioso de la existencia de las páginas es que abren un espacio donde se puede hablar de dichos trastornos más allá del discurso hegemónico, que no puede ir más allá de la dicotomía salud-enfermedad, dando lugar a diversas formas de sentir, vivir y reflexionar, abriendo la posibilidad “de debatir sobre la anorexia y la bulimia, en libertad y desde la experiencia personal a salvo del estigma asociado a toda enfermedad mental en tanto que dicho debate se establece entre iguales, es en sí mismo uno de los objetivos de las personas que participan en la subcultura”.¹¹⁸

Si bien Campos Rodríguez (2007) logra ver desde otro ángulo que no es el biomédico el fenómeno Pro Ana Y Pro Mia, no logra transcender el problema de la dicotomía que prevalece entre virtualidad/realidad. Esto se manifiesta en sus conclusiones cuando se cuestiona ¿hasta qué punto la pertenencia a la subcultura tiene repercusiones en la

¹¹⁵ CAMPOS Rodríguez, José Miguel. Op. Cit. p. 144.

¹¹⁶ DEIANA, Federica. Nadie dijo que fuera fácil ser princesa. Ibidem. P.217.

¹¹⁷ CAMPOS, Rodríguez, José Miguel. Op. Cit. P.144.

¹¹⁸ Ibidem. p. 135.

vida ordinaria de las personas? acaso las prácticas concretas que señala en su propio análisis no son prueba de la inexistencia de la división entre los ámbitos offline y online, en este fenómeno y de cómo es que dicho material virtual impacta la vida cotidiana de sus usuarias.

Mabel Gracia y Josep M. Comelles (2007) parten de una crítica a la retórica biomédica en torno a los trastornos alimenticios, señalando que ésta no considera que los seres humanos no sólo comemos para mantenernos saludables, sino por motivos simbólicos, identitarios, económicos o hedonistas que se ponen en juego de acuerdo a la cultura, clase o grupo social al que pertenecemos en determinado contexto y momento histórico.

“La retórica neo-higienista alimenta normas y regulaciones alimentarias y simultáneamente reclama la responsabilidad de cuidarse a uno mismo; alienta, ante los demás, sentimientos de culpa por no hacerlo y exige adquirir una verdadera competencia dietética. Desde esta lógica, las conductas alimentarias de las personas diagnosticadas con anorexia, bulimia u obesidad —*eating disorders* en inglés— son percibidas como desviadas, como comportamientos de riesgo de fruto de la pérdida o la anulación de todas las referencias bioculturales que deberían orientar adecuadamente las elecciones alimentarias. (Pág. 25.)”¹¹⁹

Para estos autores, la blogosfera Ana y Mia no debe de entenderse como exhibicionismo y vanidad, sino como un espacio vindicativo que da a las usuarias la oportunidad de camuflar su identidad real y les proporciona la libertad para reflexionar, desahogarse, buscar apoyo y complicidad en personas cuya posición esta marginada y estigmatizada, dicho espacio trasciende a la red social que lo sustenta, y coloca a los trastornos alimenticios más allá de una enfermedad, como un “estilo de vida”.

Le Breton (2009) explica el fenómeno pro Ana y Mia en internet como una conducta de riesgo de esta generación en un intento de hacer el pasaje a la vida adulta. Señala

¹¹⁹ GRACIA, Mabel et al(2007) *No comerás. Narrativas sobre comida, cuerpo y género en el nuevo milenio*. España. icaria.

que la anorexia es una estrategia inconsciente para existir a pesar de las circunstancias. Incluso es reivindicada por numerosos sitios de internet como una filosofía de existencia, un arte de vivir, la búsqueda del cuerpo perfecto, fuera del sexo. Erotiza la privación, mezcla la proximidad de la muerte con un goce del cuerpo, tomando sus exigencias en forma opuesta. (Pág. 57).¹²⁰

Para Le Breton (2009), la anoréxica lleva hasta el límite de la muerte el cuestionamiento sobre el sentido de su vida y su identidad como mujer. Para lograr la victoria en esta guerra, trata de romper el cordón umbilical simbólico que mantiene con su madre e intenta parirse a sí misma, diferenciándose de ésta, tratando de evitar su devenir en mujer. De allí que su campo de batalla sea su cuerpo.

Cada vez que ella rechaza su hambre, que desdeña alimentarse, marca una victoria sobre ella misma y se fortalece su lucha... El cuerpo es una frontera rígida opuesta a la incertidumbre del mundo. Esta lucha salvaje por reprimir su cuerpo repercute sobre el conjunto del grupo familiar y los amigos. El dominio del cuerpo se extiende al entorno. Por primera vez, ella se siente que existe para ella misma. La anorexia es una disciplina de existencia, un ascetismo de cada instante, un combate sin tregua contra sí mismo y contra los otros.¹²¹

Para este autor, indistintamente del género los desórdenes alimenticios son una búsqueda de *tomar el control* a través del cuerpo por medio del autocontrol, debido a la ausencia de haber encontrado un límite o sus marcas en el prójimo.

Si bien Le Breton (2009) encuentra que la producción Pro Ana y Pro Mia es una búsqueda para hacer el pasaje de la adolescencia a la vida adulta, no explica el por qué dicho fenómeno se extiende a personas que fluctúan entre los 30 y 40 años de edad y el por qué cada vez más el rango de edad de los usuarios de este tipo de producción

¹²⁰ LE BRETON, David.(2009) *Conductas de Riesgo. De los juegos de la muerte a los juegos de vivir*.México. Siglo XXI.

¹²¹ Ibídem. p. 55

virtual se está ampliando. En ese sentido pienso que se debe a que dicho fenómeno responde a lo que Foucault denomino como biopolítica¹²² y anatopolítica¹²³. Si bien este tipo de material electrónico aglutina y es frecuentado, renovado constantemente por adolescentes, no quiere decir que sea exclusivo de las mismas.

Federica, Deiana (2011),¹²⁴ realiza una investigación antropológica donde propone estudiar a dicho fenómeno como una práctica cultural específica de un determinado contexto sociocultural. Ésta explora dispositivos que permiten entender a la anorexia como un estilo de vida en tres ámbitos:

El discurso definitorio de las prácticas restrictivas como un estilo de vida; el tipo de relación que uno debe tener con respecto a su proyecto de construcción de un estilo

¹²² Anónimo. Genealogía del racismo. Michel Foucault. (septiembre 2013) Recuperado de http://www.psico-web.com/sociologia/foucault_genealogia01.htm. Anónimo. Genealogía del racismo. Michel Foucault. (septiembre 2013) Recuperado de http://www.psico-web.com/sociologia/foucault_genealogia01.htm

A partir 2da mitad Siglo XVIII aparece una tecnología no disciplinaria del poder. No excluye ni suprime a la técnica disciplinaria ya que se incorpora en otro nivel, tiene otra área de acción y recurre a instrumentos diferentes. En cambio, la incorpora, la modifica y la utiliza instalándose de algún modo en ella, logrando radicarse gracias esta técnica disciplinaria previa. Esta toma al hombre viviente, se aplica a la vida de los hombres. Tecnología reguladora de la vida. Se dirige a la multiplicidad de hombres en tanto masa global.

¹²³ Idem.

Desde fines del Siglo XVII y XVIII se ve aparecer la tecnología disciplinaria del trabajo. Esta técnica toma al hombre-cuerpo. Tecnología disciplinaria del cuerpo. Se dirige a la multiplicidad de los hombres en tanto cuerpos. 1ra toma de poder sobre el cuerpo según la individualización, en dirección al hombre-cuerpo. Para recuperar lo particular tuvo lugar una 1ra adaptación de los mecanismos de poder, dirigida hacia la vigilancia y el adiestramiento (la DISCIPLINA). Los procedimientos utilizados son las distribuciones de los individuos en el espacio, el control de la actividad, la organización de la génesis y la composición de fuerzas. Las funciones de estas técnicas y procedimientos son: vigilar, controlar, castigar, normalizar, conseguir el máximo de eficacia en el menor tiempo y en el menor espacio, creando así una individualidad orgánica, celular, genética y combinatoria (creo YO que eso sería lo que iría de este lado). Utiliza mecanismos destinados a maximizar las fuerzas y a extraerlas, pero con procedimientos de adiestramiento individual mediante un trabajo sobre el cuerpo.

¹²⁴ DEIANA, Federica. (Mayo-Agosto de 2011) "Nadie dijo que fuera fácil ser una princesa: Una etnografía virtual de las webs Pro Ana". *Revista de Antropología Iberoamericana* vol. 6, num. 2, Centro de Ciencias Humanas y Sociales (CCHS – CSIS). pp. 215-252. Recuperado de www.aibr.org. pág. 217.

de vida anoréxico y finalmente las prácticas distintivas que corresponden a ese estilo de vida.¹²⁵

Dicha autora analiza el contenido de 51 páginas *web* sin una interacción con las participantes de las mismas, utilizando como método la etnografía virtual. La aportación de su estudio es que hace un esfuerzo

“para elaborar un lenguaje simbólico alternativo, unas nuevas referencias iconográficas, lingüísticas, etc., para construir aquella red de significados indispensable para poder hablar de los TCA desde un punto de vista no patológico.”¹²⁶

La importancia de esta investigación es precisamente su apuesta por construir su objeto de estudio desde otro posicionamiento distinto al discurso biomédico. Dicha contribución no sólo me auxilió para poner en crisis dicho discurso y a deliberar desde qué ángulo epistemológico de la Psicología Social sería pertinente comenzar a reflexionar, observar y construir mi objeto de estudio. Por otra parte, los límites de dicha investigación son la naturalización de la utilización de internet a diferencia del presente trabajo, que busca dar relieve a la relación que se gesta entre sujeto, virtualidad y realidad.

Brotsky y Giles¹²⁷ (2007) parten de la premisa de que, a partir de la estigmatización que padecen la mayoría de los pacientes que sufren algún Trastorno de Conducta Alimentaria por parte de sus familiares, amigos y médicos¹²⁸, Tienden a crear o a buscar un lugar en donde expresar su manera de sentir con respecto a la anorexia y a la bulimia.

¹²⁵ DEIANA, Federica. *Ibíd.* P. 223.

¹²⁶ DEIANA, Federica. *Ibíd.* p. 248.

¹²⁷ BROTSKY Y GILES (2007), “¿Lo que realmente sucede dentro de las Comunidades Pro Ana? (Tal vez no sea tan malo después de todo)”. *Science of Eating Disorders*. (30 de enero del 2013). Recuperado de www.scienceofeds.org/.../what-really-goes-on-inside...

<http://translate.google.com.mx/translate?hl=es&sl=en&u=http://www.scienceofeds.org/2013/01/30/what-really-goes-on-inside-pro-ana-communities-maybe-they-are-not-so-bad-after-all/&prev=/search%3Fq%3Dtetyana%2B30%2Benero%2B2013%26hl%3Des%26noj%3D1>

¹²⁸ “Más de la mitad de todas las enfermeras y los residentes (58.2%) cree que los pacientes con TCA fueron responsables de su enfermedad “siempre o casi siempre”.

BROTSKY Y GILES,(2007) “¿Lo que realmente sucede dentro de las Comunidades Pro Ana? (Tal vez no sea tan malo después de todo)”. *Science of Eating Disorders*. (30 de enero 2013). *Ídem.*

En este estudio, uno de los investigadores (Brotsky) participa clandestinamente en 12 páginas pro Ana haciéndose pasar por SB (una mujer de 20 años con anorexia nerviosa) con el fin de entender el “tipo de apoyo psicológico ofrecido por dichos sitios web, la creencia de los miembros de la comunidad hacia los trastornos alimentarios y los procesos de tratamiento y recuperación”¹²⁹. Los resultados que arrojó la investigación fueron los siguientes:

‘Ni una sola palabra de la disidencia’ fue pronunciada por la decisión de SB a buscar tratamiento. En ese sentido, Borzekowsky et. al. (2006), en una revisión de 180 páginas pro Ana, encontró que 38% incluía asesoramiento e información orientada a la recuperación y 21% contó con secciones específicas dedicadas a la recuperación.¹³⁰

Respecto a sí consideran a la anorexia y a la bulimia un estilo de vida. SB encontró poca consistencia entre los grupos, páginas web e incluso personas dentro de una sub-comunidad. Por último, concluye que estas redes sociales engendran un alto grado de fidelidad y exclusividad que se asemeja a la de los grupos de amistad fuera de línea muy unidas, nudos contraculturales de los adolescentes refugiados en la esquina del patio de la escuela de los estudiantes más convencionales, ‘populares’.¹³¹

Por último, agrega que el aspecto más potencialmente problemático de los sitios es que ofrecen a sus usuarios una especie de espejismo social: la sensación de apoyo, la conexión y las interacciones sociales que carecen en su entorno fuera de línea.

Estas comunidades virtuales, concluyen ambos autores, seguirán existiendo mientras persista una actitud crítica, hostil y a menudo ignorante por parte de los amigos, familiares y médicos sobre los trastornos alimentarios, y la única posibilidad para que este tipo de producción desaparezca es una adecuada educación referente a los trastornos alimentarios. Eso significa poner fin a la ignorancia y estigma sobre dichos trastornos.

¹²⁹ Ídem.

¹³⁰ Ídem.

¹³¹ Ídem.

Si bien, tanto Brotsky y Giles (2007) en este estudio dan cuenta de un aspecto poco observado dentro del fenómeno Pro Ana Y Pro Mia que es la utilización de estos espacios como refugio o antesala para la recuperación, su estudio tiene un especie de silenciamiento de la existencia de diferentes posturas que tienen las usuarias ante la anorexia y la bulimia, este es un elemento esencial que caracteriza en mi opinión al fenómeno Pro Ana y Pro Mia y el único que por el momento ha permanecido a través del tiempo: la discusión constante de qué es ser una princesa o qué es la perfección. Esto hace que se pueda caer en el error de pensar a las Anas y a las Mias desde un prisma maniqueísta en donde se reduce a las cibernautas a víctimas o enfermas.

Por otro lado es hasta en el 2008 que se comienza a legislar en contra de estos sitios web en países como México y Francia. Actualmente existe un *boom* de producciones virtuales que expresan que la anorexia y la bulimia son un estilo de vida y no una enfermedad. La prohibición y constante cierre de este material en los servidores ha sido contraproducente, sin embargo Enrique Rodríguez, inspector jefe de la BIT¹³² y director del informe (2008)¹³³, defiende el cierre de estas páginas, pero reconoce sus efectos adversos:

"Hay que cerrarlas porque son perjudiciales. Pero tampoco es seguro que sirva de algo: las chicas enseguida abren otras y, además, se las encierra en un gueto, se queda en algo secreto. Y eso tampoco es bueno".¹³⁴

"No creemos que cerrarlas sea la solución. Mejor eso que nada, se suele decir. Pero puede que sea lo contrario: lo ocultas, lo estigmatizas, ellas se esconden, se crecen y radicalizan".¹³⁵

¹³² Inspector Jefe de la Brigada de Investigación Tecnológica de la Policía Nacional (BIT) en España.

¹³³ Elaboró en 2008, por encargo de la Fiscalía de Madrid, un informe interno sobre el fenómeno pro Ana y Mia en Internet.

¹³⁴ ANÓNIMO. (2012) Ten cuidado, sé dónde vives... Los nuevos peligros de las redes sociales". *Diario la Vanguardia*,(8 de diciembre de 2011). Recuperado de <http://www.lavanguardia.com/internet/20111208/54239958028/nuevos-peligros-amenazas-investigan-redes-sociales-twitter-facebook.html>. Publicado el Domingo.

¹³⁵ ABRIL, Guillermo. (2009) "Ana y Mia, princesas de Internet". *El País*,(4 de abril de 2009) Recuperado de http://sociedad.elpais.com/sociedad/2009/04/04/actualidad/1238796001_850215.html

Actualmente, la proliferación de dichos socio-espacios en internet es predominante. Un estudio reciente afirma (2011) que:

Internet se ha convertido en un espacio de creciente promoción de contenidos que hacen apología de la anorexia y la bulimia. Desde el año 2006, la cantidad de estos sitios creció un 470%, un índice que supera incluso el crecimiento de Facebook (450%).¹³⁶

El director de IQUA ¹³⁷(2011), Álex Fernández, destacó que:

En un buscador de Internet como Google aparecen alrededor de 500,000 páginas pro anorexia y pro bulimia en menos de un segundo, y el 75% de personas que consultan estos contenidos de la red son menores de edad... dichas páginas tienen más de tres millones de entradas". La especialista Cristina Carretero directora de prevención y promoción de la salud de ACAB, agregó que "estos problemas están creciendo en la población adulta, de 30 a 40 años."¹³⁸

José Miguel Campos Rodríguez (2007), en su artículo "La anorexia, bulimia e internet. Aproximación al fenómeno pro Ana y Mia desde la teoría subcultural", afirma:

"Todo parece apuntar a que, lejos de constituir una moda pasajera, una pintoresca anécdota de la posmodernidad, el fenómeno pro Ana y Mía está ahí y no tiene intención alguna de marcharse."¹³⁹

Hoy en día, dicho fenómeno inunda toda la *web*, afectando principalmente a adolescentes y jóvenes adultos, tanto de género masculino¹⁴⁰ como femenino,¹⁴¹ en

¹³⁶ ELUSTOLDO, Georgina. (2012). "Crece la alarma por sitios que promueven la bulimia y la anorexia en la Web". Entre mujeres, (15 de septiembre de 2012) Recuperado de http://www.entremujeres.com/vida-sana/salud/Alarma-contenidos-Web-crecieron-Facebook-bulimia-internet-pro_ana-pro_mia_0_427757222.html .

¹³⁷ Ídem.

¹³⁸ Ídem.

¹³⁹ CAMPOS, Rodríguez, José Miguel. Op. Cit. p. 143.

¹⁴⁰ ANÓNIMO (2011) "En México, 900 mil hombres padecen anorexia o bulimia"(2011). *Cambio digital*, (17 de Julio de 2011.) Recuperado de <http://www.cambiodigital.com.mx/mosno.php?nota=68173#.VQcZztKG-Hg>.

"En los últimos diez años el número de hombres mexicanos con algún trastorno alimentario subió 200 por ciento, pues actualmente hay alrededor de 900 mil enfermos con problemas relacionados con la ingesta de comida. Según

todo el mundo. No se sabe a ciencia cierta cuántas páginas existen en los servidores mexicanos debido a que la política de privacidad de la plataforma impide conocer el número exacto, pero las búsquedas de páginas que promueven la anorexia y la bulimia, en Google México, arroja 274,000 resultados en 0.25 segundos.¹⁴²

La importancia de que existan este tipo de producciones virtuales no sólo tiene que ver con la tremenda influencia negativa que señala el discurso biomédico.

En un estudio de 700 familias con un adolescente con un trastorno de la alimentación, el uso de pro Ana y los sitios *web* pro Mia se correlacionaron con una mayor duración de la enfermedad y más hospitalizaciones, y el 96% de los adolescentes diagnosticados con un trastorno de la alimentación que visitaron estos sitios aprendieron nuevas dietas y técnicas de purga.¹⁴³

Tampoco tiene que ver con la necesidad de enfocarnos únicamente en el tipo de solidaridad, o los “beneficios” que conlleva este tipo de material electrónico para las usuarias, como señalan algunos autores de diversas disciplinas como la Sociología, Antropología y Estudios de Género.

Estas webs, con frecuencia denominados peyorativamente en los medios de comunicación como ‘pro Ana’, son, sin embargo, vehículos de cooperación y recuperación autónoma para sus miembros.¹⁴⁴

informes de la Fundación Ellen West, 15 por ciento de las 6 millones de personas con anorexia o bulimia en el país son hombres, mientras que en los comienzos de la década de los 2000, sólo representaban 5 por ciento”.

¹⁴¹ NOTICIAS UNIVERSIA (2012) La moda aumenta el riesgo de anorexia y bulimia.(18 de abril de 2012)Recuperado de <http://noticias.universia.net.mx/en-portada/noticia/2012/04/18/924128/moda-aumenta-riesgo-anorexia-bulimia.html>

En México, estos padecimientos afectan por lo menos tres millones de personas, muchos de ellos escolares, de acuerdo a la Encuesta Nacional de Salud. Cada año aparecen 20 mil casos más; 90% de ellos son mujeres.

¹⁴² RIVERA, Kenia. (2012). “El fruto prohibido de las princesas”. *El Universal*. (1 de abril de 2012). Recuperado de <http://www.domingoeluniversal.mx/historias/detalle/El-fruto-prohibido-de-las-princesas-503>.

¹⁴³ VAN PELT, Jennifer. (2009) “Trastornos de la alimentación de la red- El movimiento Pro Ana/ Pro mía”. *Trabajo Social Hoy*. Vol. 9 No 5. p. 20. (Septiembre –Octubre 2009) Recuperado de <http://translate.google.com.mx/translate?hl=es&sl=en&u=http://www.socialworktoday.com/archive/092109p20.shtml&prev=search>

¹⁴⁴ COLOQUIO ANAMIA (2012)“Anorexia y bulimia: ¿cómo condicionan las redes sociales nuestros hábitos alimentarios?” p.1(diciembre 2012)Recuperado de http://www.minestelecom.fr/p_es_imt_actu_compresse_collana_675.html

Si no en la reflexividad y el posicionamiento que tienen las usuarias y usuarios en torno al “estilo de vida” que se propone en este material electrónico. En la presente investigación se analizaron los discursos existentes y los discursos que se generaron para lograr dicho objetivo por medio de diversas estrategias metodológicas.

Actualmente las Anas (anoréxicas) y las Mias (bulímicas) son consideradas dentro de la web así:

Comenzaré por exponer como se perciben ellas mismas y como las perciben los sujetos que quieren pertenecer a la comunidad.

Para las personas que aspiran a pertenecer a esta comunidad cibernética son una familia, una inspiración:

“holas tbn soy una de uds estoy agregándolas espero q me acepten....cuídense mucho ...uds son mi ùnik familia!!”¹⁴⁵

Para ellas mismas es una tribu urbana, o así se comienzan a autodenominar:

Es esa persona que está a favor de la anorexia nerviosa, una enfermedad que ellas (las personas que intentan potenciar este mal y que se circunscriben como ‘Anorexic Nation’) defienden como un estilo de vida o una **tribu urbana**.¹⁴⁶

Terminología pro Ana y Mia. Pro ANA: personas a favor de la Anorexia nerviosa, pertenecientes a la ‘Anorexic Nation’. Una pro Ana defiende que es un estilo de vida o una **tribu urbana**. Nos identificamos con una pulsera roja en la muñeca izquierda. Si te fijas en que otra chica la lleva tócate la pulsera para identificarte como pro Ana.¹⁴⁷

Princesa Dulce dice:

¹⁴⁵ “ANÓNIMO”. (2007)Escrito por “princesita de Ana y Mía”,(04/01/ 2007) Recuperado de <http://princesitadeanaymia.blogdiario.com/tags/TODO/04/01/2007>.

¹⁴⁶ ANÓNIMO. (2007)“Ana y Mia...”, en el blog *Jo mateixa. Fool love....love me, love me*. (5 de Febrero de 2007)Recuperado de nesitalopez.blogspot.com/2007/02/ana-y-mia.html.

¹⁴⁷ ANÓNIMO.(2012)Blog *Mis amigas Ana y Mia. Reso!*(19 de diciembre 2012). Recuperado de anaymiamiasamigasineparables.blogspot.com/

A mí me encanta el estilo *kogal* y *decorer*, pero considero que Ana y Mia son mi "**tribu urbana**", todas las chavas como yo me entienden y si hay que considerar la vestimenta, lo único que nos identifica es nuestra pulserita roja o morada... y música, no hay estilo propio, muchas somos amantes de muchos géneros y de intereses, jaja, todos saben qué clase de interés puede tener una Ana o una Mia, jaja, como engañar, que no nos duela la garganta, luchar contra el IMC de más de 19... Bueno, es lo que creo, pero sí, es una enfermedad, pero aquí estamos..."¹⁴⁸

Al realizar el ejercicio de rastrear como son construidas las Anas y las Mias por la (sociedad-Estado-ellas mismas) confirmé lo que Mastronardi (2006) pone de manifiesto:

Tradicionalmente, la anorexia y la bulimia han constituido realidades sobre las que una gran cantidad de agentes han tenido la potestad de pronunciarse: desde médicos a padres, pasando por políticos y líderes de opinión. No obstante y en opinión de la autora, en este debate público se ha acallado sistemáticamente la voz de los principales protagonistas del problema: los anoréxicos y anoréxicas.¹⁴⁹

A continuación expondré las diferentes miradas, posiciones, opiniones que predominan en la web sobre el estilo de vida de la comunidad Pro Ana y Pro Mia.

Algunos cibernautas consideran que es un grupo o secta suicida:

Mira, nosotros como 'animales sociables' necesitamos pertenecer a una sociedad, secta o grupo... la anorexia y la bulimia son enfermedades mentales que no sólo corroen el apetito sino también la voluntad de las personas. Uniendo estos dos conceptos encontramos que las niñas pro Ana y pro Mia lo que hacen es justificar en cierto modo su actuación para no sentir la culpa del "suicidio" tan pesada. Yo estoy segura de que muchas chicas pro Ana y Mía saben que la enfermedad las va a matar; saben que es peligroso. Sin embargo, se justifican diciendo que es un "estilo de vida", con lo cual concuerdo en cierta forma, pues es una enfermedad de difícil curación con la que seguramente hay que vivir toda la vida. Sin embargo, no debe ser tomado en el sentido ligero de la

¹⁴⁸ ANÓNIMO (2011) ¿A que tribu urbana pertenezco?", "Âen el sitio web *Kioner*. (22 de julio 2013).Recuperado de www.kioner.com/post/a-que-tribu-urbana-pertenezco

¹⁴⁹ Campos Rodríguez, José Miguel. Op. Cit. p. 143.

expresión "estilo de vida", como algo que hago por qué "me gusta". Yo no creo que haya mucha gente realmente a la que "le guste" dejar de comer.¹⁵⁰

La Agència de Qualitat d'Internet (2011)¹⁵¹ define a los sitios de la siguiente manera:

[Son] comunidades de afectados de estas enfermedades, donde el trastorno es tratado como un estilo de vida y donde se intercambian trucos para perder peso, para engañar y disimular ante los padres... Son, en definitiva, una fuente inagotable de consejos y prácticas dadas por personas enfermas que son altamente peligrosas para la salud.¹⁵²

Protégeles (2004) las define como un **grupo de enfermas**:

"Ana y Mía, ¿Quiénes son? ANA es el nombre que muchas anoréxicas dan a la Anorexia Nerviosa, y se consideran jóvenes 'pro Ana'. Del mismo modo, MIA es el nombre que dan a la Bulimia Nerviosa, autodenominándose jóvenes 'pro Mía'".¹⁵³

Para otros usuarios son un grupo de **chicas frívolas** con un bajo coeficiente intelectual que quieren llamar la atención de una manera absurda y ridícula en un juego sin sentido.

"Adelgazando hasta dejaros la salud no seréis princesas, seréis BRUJAS. Unas brujas que si dentro de pocos años no estáis muertas, estaréis hechas una mierda, la gente os mirará con asco y pena, se os romperán los huesos con cada tropezón, vuestra piel estará arrugada, seca y llena de manchas, se os habrá caído el pelo, vuestros órganos internos serán

¹⁵⁰ ANÓNIMO.(2007). "Chicas **pro** Ana y Mía... **me dan su opinión?**" - Foros **Univision**: foro.univision.com › Foros › Salud y Bienestar › Anorexia y Bulimia (19-10-2007) Mensaje editado por alex4567. Recuperado de <http://foro.univision.com/t5/Anorexia-y-Bulimia/chicas-pro-ana-y-mia-me-dan-su-opinion/td-p/206575559>

¹⁵¹ IQUA (2011) Sitio web que sirve como punto de encuentro entre los diferentes agentes de la red, sirviendo como referente común para la administración, los operadores, los usuarios, las asociaciones y los técnicos que trabajan para la mejora y la calidad de Internet.

IQUA (2011) Las páginas "pro ana" y "pro mia" inundan la red. (15 de febrero de 2011).Recuperado de http://www.f-ima.org/fitxer/28/resumen_informe_anorexia_y_bulimia_en_internet.pdf. Cita que se encuentra en el texto (IQUA, 2011, P.3).

¹⁵² Ídem.

¹⁵³ PROTÉGELES (2004) "Apología a la anorexia y bulimia en internet". Protégeles (Campaña permanente) Recuperado de <http://www.anaymia.com/>

los de una vieja (acabareis enganchadas a una máquina de diálisis) y si habéis encontrado a alguien que os quiera (difícil, porque a los chicos no les gustan las mujeres con pinta enfermiza) nunca podréis tener hijos. Venga, ánimo, a ver cuál de vosotras lo consigue antes. Panda de retrasadas.”¹⁵⁴

Para una minoría de cibernautas es un grupo que despierta cierta admiración:

“A menudo hablo (y alguna vez escribo) sobre Anas y Mias. No me siento la salvadora de nadie, pero, siendo sincera, creo que entiendo (y admiro) bastante a estas chicas y creo que las políticas de cerrar sus webs, de silenciar sus voces y de ejercer una moral paternalista barata no sirven absolutamente de nada... Porque, por supuesto, la forma de "ayudar" a Anas y Mias es silenciar los datos, ocultar la realidad, y, por supuesto, dar vacíos consejos de "Quiérete a ti misma". Coartar la libertad de expresión es el primer paso para encumbrar atrocidades. Si se persigue a las anoréxicas, si se las demoniza, automáticamente se convierten en mártires, en luchadoras, en iconos. Igual que para los anarquistas el resto del mundo se equivoca, para las anoréxicas somos los demás quienes no tenemos ni idea. Y qué quieren que les diga: yo creo a los anarquistas y creo a las anoréxicas (y no soy ni lo uno ni lo otro).

Es muy complejo ayudar a una Ana/Mia. Tal vez porque entendemos "ayudar" desde nuestra óptica mercantilista envenenada, maniquea. No nos engañemos: todas las Princesas (Anas y Mias militantes) son la consecuencia de nuestros decadentes e hipócritas valores. Los videos sobre anorexia y bulimia que se pueden encontrar en YouTube, además de ser malísimos, están hechos desde una única óptica. A mí me interesa la voz de las Princesas, su fuerza, sus carreras de kilos, sus voluntarios suicidios, su forma de quererse, apoyarse, relacionarse y su capacidad de seguir luchando por una causa que entre todos seguimos inoculando cada día. Siento ponerme tan seria, de hecho estoy cabreada. Y —aun a riesgo de que cierren este blog— les enumero aquí algunos sitios de Princesas. Son escalofrantes.”¹⁵⁵

Para el poder legislativo (2008) **colectivo irresponsable conformado por delincuentes** capaces de manipular a la sociedad, principalmente a las adolescentes.

¹⁵⁴ ANÓNIMO (2012) En el blog *Unión Ana y Mia* (enero 2012) Recuperado de unionanaymia-chat.blogspot.com/2012/01/chat-ana-y-mia-2012.html

¹⁵⁵ ANÓNIMO. (2008) Blog *Lo dice Diana Aller: PRINCESAS ANA Y MÍA* (28 de julio 2008) Recuperado de lo-dice-diana-aller.blogspot.com/2008/07/princesas-ana-y-ma.html.

En Francia (2008) el poder legislativo tiene como principal objetivo acabar con los sitios de Internet denominados pro Ana y Mia que manipulan a las personas para que deseen ser excesivamente delgadas y que además dan a conocer todas las formas posibles de lograrlo: trucos para ayunar, dietas desequilibradas, uso de fármacos, self injury (auto mutilación para canalizar la angustia y el hambre), etc., con penas de hasta tres años de prisión y más de 70 mil dólares en multas.¹⁵⁶

En México, “el Senado de la República exhorta respetuosamente a la Secretaría de Seguridad Pública a involucrarse en el abatimiento de las páginas electrónicas que irresponsablemente promueven los trastornos de tipo alimentario, particularmente la anorexia y bulimia nerviosas”.¹⁵⁷

Capítulo IV

Estrategia Metodológica. Desde mi primera propuesta de intervención, tenía claro que ésta debía de realizarse en el terreno virtual. Si bien, la existencia de algunas prácticas discursivas en el ámbito social, religioso y médico, en torno a la corporalidad femenina hacen posible la construcción de la anorexia y la bulimia como un estilo de vida en la web, es sólo a través de las prácticas mediáticas que realizan las Anas Y las Mias en los diversos espacios sociotécnicos (facebook, twitter, blogs, páginas webs, chats, etc.) que dicho estilo de vida genera sus propias prácticas discursivas a partir de las fugas de sentido, que se generan dentro del espacio virtual. Condición que me obligó a incursionar en esta esfera. Hubo tres etapas en la creación del dispositivo de intervención.

La primera etapa

Se caracterizó por la enorme preocupación que me generaba, el saber mi ignorancia sobre el devenir histórico del fenómeno Pro Ana y pro Mía en la web, de allí que mi

¹⁵⁶ TORRES, Ruiz, Gladis y González, Miriam. (2008) “Anorexia y bulimia. La dictadura de la moda”. *Cimacnoticias*, CIMAC (Comunicación e información de la Mujer). (25-04-2008) Recuperado de <http://www.cimacnoticias.com.mx/node/48200>.

¹⁵⁷ SENADORES. (2009) Acta de la sesión anterior comunicaciones y correspondencia legislaturas de los estados. (15- Octubre-2009). Recuperado de http://prd.senado.gob.mx/palestra/index.php?option=com_content&view=article&id=233:anexo-palestrita-jueves-15-de-octubre-de-2009&catid=2:historico&Itemid=5

primera propuesta de intervención tuviera cómo objetivo hacer una comparación cualitativa de los discursos existentes en las páginas web a lo largo de los años. Para lograrlo había propuesto que se seleccionarán 35 páginas web que plantearan a la anorexia y la bulimia como un estilo de vida. Éstas se distribuirían en cinco grupos. Los primeros cuatro grupos los conformarían páginas que hubieran sido creadas en los años: 2001, fecha en que existe un crecimiento vertiginoso de las páginas en la web pero aún no se sabe nada de ellas en el ámbito público; 2004, fecha en que en los medios de comunicación y espacios académicos sacan a la luz la existencia de las páginas; 2008, fecha en que las páginas se asientan como fenómeno social más allá de una moda y se comienza a legislar en diversos países en contra de las mismas como en el caso de México, Francia y recientemente en Alemania, 2013 fecha en que incursioné en el campo para la realización de la presente investigación. Señalé la dificultad de determinar cuántas páginas se seleccionarían de cada año, argumentando que era imposible predecir cuántas aún estarían vigentes en la web (principalmente de los años 2001 y 2004), debido a la censura que existe hacia este material electrónico por parte de los prestadores de alojamiento web.

Quería encontrar diferencias sustanciales en la producción virtual que mostraran de cierta manera cómo las Anas y las Mias habían transformado sus contenidos y su propuesta con respecto a su “estilo de vida”, de acuerdo con los acontecimientos señalados en cada periodo. El objetivo de esto era obtener la información suficiente para poder observar los cambios esenciales en el discurso y su manera de posicionarse frente a las intervenciones y los discursos biomédico y jurídico. Por otro lado, pretendía que las páginas fueran, de preferencia, de origen mexicano y español debido a que las primeras páginas que dan cuenta del desplazamiento de este material electrónico del inglés al español en la web son españolas.

Segunda etapa

En esta etapa, realicé mi primera incursión en el terreno virtual después de cuatro años y mi preocupación, ya no giraba en torno a los vacíos teóricos del fenómeno pro

Ana Y Mía que tenía como investigadora. Esto se debe en cierta medida a qué de alguna manera logré subsanar la deficiencia teórica que tenía en los primeros meses, respecto a mi tema de investigación. Los descubrimientos teóricos de éste tópico, aunados a mi irrupción en campo me proporcionaron las herramientas necesarias para darme cuenta que la producción virtual de las Anas y las Mias es completamente heterogenea y diversa. Así que en este periodo me concentré en buscar usuarias que sostuvieran un discurso controvertido respecto a su “estilo de vida” o que propiciarán la reflexión sobre este tema, con discursos e intervenciones originales, poco encontradas en dichas páginas, en torno al “estilo de vida”. Por ejemplo: una adolescente que rompe con el anonimato; la página de una mujer que incita a las demás cibernautas a no matarse de hambre sino llegar únicamente a su meta. Se buscó que las páginas reflejaran distintas posturas ante el fenómeno Pro Ana- Mia. Se propusieron unidades de observación que cumplieran con este objetivo. Me di cuenta que para mí era primordial investigar sobre la reflexividad y el posicionamiento que tienen las usuarias y usuarios en torno al “estilo de vida” que se propone en ese material electrónico por medio del análisis de los discursos existentes y los discursos generados en diversos espacios sociotécnicos.

Para lograr dicho objetivo decidí utilizar las propuestas adoptadas por los investigadores sociales en internet, éstas son dos: La primera lo concibe como un campo de estudio, el investigador obtiene el material empírico para sus investigaciones a partir de documentos que ya han sido publicados; la segunda plantea a internet como un instrumento de investigación.

En ambos casos, internet es instrumentalizado en la producción empírica de datos; ni internet ni sus fenómenos específicos (comunidades virtuales, prácticas mediadas, etc.) son objeto de estudio de estos trabajos. No se trata de analizar la comunicación mediada por el chat, o la cultura de las listas de correo electrónico, sino usar una u

otra tecnología para obtener o producir datos, ya sea desarrollando una entrevista mediante el chat o realizando un grupo de discusión a través de una lista de correos.¹⁵⁸

Internet funge como campo de estudio porque se obtuvo material empírico a través de páginas web ya publicadas, utilizando la etnografía virtual. La etnografía virtual funciona como un módulo que problematiza el uso de internet: en vez de ser inherentemente sensible, el universo WWW adquiere sensibilidad en su uso. Esto implicó que yo como investigadora tuviera que sensibilizarse con el uso de internet. Es decir, colocarme en el lugar del usuario, en una situación simétrica con aquellos a quienes investigaba, como una forma de acceso a la experiencia de los otros como proponen Adolfo Estállela (2005) y Elisenda Ardèvol (2007)¹⁵⁹ y Christine Hide (2004)¹⁶⁰.

Tercera etapa

Para lograr los objetivos citados en el apartado anterior. Propuse hacer mi propia página web. Y no sólo eso, sino comenzar a utilizar internet como instrumento de investigación con el objetivo de producir datos empíricos (relatos, narraciones) haciendo uso de las diferentes tecnologías web, aplicando diversas técnicas como la observación participante, la entrevista semiestructurada en línea y un foro de discusión, así como la creación de un blog que sería utilizado como diario de campo y a la vez me serviría para a) Orientar la investigación a través de mi propia experiencia como investigador. b) Dotarme de credibilidad y permitirme establecer el rapport con mis interlocutores. c) Respetar el imperativo ético de dejar constancia pública de la

¹⁵⁸ ESTALLELLA, Adolfo (2005). «Filtrado colaborativo: la dimensión sociotécnica de una comunidad virtual». UOC Papers [artículo en línea]. N.º 1. UOC.[Fecha de consulta: 2/agosto/2012]. Recuperado de <<http://www.uoc.edu/uocpapers/1/dt/esp/estallella.pdf>>

¹⁵⁹ Ver HIDE, Christine.(2004) Etnografía Virtual. Barcelona.Editorial: UOC.

¹⁶⁰ Ver ARDEVOL, Elisenda; Bertrán, Martha; Callen, Blanca; Pérez, Carmen.(2003) Etnografía Virtualizada: la observación participante y la entrevista semiestructurada en línea.Athenea Digital #3. (Primavera 2003)Recuperada de <http://ddd.uab.cat/pub/athdig/15788946n3/15788946n3a5.pdf>

realización de la investigación tal y como se sugiere en el trabajo Estalella (2011)¹⁶¹. Todos estos espacios socio-técnicos interactuando en una página web. La manera en que iba a intervenir en cada uno fue detalladamente expuesta dentro de mi metodología.

Mi incursión en el campo:

Como ya lo expuse en las líneas anteriores, mi propuesta de intervención, era crear una página web y en ésta utilizar diversas herramientas sociotécnicas para así ir construyendo mi objeto de estudio como lo señala (Hide (2004), Estalella (2005), Ardèvol (2007) sin embargo al entrar a navegar al ciberespacio, me di cuenta que, para que mi investigación fuera factible tenía que utilizar como espacio sociotécnico, un blog. Debido a que si en un principio intente elaborar mi propia página web como me había propuesto en la estrategia metodológica, en la práctica la elaboración de la misma no fue tan sencilla como pensé, a pesar de que busqué sistemas como web note y Wix Español, que supuestamente te permiten crear tu propia página web de manera gratuita, en menos de tres minutos. Descubrí que aunque el slogan diga que hasta tu abuelita puede hacerlo. Esto no es del todo cierto pues en el primer sistema (Web note) intente elaborar mi página unas 11 veces o más y en el segundo (Wix Español) 3 veces.

La dificultad para concretar la página web no se debía a la elaboración de la misma sino a la incapacidad que mostraba el sistema para guardar los diseños terminados o personalizados que realizaba durante horas en diversos intentos. Esto provocaba que me hiciera más hábil en el conocimiento y la utilización del espacio sociotécnico. Y que efectivamente quisiera conservar siempre los últimos cambios efectuados en mi

¹⁶¹ESTALELLA, Adolfo (2011). Hacia la ética de la investigación como un espacio epistémico. Una oportunidad para innovar en sus formas institucionales. Revista Ankulegi anual. Número.15. (8 de mayo 2012) recuperado de <http://www.estalella.eu/articulos/hacia-la-etica-de-la-investigacion-como-un-espacio-epistemico-una-oportunidad-para-innovar-en-sus-formas-institucionales>.

página web, pues en cada intento mi manera de personalizar la página superaba por mucho a la propuesta anterior, sin embargo a la menor provocación aparecía un anuncio en donde se me comprometía a adquirir el dominio de la página por una módica cantidad.

Mi último intento fue, cuando en una vieja cuenta de Google, sin querer y ya casi cuando me estaba dando por vencida pude abrir un blog en dicho servidor. Esta vez sí logré dar de alta mi cuenta en twitter, pues al igual que cuando estaba intentando elaborar mi página web. Para mi sorpresa y a diferencia de hace varios años atrás. El blog o la Página Web respectivamente tienen como requisito que el usuario forzosamente abra y utilice a la par otros espacios sociotécnicos para poder completar el acceso al mismo, es decir abrir un blog o una página web implica automáticamente darse de alta e interactuar en otros espacios sociotécnicos como son: el facebook o el twitter al mismo tiempo. Esto explica perfectamente cómo es que la producción de este tipo de material en pocos años logró inundar la red.

La decisión de abrir el blog fue tomada debido a la facilidad que representó hacerlo respecto a otros espacios sociotécnicos como fue la página web. Ya que entre más sofisticado sea el espacio más requiere de tu conocimiento de la web y de tu tiempo. El servidor en el que realicé mi blog tiene el nombre comercial de Blogger.

Por otra parte mi intervención en el twitter no estaba prevista, sin embargo al darme de alta, en éste espacio sociotécnico ese mismo día, sólo por curiosidad, comencé a indagar su funcionamiento. Al hacerlo entablé contacto con Anas y Mías, para mi sorpresa automáticamente comenzaron a aparecer un sinnúmero de sugerencias en la función de seguir. En un día añadí a 50 personas. A los dos días siguientes, al revisar mi twitter me encontré con la sorpresa de que tenía 11 seguidores, 5 Anas y Mías y a todos les di la bienvenida según su mensaje. Uno de los mensajes que me llegaron fue el siguiente:

flor† @cutwoundd-Tratando de suicidarme. A lo que conteste inmediatamente -Si hay días así en que lo único que esperas es escuchar: No lo hagas me haces falta... gracias por existir, gracias por seguirme.¹⁶²

Como había leído sobre gente que se ha suicidado efectivamente después de dejar una nota en facebook y o en twitter, me impresioné , posteriormente dude en contestar el mensaje debido a que no estaba previsto en mi estrategia metodológica , por otra parte me sentí comprometida a contestar y si contestaba responsable no sólo de contestar ese mensaje sino de verdad interesarme por lo que pasaba allí, así que comencé a revisar todos los mensajes de esta usuaria a través de su perfil en twitter, fue así como me enteré que mi correspondiente¹⁶³ era una chica que padecía acoso escolar, etc. y que su idea del suicidio no era nueva.

Consideré de alguna manera que esto no era parte de la investigación debido a que respondía a una necesidad personal, de allí que las entradas que realicé en este espacio sociotécnico fueron escasamente registradas en mi diario de campo, sin embargo las pude recuperar debido a que creé una carpeta especial dentro de mi correo electrónico en la que guardaba los mensajes enviados como evidencia. Posteriormente en una asesoría se me sugirió que incorporará dicho material a la investigación.

Por último, en facebook creé una estrategia para acercarme a mis interlocutores, a diferencia del blog no puse mi foto de perfil y sólo indique que estudiaba en la UAM – XOCHIMILCO. Los primeros días me dediqué exclusivamente a buscar contactos que estuvieran en una comunidad Pro Ana y Pro Mia, logrando tener 243 contactos e invitaciones a tres comunidades cerradas: “Princesas de Ana”, “Comiendo saludable” y

¹⁶² SUÁREZ, Alcántara, María del Carme <https://twitter.com/MaradelCarmenS2n> (2 de octubre de 2013). María del Carmen Súa @MaradelCarmenS2. Recuperado de <https://twitter.com/MaradelCarmenS2>.

¹⁶³ Utilizo este término porque es sugerido por Estallela en diferentes trabajos y tanto para este autor como para mí, es poner en igualdad de conocimiento y circunstancias al sujeto de investigación como al investigador.

“Ana y Mia México. “Posteriormente pegue un cuestionario¹⁶⁴ en mi muro para que fuera contestado, hubo chicas que accedieron a contestar, y una de ellas me hizo el comentario de que dichas preguntas eran muy wannas¹⁶⁵. A lo que respondí que mejor ella me sugiriera qué preguntar. Así que decidí hacer un juego o una dinámica, me fijaba qué chicas estaban conectadas en ese momento por medio del chat, posteriormente las abordaba y les decía que si querían contestar dos preguntas y hacer dos preguntas, ambas tanto las preguntas realizadas como las respuestas eran

¹⁶⁴ PREGUNTAS SÓLO PARA PRINCESAS

¿Cómo te enteraste Ana , Mia y Alisa?
¿Qué te motivo a entrar a éste facebook?
¿Qué esperabas ver o encontrar en éste grupo de facebook?
¿Por qué seguiste visitando éste tipo de material electrónico en facebook o twitter?
¿Qué te motivo a elaborar tu propia página o blogo grupo en facebook?
¿Qué es lo que más te gusta de éste tipo de material electrónico?
¿Qué es lo que menos te gusta Ana , Mia y Alisa?
¿Qué importancia tiene para ti?
¿Cuántas horas le dedicas al día?
Ana, Mía y Alisa representan para ti _____
¿Qué significa para ti ser una Princesa o Príncipe?
De acuerdo a tu experiencia que significa ser una princesa o príncipe Alisa, Ana o Mia ?
¿Qué tipo de princesa o príncipe eres o quieren ser? ¿para qué? ¿Por qué?
¿Cómo vives ser una Princesa o príncipe Mia, Ana O Alisa según tu experiencia?
¿De qué manera ha trastocado tu vida ser una Princesa o príncipe?
¿Qué es lo más fácil de ser una Princesa o príncipe?
¿Qué es lo más difícil de ser una Princesa o príncipe?
¿Ser una Princesa es una decisión, moda, estilo de vida, necesidad?
¿ Qué opinas de qué cierren las páginas, blogs o grupos en facebook Pro ana y mia?
¿ Cuántos blogs, páginas o grupos te han cerrado?

PEGA TU RESPUESTAS EN MI MURO

Responde las preguntas que más te gusten Y agrega las preguntas qué son importantes para ti y que no aparezcan en la lista.

Mostrar menos

SUÁREZ, Alcántara María del Carmen. (2013). Preguntas sólo para Princesas.(2 de octubre 2013). Recuperado de mi blog <https://plus.google.com/u/0/109506011230929628643/posts>

¹⁶⁵ Insulto en la comunidad.

pegadas en mi muro dejando de esa manera que ellas hicieran las preguntas que quisieran, es decir tratando de hacerme un lado para que emergieran las dudas e inquietudes que ellas querían y no las que yo suponía que eran relevantes.

Breve descripción del estilo de vida de las Anas y las Mias en los diversos materiales electrónicos Pro Ana y Mía.

La mayoría de los blogs y páginas web Pro- Ana y Pro – Mía están conformadas por diversas secciones, en su diseño prevalece el rosa, y las imágenes de princesas, o mujeres etéreas, mariposas o libélulas. Fotografías de artistas que han padecido anorexia y bulimia. Las secciones que conforman los blogs y las páginas web son las siguientes:

Presentación: Generalmente se advierte al cibernauta que la página es una página que promueve abiertamente la anorexia y la bulimia como un estilo de vida, en esta sección se alude a la libertad de expresión.

“Hola si eres Ana o Mia bienvenida si no lo eres por favor abstente de entrar esto no es un juego es una enfermedad y no queremos enfermar a nadie más, sólo buscamos apoyo y comprensión de otras Anas juntas vamos a alcanzar la meta, perfectas hasta los huesos.”¹⁶⁶

Las presentaciones varían de acuerdo a cómo la administradora del blog o la página conciba la anorexia y a la bulimia, en este sentido existen las princesas moderadas que sólo quieren llegar a su peso, las extremas que están dispuestas a morir, o las que sólo quieren adelgazar rápidamente por medio de los tips, consejos etc. y que las mismas usuarias dicen que son páginas moda o hechas por wannabe.

Advertencia: Se les indica a los niños que visitan la página que es muy peligroso permanecer en este tipo de material electrónico pues puede conducirlos a la muerte. Este tipo de advertencias surgió porque en diversos medios de comunicación se insinuaba que estos portales eran responsables de enfermar y conducir directo a la

¹⁶⁶ ANÓNIMO.(2013) Recuperado del blog Realeza Fucking- crazy. Play Hot. (Julio 2013) Recuperado del blog <http://realezafuckincrazy.blogspot.mx/p/hola-esta-en-una-web-en-pro-de-los.html>

muerte a quienes los consultaban y afirmaban que las páginas eran verdaderas asesinas de niños.

“Esto no es un juego, es algo que tú crees que puedes controlar y en algún momento se escapa de tus manos... Es algo que está en tu mente, distorsionada... Si lo que buscas es "bajar esos 5 kilos que crees q t molestan" Ve con un nutricionista...

Esta es un BLOG para anas y mias que saben lo que es pasar por todo esto.... porque no tod@s fuimos "WANNABE" simplemente pasó y sin que te dieras cuenta ya estabas totalmente metida/o en esto y sin escapatoria sin saber si quiera que es "Anorexia o Bulimia".... Pq nadie kiere enfermarse, nadie kiere vivir con dolores de cabeza, mareos, que se caigan tus uñas y tu cabello, sentirte siempre débil, odiarte cada día de tu existencia por ser lo que eres y nunk aceptarte y siempre creer que puedes tener más de esto cuando en verdad no obtienes NADA

No digas que no te lo advertí, no vengas acá a preguntarme como enfermarte pq no lo haré, no me pidas que te diga como adelgazar pq no es algo q pasa mágicamente, no me pidas que te diga como dejar de comer, ni como vomitar... pq este no es el camino indicado... !!Espero haber sido lo suficientemente clara.... Ya lo demás es tu decisión....”¹⁶⁷

Otras usuarias lo que hacen es escribir en las primeras entradas las consecuencias de la anorexia y la bulimia desde el discurso biomédico a detalle, resaltando las consecuencias negativas que conlleva este tipo de prácticas corporales.

Oraciones Ana o Mía: En esta sección se encuentran credos, salmos, mandamientos¹⁶⁸ oraciones dedicados a las diosas Ana o a Mía, según corresponda. Algunas tienen ambos credos y la promesa de cuidarse y defenderse mutuamente (entre Anas Y Mías) ante los demás (amigos, familiares, conocidos si se oponen a la “enfermedad”). Las oraciones son adaptaciones de las rezos cristianos en su mayoría estos giran en torno a la dieta y la comida, estos han sufrido variaciones a través del tiempo sin embargo algunos escritos se consideran clásicos como es credo de Ana y de Mia.¹⁶⁹

¹⁶⁷ Ídem.

¹⁶⁸ Ver anexo I

¹⁶⁹ Ver anexo I.

Rituales Ana y Mía: Los rituales varían de acuerdo a la usuaria que los proponga pues algunos mezclan a la nueva era, o la magia blanca, o son inventados por las administradora del sociespacio, en estos, algunas veces se convoca a hacer automutilaciones colectivas y ofrendas de comida en honor de Ana Y Mía, hasta vestirse de un color rojo-anorexia, morado-bulímica. etc.¹⁷⁰

Recetas De Ayunos Y Dietas: Dichas recetas lo que buscan es privar totalmente de alimento a quién las siga ya sea por días o semanas.¹⁷¹

Tips: Aquí se proponen todo tipo de consejos para vomitar, engañar o inventar algún pretexto a los padres, familiares, amigos y conocidos referentes a la enfermedad y así poder evitar que intervengan o evadir cualquier tipo de ayuda al respecto.¹⁷²

Diccionario: En las páginas existe un lenguaje especializado, términos como: Ana, Mía, Wannabe etcétera. Además de que abundan nombres de medicamentos para laxarse o inhibir el hambre, junto con otros términos médicos. Estos son aclarados al final de las mismas con un diccionario o un glosario.¹⁷³

Juegos: Algunas páginas proponen diversos juegos como son el famoso Monopolio Denominado Dieta, en donde el gran premio es perder peso a través del conocimiento de dietas hipocalóricas llevadas a cabo por chicas y chicos que padecen anorexia o bulimia. o las Carreras De Kilos que consiste en que cada visitante de las páginas Pro-Ana y Pro-Mía se fije como objetivo bajar determinado números de kilos en una semana de acuerdo a su altura y a su peso, al final de la semana gana la persona que más se haya acercado a la meta , los premios varían estos pueden ser el reconocimiento de las participantes de las carreras, un pequeño detalle o una

¹⁷⁰ Ver anexo I

¹⁷¹ Ver anexo I

¹⁷² Más adelante pongo una extensa lista de consejos y cómo son utilizados en el espacio.

¹⁷³ Ver anexo I

felicitación pública. En algunas carreras las participantes mandan las fotografías mostrando como en el transcurso de la semana van perdiendo peso.¹⁷⁴

Lista de blogs: En esta sección se acostumbra poner el nombre de los blogs o páginas que consulta la administradora del espacio. Algunas adjuntan el tiempo que llevan de leer dicho material.¹⁷⁵

Test, encuestas, cuestionarios: En esta sección se hacen una serie de preguntas respecto a lo significa ser Ana o Mia y se lleva una cuantificación.¹⁷⁶

Record: Algunas administradoras acostumbran anotar cuántos días llevan sin comer.¹⁷⁷

Self-Injury: En esta sección se motiva al cibernauta a auto mutilarse para inhibir el hambre o para festejar el cumpleaños de Ana y Mía.¹⁷⁸

Diario: Aquí la creadora del material electrónico narra a través de un diario personal cómo se convirtió en Ana o Mía. Su infancia, sus relaciones amorosas o su día a día, la mayoría de las veces los relatos se centran en vivencias muy delicadas como abortos, abusos sexuales, pérdidas de familiares, amigos o relaciones amorosas y lo mal que algunas usuarias lo pasan o lo pasaban, por su sobrepeso, también puede incluir relatos de cómo se sienten respecto a la automedicación, las dietas, los desmayos, la manera en que se las ingenian para que las personas que los rodean no se den cuenta de su pertenencia a la comunidades Pro Ana o Pro Mía.

Testimonio: Aquí se convoca a otras Anas y Mías a compartir el cómo se iniciaron dentro de la Comunidad cibernética Pro Ana y Pro Mía.

¹⁷⁴ Ver anexo I

¹⁷⁵ Ver anexo I

¹⁷⁶ Ver anexo I

¹⁷⁷ Ver anexo I

¹⁷⁸ Ver anexo I

Películas: Algunas Anas y Mías sugieren películas en torno a la enfermedad, estás pueden estar a favor o en contra de la anorexia y la bulimia.¹⁷⁹

Libros: Aquí se recomienda una serie de libros que hablen exclusivamente de la enfermedad, estos pueden ser: históricos, sociológicos, psicológicos, médicos, testimoniales de autoayuda, de prevención, y pueden estar en contra o favor de la anorexia y la bulimia.¹⁸⁰

Música: Es común encontrar el título de una serie de canciones que aborden el tema de la anorexia y la bulimia o directamente de las anas y las mias, con sus respectivos videos en el blog o la página. Las letras de las canciones pueden ser en contra o favor de la anorexia.¹⁸¹

Tabla de calorías: En esta se pone cuál es IMC para ser una anoréxica o bulímica perfecta. Es decir las tallas y el peso no corresponden a lo que pueda ser más sano sino que el peso es radicalmente bajo en relación con la altura. Las tablas pueden variar de acuerdo a la postura que tenga la administradora del espacio respecto a la anorexia o la bulimia. Esta puede ser (moderada, extrema).¹⁸²

Thinspiration positivo: En esta sección utilizan fotografías de modelos, actrices o artistas que hayan padecido o padezcan un trastorno alimentario. Ejemplo: Nicole Richie, Christina Ricci, Kate Moss, etcétera.

Thinspiration negativo: En esta sección ponen fotografías de mujeres excesivamente gordas, para recordarse que no quieren terminar así o que es lo que implicaría comer.

¹⁷⁹ Ver anexo I

¹⁸⁰ Ver anexo I

¹⁸¹ Ver anexo I

¹⁸² Ver anexo I

Todas las secciones, las imágenes, los mensajes que hay en la producción virtual que promueven la anorexia y la bulimia tienen como objetivo transformar, alentar a cada uno de los miembros del grupo a ser una princesa o un príncipe según sea el caso.

Twitter

Este entorno sociotécnico es muy diferente al blog, pues todo el tiempo puedes estar vinculada con tus contactos, los mensajes cambian constantemente de acuerdo a lo que te pase en tu día a día. La mayoría de las usuarias que contacté lo hacían en la madrugada. Y los mensajes reflejan mucha inaceptación, baja autoestima, una gran tendencia a autolesionarse, poca capacidad para sobrellevar la frustración y de relacionarse con otras personas. Para poder tener un registro de mis intervenciones en este espacio sociotécnico abrí una carpeta especial con nombre Proyecto de Investigación Ana y Mia, en mi correo electrónico: mariadelcarmensuarezalcantara@yahoo.es, allí es donde tengo guardada toda la evidencia. Además de guardar algunos mensajes en mi diario de campo. El registro de cada una de las intervenciones en este espacio es verdaderamente exhaustivo. Sin embargo esto ha sido posible de cierta manera debido a que frecuentemente llega a tu correo electrónico una notificación en dónde se te informa de todos los movimientos llevados a cabo. Hay que recordar que en este espacio sólo tienes la oportunidad de escribir lo que desees con 140 caracteres cuestión que hace que no te detengas a pensar tanto lo que escribes.

Otra diferencia sustancial que encuentro en este socioespacio es que tanto la compañía de twitter, al igual que Facebook, Tuenti o Delicious, están a favor de la libertad de expresión y se han negado a censurar los materiales pro Ana y Pro Mia a diferencia de algunos servidores que alojan a las páginas web y blogs y que tienden a censurar este tipo de espacios virtuales, cerrando los espacios existentes. De allí que la integración a esta comunidad cibernética por algunos de estos espacios sociotécnicos sea de inmediata de hecho el mismo sitio te sugiere al ingresar constantemente que cibernautas conforman a dicha comunidad y comparten este estilo de vida, nombres como: @gordamental, @Mialiviamiser, @panorexia, @secretomentiras, @perfeccionana

ymia,@thinporexica,@flacaserquero,@vivoentrecortes,@enfermaM,@gorda_cancha, @yopuedoserana,@thisneed abundan, como se puede observar los nombres de las usuarias hacen frecuentemente alusión a la pertenencia a la comunidad Pro Ana Y Pro Mia , a la ilusión de querer ser esbelta o a la eterna queja de estar obesa, o a alguna de las prácticas corporales que se llevan a cabo dentro de la comunidad. Los avatares que las representan son en su mayoría de mujeres que padecen anorexia y bulimia, de automutilaciones hechas en brazos y piernas o pequeños cortes en otras partes del cuerpo, mujeres cortándose con unas tijeras el vientre, mujeres que tienen el rostro pintado como el Huason, payasitas bulímicas dándose atracones con el rostro desencajado, mujeres extremadamente delgadas y tristes. Los títulos de las entradas son: vomitando cuchillas, gorda suicida, huesos y bulimarexia, sollozos, Mar orexia. A diferencia de los blogs este socioespacio me parece más sórdido, directo y violento pues carece de colores rosas y figuras de mariposas, libélulas o seres etéreos, no hay un diario que explique a detalle la situación o experiencia por la que las usuarias están pasando. Quizás se deba a que en 140 caracteres las cibernautas escriben constantemente o principalmente su estado de ánimo. En este espacio por lo general predominan las angustias, los fracasos académicos, familiares o principalmente los resultados tanto positivos o negativos de la dieta y como las afectan los comentarios de sus pares o de sus parientes respecto a su peso, sus deseos de suicidarse, sus tristezas, sus eternos reproches hacia sí mismas, frases como: “No voy a culpar a nadie por lo que me pasa más que a mí misma, así es, Todo es mi culpa por inservible”¹⁸³; “No sé cómo lo hago pero siempre la cago;”¹⁸⁴ “Acostumbro a fumar los sueños y promesas rotas”¹⁸⁵.En este material predomina el desencanto, la soledad, se visibiliza el aislamiento emocional que sienten las autoras, la confusión. “A veces me pasa...me

¹⁸³ ANÓNIMO (2013) Una foquita bebe ♥ @niatupedicus (octubre 2013) 10 h Recuperado de <https://twitter.com/Unafoquita>

¹⁸⁴ ANÓNIMO.(2013) † EXTASIS † @drugsarefunny 10 h (octubre 2013) Recuperado de <https://twitter.com/drugsarefunny>

¹⁸⁵ ANÓNIMO.(2013)Ashley † @_LeidenKrieg_ 10 h (octubre 2013) Recuperado de https://twitter.com/_LeidenKrieg

pierdo entre pensamientos y sentimientos y no sé diferenciarlos de otras cosas y me empieza a doler”¹⁸⁶. “Tan confusa”¹⁸⁷; “Llega un punto en el que te dejan como una causa perdida, estás roto, y ya nadie puede salvarte.”¹⁸⁸ Algunas ejemplifican como son sus relaciones con los demás a partir de su incursión en la comunidad Pro Ana y pro Mia. “-Últimamente comes menos. Sí. -¿Por qué?+No sé. -No empieces con las tonterías. +No.-Últimamente también estás más triste. Sí”. ¹⁸⁹Lo peor es que después de todo lo que me comí hoy ¡Tengo hambre! ¡Mierda! ¡Me gruñe la tripa!”¹⁹⁰ “Mi vida es una dieta constante”¹⁹¹. Otro tema importante que sobresale en este socioespacio es cuántas personas han retwitteado lo escrito y el número de seguidores que buscan leerlas, muchas llevan la cuenta públicamente como lo muestra: Sollozos: “Today stats: 23 followers, 16 unfollowers vía”¹⁹² entre otras. Otro rasgo interesante es que la mayoría de las cibernautas que frecuentan este espacio son estudiantes, es decir que hay menos variedad en las edades de las mujeres que utilizan el twitter en comparación con los blogs o páginas webs, eso se puede apreciar porque la mayoría presenta en su estado de ánimo una preocupación constante por aprobar algún examen o pedir algún permiso o la frustración que impera por ser viernes y que nadie las invite a salir: “He aprobado los cuatro exámenes de hoy, si apruebo los dos de

¹⁸⁶ ANÓNIMO.(2013)@Mery_Swett (octubre 2013)Recuperado de https://twitter.com/_Swett

¹⁸⁷ † EXTASIS † (2013) @drugsarefunny 11 h. Ídem.

¹⁸⁸ ANÓNIMO.(2013) Effy. #FREEYUYEE @Weak_Dead_God 8 (octubre 2013) Recuperado de https://twitter.com/Weak_Dead_God

¹⁸⁹ ANÓNIMO. (2013) Demencia. @MonstersAtNight 6h (octubre 2013) Recuperado de <https://twitter.com/Redheadbones>

¹⁹⁰ ANÓNIMO. (2013) ♡Redhead and Bones ♡ @Redheadbones 9h (octubre 2013)Recuperado de <https://twitter.com/Redheadbones>

¹⁹¹ ANÓNIMO (2013)Vomitante @gorda_chancha 6h (octubre 2013)Recuperado de https://twitter.com/gorda_chancha

¹⁹² ANÓNIMO. (2013)Sollozos @perfeccionanaym • 8de jul. (octubre 2013) recuperado de <https://twitter.com/perfeccionanaym>

mañana no me quedará ninguna [?] Y ahora a dormir, bona nit <3”¹⁹³ ;“Este sábado mi novio pincha en la hunters party y mi madre no me deja ir buuuuuueee... Otro finde en casa que bien!!”¹⁹⁴

Facebook

En este espacio sociotécnico al igual que el twitter no es censurado ningún material Pro Ana Y Pro Mia lo cual hace fácil y rápida la incorporación a dicha comunidad. Los muros están repletos de fotografías de las integrantes de la comunidad en donde muestran sus avances en cuanto a la pérdida de peso gracias a Ana y Mia, de recetas para bajar de peso rápidamente o de estados de ánimo que giran en torno a la comida, ofertas de medicamentos que te pueden ayudar a bajar de peso o concursos de carrera de kilos o convocatorias en donde mandas tu fotografía mostrando tu pulsera roja o morada según seas Ana o Mia. Los comentarios sobre malestares físicos que se presentan por no comer como los mareos, hormigueos en los brazos y en las piernas o dolor de estómago son relatados con detalle y secundados por otras usuarias. También están historias de vida como en los blogs o en las páginas webs, a diferencia de estos espacios sociotécnicos, dichas historias son contadas brevemente, algunas de estas versan sobre el deseo de ser madres o de abusos sexuales acontecidos en la infancia, muerte de familiares, noviazgo, cursos escolares, experiencias sexuales, etc. El anonimato se pierde pues algunas de las usuarias utilizan su nombre de pila para navegar en este espacio, además de que no se conforman con mostrar su vientre o cuerpo sino su rostro. Otra diferencia sustancial que tiene este socioespacio es el chat. Éste abre la posibilidad de estar en contacto con otras (os) usuarias (os) de manera sincrónica intercambiando comentarios, lo cual lo hace más

¹⁹³ ANÓNIMO. Vomitando cuchillas. @vivoentrecortes 2h (octubre 2013) Recuperado de <https://twitter.com/vivoentrecortes>

¹⁹⁴ ANÓNIMO. Mar Oresia @mybones906090 5h. (octubre 2013) Recuperado de <https://twitter.com/mybones906090>

dinámico. Dicho espacio es menos asfixiante debido a que también existen memes referentes a otros temas como el fútbol, la política, ventas de artículos, vídeos, etc.

La virtualidad una de la columnas de mi investigación

Una de las columnas que sustenta esta investigación es la conciencia de que la construcción de las subjetividades (vínculos) de las princesas Mías y Anas: nacen, crecen, se transforman y multiplican a través de internet. Y que este sólo hecho nos exige comenzar a dilucidar sobre ¿qué es la virtualidad? Siempre que hablamos de internet, las preguntas obligadas que nos hacemos son las siguientes: ¿Qué es la realidad y qué es lo virtual?

El diccionario de la Real Academia Española (2012) define realidad como: **1.** f. Existencia real y efectiva de algo; **2.** f. Verdad, lo que ocurre verdaderamente; **3.** f. Lo que es efectivo o tiene valor práctico, en contraposición con lo fantástico e ilusorio. Y a lo virtual como: f. *Inform.* Representación de escenas o imágenes de objetos producida por un sistema informático, que da la sensación de su existencia real.¹⁹⁵

Otras preguntas fundamentales que tácitamente nos plantea ésta investigación es ¿Cómo interactúan ambas realidades? ¿Cómo se conjugan y juegan éstas realidades en los sujetos? Para comenzar a problematizar este aspecto de mi investigación empecé a buscar ejemplos que ilustrarán la tensión que existe entre realidad- sujeto-mundo virtual.

“Una banda de ladrones brasileña conocida como ‘La Firma’. Secuestra al mejor jugador de GunBound del país. La cuenta de dicho jugador anónimo estaba valorada en la friolera de 8.000 dólares (unos 6.480 euros). Tras engañarle con una cita a ciegas, le encañonaron, llevaron a un cibercafé y obligaron a transferir sus datos de cuenta para ponerla a la venta. Por suerte acabaron atrapados por la policía; Un usuario holandés de Habbo Hotel. En el popular juego online, la gente puede

¹⁹⁵ Real Academia Española 22.^a edición y las enmiendas incorporadas hasta 2012 – Recuperado (Septiembre 2012) de <http://www.rae.es/recursos/diccionarios/drae#sthash.Pq6noqcx.dpuf>.

gastar dinero real para comprar objetos virtuales. Los ladrones reales también pueden meterse en el ciberespacio. Este jugador anónimo y hasta otros 15 implicados se dedicaron a robar mobiliario (sic) de otros usuarios hasta que intervino la policía holandesa a petición de la propia empresa del juego; Una jugadora druida, elfa nocturna de nivel 70 en World of Warcraft. La chica quería comprarse una montura épica para moverse por el juego, y necesitaba 5.000 monedas de oro (de nuevo, del juego). La chica se prostituyó en craigslist por el dinero virtual. No tardó en encontrar quien accediera a la bizarra propuesta, tras lo que presumió de haber ganado la montura y un amigo especial¹⁹⁶; Claire Lin, de origen taiwanés, se suicidó mientras escribía en el muro de la red social cuando pasaba los últimos minutos de su vida. Sus amigos le pedían que no se quitara la vida, pero ninguno avisó a las autoridades¹⁹⁷; Una modelo adolescente avisó por Facebook de su suicidio tras un plantón¹⁹⁸.

¿Cómo fue qué internet puede propiciar todo esto? Internet se ha filtrado con gran velocidad en nuestro día a día, sustentado cualquier actividad humana en diversos ámbitos (social, político, económico y académico,). No hay que olvidar que Internet en un principio sólo era utilizado por personal militar y algunos investigadores técnicos, ahora como señala Sherry Turkle (1995) es accesible a todos aquellos que pueden comprar o tomar en préstamo una cuenta en un servicio conectado a una línea comercial.¹⁹⁹

Raymundo Mier (2006)²⁰⁰ afirma que el avance técnico es simultáneamente intrincado, opaco, cotidiano y determinante en la vida de los seres humanos, debido a que éste va

¹⁹⁶ HERNÁNDEZ, Julio. (2012) "Nunca debiste robarme la espada de WoW": Diez crímenes en la vida real que se originaron en videojuegos online. *La información.com* (20 agosto 2012) Recuperado de: <http://blogs.lainformacion.com/futuretech/files/2012/08/videojuegos2.jpg>.

¹⁹⁷ Loría, Arturo. (2012) Claire Lin, Facebook y el nuevo suicidio. *Homozapping* (29 marzo 2012) Recuperado de <http://homozapping.com.mx/2012/03/claire-lin-facebook-y-el-nuevo-suicidio-asistido/>

¹⁹⁸ CASTROVIEJO Thomas (2012) | Una modelo adolescente avisó por Facebook de su suicidio tras un plantón. Blog de Noticias (6 enero de 2012) Recuperado de <https://esus.noticias.yahoo.com/blogs/blog-de-noticias/una-modelo-adolescente-avis%C3%B3-por-facebook-de-su-suicidio-tras-un-plant%C3%B3n.html>.

¹⁹⁹ Ver historia del internet.

²⁰⁰ MIER, Raymundo. (2006) *Vértigos de la opacidad: tiempos y experiencia en el régimen tecnológico*. Tramas 25 (julio/diciembre 2005) México. UAM-X. PP-13-39

creando la mayoría del conjunto de nuestras prácticas cotidianas, penetrando de modo invisible en nuestra propia cimentación como sujetos y sociedad, modelando de cierta forma nuestros deseos y fantasías, recreando nuestros vínculos con nosotros mismos y con los de demás. La tecnología hace que se pierda el horizonte de lo público y lo privado, lo individual y lo colectivo, debido a que vamos naturalizando e incorporando el avance tecnológico como parte de nosotros, de nuestra vida en todos los ámbitos, esto ha pasado con internet, de a poco ha venido transformándose en una manera de colocarnos en el mundo, de relacionarnos, su uso se ha hecho indispensable en nuestra vida diaria. El impacto de éste tanto en la esfera personal como en la pública es cada vez es más determinante. Así lo ilustran los ocho años de existencia de Anonymous²⁰¹ su presencia internacional e intervención con acciones directas contra gobiernos, empresas y grupos de presión han encontrado un eco en la población; la existencia de los hikimoris²⁰² en Japón o en otras partes del mundo;

²⁰¹ “Es un movimiento internacional de ciberactivistas, formado por un número indeterminado de personas que reciben ese nombre porque no revelan su identidad. Son anónimos. No hay líderes y todos son iguales. Están descentralizados. Anonymous es una red distribuida. No pertenecen a ningún partido político y están distribuidos por todos los rincones del mundo. Todos se representan bajo un mismo símbolo, la máscara que utiliza V en la novela gráfica V de Vendetta, que se adaptó al cine con el mismo título, y que se ha convertido en uno de los emblemas más reconocidos de la actualidad.

La careta representa la figura Guy Fawkes, quien trató de poner una bomba en los cimientos del Parlamento Británico para asesinar al rey Jacobo I en 1605.

Su lema es "El conocimiento es libre. Somos Anonymous. Somos Legión. No perdonamos. No olvidamos. ¡Esperadnos!". Es el mensaje que han lanzado al mundo en cada vídeo que han creado para reivindicar sus ciberataques contra las páginas web de distintas entidades.”

'ANONYMOUS', (2012) ¿quiénes son y cómo actúan?, *rtve* (28-02-2012) recuperado de : <http://www.rtve.es/noticias/20120228/anonymous-quienes-son-como-actuan/438765.shtml>.

²⁰² Apartarse , “recluirse uno mismo” o “aislamiento social agudo” – “Un hikikomori es una persona que, sin presentar ningún tipo de síntoma psicótico, se mantiene en un estado de aislamiento continuado durante más de seis meses, en los que no entabla ningún tipo de relación interpersonal con nadie, aparte de su familia”.

ANÓNIMO. (2014) Hikikomori, síndrome autoencierro. Nuevos Modelos Culturales Del Siglo XX. *Blog Portal planetas*. (15 de agosto 2014) Recuperado de: <http://www.portalplanetasedna.com.ar/hikikomori.htm>

fenómenos como el cyberbullying²⁰³; pornografía por internet; el cibersexo²⁰⁴, prostitución por medio de la web o la innovadora droga cibernética IDoser²⁰⁵, por poner algunos ejemplos están cambiando la manera en que nos pensamos a nosotros mismos, la manera en que nos vinculamos con los otros, tanto sexual como fraternalmente.

De allí que algunos autores se cuestionen cómo incide el internet en nuestra identidad y corporalidad. Existen diferentes vertientes referentes a la identidad en internet. Una de estas es sustentada por autores postmodernistas, que afirman que el yo está fragmentado, y que por lo tanto éste es una sucesión de incidentes no relacionados

El cyberbullying es un término utilizado para definir las acciones de acoso realizadas desde plataformas tecnológicas, principalmente internet. Los agresores usan tecnologías como redes sociales, chats, correo electrónico, videos y mensajes por celular para humillar a sus víctimas.

RODRÍGUEZ, Melissa. (2011) 'Cyberbullying': la amenaza constante de la generación 'hiperconectada' *CNN México*. (05 de agosto de 2011) Recuperado de <http://mexico.cnn.com/salud/2011/08/05/cyberbullying-la-amenaza-constante-de-la-generacion-hiperconectada>.

²⁰⁴ Aunque en este texto utilizo el concepto de cibersexo como sinónimo de una relación sexual mediada por computadora, en realidad el concepto se utiliza en un sentido más amplio a todas las acciones que relacionen computadoras y sexualidad.

GÓMEZ, Cruz M.C. Edgar. (2014). Cibersexo: ¿La última frontera del Eros? Un estudio etnográfico. Investigación realizada con apoyo del Fondo Ramón Álvarez Buylia de la Universidad de Colima, México (22 de enero 2014) Recuperado de <http://www.razonypalabra.org.mx/libros/libros/cibersexo.pdf>

²⁰⁵ I-doser es un software gratuito que mediante la reproducción de "Doses", (en español dosis), pretende recrear las sensaciones que generan algunas drogas en nuestro cerebro. Esto lo consigue mediante la reproducción de ultrasonidos, que son receptivos por el subconsciente de nuestro cerebro y adapta nuestras ondas cerebrales a la frecuencia del ultrasonido que se esté reproduciendo. Actualmente existe una amplia variedad de "Doses" a elegir, entre los que podemos encontrar marihuana, cocaína, heroína, peyote, éxtasis, morfina, LSD, tripis, o incluso café, pero estos "Doses" han de ser comprados o adquiridos desde la página oficial del programa y normalmente son válidos para un uso limitados de veces (en general una única audición).

ANÓNIMO. (2013) IDoser Droga Cibernética: Marihuana, Cocaína, Extasis y LSD. *Taringa*. (19 de mayo de 2013) Recuperado de <http://www.taringa.net/comunidades/cannabis/552706/IDoser-Droga-Cibernetica: Marihuana, Cocaína, Extasis-y-LSD.html>.

entre sí y que solamente se unifican a través de castigos que lo limitan y lo dominan políticamente; Piccini Alija, Mabel²⁰⁶, afirma que el sujeto, ya sometido al circuito tecnológico –internet, funge como un panóptico al revés. Pues ya no es necesario que otros lo vigilen como en las instituciones totales sino que ahora el mismo quiere mirar-mirarse, que la proyección de su imagen se multiplique incesantemente; Katz, James E. & Rice, Ronald E.²⁰⁷ sugieren que el yo deja de ser singular y a través de su interacción con los demás, y se convierte en un producto orgánico de las dualidades, los entornos y los grupos, en donde se elaboran y se comparten significados colectivos; para Turkle, Sherry (1995)²⁰⁸ el ordenador es un segundo yo, pues en éste se proyectan nuestras ideas y fantasías. Las explicaciones en torno a lo que pasa con la identidad en internet son prolíficas sin embargo la mayoría de las mismas giran en torno a una segmentación de la identidad del sujeto y tienden a plantear la existencia de una dicotomía entre realidad y virtualidad, por último en estas interpretaciones el cuerpo tiende a desaparecer. Le Breton (2007) en Adiós al cuerpo hace un compendio en donde demuestra como para algunos autores el ciberespacio es “un mundo en el cual las fronteras se diluyen, el cuerpo se esfuma, el otro existe en la interface de la comunicación pero sin cuerpo, sin rostro, sin otro tacto que el que toca el teclado de la computadora, sin otra mirada que la pantalla” (Pág.137).²⁰⁹ Gibson asegura que mientras” dura la conexión, el ciberespacio abre un mundo des corporeizado, sin

²⁰⁶ PICCINI ALIJA, Mabel. Ventanas artificiales: Los nuevos espacios de la reclusión. Tramas Subjetividad y procesos sociales.No.5, Junio/1993; Págs. 11-22. Recuperado de http://publicaciones.xoc.uam.mx/Busqueda.php?indice=AUTOR&terminos=Piccini%20Alija,%20Mabel&tipo_material=TODO&indice_resultados=0&pagina=1.

²⁰⁷ KATZ, James E. & Rice, Ronald E. (2002) Consecuencias sociales del uso de Internet. Athenea Digital. número (10- otoño 2006) Recuperado de <http://www.raco.cat/index.php/Athenea/article/view/53150/61124>.

²⁰⁸ TURKLE, Sherry (1995). La vida en la pantalla. La construcción de la identidad en la era del internet. México. Editorial: Paidós.

²⁰⁹ LE BRETON. (2007) Adiós al cuerpo. México. Editorial.La cifra.

interioridad: superficie pura.”²¹⁰Baudrillard concibe al ciberespacio como verdaderas cajas de aislamiento sensorial. Stone afirma que éste es “un mundo artificial, en donde se experimenta físicamente un mundo sin carne”²¹¹. Turkle (1995) dice que el “ordenador nos lleva más allá del mundo de los sueños y las bestias porque nos posibilita contemplar la vida mental que existe aparatada de nuestros cuerpos”. (Pág.31.)²¹²Por último a quienes afirman que el cuerpo al entrar en contacto con la virtualidad, se transforma, una de las propuestas más representativa al respecto es el manifiesto cyborg de Donna Haraway (1991). Un cyborg es una criatura híbrida compuesta de un organismo y de una máquina. Con esta propuesta esta autora busca derrumbar varias dicotomías que prevalecen en el pensamiento occidental como son: cultura-naturaleza, razón-emoción, mente-cuerpo, hombre-mujer. Pues a través de la tecnología es posible construir la identidad, la sexualidad y el género que cada quien apetezca. Si en un principio pensé que esta teoría podría serme útil para pensar el fenómeno Pro Ana y Pro Mía me di cuenta que el material virtual con el que trabajaba era completamente opuesto a dicha propuesta, pues en este se remarcaban la existencia de varios elementos, como la construcción de lo femenino, la existencia siempre presente del cuerpo, el cuerpo no tendía a desaparecer a través de la tecnología sino a acentuarse, es así cómo comencé a cuestionarme: ¿Cómo entender y dar cuenta de un fenómeno cibernético en donde todo el tiempo el cuerpo está presente y es el eje rector del mismo? ¿Cómo seguir repitiendo y remarcando la supuesta dicotomía entre realidad y virtualidad, cuando el fenómeno Pro Ana y Pro Mía por su constitución misma ha rebasado dicha segmentación? ¿Las Anas y las Mias se resisten o se liberan por medio de la tecnología o por el contrario replican el modelo hegemónico?

²¹⁰ LE BRETON. Ídem.

²¹¹ LE BRETON. Ibídem.138.

²¹² TURKLE, Sherry (1995). Ibídem.

A partir de mis hallazgos en campo, me fue imperioso replantearme algunas preguntas como: ¿qué pasa con el cuerpo en el ámbito virtual? ¿En verdad existe una división entre realidad y virtualidad? ¿La virtualidad genera identidades fragmentadas? Es evidente que la complejidad de estas interrogantes amerita un estudio meticuloso y profundo como el que hizo José Alberto Sánchez Martínez (2013). En su libro Figuras de la presencia .Cuerpo e identidades en los mundos virtuales. El afortunado hallazgo de este material, me ayudó a resolver algunos problemas claves para poder entender la corporalidad y el continuo entre realidad y virtualidad que sustenta los procesos subjetivos que se generan a partir de la producción virtual Pro Ana y pro Mia. De allí que sea imprescindible exponer como es que este autor ve a la corporalidad dentro de la virtualidad; la relación entre virtualidad y realidad y la identidad.

En oposición de las epistemologías que entienden a la virtualidad como una no realidad y en donde el cuerpo sufre una fragmentación o despedazamiento, este autor concibe al cuerpo en la comunicación virtual como una banda de moebius. Cito:

“El cuerpo es exterioridad, piel del espacio físico que contiene asimismo un interior que lo define en cuanto formas de absorber el mundo y de relacionarse con los otros. Cuando se comunica a través de la pantalla, esa exterioridad entra en una interioridad, la interioridad que Gibson llamó en Neuromante ciberespacio, o que Trejo Delarbre llama red de redes. El cuerpo, nunca separado de su interioridad entra en fluidez con el interior tecnológico, pero el cuerpo sigue siendo exterior, y el ciberespacio una exterioridad-interior que contiene muchos interiores, donde el cuerpo también participa de la comunicación. (Pág.40).”²¹³

Existe una superposición de espacios en donde el cuerpo sufre una desustanciación, esto no implica dejar de existir sino un juego de presencias, que está constituida por diversas condiciones, sobre todo la manera tan particular en que se configuran dos elementos esenciales como son: el tiempo y el espacio. El espacio físico existente en

²¹³ TURKLE, Sherry (1995). La vida en la pantalla. La construcción de la identidad en la era del internet. México. Editorial: Paidós.

internet, es tecnológicamente una simulación gracias al hardware²¹⁴ y al software.²¹⁵ Este espacio virtual es múltiple como lo señala Patricia Wallece (2001): “Internet no es un solo entorno, sino varios. Aunque existe una gran superposición entre los distintos entornos y una gran variación dentro de los mismos, todos difieren entre sí en determinadas características esenciales que parecen influir en la manera en que nos comportamos cuando lo experimentamos. Pág.19.”²¹⁶ Además de que permite la visualización en una polidimensión y multiversión. La desustancialización permite adquirir la forma física de una planta, objeto, animal, robot, ser mitológico o humano, etc. Tener habilidades físicas inimaginables en otro espacio, como la capacidad de respirar debajo del mar, viajar por todo el mundo, cambiar de color, raza, sexo, clase social u oficio las veces que se apetezca, tener la edad y las características físicas anheladas, etc. El tiempo que existe dentro de internet o tiempo online como lo denomina este autor, es un tiempo, único de acuerdo al entorno sociotécnico que se experimente, invariablemente cuando se está en internet este se convierte, en una especie de tragadera de tiempo, uno puede pasar horas frente a la pantalla sin darse cuenta²¹⁷. Y por último el anonimato que hace posible jugar con los códigos identitarios que me distinguen y presentan en el mundo físico. Sánchez Martínez (2013) afirma que el anonimato es clave porque “puede ser un operador simbólico que permite crear o instituir un lugar vacío, desde este punto de vista, permite eludir el exceso institucional y, si las condiciones son buenas, propicia el surgimiento de un nuevo actor colectivo (Pág.70)”²¹⁸, esto aunado a la falta de regularización de contenidos en la web y a la libre expresión hacen posible la existencia de fenómenos y

²¹⁴ Todo el equipo físico que hace posible este tipo de comunicación.

²¹⁵ Socioespacios técnicos, programas, etc.

²¹⁶ WALLACE, Patricia. (2001) La psicología de internet. Barcelona. Paidós.

²¹⁷ Lo sé por qué eso me paso cuando realice mi trabajo de campo. En donde me pasaba horas frente a la pantalla.

²¹⁸ SÁCHEZ, José Alberto. Op.cit.70.

comunidades como son las Comunidades Pro Ana y Pro Mia. Este autor señala que existen dos tipos de anonimato dentro de la virtualidad, el primero, es el anonimato para conocer a los otros y el segundo es el modelo constitutivo de construcción de la figura pública, estos aunque son diferentes tienen algo en común gozan de espectralidad. Si bien debido a que la virtualidad es un lugar de proyección de la identidad la existencia del otro no desaparece pues es evidente que hay un proceso de existencia involucrado, el otro no se convierte en fantasma sino en espectador.

La importancia de reconocer la presencia de la corporalidad dentro de la virtualidad nos ayuda a dar cuenta de este continuo que existe en el Fenómeno Pro Ana Y Pro Mia en donde no existe una realidad online y offline. Pues tanto las prácticas discursivas - mediáticas²¹⁹ y corporales todo el tiempo están jugando, dentro de dicha producción virtual e impactando la vida diaria de los sujetos que crean y frecuentan dicho material.

La mayoría de los estudios o investigaciones consideran que el fenómeno Pro Ana Y Pro Mia se limita al ámbito virtual, y que este tipo de material, es un hipertexto. En palabras de Rodríguez Ruiz, Jaime Alejandro (2001), el hipertexto “es una forma de textualidad digital en la que los vínculos electrónicos unen lexías, o fragmentos de textos, que pueden adoptar la forma de palabras, imágenes, sonido, vídeo, etc.”.²²⁰Sus

²¹⁹ Las prácticas mediáticas en palabras de Elisenda Ardevol y Gemma San Cornelio. Son “un conjunto de prácticas relacionadas y orientadas a los medios, pero también implican los procesos productivos derivados de la popularización de las cámaras digitales y las prácticas de compartir imágenes a través de internet.”

ARDÈVOL, Elisenda y Cornelio Gemma,(2007) “Si quieres vernos en acción: YouTube.com”Prácticas mediáticas y autoproducción en Internet. Revista Chilena de Antropología Visual.Número.10. 1-29. Cita que se encuentra en el texto(Ardevol, Elisenda Y San Cornelio Gemma,2007,Pág.5). Recuperado de https://www.academia.edu/231094/_Si_quieres_vernos_en_acci%C3%B3n_YouTube.com_Pr%C3%A1cticas_medi%C3%A1ticas_y_autoproducci%C3%B3n_en_Internet

²²⁰ RODRIGUEZ, Ruíz, Alejandro.(2001) Hipertexto, literatura y nuevas tecnologías: (optimismo tecnológico vs. pesimismo humanista). México.UAM-X. Versión# 11, .Págs. 239-259. Cita en el texto (Rodríguez,2001,Pág.241) Recuperado de http://publicaciones.xoc.uam.mx/estadistica.php?id_host=6&tipo=ARTICULO&id=1897

principales características son que produce una lectura multilíneal, multisequencial. El hipertexto se distingue de un texto normal, porque es un texto abierto, infinito, en donde el lector es activo y generalmente coautor de la obra en cuestión pues él puede reeditar las veces que desee el texto original, también se puede comparar con un mapa, pues es el lector elige que rutas quiere seguir para hacer su lectura.

En la hipertextualidad la producción se hace colectiva, pues está abierta a un sin fin de modificaciones y readaptaciones que el lector cree pertinentes. En contraposición, algunos de los materiales de la producción Pro Ana y Pro Mia están registrados en derecho de autor, además de que tienen una protección espacial contra el famoso copy- paste. Y la mayoría de las autoras que han creado dichos materiales electrónicos exhorta a las demás usuarias a ser originales. Cito:

“Me ha tocado ver en varios blogs MIS entradas, es decir...se les hace fácil poner el “copy-paste” y poner entradas mías en su blog. O en algunos casos se esfuerzan un poco más en cambiar el texto, pero la idea de la entrada es la misma, aunque también les dejan cosas mías (mías=yo hago esto.)POR FAVOR, si van a robarme mis entradas o a copiar mis ideas MINIMO denme el crédito (como ya lo han hecho en otros casos, gracias). Qué triste que necesiten robarse entradas de otros blogs (porque no soy la única que sufre de robo) Para que sientan que los suyos tienen un buen contenido y además de presumir que son suyos. Yo sé que la anorexia afecta el cerebro (no es chiste) pero estoy segura que aún pueden escribir sus propias entradas sin tomar ideas o incluso robar de otros blogs. Por favor, gracias.”²²¹

Al principio me llamaba muchísimo la atención que se mostrará este tipo de comentarios en esta producción hasta que pasado el tiempo caí en cuenta que no era un suceso aislado sino una constante de dicha producción virtual. Una característica que efectivamente denunciaba la verdadera naturaleza de este material electrónico.

²²¹ ANÓNIMO. (2013)Importante (16-enero 2013) Blog my dreams are made of this. Recuperado de <http://princesasmoderadas.blogspot.mx/2013/01/dia-ana-mia.html>

Fue hasta que leí el término de metamundo, que pude entender que la producción virtual Pro Ana Y Pro Mia es un metamundo-hipertextualizado, endógeno²²²

El término metamundo según Sánchez Martínez (2013) es una traducción un tanto desviada del inglés virtual worlds, se podría decir que son mundos virtuales. La palabra designa a un mundo que se encuentra más allá del mundo, implica una distinción entre lo real y lo no real. Sin embargo, sociológicamente sería correcto hablar de aldeas virtuales, concepto que toma en cuenta que son comunidades, y que existen limitaciones para acceder a ellas. (Pág. 26)”²²³

Esta definición me pareció de suma importancia porque sirve para aclarar varios elementos referentes al Fenómeno Pro Ana y Pro Mia, uno de ellos es que esta producción virtual es un metamundo constituido de manera discursiva en vez de gráfica. Esto hace único al fenómeno, porque generalmente los metamundos, se distinguen de otros espacios sociotécnicos como son: el chat, foros de discusión, facebook, etc. principalmente por tener una representación gráfica de los espacios y de los cuerpos. Un ejemplo de esto son: Active Worlds, Mundo AW Gate y Mundo Alpha World, etc.

Es hipertextualizado debido a que dichos espacios sociotécnicos como son (principalmente páginas web y blogs, Facebook , twitter, etc.) carecen de los elementos técnicos para hacer un metamundo de manera gráfica y están hechos para que los cibernautas tengan una interacción diferente de la que se crea en un

²²² La palabra endógeno es un cultismo formado del griego ἐνδο (endo = dentro) y la raíz gen- (producir, engendrar), presente en el vocablo griego γένος (nacimiento, estirpe, linaje). Se refiere a algo que nace dentro de otro. Este término se usa en biología para describir a células que se dividen (reproducen) dentro de otras células. También se usa para describir ideas o críticas o fenómenos de cualquier tipo que nacen dentro de un grupo, en vez de venir de afuera.

El antónimo de endógeno es exógeno, formado con el prefijo ἐξω- (exo- fuera, como exogamia y exorcismo). Se refiere a organismos que se forman fuera de otros, o a causas, ideas, factores, etc. que proceden del exterior de un hecho o realidad considerada.

Diccionario de etimologías(2014) Etimología de Endógeno.(15 abril 2014) Recuperado de <http://etimologias.dechile.net/?endo.geno>

²²³ SÁNCHEZ, José Alberto. Op.cit. 26.

metamundo, de allí que suele ser desconcertante la manera en que la producción Virtual Pro Ana Y Pro Mia logra constituir este metamundo a través de la enunciación generada por la resignificación de las prácticas discursivas en el ámbito médico, social referente a la delgadez y en lo espiritual por llamarlo de alguna manera con el traslape de algunos rituales y oraciones, en espacios sociotécnicos que han sido creados por las usuarias en donde la complejidad de los mismos se deriva de la experiencia que éstas tienen al experimentar las prácticas corporales de la anorexia y la bulimia.

Es así como nace el metamundo de las “Princesas y príncipes Ana Y Mia” denominado “Anorexic Nation” en donde se busca la perfección²²⁴. Con iconografías casi infantiles, en donde predomina el color rosa, con imágenes de princesas, ángeles, libélulas, mariposas, o seres etéreos. La “Anorexic Nation” establece una clara jerarquía que diferencia entre las “Real Princess” y las “Wannabe”²²⁵ además de la existencia de códigos, juegos, ritos, oraciones y diosas, y diversos tipos de princesas. etc.

Ahora me parece pertinente tratar de cuestionarnos ¿En qué otros puntos coinciden y difieren el metamundo constituido por las Anas y las Mias y los demás metamundos que existen en internet?

Este metamundo es endógeno porque mientras la mayoría de estos espacios cibernéticos ya están contruidos. Esto significa que el usuario que accede a éstos se somete a los códigos y reglas ya establecidos. En la producción Pro Ana Y Pro Mía cada internauta va constituyendo este metamundo de acuerdo a su creatividad, interés o personalidad, este mundo se va modificando y cambiando de manera permanente. Un

²²⁴ Esta entendida como delgadez.

²²⁵ Verdaderas princesas y aprendices.

Ver JIMÉNEZ Morales, Mònika (2010): Trastornos del comportamiento alimentario en Internet. De la blogosfera a las redes soceiales. Madrid (España) *REVISTA ICONO*. 14, Año 8, pp. 84-96. Cita en el texto (Jiménez,2010, Pág.88)Recuperado de <http://www.icono14.net/ojs/index.php/icono14/article/view/23088>)

ejemplo de lo anterior es el nacimiento de una nueva princesa de nombre Alisa²²⁶ o los diferentes versiones que existen sobre los credos²²⁷, la variedad de juegos y ritos que inventan las usuarias en honor a Ana y Mia, los diversas posturas de cada una de las administradoras sobre la anorexia y la bulimia y sobre qué es ser una princesa y quienes son princesas en relación con otras cibernautas que también visitan dicha producción virtual.

Otra diferencia que encuentro fundamental en este fenómeno cibernético es que a diferencia de otros materiales electrónicos, este tiene una clara inferencia en la vida cotidiana de sus usuarias, en sus prácticas corporales del día a día, en su estilo de vida. La producción virtual Pro Ana Y Pro Mia no es como un videojuego que al apagar la pantalla se olvidé o desaparezca. Ser Ana o ser Mia es una manera de estar en el mundo, de ser un tipo específico de mujer u hombre. Como bien escribe Mònika Jiménez Morales (2010), en su artículo: Trastornos del comportamiento alimentario en internet .De la blogosfera a las redes sociales. Cito:

En realidad podemos afirmar que este “estilo de vida” tiene muy poco que ver con la enfermedad ya que, más allá de los desórdenes alimentarios propiamente dichos, los adeptos de este tipo de blogs se han constituido como colectivo social, como una especie de tribu urbana internauta formada mayoritariamente por chicas de todas las edades. (Pág.88)”²²⁸

Federica Deiana (2012) lo explica de la siguiente manera, cito:

“En este sentido, se entiende la anorexia como un estilo de vida: como el desarrollo de una condición permanente del sujeto, una apropiación continua de una manera de hacer que reverbera en todo los campos en los que este sujeto se compromete, en su lucha personal por definirse. En la adquisición de una rutina anoréxica, el sujeto se ve guiado en la construcción de una mirada

²²⁶ Una nueva princesa en el material Pro Ana y Pro Mia.

²²⁷ Existen varios credos, no solamente uno.

²²⁸ JIMÉNEZ,Morales, Mònika (2010)Ídem.

específica hacia el mundo y hacia sí mismo, haciendo de esta propuesta no sólo una acción dirigida al adelgazamiento, sino una verdadera manera de estar en el mundo. (Pág.264.)”²²⁹

La trascendencia de que las prácticas mediáticas (utilización de espacios sociotécnicos como son: el chat, twitter, WhatsApp, facebook, email, etc.) que realizan las Anas, Mias y Alisas no se quedan allí únicamente, es decir que no son exclusivamente hipertextos²³⁰ perdidos en el ciberespacio. Muestra que la dicotomía entre realidad-virtualidad es una falacia y que efectivamente como sustenta Sánchez Martínez (2013), existe un proceso de hipóstasis²³¹ en el espacio virtual, en donde el individuo se convierte en un sujeto de frontera, debido a que,” multiplica su identidad pareciendo que no es de ningún lado de la frontera cuando forma parte de las dos: realidad física / realidad virtual. Encontramos aquí el paso de la identidad unidimensional a una multidimensionada.”²³²

No hay que olvidar que las usuarias de este material electrónico Pro Ana y Pro Mia , se pueden identificar con Ana, posteriormente decidir ser Mía o las dos juntas y por

²²⁹ GRACIA Arnaiz Mabel (2012) Alimentación, salud y cultura: encuentros interdisciplinares. Federica Deiana. ¿Enfermedad o estilo de vida? los usos del discurso biomédico en las webs pro-anorexia .Catalunya. Editado URV por Tarragona. Pág. 263-264. Cita en el texto: (Deiana,2012,Pág.264).

²³⁰ World Wide Web: Es el conjunto total de documentos de hipertexto con enlaces entre ellos que residen en servidores HTTP alrededor de todo el mundo. Los documentos en la World Wide Web, llamados páginas —o páginas web— se escriben en HTML (Lenguaje de Marcas Hipertextual) identificados por un URL (Localizador Uniforme de Recursos) que especifican el camino por el que se puede acceder a un archivo y transmitirse de nodo a nodo al usuario final de HTTP (protocolo de Transferencia de hipertexto). Los códigos, llamados etiquetas, incrustados en un documento HTML relacionan las palabras asociados e imágenes particulares en el documento URL para que un usuario pueda acceder a otro archivo, que puede estar en cualquier parte del mundo, en el momento de presionar una tecla o hacer clic con un ratón.

McGRAW-Hill (2005) Diccionario de informática e Internet de Microsoft, España, Editorial: Interamericana. Cita a pie de página (McGraw-Hill, 2005, Pág 626).

²³¹ Según el propio autor es el proceso por el cual un extranjero se encuentra lejos y cerca al mismo tiempo.

²³² SÁNCHEZ, José Alberto. Op.cit.74.

último optar por volverse Alisa. Estos discursos son prácticas enfocadas a disciplinar el cuerpo, para modificarlo y estilizarlo (por medio de diversas prácticas corporales), de allí que este tipo de material electrónico a diferencia de un videojuego, como ya hemos señalado, no termina cuando se apaga la computadora o el teléfono móvil sino que sigue en el día a día, en el que hacer de la persona que visita estos espacios. Esto se puede apreciar en todo momento, cuando accedemos a este tipo de materiales electrónicos y leemos todo tipo de consejos que las usuarias proporcionan a las recién llegadas para lograr de a poco convertirse en princesas. Cito:

- “*Come lo más lento que puedas. (Este lo uso mucho, sobre todo en el colegio)
- *Si tienes mucha hambre cuenta hasta cien. Con suerte esta desaparecerá. (Funciona al cabo de un tiempo. Te acabas acostumbrando)
- *Baja tu tenedor cada vez que termines de pinchar algo de comida. (Funciona)
- *Nunca comas después de las siete (Y si comes algo, mejor que sea líquido, por ejemplo, un vaso de leche).
- *Limpia algo como el baño, así se te quitara el apetito. (Yo lo que hago es ducharme estudiar, jugar con mi hermano)
- *Lávate los dientes. El sabor de la pasta te dejara una buena sensación. (Y desde luego... no querrás volver a comer)
- *Todas las calorías cuentan. No dejes de moverte. (Aunque si estas en periodo de ayuno, haz poco ejercicio).
- *Tomate un vaso de agua cada hora. No solo te sentirás llena, tendrás una piel hidratada. (Me llevo un botellín a clase)
- *Cuando salgas solo lleva la cantidad de dinero necesaria, de lo contrario estarás tentada a gastar tu dinero en comida. (A veces solo llevo 2 euros encima, lo justo para hacer fotocopias en la biblio)
- *Sentarse derecho y tener una buena postura quema 10% más calorías que estar mal sentado.
- *Si tienes mucha hambre come solo alimentos de calorías negativas
- *Ten siempre contigo la foto de algún cuerpo que te gustaría llegar a tener (Yo tengo en la carpeta fotos de Vicky Bochan)
- *Toma un sorbo de agua después de cada mordida. (Te acabas llenando con más líquido que comida)
- *Si tienes frio no te pongas nada encima tu cuerpo quema calorías tratando de entrar en calor. (A veces lo hago pero es mejor no hacerlo constantemente o cojeras gripe)
- *Si algo se te antoja y no te puedes resistir solo másticalo y luego escúpelo. (No tragues, por el amor de dios)
- *Come en platos más pequeños. (Y parecerá incluso para los demás, que estás comiendo el triple)
- *Presiona los glúteos todo el tiempo, eso quema calorías y te ejercita
- *Toca esa asquerosa piel sobrante. (Yo me toco constantemente la tripa)
- *Si la gente te dice que estas muy delgada y que están preocupados por ti, contesta que te es muy ofensivo que te repitan lo delgado que es tu cuerpo y que has tratado

de ganar peso y no has podido. (Cuando a mi me dicen que he adelgazado, les digo que peso lo mismo que siempre)

*Si vas a comer hazlo cuando haya alguien que te esté viendo. (Ósea en el colegio, porque es HORRIBLE tener a los profesores encima: S)

*Recuerda que la obesidad es asquerosa. (Y más en verano)

*Thinspiration es tu mejor amiga.

*Recuerda que aunque tus delgadísimas amigas coman mucho y no suban. Ni un gramo no quiere decir que esto va a funcionar contigo. (Y conmigo desde luego no funciona)

*Aprende a amar esa sensación de tener el estómago vacío. Creerme vas a odiar cuando esté lleno. (Completamente cierto)

*Si tienes hambre da vueltas hasta sentirte mareada y asqueada. (Funciona)

*Mastica chicle libre de azúcar, eso mantiene a tu boca ocupada. (Pero también puede darte hambre...yo me dedico a leer)

*Recuerdo comer en el mismo lugar diario y nunca enfrente de la televisión o computadora. Tu mente no registrara las advertencias que tu cuerpo le envía de que ya está satisfecho. (Apaga la tele... xD)".

*Si tienes mucha hambre ve a casa de algún amigo. Ahí no puedes atacar al refrigerador. (A no ser que tengas mucha confianza con él. Mejor ve a la calle.)

*Cuando sientas mucha hambre (tanta que duele) come cosas con calorías negativas.²³³

De allí que tanto el discurso biomédico como el discurso jurídico (en algunos países) insistan constantemente en lo peligroso que puede ser la existencia de este material en la web. Pues este fenómeno virtual genera sus propias prácticas discursivas como corporales, creando nuevos procesos de subjetivación. El de ser Ana, Mia o Alisa. Los consejos como podemos observar en el párrafo anterior nacen de la experiencia que la administradora (una princesa) del sitio web ha tenido con dichas prácticas corporales y que intercambia con las mujeres que la leen para que también éstas puedan convertirse en princesas, de allí que para dejar este metamundo no necesariamente se tengan que abandonar las prácticas mediática que le dan vida sino las prácticas corporales que se aprenden en estos espacios virtuales. Por otra parte es muy común que las usuarias al ingresar a esta comunidad repitan, copien, o no tengan una postura definida de cómo quieren vivir dichas prácticas corporales (anorexia y bulimia) sino que es a través de los años y como consecuencia de su experiencia que poco a poco

²³³ ALIKA PRINCES.(2014) Tips Pro Ana. (Agosto de 2014) Recuperado de <http://proanaymiaforever.blogspot.mx/2013/10/tips-pro-ana.html>

van definiendo, proponiendo y creando prácticas mediáticas, corporales y discursivas “propias” que frecuentemente “colectivizan”.

Las prácticas discursivas que hacen que la anorexia y la bulimia se conviertan en un estilo de vida en la web, no se reducen a las prácticas mediáticas, es decir al componente técnico, en donde se encuentra este metamundo- hipertextual sino que existe una relación dialéctica entre la infraestructura técnica y la organización social de las integrantes de esta “comunidad virtual”. Pues tanto lo técnico afecta a la organización social como la organización social de dicha comunidad afecta a lo técnico. Lo que hace que estos discursos se perpetúen en las prácticas cotidianas y que las prácticas cotidianas de los sujetos trasciendan al ciberespacio. Afectándose mutuamente de manera indefinida. Pues las usuarias de este material crean continuamente prácticas corporales a partir de su experiencia, experiencia que le proporciona una solvencia moral para querer guiar a otras internautas fomentando ciertos hábitos para disciplinar su cuerpo. Como lo muestro a continuación con diversos fragmentos de algunas páginas web Pro Ana y Pro Mia. Éste es un segmento del diario de Francisca Ibarra (2013) en donde incita a la comunidad a llevar un diario en una libreta:

“Hola chic@s les presento mi cuadernito AyM.

La vdd esk el cuaderno me lo compre hace aprox 2 años y no le había encontrado un uso k valiera la pena. Y este último tiempo lo he llenado de thinspo, mis metas, dietas, etc. Y kiero incitar las a k ustedes tengan su propio cuaderno para así escribir, pegar, etc. lo k uds kieran .PD: ahora k veo la foto..... El cuaderno se ve como místico jajajaj.un beso”²³⁴

Por otro lado está la utilización de las pulseras roja en la mano izquierda si eres anoréxica y en la mano derecha morada si eres bulímica. Cito:

²³⁴ IBARRA, Fran. (2013) Libreta (septiembre 2013) Recuperado de <https://plus.google.com/u/0/116959629002416698960/posts>

“Hola queridísimas chicas!! Estoy enojada visitando varias páginas me di cuenta que la idea de identificarnos ha cambiado mucho... Antes sólo había dos colores de pulseras: roja y morada; la roja para la anorexia y la morada para la bulimia. Ahora resulta que hay negra, blanca, rosa y azul...qué sucede??? Lo único que haremos será confundirnos más, para mí sólo debe de haber dos colores, así es más fácil reconocernos, mientras más colores más difícil reconocernos... Sólo recuerden nuestro “saludo” cuando caminamos por la calle, cuando veas a alguien con una pulsera roja o morada, toca la pulsera, si ella hace lo mismo ya sabes que es!...se sorprenderán hay miles, sobre todo en las playas!!!Sino responde al saludo quedarás como una completa pendeja...jajajaja. Bueno al menos yo en el 2005 conocí a una chica por su pulsera roja, pero era evidente su trastorno por su notable delgadez. Al final lo que demuestra lo que eres y tienes es ... tu cuerpo que mejor manera de demostrarlo que con un hermoso y flaquísimo cuerpo?”²³⁵

Al igual que otras “tribus urbanas” como los Emos y algunos adolescentes es muy común entre las usuarias Ana, Mia y Alisa cortarse o auto mutilarse. Cito:

Hay muchos y muchas princess que se cortan. Tengo que decir que yo no estoy del todo de acuerdo aunque lo he llegado a hacer alguna vez. Qué es cortarse???Cortarse es lastimarse a propósito haciendo rasguños o cortes en el cuerpo con algo lo suficientemente afilado para producirse el sangrado, las zonas más comunes suelen ser, brazos, piernas, muñecas y abdomen. Esto se suele hacer para sentir que tenemos el control de nosotros mismos y de sentirnos vivos, también puede ser por un castigo al haber hecho algo mal (en nuestro caso un atracón o haber pasado el límite de calorías) Debo decir que no es nada recomendable este tipo de autodestrucción. Ana es autodestrucción pero a tiempo largo y que siempre se puede salir quien lo desee, pero cortarse puede producir infecciones graves y cicatrices que no se borrarán, de todas formas para las que ya lo hacen les dejo algunos tips para ocultar estas heridas. -si te vas cortar intenta hacerlo en un sitio donde sepas que la gente no tiene acceso para verlo.-el cuchillo navaja hoja de afeitar o lo que sea que uses esterilízalo con agua oxigenada, si no tienes, una solución de agua y lejía durante diez minutos puede funcionar.-intenta tener preparadas gasas y material de cura.-También algo para limpiar la sangre si es que cae al suelo-después de los cortes lava abundante con agua aplica una solución para desinfectar (si quieres

²³⁵ ANÓNIMO. (2010)Pulseras-ana-mia (16 de abril 2010) Blog my dreams are made of this. Recuperado de <http://princesasmoderadas.blogspot.mx/2010/04/pulseras-ana-mia.html>

que duela más usa agua oxigenada)limpia y seca bien nunca con algodón porque deja restos de pelusilla, usa una torundas hace con una gasa plegada hasta que queda un cuadradito, ponte las vendas que necesites para que no salga más sangre y corte la hemorragia. Si el corte es muy profundo cúrate más veces al día (sigo insistiendo que esto para mí no tiene ninguna gracia pero aquí hay libre expresión y así como hay pág. de sadomasos hay pág. de ana y mia y punto final).²³⁶

Por otro lado la manera de alimentarse diariamente, en una conversación que puse en mi diario de campo, ambas usuarias comienzan pasándose recetas con el objetivo de adelgazar, en el transcurso de la conversación estás no sólo intercambian sus respectivas experiencias referentes a cómo se convirtieron en Anas y Mias, las recetas de dietas para adelgazar sino como se vinculan con su familia con su cuerpo y con otras chicas Anas y Mias. Además de sus relaciones amorosas vía internet. Como podremos observar en este dialogo algunas usuarias de dichos espacios prefieren preservar su identidad detrás del anonimato y de un seudónimo pues la pertenencia a dichos socioespacios por lo general es un secreto.

Kokoa Baskerville

13/10/2013

Si, las drogas son malas, ten cuidado con ellas :(Yo nunca he sido Mia, solo he vomitado como dos veces, me da algo de miedo:3 Si, no comprare una báscula. Pero mi madre empieza a sospechar. Lo bueno es que mi padre siempre nos apoya a tener un cuerpo delgado y bonito -

Eli Ana Mia

13/10/2013

Si lo sé x eso las deje espero no recaer nunca más :c bueno las madres siempre son algo exageradas y si ya somos dos q nuestros padres nos apoyan xq yo hice una dieta con mi papi fue chistoso pero muy bueno y vamos juntos al gym pero se molesta cuando no como en todo el día y me regaña pero bueno ya q c:

Kokoa Baskerville

13/10/2013

¡Yo también voy con mi padre a hacer ejercicio! El fomenta que tenga un cuerpo delgado - ¡Lo amo!

¿Cómo iniciaste con Ana y Mia? :)

²³⁶ ANÓNIMO. (2008) Ana y Mia princesas. Cutting. (2 de julio del 2008) Recuperado de <http://princessdarkness-emily.blogspot.mx/>

Eli Ana Mia

13/10/2013

Siiii es lindo saber q tienes un apoyo muy importante con tu padre :) comencé ya un año en verdad ósea x completo, comencé a los 14 años mmm contando calorías y pensándome no es normal en esa edad pero ya comenzaba a engordar bueno cumplí 15 y me sentí como gorda bueno eso hasta ahora pero ahí ya veía a mía muchas veces y comencé a consumir drogas solo en pastillas, y antes de cumplir los 16 vine a vivir con mi papa a los EEUU así dejando las drogas !!!! D: q era lo peor xq comienza una ansiedad horrible y empecé a comer como lo loca y no me importaba las calorías y nada sólo para llenar esa ansiedad de las pastillitas feliz jaja así les decía xD y ya va hacer un año con Ana y mía en diciembre <3 y esta vez no las dejare :) y tu historia ???

Kokoa Baskerville

13/10/2013

Nunca fui gorda cuando era más chica, mi familia me decía palito. Era feliz, en una familia unida, todo parecía perfecto. Pero eso solo hasta que cumplí los diez años, después nos mudamos a otra ciudad y ahí conocí a una prima (la segunda que conocía porque mi familia no es de este país) Mi hermana y yo nos quedábamos regularmente en la casa de esas primas, y bueno, en esa familia todos eran muy gordos, por ende, nosotras también engordamos. Pero en ese momento no me importo mucho. Media como 1.55 y engorde como diez kilos, pesaba más o menos 55 kilos. Nos volvimos a mudar, pero los hábitos alimenticios que me inculco esa familia se quedaron, tenía más hambre y esas cosas, (se me pasaba decirte que mi familia es vegetariana y que yo jamás he probado ningún tipo de carne ni huevo) mi madre no cocina con mucha grasa, y en un año más o menos baje tres o cuatro kilos.

Llegue a la pubertad a eso de los once años, comía más, crecí al 1.59 y pesaba 62 kilotes. Me cambie demasiado de escuelas, por lo tanto nunca tenían tiempo mis compañeros de molestarme con mi peso. Paso el tiempo, cumplí doce años, entonces conocí a un chico por Internet, me enamore perdidamente, el tenia quince, éramos ciber-novios. Duramos cuatro meses, entonces me dejo, y me bloqueo (todo fue por Facebook) El tenía como un complejo con las chicas de estados unidos, me dejo por una chica de allá. Me hundi en la más profunda tristeza, vi las fotos de las otras chicas que el tenía en FB y me di cuenta que todas eran bonitas y delgadas. Nada comparadas conmigo. Un día en el colegio unas nutriólogas nos hablaron de Ana y Mia, los blogs y eso. Yo me enamore de esa vida. Así fue como llegue, todo por el... llevo dos años, ¿sabes cuánto tarde olvidando a ese chico? Cerca de un año. Yo hasta hace poco soñaba con él, y se me revolvía el estómago de pensarlo. Él no se ha vuelto a poner en contacto conmigo.²³⁷

²³⁷ KOKOA BASKERVILLE.(2013)Diálogo ente Kokoa Baskerville y Eli Ana Mia.Blog:Welcome to my world.(13-10-2013)Recuperado de <http://noeatbyme.blogspot.mx/search?q=Kokoa+basquerville>

Ana y Mia inundan la web.

Antes de entrar a la maestría mi impresión era que este fenómeno se limitaba a las páginas *web* o blogs. En la maestría me encontré con que el fenómeno pro Ana y pro Mia se ha expandido a todo tipo de entornos socio técnico. En un protocolo de tesis de la Facultad de Periodismo y Comunicación Social de la Universidad Nacional de la Plata²³⁸ se plantea el uso de la red social Facebook como medio para difundir la anorexia y la bulimia. Dicho trabajo analiza los grupos conformados en la red social con contenidos pro anorexia y pro bulimia, las entradas escritas por los creadores y los comentarios de los integrantes de estos grupos. Este proyecto me abrió los ojos hacia la enorme presencia de las Mias y Anas en internet (Hi5, Facebook, Twitter, etc.). La interrogante que se detonó con dicho hallazgo fue ¿cómo es que la comunidad se fue posicionando en los diversos espacios de la web?

Cuando incursioné en campo me di cuenta que la expansión del Fenómeno Pro Ana y Pro Mia en la web, se debía principalmente a que cuando entras a un espacio sociotécnico como el blog o la página web, éste inmediatamente te solicita que abras otros espacios como son el facebook o twitter, si bien los blogs aún siguen siendo importantes entre los miembros de la comunidad Pro Mía y Pro Ana, estos son utilizados para comunicarse principalmente por otros medios de comunicación más cercanos como son el twitter y WhatsApp o facebook. Algunas de las adolescente prefieren utilizar el blog debía a que estos son más seguros respecto a la vigilancia de la familia pues pertenecer a una comunidad Pro Ana Y Pro Mia es un secreto. Por otro lado si bien el mantenimiento de los blogs es menos frecuente, por parte de algunas usuarias, estos no dejan de ser relevantes, pues algunas usuarias acostumbran tener dos blogs, uno en el que escriben y otro en donde ellas son las líderes de la página.

²³⁸ REINOSO, Albornoz, Lilian Yael. (2012) Protocolo de Tesis: Hi5 y la difusión de la Bulimia y la Anorexia. Plata .Facultad de Periodismo y Comunicación Social de la Universidad Nacional de la Plata. (julio 2012)Recuperado de perio.unlp.edu.ar/catedras/system/.../plan_-_yael_reinoso_albornoz.doc

La importancia en ser leído te crea un sentido de pertenencia. De allí que para la mayoría de los bloggers sea importante que los lean, de hecho es uno de los principales objetivos que buscas al hacer su blog. Y el que aparezca que efectivamente hay personas interesadas en hacerlo te crea la ilusión de que lo que escribes es importante para los demás, esto hace que cada vez más te esmeres para que tu blog sea el mejor, y tenga las mejores funciones (colores, audio, música, encuestas etc.). Si bien la elaboración de blog es una manera de hacer catarsis o procesar determinadas experiencias de parte de quién lo escribe, los estudiosos del tema (Wallace,2001; Turkle,1995) afirman que lo que se busca es ser leído, de allí que no sea gratuito que las plantillas de las páginas web que sirven para anunciar un negocio sean idénticas a aquellas que utilizan las personas para relacionarse en este tipo de material electrónico, o que las personas que tienen un blog se dediquen horas a agregar, inventar, y escribir nuevas secciones, o entradas, un hallazgo relevante es que el mismo internet te crea la ilusión de ser leído. Esto evidentemente hace que te trates de pulir más en cada entrada que escribes. Pude constatar lo anterior porque en el blog que cree específicamente para realizar mi trabajo de campo, aparecieron 44 contactos que me habían agregado, cuestión que hizo que me entusiasmará e ilusionará, pues sentí que mi trabajo era de gran relevancia no sólo para mí sino para los demás, lo que hacía que tratará de esmerarme en los contenidos que publicaba, tiempo después pude confirmar que la mayoría de los contactos que supuestamente me habían agregado para leer el contenido de mi blog no tenía ni la más remota idea de quién era yo y de qué había escrito en este espacio. Esto me hizo cuestionarme hasta donde es un espejismo creado por el mismo internet el que, tu material ha sido leído o le interesa a los demás cibernautas, yo pude comprobar no sólo con un contacto sino con varios como es que internet de manera aleatoria hace que aparezcan en tu blog contactos que te han agregado. Al aparecer estos en tu pantalla, tú tienes la idea de que de alguna manera lo que escribes es importante esto te provoca sentimientos de pertenecía y de orgullo. Sin saber que es sólo una ilusión creada por el espacio sociotécnico. De allí que sea importante buscar rebasar el

reduccionismo tecnológico que consiste en considerar únicamente como señala Estalella (2005) “el efecto del componente técnico sobre la dinámica y la organización de la comunidad sin tomar en cuenta el efecto en sentido contrario: el que ejerce la comunidad sobre la infraestructura técnica” (Pág.1)²³⁹. Tratando a su vez de no caer en su extremo opuesto el determinismo tecnológico que tanto resalta el autor en donde hay un reduccionismo social que considera al componente técnico como inerte, un simple escenario donde se desarrolla la interacción social. Cito:

Mi investigación se apoya en los denominados estudios sobre la construcción social de la tecnología, que prescinde de las categorías convencionales y las diferencias a priori entre lo social y lo tecnológico y parten de la idea de que lo técnico está socialmente construido, y lo social está técnicamente construido”. (Pág.5)²⁴⁰

Este posicionamiento implicó que evaluará regularmente cómo la comunidad dota de significado al componente técnico y reelabora constantemente con sus prácticas lo que Estalella (2005) denomina un technological frame (arquitectura técnica), por otro lado “prescindi de las distinciones que se hacen a priori entre lo que es lo social y lo que es tecnológico, lo que es natural y construido dentro de la comunidad, lo que este autor describe como un ensamblaje sociotécnico constituido por una reunión de actores heterogéneos , humanos y no humanos, significados, prácticas, artefactos, etc. (Pág.5).”²⁴¹

Por otro lado también la utilización que las Anas, Mias y Alisas le han dado a los espacios en internet, habla de cómo estos han sido modificados por la comunidad un ejemplo de esto son el famoso Thinspiration, inventado por las propias usuarias.

“Thinspiration: Proviene de la conjugación de palabras thin (delgada) con inspiration (inspiración); también se opina que proviene de la unión de las palabras This is your

²³⁹ ESTALELLA, Adolfo (2005). «Filtrado colaborativo: la dimensión sociotécnica de una comunidad virtual». UOC Papers [artículo en línea]. N.º 1. UOC.[Fecha de consulta: 2/agosto/2012]. Cita que se encuentra en el texto (Estalella,2005, Pág. 1) Recuperado de <<http://www.uoc.edu/uocpapers/1/dt/esp/estalella.pdf>>

²⁴⁰ ESTALELLA. Ibídem. P.5

²⁴¹ ESTALELLA. Ídem.

inspiration (Está es tu inspiración). Y Consiste en ofrecer motivos, en su mayoría emocionales, para continuar profundizando en las prácticas que promueven. Se lleva a cabo a través de la presentación de fotografías de mujeres delgadas, en muchas oportunidades, dichas fotos pertenecen a iconos mundiales de belleza, como pueden ser actrices de cine, modelos, etc. Otro recurso utilizado en éstas prácticas se conoce como "antithinspo", "fatspo" (contrario de "thinspo") o "fatspiration", y se basa en la publicación de fotografías de personas que padecen de una gran obesidad, la mayoría de veces comiendo comida basura, acompañadas de adjetivos denigrantes y declaraciones de repugnancia hacia la persona."²⁴²

Esto es una práctica mediática inventada por la comunidad, llena de sentido. La imagen es utilizada para inspirar o para causar repugnancia a quien la vea y así lograr un efecto en el usuario, en su vida cotidiana, a la hora de la comida específicamente, en algunos materiales electrónicos se incitaba a tener este tipo de imágenes tanto las denominadas thinspiration como las fatspiration pegadas en la puerta del refrigerador, para tener siempre presente el objetivo a cumplir, la estilización el cuerpo. Muchas imágenes son editadas de tal manera para que logren transmitir el mensaje que desea la comunidad. Es decir, deja de convertirse en una imagen inerte y adquiere el estado de práctica mediática creada para modificar una práctica corporal -manera de alimentarse.

Como ya hemos mencionado en párrafos anteriores fue imprescindible para entender a este fenómeno cibernético en específico, pues como señala Edgar Gómez (2002) se debe de evitar “una explicación sobre los sistemas en general, ya que, aunque varios tengan incluso la misma estructura, funciones o usuarios en común, al interior de las dinámicas y estructuras sociales son particulares a cada uno de ellos. De esa manera, se busca llegar a una comprensión a fondo de un caso en particular que pueda en

²⁴² Wikipedia. Enciclopedia libre (2014)Pro Ana (agosto 2014). Recuperado de <http://es.wikipedia.org/wiki/Pro-Ana#Thinspiration>

algún momento acercarnos a un entendimiento adecuado y total del sistema para así tener bases más sólidas para el estudio de los demás. “²⁴³ De allí que para poder entender la lógica de las comunidades Pro Ana y Pro Mia se debe de transcender una lectura Online y Offline del fenómeno y utilizar como bisagra al cuerpo y a las prácticas corporales. Pues en este fenómeno existe un cuerpo colectivo anoréxico que se alimenta a través de las prácticas mediáticas que se llevan a cabo en twitter, facebook, páginas web, etc. (no hay que olvidar que el sustento de dichos socioespacios técnicos debe ser constante, para que estos sigan activos, es indispensable que sus contenidos tengan una renovación frecuente en la web) simultáneamente y paradójicamente todo el tiempo este tipo de producción virtual esta disciplinando al cuerpo individual de las usuarias que acceden a dicho material para que dejen de alimentarse. Es decir paralelamente las usuarias alimentan por medio de consejos, tips, trucos, frases, credos, rituales, o inventos de juegos o dinámicas a esta producción virtual y a través de esta producción virtual se disciplina a las usuarias para no alimentarse y mantenerse en ayunos prolongados o en completa inanición. ¿Hasta dónde empieza y termina el cuerpo colectivo y comienza y termina el cuerpo individual? es imposible saberlo, pues uno no podría existir sin el otro. Es así como específicamente en el denominado Fenómeno Pro Ana y Pro Mia. Las prácticas mediáticas y las prácticas corporales-reales se retroalimentan continuamente. De allí que no podamos discernir qué cuerpo modifica más al otro, el colectivo al individual o el individual al colectivo. Ambos cuerpos se encuentran tan íntimamente relacionados que por momentos no podemos diferenciar, los orígenes y las consecuencias de esta relación.

Campos Rodríguez (2007) adopta la terminología de Émile Durkheim para explicar el tipo de solidaridad que existe entre los miembros de la subcultura Pro Ana y Pro Mia afirma que esta es de tipo orgánica antes que mecánica, “puesto que brota de la subordinación de una

²⁴³ GÓMEZ, Edgar. (2002) Hacia la construcción de una metodología para el estudio de las "comunidades virtuales. México. UAM-X. Versión 12, Diciembre/2002 Págs. 61-78 (Gómez, 2002 , Pág. 66.)Recuperado de http://publicaciones.xoc.uam.mx/estadistica.php?id_host=6&tipo=ARTICULO&id=1865

masa indefinida de individuos a la consecución de un objetivo —como sería el caso de las asociaciones voluntarias, entendidas como grupos artificiales de personas que reivindican intereses comunes—, sino a partir de la interdependencia entre una multitud heterogénea que, a pesar de padecer una misma condición, no tiene porqué renunciar a sus convicciones particulares ni compartir una misma meta.”(Pág.133)²⁴⁴

En lo particular pienso que la relación que se establece en los socioespacios técnicos Pro Ana y pro Mia es análoga a la que se presenta en los grupos de autoayuda, en donde lo único que une al grupo y hermana a sus integrantes es tener o querer vivir la experiencia de la performatividad del sujeto a través de la estilización del cuerpo por medio de la anorexia y la bulimia (prácticas corporales) y así alcanzar el ideal de la perfección. Lo que hace que este tipo de colectivo se invista de cierta manera de lo que José Valenzuela (2009) denomina como: identidad proscrita. Este tipo de identidad se caracteriza porque la forma de identificarse de los colectivos que la ostentan, es rechazada por los sectores dominantes y por lo general los integrantes de estas comunidades se vuelven objeto de caracterizaciones peyorativas y persecutorias (Pág.49)²⁴⁵. Y digo de cierta manera porque si bien dicho colectivo tiene una especie de resistencia frente a dejar de existir en el ciberespacio o desaparecer de la web, (no hay que olvidar la declaración de guerra que algunos de los integrantes de dicha comunidad cibernética tomaron ante las medidas preventivas que implantaron ciertos gobiernos de censurar este tipo de producción virtual, de crear 10 sitios iguales por cada espacio clausurado) asimila perfectamente algunas prácticas discursivas frente a lo que es lo femenino generado por el sistema. La existencia de dicha comunidad cibernética en la web es una prueba que constata su resistencia hacia el discurso hegemónico sobre qué es lo sano y lo enfermo. Pero esto no quita que esta comunidad asimile sin cuestionar la construcción de lo femenino y lo que Naomi Wolf (1991) ha llamado el mito de la belleza, en donde muestra que en occidente hay una imposición de ideal de belleza Cito:

²⁴⁴ CAMPOS, Rodríguez. OP.Cit.133.

²⁴⁵ VALENZUELA, José Manuel (2009) El futuro ya fue sicoantropología de los jóvenes en la modernidad. México. El colegio de la frontera Norte Casa Juan Pablos.

Al usar ideas de belleza, se reconstruyó un mundo femenino alternativo con sus propias leyes, economía, religión, sexualidad, educación y cultura, en donde cada elemento es tan represivo como antaño. (Pág.221).²⁴⁶

Las comunidades Pro Ana y Pro Mia son una prueba contundente de la existencia de este mundo. Pues en estos socioespacios no hay un cuestionamiento profundo referente a este universo en donde las mujeres son encerradas en lo que Wolf ha denominado la doncella de hierro. Cito:

“Originalmente, la doncella de hierro era un instrumento de tortura en Alemania medieval; un ataúd con forma de cuerpo de mujer con brazos, piernas y un rostro sonriente bellamente pintados. A la infortunada víctima se le encerraba en ese ataúd, inmovilizándola, y moría de inanición o al encajarse los clavos empotrados en el interior.”²⁴⁷

La versión moderna de la doncella de hierro para esta autora es el ideal de “perfección” y “belleza” inerte, genérica y eterna, en donde se quiere confinar a todas las mujeres. Para lograrlo hay una constante anulación y crítica de los cuerpos y los rostros auténticos de las mujeres reales y una exaltación de los estereotipos de belleza que la mercadotecnia edifica. No hay que olvidar que esto aunado a los dispositivos de salud que desde hace un siglo construyen a la obesidad como enfermedad y todas las ganancias millonarias que se generan gracias a la “construcción de la defensa colectiva contra la obesidad”²⁴⁸ en diversas industrias como son: farmacéutica y alimentaria, por mencionar algunas, constantemente se reafirma el ideal de salud y belleza que circula sin cesar en la mass media:

“y adonde quiera que vamos nos llueven imágenes de mujeres flacas, extra flacas, de modelos, artistas, conductoras de T.V. Mujeres que lucen felices, que te anuncian, que la felicidad es sinónimo de delgadez extrema, que la

²⁴⁶ WOLF, Naomi. (1991) El mito de la belleza. Estados Unidos.Eméce. (septiembre 2014) Recuperado de file:///C:/Users/Gloria/Downloads/wolf-mito-de-la-belleza1%20(1).pdf

²⁴⁷ Íbidem, P.222.

²⁴⁸ Ver VIGARELLO, Georges. (2011)La metamorfosis de la grasa. Historia de la Obesidad. Barcelona. Ediciones Península.

perfección es la delgadez extrema, que el mundo ama, idolatra, acepta, quiere y admira a las flacas, y que entre más flaca más cerca estarás del paraíso prometido, más rápido alcanzaras la felicidad buscada. Y los anuncios de las pastillas, fajas, té, aparatos de gimnasio, los aparatos eléctricos más modernos, los tratamientos y centros especializados para adelgazar no cesan de pasar a todas horas de ser anunciados por los diversos medios de comunicación como son: la televisión, el radio, el internet, los videoclips, las revistas, los periódicos y la flacomanía ha inundado todo los escaparates, la tiendas de autoservicio, en donde prevalecen las tallas chicas, la solicitudes de empleo en donde te anuncian que sólo tienen el uniforme en talla 5, la flacomanía lleva a colegialas a perforar las tuberías de acero galvanizado del drenaje del baño de las universidades particulares con sus ácidos gástricos, la flacomanía está en las fiestas en donde todo mundo a la hora de partir el pastel se preocupa por las calorías que va a consumir, la flacomanía exige dietas: la de la luna, la de los cinco días, la de la piña, la del agua, la de la manzana, la del tomate, todo mundo sabe de dietas, habla de dietas, la flacomanía exige productos light, la flacomanía es exhibida, anunciada, requerida, en todos los ámbitos sociales.” (Págs.40-41)²⁴⁹

Dichas construcciones sociales respecto a que es lo sano y que es la belleza femenina generan ganancias multimillonarias. La búsqueda de belleza y perfección es producida desde ficciones que la cultura multimedia impone en los individuos como señala Elsa Muñiz (2011). De allí que esta sea cada vez más inaccesible e inalcanzable para cualquier mujer pues “el cuerpo se ha convertido en una metáfora cultural para controlar lo que esta fuera de nuestro alcance, pues aparentemente, el cuerpo nos pertenece y podemos repararlo, mantenerlo y mejorarlo. Esta es una concepción del cuerpo que semeja una máquina y tal concepción refleja claramente la cibernética, la

²⁴⁹ SUÁREZ, Alcántara María del Carmen (2009). Soy totalmente Mia –Totalmente Ana. Ensayos para princesas, príncipes y wannabes. México. Editorial: Eón.

cual puede concebir a las computadoras como una extensión del cuerpo desdibujando las fronteras entre la realidad física y la virtual. (Pág.18).”²⁵⁰

Los miembros que conforman las Comunidades Pro Ana Y Pro Mia se van convirtiendo efectivamente en cyborg²⁵¹ pero como lo concibe la autora Naief Yehya²⁵² (2001) es decir en seres que manipulan su propia carne para perseguir su obsesión – en este caso la delgadez. De hecho las usuarias y autoras de dicho material electrónico constantemente expresan que se han apropiado de su cuerpo, y por lo tanto pueden hacer con éste lo que quieran (alimentarlo o dejarlo de alimentar, someterlo a diversas prácticas corporales que se proponen dentro de la comunidad como la automutilación). Dicho colectivo parece tener un punto ciego respecto a cuales son los motivos que en su mayoría las llevaron a querer realizar dichas prácticas corporales.²⁵³ Paradójicamente aunque la mayoría de las integrantes narra detalladamente, concuerda y se idéntica con las experiencias en donde la necesidad de estilizar su cuerpo nace como consecuencia principalmente de la presión social que ejerce la familia, los amigos, etc. ellas parecen no cuestionar dicho deseo impuesto por la sociedad, el mandato de ser delgadas – a diferencia de los colectivos cibernéticos como son gordas (os) empoderadas²⁵⁴ o Chaoon²⁵⁵ que no sólo ponen en tela de juicio los estándares de belleza actuales sino que se rebelan contra los mismos. Las princesas Anas y Mias por el contrario suelen adueñarse de la consigna de ser “bellas” hasta convertirla en propia aún a costa de su vida y de sí mismas. Transformándola en su

²⁵⁰ MUÑOZ, Elsa. (2011) La cirugía cosmética: ¿Un desafío a la naturaleza? Belleza y perfección como norma. México. UAM Azcapotzalco.

²⁵¹ YEHYA, Naief. (2001) El cuerpo transformado. Cyborgs y nuestra descendencia tecnológica en la realidad en la ciencia ficción. México. Paidós.

²⁵² A diferencia de cyborg que propone Haraway y que explico al principio del capítulo.

²⁵³ Anorexia y bulimia.

²⁵⁴ Este grupo cibernético que lucha contra la gordofobia y la discriminación que sufren las personas con sobrepeso desde la aceptación de su complejidad.

²⁵⁵ un centro de apoyo para sobrevivientes de ataques con ácido y que actualmente están posando ante las cámaras del fotógrafo Saharan para mostrar sus nuevos diseños de ropa.

meta, en un reto que desafía su fuerza de voluntad, y que a la vez las convierte en Princesas. Princesas que están supeditadas a un estilo de vida que conlleva un constante disciplinamiento del cuerpo. Que no se distingue del disciplinamiento que prescriben algunos especialistas de la salud tal como lo hace notar la autora de la página web: Mi dreams are made of this cuando afirma:

“no entiendo del mundo y de la sociedad...una de dos, o estos tips son muy malos para la salud, o los tips de las webs anas o mias son muy sanos! De cualquier manera, la gente nos critica por nuestra manera de bajar de peso y la verdad es que hacemos casi las mismas cosas que las personas con dieta!”²⁵⁶.

La autora de este blog se dedicó a recopilar los tips más famosos y populares de algunos dietistas que coinciden con las webs Ana y mía. Así que la autora de este sitio web se cuestiona:

” Pues esta entrada es de tips de anorexia... no lo sé ¡Lo curioso es... que muchos de los tips que te dan los dietista, nutriólogos y páginas de internet que te ayudan a bajar de peso de manera sana, te dan tips y son tips que también encuentras en las webs Ana y mía!!!(...entonces quién está realmente enfermo?)”²⁵⁷

Otro punto indispensable a tratar es que los espacios virtuales Pro Ana Y Pro Mia, son espacios en donde no se tienen que dar explicaciones, disquisiciones que otros (familiares, amigos, compañeros laborales o del colegio, etc.) piden todo el tiempo fuera de ese sitio. Es un lugar en donde sólo las personas que tienen la experiencia de vivir con anorexia o con bulimia o que quieren aprender dichas prácticas corporales pueden compartir aunque estos difieran tanto en cómo se debe de vivir ese estilo de vida y qué es la anorexia y la bulimia en su vida y en su historia personal. De allí que el espacio virtual adquiera un carácter territorial parecido al territorio físico, es un espacio marcado por la pandilla o comunidad en donde los otros, ya sean wannabes, investigadores o curiosos no somos bien recibidos. Pero no sólo eso el socio-espacio Pro Ana y pro Mia funcionan como un espacio-refugio para algunas de las usuarias de allí

²⁵⁶ ANÓNIMO. (2012) Tips Sanos!...ah! (27 de abril 2012) Recuperado de <http://princesasmoderadas.blogspot.mx/search/label/tips%20ana%20y%20mia>

²⁵⁷ Ídem.

que me parezca indispensable poner la entrevista completa que me concedió Francisca Ibarra. Aquí cuento detalladamente como fue que me contacte con ella.

María del Carmen Suárez Alcántara

17/10/2013

Hola te he estado leyendo y bueno desde hace tiempo he querido hacerte estás preguntas: que titulé Sólo para Princesas.

Francisca Ibarra

18/10/2013

-Bueno nena lo responderé mientras y después te lo mando: D dime donde te lo envío, puede ser por correo, mensaje, etc. tú dime dónde y listo .Cuídate besitos .F.

Francisca Ibarra

18/10/2013

- Oye sabes se me ocurrió publicar las respuestas en el blog así las k quieran podrán sacar las preguntas y hacer lo mismo o dejarlas en los comentarios .Te parece???

María del Carmen Suárez Alcántara

21/10/2013

-Me parece supeerrrrrrrrrrr muchísimas gracias pero de todas MANERAS TE PASO MI EMAIL, MI TWITTER PARA ESTAR EN CONTACTO VALE. mariadelcarmensuarezalcantara@yahoo.es, mariadelcarmensuarezalcantara@gmail.com o @MaradelCarmenS2. Aunque la verdad me parece excelente tu idea, también te agradecería que me enviarás tus respuestas a mi email o twitter . Que tengas muy buen día.

Francisca Ibarra

23/10/2013

-Hola :-D te he enviado las respuestas a tu Gmail, cuídate estamos hablando. Bye. F.

María del Carmen Suárez Alcántara

23/10/2013

-Gracias no sabes lo valioso que es para mí eso, tanto como para ti estar saludable para volver a patinar... te mando un beso y no sabes salte de alegría por toda la habitación ahorita que leí tu mensajito parezco un conejo no dejo de brincar... Gracias.

Francisca Ibarra

23/10/2013.

-Jajajajajajaj :-D Estamos hablando .Bye .F. Respuestas :-Dnicoliwis Ibarra
proanamiafan@gmail.com

Posteriormente Francisca Ibarra visitó mi blog puso en una de mis entradas lo siguiente:

Francisca Ibarra

22/10/2013+1

wouuu por eso me has preguntado. Te lo mandare a tu mail xk hoy e prendido el pc
wiiii jakajsak .saludos.bye

En verdad me sorprendió que hubiera respondido, de hecho en su blog hice como lo indica Adolfo Estalella mi rapport desde hace mucho tiempo atrás. Había dejado algunos comentarios o +1 en sus publicaciones sin recibir respuesta. Rescaté algunos fragmentos que me llamaron la atención y que ilustran otros de mis hallazgos. En esta etapa me enteré de parte de su historia familiar y qué objetivo tiene el escribir su blog para ella:

“Hola :D Mis objetivos: P.Inicial: 64KG. P.Actual: 54KG. P.Ideal: 48KG Utilizo este blog como medio de desahogo y como hago para conseguir mi peso ideal día a día; y como se k hay muchísimas personas k están en la misma k yo desearía k compartamos junt@s nuestros tips, aspiraciones, secretos, dolores, etc. Espero k me sigan y apoyen en esto.”²⁵⁸

Ese mismo día recibí en mi correo las respuestas a mi cuestionario:

23 octubre de 2013.

Bueno trate de ser lo más clara posible, en todo caso si no me entiendes alguna idea (lo cual me suele pasar) me preguntas. También por ahí te escribí k si tú quieres tener

²⁵⁸ SUÁREZ, Alcantara María del Carmen (2013) En diferentes entradas de mi blog. (17,18,21,23 octubre 2013) Recuperado de <https://plus.google.com/u/0/109506011230929628643/posts>.

una "testimonio" más completo te podría contar todo (xk, como, cuando, donde, problemas previos, mi diagnóstico, tratamiento, etc.)

Emmm no sé si tu aún kieres k lo publique, ahí me dices si solo las preguntas o lo k está a continuación.

Pd:yo tengo 2 blogs, el k tú has visto y leído y otro en el k soy administradora.

Bueno ya sabes cualquier cosa no dudes en preguntar, estoy abierta a darte mi punto de vista, testimonio, etc. lo k quieras no me complica xk sería como contarle la parte k falta del rompecabezas a mi actual siquiatra, no me juzgues x no contar esto, se k quizás puede cambiar mi diagnostico o algo por el estilo, simplemente no quiero y me complicaría muchísimo k se enteraran.

Cuídate estamos hablando.

Bye

F.

¿Qué te motivo a entrar en las páginas?

Mira siempre he sido súper curiosa y aparte me gusta leer (solo lo k me llama la atención, xk los libros del colegio por ejemplo me aburren) y las paginas k vi eran nuevas (lo digo así xk no tenían tantas dietas o cosas por el estilo si no k sus historias. Similares al mío :P) entonces los leí completos y me di cuenta k estaban pasando y llegaron a eso por situaciones similares a mí. Ese fue el "detonante" para buscar más blogs y así estuve como tres días, en el cual me informaba de esta enfermedad, historias, "tips" y un sin fin de cosas.

¿Qué esperabas ver o encontrar en las páginas?

No sé, ya k no esperaba algo en específico, tenía muchos pensamientos en ese momento desde el típico "que es?" al "porqué?".

¿Por qué seguiste visitando las páginas?

Las encontré interesantes, más k nada las historias de cada chica; xk yo igual no la he pasado bien y encontré una especie de refugio. Suena raro, lo sé pero eso fue lo k sentí y lo k siento hasta el día de hoy.

¿Qué te motivo a elaborar tu propia página o blog?

Pensaba en desahogarme. En escribir toda la rabia y sufrimiento k tenía y el cual no podía expresar con alguien (físico o frente a frente como dicen en mi país) pero finalmente nunca he sido capaz de escribir todo. Me da miedo y un grado de vergüenza. (Quizás más adelante te cuente)

¿Qué es lo que más te gusta de las páginas?

El apoyo. No me gustan esos blog k solo publican dietas o dicen "malditas wannas, son unas copionas"; me atraen los blogs marcados por el self injury. Quizás sonara feo pero es xk yo me cortaba para poder calmarme, me sacaba el cabello (era in consiente) me rasguñaba o me quemaba y en cierto modo buscaba el ¿por qué? Esas chicas hacían o llegaron a realizar lo mismo.

¿Qué es lo que menos te gusta de las páginas?

Como dije anterior mente no me gustan los blogs sólo de dietas ó los k humillan a las wannas xk creo k nadie tiene la superioridad de tratar mal a alguien. También pienso k todas partimos siendo wannas de alguna u otra manera, por ese pensamiento de "quiero ser ...". Tampoco me gustan los k dicen "oh! estoy tan gorda peso 40 kilos y mido 170 Me sigo viendo gorda, tengo k llegar más lejos , no pararé hasta morir" (bueno antes pensaba más así ahora me doy cuenta del xk uno se sigue viendo gorda, deforme , etc. Es increíble k esto te atrapa y sufres cada momento pero si una amiga llegase a publicar o contarme eso la frenaría al tiro y haría lo mismo con migo; la idea es poder disfrutar el o los logros no morir por ellos hay k ser conscientes, tener los pies

en la tierra y espero k yo no llegue a eso, no me atrevo a decir " nunca lo haré" porque no se en k situación este más a delante.

Es un poco confusa mi respuesta.... Sorry, intento ser lo más objetiva posible

¿Qué importancia tiene la página para ti?

Es mi secreto. En el veo mi pasado y presente; es verdad k en él no está toda mi vida o historia pero lo siento parte de mí. Uno de estos días contare todo... en varias secciones si xk eso es largo xD

Las páginas Ana, Mía y Alisa representan para ti: más que nada apoyo, veo reflejado la similitud de pensamientos, historias, tratamientos, todo.

Las páginas para ti requieren: requiere que la persona k este desahogándose en él lo haga xk en verdad lo necesita y no x moda. Me he topado con varios "moda".

¿Qué significa para ti ser una Princesa?

Ser "parte" y compartir un momento de la vida con otro. El simple hecho de saber k no estás solo, k no solo a ti te ha tocado difícil ayuda mucho.

De acuerdo a tu experiencia ¿qué significa ser una princesa Alisa, Ana o Mía ?

Princesa ya dije k era como compartir o tener algo similar con otro y Ana, Mia o Alisa son apodos de enfermedades. Entonces sería como "tener una enfermedad en común la cual se puede sobrellevar mejor en una comunidad ya k hay no te criticaran el xk de tu elección o la situación "x", del como entraste, solo te darán apoyo y consuelo.

¿Qué tipo de princesa eres o quieren ser? ¿Para qué? ¿Por qué?

Yo estaría en princesa Mia, xk soy bulímica o mejor dicho paso por períodos de bulimia ya k entro y salgo así me llevo. (Ya te dije, más adelante te contare más del xk ingrese en esto)

¿Cómo vives ser una Princesa Mia, Ana O Alisa según tu experiencia?

Es doloroso y no es fácil. Esto te obliga a mentir constantemente a las personas k quieres aparte k llegas a odiarte desde lo más profundo por diversos motivos y también a odiar al otro x "meterse" en lo k tu consideras una meta. Entonces estas básicamente sumergida (diariamente) en odio y sufrimiento, impotente del xk no puedes ser feliz o (del punto de vista en k varias lo ven) xk no me dejan ser feliz con mi elección.

¿De qué manera ha trastocado tu vida ser una Princesa?

La verdad es k por mi forma de ser con el resto y por cómo me expreso nadie se ha de imaginar mi trastorno alimenticio de hecho para mi madre seria como si le cambiaran a la hija o ella pensaría derechamente k le están mintiendo, ni sospecha sobre esto. Ósea siempre me dice k paso pegada al celular o al PC k me comporto un poco extraño y k cuando ella u otros pasan por al lado mío yo tapo lo k hago, pero me lo dice sin esperar una respuesta a ello, es más ella misma después cambia de tema entonces nunca le he contestado. Definitivamente sería un golpe duro para mi entorno. Es más ni mi siquiatria sabe de mi TA. (Si quieres te puedo contar más adelante xk voy, k diagnostico tengo y el tratamiento, ya k leí en tu google para k me has preguntado esto. Pienso k así tendrías un "testimonio" más completo, Mas k solo no comer y vomitar)

¿Qué es lo más fácil de ser una Princesa?

No pienso para nada k esto es fácil y no he logrado encontrar una respuesta para esta pregunta, sorry.

¿Qué es lo más difícil de ser una Princesa?

Emmm eso si no me equivoco ya lo respondí

¿Ser una Princesa es una decisión?

Mmm desde el punto de vista en k el resto considera k es una princesa (ser bulímica, anoréxica, depresiva u otros trastornos xk eso es para los demás ser una princesa) no,

no es una decisión yo no dije un día voy a imitar a otros y comenzaré a vomitar no, al contrario no sabía k era o como llamaban mi "nuevo hábito" ósea si sabía lo k yo estaba haciendo pero no del 100% xk no tenía toda la información de este TA.

La importancia de poner entera la entrevista que se le realizó a Francisca se debe en que ella se condesa varias cosas que me gustaría destacar, el primero que en el espacio Pro Ana y Pro Mia se generan simultáneamente dos cosas sentimientos de pertenencia, de identificación y acompañamiento muy profundos en las personas que los frecuentan, y a la vez la conciencia de que ese sitio es un lugar negativo- o inadecuado para cualquiera que se encuentra inmerso en el mismo la prueba de lo anterior es la necesidad de mantenerlo en absoluto SECRETO. Esto lo podemos ver cuando Francisca afirma que si alguna amiga estuviera involucrada en un sitio como éste no dudaría en sacarla de allí de tajo o que si su madre se diera cuenta de que tipo de socioespacios frecuenta juraría que es otra persona. Creo que esto muestra lo complejo, contradictorio y poco nítido que es este fenómeno. Por otra parte efectivamente aunque constantemente en este tipo de material hay un intento de elaborar y de procesar diversas vivencias dolorosas a través de la escritura por parte de sus autoras parecería que este proceso queda inconcluso, pendiente, inacabado, me sorprende como Francisca busca un espacio en donde pueda contar TODO lo que acontece con ella, busca un espacio en donde realmente pueda elaborar ESO que queda innombrado, latente, entre líneas, y que no ha conseguido terminar de procesar. A veces concibo a los espacios Pro Ana y Pro Mía como un intento fallido de resignificación de un profundo dolor por parte de las usuarias debido a que el mismo formato y discurso generado por la comunidad comienza a callar de cierta manera la experiencia individual, borrando de alguna forma esa vivencia con los juegos, los personajes- las princesas –los ritos, me da la impresión que en este espacio de modo simultaneo existen una especie de pugna y sobreposición de diferentes discursos que conforman un especie de collage discursivo que termina en cierta sentido sofocando o truncando la elaboración de algunas experiencias por parte de las usuarias. Otro dato que me llama mucho la atención es que algunas de las usuarias con las que entre en

contacto a través del blog o el facebook , dan cuenta de que paralelamente están en tratamiento dentro de un dispositivo psicológico o psiquiátrico y siguen activas dentro de los espacios Pro Ana Y Pro Mia, también encontré que algunas mujeres que están en tratamiento de recuperación aunque ya han decidido dejar de llevar a cabo las prácticas corporales que se efectúan dentro de la comunidad siguen frecuentando los espacios Pro Ana y pro Mia porque estos les proporcionan un sentido de pertenencia. Eso nos lleva a cuestionarnos sobre la efectividad de los diversos tratamientos o dispositivos de intervención terapéutica además del sentido de pertenencia que predomina en los espacios Pro Ana y Pro Mia.

La entrevista fue enviada al email: mariadelcarmensuarezalcantara@gmail.com.

Capítulo V

Las Prácticas Discursivas que hacen posible que la Anorexia y la Bulimia sean un Estilo de Vida.

Comenzaré por definir uno de los conceptos fundamentales que nos guiará en el presente capítulo, al tratar de responder la siguiente pregunta: ¿qué son las Prácticas discursiva para Foucault?

Para Foucault las prácticas discursivas van del orden del saber al orden del poder, en un espacio-tiempo en donde se genera la experiencia que a la vez forma y conforma al sujeto a través de sus prácticas y modos de hacer. Sujeto que decidirá o resistirse o apegarse a éstas prácticas discursivas.

Práctica discursiva en el ámbito religioso en torno al cuerpo.

Mercado Verdín José (2006) afirma que “la dimensión psíquica grupal, no es la suma de los psiquismos individuales, sino que constituyen otra dimensión con su propia o isomórfica funcionalidad” (Pág.69)²⁵⁹. Este autor señala que es en el imaginario donde da cuenta tanto del aparato psíquico social como individual, éste se encuentra

²⁵⁹ Kaes, René. (2006) Entre lo uno y lo múltiple: Grupo y psicoanálisis. Verdín, Mercado: El imaginario en los vínculos. México. Universidad de Guadalajara.

conformado por los mitos, los sueños, el lenguaje, las religiones, las ciencias, según predominen en los productos y procesos que se elaboran en el imaginario social. De allí la relevancia de poner a discusión, el carácter “religioso” que se le atribuye a la Producción Virtual Pro Mía Y Pro Ana.

IQUA. Agencia de Calidad de Internet. (2011)²⁶⁰ Señala en su apartado Filosofía de vida:

“Hacen referencia a “Ana” y a “Mía” cómo si se tratara de un tipo de Dios / Diosa y por lo tanto, todo lo que comporta adelgazarse es un ritual y su forma de vida, es casi una religión.”²⁶¹

Mònika Jiménez Morales (2010)²⁶² Encuentra importante señalar algunos paralelismos entre los contenidos de los blogs pro-TCA que analiza y las bases de la religión católica, especialmente corrientes filosófico-religiosas como el ascetismo o el misticismo. Cito:

“La penitencia, la idea del pecado y la tentación –la comida-, las oraciones que supuestamente dan fuerza a los adeptos de Ana y de Mía para no sucumbir ante el hambre, o la búsqueda de la perfección del cuerpo y del alma a través del ayuno son, entre otras, algunas de las muchas coincidencias existentes entre los cimientos del catolicismo y los de la “Anorexic Nation.”²⁶³

Para ilustrar lo anterior cita diez mandamientos Pro Ana Y Pro Mía y uno de tantos credos hechos en su honor. Efectivamente en este material electrónico abundan: los

²⁶⁰ “La Calidad en Internet, responsabilidad de todos”. (2010) Análisis anual sobre la difusión y proliferación de contenidos de apología a la anorexia y la bulimia en la red. 2010. (15 de febrero 2011) Recuperado de http://www.fima.org/fitxer/28/resumen_informe_anorexia_y_bulimia_en_internet.pdf

²⁶¹ IQUA. Ibídem. Pág.5.

²⁶² JIMÉNEZ, Morales, Mònika (2010): Trastornos del comportamiento alimentario en Internet. De la blogosfera a las redes sociales. Madrid (España) REVISTA ICONO. 14, Año 8, pp. 84-96. Cita en el texto (Jiménez, 2010, Pág.85) Recuperado de <http://www.icono14.net/ojs/index.php/icono14/article/view/23088>

²⁶³ Ídem. Pág.89.

salmos, las oraciones, los credos, las ofrendas, los rituales en Pro de las deidades que gobiernan este metamundo que son: la Anorexia y la Bulimia. Cito:

“¿Quién es Ana? Ana puede significar muchas cosas para personas diferentes. Acá voy a intentar dar mi punto de vista, mi opinión. No hay verdades con Ana así como no hay verdades absolutas con Dios. Entonces Ana para mí es mi diosa, mi diosa todopoderosa que me ayuda a ser cada vez más perfecta. Ana me castiga y me insulta solo cuando me castigo y me insulto yo misma. Si Ana ve que estoy siendo justa con mi persona entonces me recompensa. Eso es Ana. Puede ser tu amiga, tu diosa, tu novio, tu madre, tu vida. Ana es todo resumido en una sola fuerza todopoderosa. Ana quiere lo mejor para vos, quiere que seas perfecta. Encomiéndate entonces en la fuerza toda poderosa de Ana, deja que ella inunde tu vida con plegarias en contra de la comida. Deja que la diosa de la perfección te ayude a conseguirla.”²⁶⁴

Nancy Lombardini (2012) en su análisis de tesis de maestría en Psicología Social de Grupos e Instituciones (MPSGI) menciona al respecto:

“No afirmamos que las páginas Pro Ana Y Pro Mia promuevan una religión basada en el ascetismo, sino que sus prácticas son comunes a aquellas que encontramos en la religión (católica) respecto a la voluntad, el ascetismo, el sacrificio, y el castigo.”²⁶⁵

Y afirma que valdría la pena tener cuidado con el uso del término religiosidad en las páginas ya que cuando ella habla de religión no se refiere a un Dios o a los diversos contenidos que las diversas religiones han producido a través del tiempo. Sino que cuando piensa en religión lo hace como una experiencia de lo sagrado.

Para ella lo sagrado dentro del complejo anoréxico-bulimia en esta producción virtual es el ideal de perfección.

“La perfección es un imposible a alcanzar, pero sobre todo, es un imposible de significar e imaginar (lo que los Dioses son para las religiones). La perfección es esa sacralidad imposible de alcanzar. Pero más allá de la imposibilidad de

²⁶⁴ ANÓNIMO. (2007) El culto a Ana. Blog Me como a mí. (agosto 2007) Recuperado de <http://mecomoami3.blogspot.mx/2007/08/quienes-son-ana-y-mia.html>

²⁶⁵ Lombardini, Nancy. Op.Cit. P.152

significación o representación que conlleva la perfección como forma sagrada, pretendemos poner el énfasis en su doble connotación. Para Agamber lo sagrado contempla una ambivalencia: digno de veneración que suscita terror. La perfección es augusta y maldita: en esta intersección donde se inscribe el sacrificio como la dedicación del acto de lo sagrado.”²⁶⁶

Campos Rodríguez, José Miguel (2007) también señala el misticismo con que está impregnado el vínculo que mantienen los miembros de este fenómeno cibernético.

Cito:

“En realidad, Ana y Mía, como sinónimos de la anorexia y la bulimia, se presentan siempre en calidad de entes exteriores al propio individuo. Ana y Mía se constituyen, por tanto como una suerte de diosas que premian y castigan; y a las que nunca se debe abandonar.”²⁶⁷

Y no pierde la oportunidad de comparar los textos Pro-Ana y Mía con los escritos de ciertas místicas medievales como Catalina de Siena. Llegando a la siguiente conclusión:

“Es posible preguntarse, a la luz de las semejanzas entre ambos textos, si acaso la esencia misma de ciertos comportamientos permanece inalterable, independientemente del sistema de valores de cada época y lugar. Mientras que Santa Catalina de Siena se entregaba por completo en aras de Dios, las personas que participan de la subcultura Pro-Ana y Mía de Internet parecen hacer lo propio en honor a la Belleza.”²⁶⁸

Pues en el discurso Pro Ana Y Pro Mia tienen dos ejes rectores: la delgadez y el sacrificio, sacrificio que el autor, admite ignorar el objetivo que persigue dentro del Fenómeno.

Federica Deiana (2011) opina al respecto que “al igual que las místicas medievales, las usuarias testimonian la necesidad constante de reforzar la dedicación hacia el propio

²⁶⁶ Ídem.

²⁶⁷ CAMPOS, Rodríguez, José Migue (2007). “Anorexia, bulimia e internet. Aproximación al fenómeno pro Ana y Mía desde la teoría subcultural”. Frenia, Vol. VII. Facultad de Ciencias de la Información. Universidad Complutense de Madrid. Cita en el texto (Campos,2007,Pág.141) Recuperado de <http://www.revistaaen.es/index.php/frenia/article/viewFile/16440/16285>

²⁶⁸ CAMPOS, Rodríguez. Ibídem.P.142.

proyecto existencial, inspirándose en la figura de Ana y en lo que ella representa.”²⁶⁹ Para esta autora la figura de la diosa-Ana tiene tres funciones más allá de las interpretaciones seudo-religiosas. El primer cometido de hacer a la anorexia y la bulimia una deidad, es que esto sirve para homogenizar el material Pro Ana y Pro Mia. El segundo objetivo que persigue esto, es otorgarle un trasfondo e investir determinadas prácticas de un valor más trascendente que el simple rechazo a la comida. Y por último es una estrategia, que las usuarias utilizan para colocar el dolor y el sufrimiento fuera de sí mismas. Pues determinadas prácticas corporales conllevan un gran dolor y esfuerzo como lo es el ayuno.

En lo que a mí respecta, pienso que es indispensable reflexionar todo este material a la luz de la cita de Gómez Edgar (2002)

“Si bien lo virtual es independiente de lo real en el sentido que propone sus propios mecanismos sociales de poder, identidad, comunidad, y comunicación, no podemos ni debemos, olvidar que más allá de los personajes gestados en las pantallas hay personas sentadas frente a distintos tipo de computadora, en lugares muy diversos y con un capital cultural que puede ser radicalmente diferente.”²⁷⁰

Ya que a mi juicio la división entre lo virtual y lo real es transcendido por el denominado Fenómeno Pro Ana y Pro Mia. Pues dicho fenómeno es incomprensible o inexplicable si sólo se abarca uno de estos ámbitos. De allí la necesidad de hacer una lectura integrando tanto la parte Online y Offline. Muestra de lo anterior es que en este material electrónico no sólo existen oraciones o ceremonias similares a los que se realizan en el catolicismo, aunque efectivamente estos sean las más populares en este tipo de producción virtual también concurren rituales que asimilan cultos y oraciones existentes en otro tipo de religiones o creencias como: la magia blanca o la denominada Nueva Era. Los rituales o ceremonias existentes en este material electrónico pueden ser una invención de la administradora. La “religiosidad” y en

²⁶⁹ DEIANA, Federica. Ibíd.231.

²⁷⁰ GÓMEZ, Edgar. Op Cit.Pág.67.

general, los contenidos existentes en los espacios Pro Ana Y Pro Mia son resultado de un sincretismo de diversos discursos sociales que se utilizan en diferentes ámbitos (empresarial, terapéutico, espiritual, deportivo, intelectual etc.) y las prácticas sugeridas pueden ser sustraídas de todo tipo de esferas (la social, la religiosa o cultural etc.) Pues no hay que olvidar que las creadoras de este metamundo tienen efectivamente un capital cultural heterogéneo y que los espacios Pro Ana Y Pro Mia son espacios creados y recreados por sus autores ininidad de veces, debido a que las prácticas discursivas que se juegan en estos espacios se resinifican dentro del ámbito virtual considerablemente gracias a las prácticas mediáticas y a las múltiples posibilidades que proporciona la virtualidad para crear este tipo de materiales electrónicos. Estos metamundos que a su vez producen metadiscursos que son sustraídos de todo tipo de creencias y prácticas forman una especie de collage en donde hay un sincretismo entre las prácticas y los discursos de toda índole por contradictorios o adversos que éstos puedan parecer entre sí convergen en este material electrónico sin problema alguno, pues dichos discursos y prácticas entre más variados son, sirven para alimentar incesantemente a este cuerpo virtual, siempre y cuando giren y se adapten a las prácticas discursivas y corporales que se juegan en los socioespacios Ana Y Mia. Es así, como, de manera tanto colectiva (porque los integrantes de estos socioespacios continuamente se están leyendo entre sí y retroalimentándose mutuamente) y de forma individual (Porque sólo la internauta que administra el espacio virtual es la única que decide) ¿Qué tipo de “religión” se profesa en éste lugar?, ¿Cuáles son los códigos morales? ¿Quiénes son los habitantes que pueden o no ingresar a este mundo? , ¿Qué características tienen las habitantes del mismo? , es decir, ¿Qué es ser una princesa?, ¿Quién es una princesa? O ¿Quién es una wannabe?, ¿Cómo se debe de comportar una princesa?, ¿Qué rituales, oraciones, ofrendas o rezos deben de realizarse dentro de este espacio? o por el contrario la prohibición de que en ese espacio existan discursos y ceremonias seudo religiosas.

Aunque efectivamente en este material electrónico predominan algunos dogmas católicos heredados por la religión judío-cristina²⁷¹, revueltas con el Management y el culto a la delgadez que prevalecen en la actualidad, además del hecho de que dicho material sea de carácter meramente femenino.²⁷²

Hay que tener en cuenta que una de las características de la Producción Pro Ana y Pro Mia es su diversidad y la controversia existente, que hay dentro del mismo, referente a, qué es ser una verdadera Princesa (Ana o Mia) si son o no son Princesas o cómo debería de comportarse una Princesa, por parte de las usuarias, es también real que existen determinadas secciones que se repiten o prevalecen sino en todos los materiales electrónicos Pro-Ana, en gran número de los mismos esto quizás se deba a las características propias del hipertexto y de los espacios socitécnicos en donde se encuentran inmersos éstos. De allí que tenga la certeza que no hay una estandarización o una normalización que pueda explicar que significa ser una princesa Ana o una princesa Mia. Por lo mismo me limitaré a rastrear históricamente algunos elementos que están plasmados en la producción de dicha comunidad, de diversas prácticas discursivas en diferentes ámbitos y épocas históricas como ya lo señale para al final ser resignificados por cada una de las integrantes de esta comunidad cibernética. Con esto quiero decir que me abocaré a dar una explicación de los elementos que más se repiten en este material electrónico. Ya que la experiencia de ser una Princesa: Ana, Mia o Alisa, se constituye por medio de acontecimientos diversos en donde se juegan pasiones emociones, sentimientos, valores, acciones de

²⁷¹ De allí que sea necesario hacer una somera revisión de algunas prácticas tanto discursivas como corporales que imperan en el siglo XVII y XVIII en el cristianismo.

²⁷² Religión. (Del lat. religĭo, -ōnis). 1. f. Conjunto de creencias o dogmas acerca de la divinidad, de sentimientos de veneración y temor hacia ella, de normas morales para la conducta individual y social y de prácticas rituales, principalmente la oración y el sacrificio para darle culto. 2. f. Virtud que mueve a dar a Dios el culto debido. 3. f. Profesión y observancia de la doctrina religiosa. 4. f. Obligación de conciencia, cumplimiento de un deber. La religión del juramento. 5. f. orden (instituto religioso).

El Diccionario de la lengua española (DRAE)2012 es la obra de referencia de la Academia. Versión electrónica permite acceder al contenido de la 22.ª edición y las enmiendas incorporadas hasta 2012. (septiembre 2012) Recuperado de <http://lema.rae.es/drae/?val=religion>

todo tipo, es decir: racionales e inconscientes sin contar las experiencias múltiples que se derivan de las relaciones intersubjetivas que éstas mantienen con otros y como consecuencia de las propias luchas de poder (en todos los ámbitos) y actos de sometimiento, dominación y resistencia dentro y fuera del ámbito virtual que viven día a día, cuestión que hace irreductible a dicho fenómeno cibernético a comunes denominadores o a explicaciones universales.²⁷³

Algunos elementos que predominan en los materiales electrónicos Pro Ana Y Pro Mia son algunos dogmas católicos heredados por la religión judío-cristiana. Le Bretón (2007) afirma que será a partir de los anatomistas y especialmente de Versalio que en la episteme occidental nacerá el dualismo contemporáneo, en donde se separa el cuerpo del alma. El cuerpo se comenzará asociar al poseer y no al ser. Y poco a poco se irán transformando los discursos incluso el religioso en donde el cuerpo dejará de ser el tabernáculo divino donde habita Dios y se convertirá en el mayor obstáculo para llegar a él, es decir en "la tumba del alma". A raíz de eso habrá una división tajante entre el cuerpo y el alma. El alma será considerada superior al cuerpo y para erradicar los deseos sexuales, el cristiano deberá ocuparse exclusivamente de cultivar su espíritu a través de la oración, el ayuno y la abstinencia. El desprecio por el cuerpo y por todos los placeres que este pudiera tener surge desde hace muchos siglos atrás, es parte de la modernidad ver al cuerpo como algo ajeno, dividido, separado de nosotros mismos es decir como un accesorio, "un kit, una suma de partes eventualmente afanado en un bricolaje de sí mismo, y el cuerpo es justamente una pieza maestra de la afirmación personal. El cuerpo hoy es un alter ego, un doble, otro sí mismo, pero disponible para todas las modificaciones, prueba radical y modulable

²⁷³ Tal como lo sugiere Salazar, Claudia en su texto El abismo de los ganadores que acontece en la complejidad que existe entre la subjetividad y la colectividad.

de la existencia personal y exhibidor de una identidad provisional o permanentemente elegida.”²⁷⁴

En los socioespacios Pro Ana Y Pro Mia el cuerpo efectivamente es materia prima que puede moldearse poco a poco a través de diversas prácticas corporales que buscan transformar a las mujeres que ingresan en una verdadera princesa. Es decir en una mujer que se apropia de la experiencia anoréxica a través de vivir-hacer cotidianamente determinadas prácticas corporales.

La Producción virtual Pro Ana Y Pro Mia en la web está profundamente atravesada por el denominado **management** como lo define Claudia Salazar (2013)“que corresponde a la inserción de las lógicas gerenciales de la administración empresarial extrapoladas sobre todos los órdenes de la existencia y que expresan un modelo de individuo normalizado según el ideal de éxito propio del capitalismo posindustrial: el ganador. Hoy la vida se trata de convertirse en ganadores de ganar a toda costa, aun cuando en la competencia se destruyan los vínculos, entornos, formas de vida e incluso comunidades enteras. Ganar a costa de la vida de otros y aun de la propia vida, incluso cuando ganar nos conduzca al abismo. (Pág.13).”²⁷⁵

Acaso las Anas y las Mias ¿no están dispuestas a todo? hasta perder la vida para transformarse en ganadoras, en **Princesas** a costa de su salud. Para ser un ganador se requiere un cuerpo esbelto en la modernidad. Pues esta característica física denota disciplina, autocontrol, carácter. De hecho la fórmula que predomina en la sociedad y que se refleja en este material electrónico es éxito=delgadez. De allí que no debería de extrañarnos los juegos que existen reiterativamente en espacios Pro Mia y Pro Ana sobre la existencia de Ana y Mia como diosas debido a que “el management apela a valores religiosos y estructuras de culto, y las religiones se vuelven la mejor propaganda para el management. Desde allí se diseminan credos cuyas promesa es

²⁷⁴ LE BRETON (2007). Adiós al cuerpo. Pág. 32.

²⁷⁵ SALAZAR, Claudia. (2013) El abismo de los ganadores. UAM-XOCHIMILCO. México.

el éxito y la realización individual, se instrumentalizan las formaciones vinculares y la subjetividad misma.”²⁷⁶

Frases como:

"Realiza cada uno de tus sueños hasta el último día de tu vida sin importar las consecuencias", En el único lugar donde encontrarás la palabra éxito sin trabajo, es en el diccionario" etc. Son frases utilizadas principalmente en el ámbito laboral, deportivo en donde la consigna es sé ganador, el material pro Ana y pro Mia, hace inherente el triunfo con la delgadez. "Tengo kilómetros que caminar y promesas que cumplir antes de ir a dormir", "La grasa frita no puede mentir, su verdad está escrita en tus piernas", "Tomaste una decisión: no vas a parar. El dolor es necesario, sobre todo el dolor del hambre. Eso te reasegura que sos fuerte, que puedes soportar cualquier cosa", "Prefiero sentir llena el alma y no el estómago", "Cada kilo que pierdo es un sueño logrado", "No dejes para mañana las dietas que puedes hacer hoy, Tarde o temprano vamos a morir, así que hagámoslo con arte. No admires lo que eres, sino lo que podrás llegar a ser." " Nunca se es demasiado rica ni demasiado delgada. "Porque deseas ser feliz en este mundo.*Porque las delgadas son sexys y consiguen casi todo en esta vida.*Porque sencillamente te ves linda a los ojos del mundo.*Porque si eres gorda, no puedes hacer casi nada y las personas se voltean para reírse de ti.*Porque siendo delgada si se voltean es para decirte lo linda que estás y lo sexy que eres.*Porque en tu caso es lo que te hace feliz.*Porque es por lo que estás luchando.*Porque es muy sano hacer ejercicio y mantenerse en forma.*Porque tú sabes que eso que quieres lo puedes hacer.*Porque si no lo haces tú nadie lo hará por ti.*Porque te pones unas metas en tu vida y quieres cumplirlas.*Porque tienes éxito.*Porque si tú te encuentras a gusto contigo misma y te ves bien estarás bien por dentro."²⁷⁷ Este tipo de frases abundan en la producción virtual Pro Ana y Pro Mia pues

²⁷⁶ SALAZAR, Claudia.Ibídem.29.

²⁷⁷ ANÓNIMO.(2008) Solo Para Princesas...! Bienvenidas princesas AnA y MiA.(17 febrero 2008)
Recuperado de <http://princesita0408.blogspot.mx/>

se busca escapar del estigma que es tener un cuerpo obeso, es decir de ser un perdedor y por otra parte transformarse en una princesa en una mujer que tiene fuerza de voluntad y control.

El carácter femenino de la Producción Pro Ana y pro Mia, no descansa únicamente en que las partículas “Ana” y “Mía”, se derivan de las contracciones de las palabras “anorexia” y “bulimia”, enfermedades consideradas principalmente femeninas, aunque también existan hombres que las padecen. Sino que es un material que hereda todas las contradicciones de lo femenino, es decir, lo que metafóricamente debería ser una mujer, como lo señala Teresa de Lauretis (1989) en la tecnología de género²⁷⁸, en este material electrónico de a poco se va anulando la existencia de las mujeres reales históricas concretas, con cuerpos y características diferentes, van sucumbiendo ante la representación de la mujer perfecta, de la MUJER en general, el ideal de la perfección, es decir de la PRINCESA. En la producción pro Ana y Pro Mia se reduce la belleza de la multiplicidad de cuerpos de las mujeres de distintas razas, colores, volúmenes, a la belleza unívoca del cuerpo descarnado, de una belleza norteamericana representada por artistas como son: Christina Ricci, Nicole Richie, Anna Cournikova, Kate Bosworth; Keira Knightley, Hillary Duff, Calista Flockhart, Jennifer Aniston, París Hilton, Kate Moss, Claudia Schiffer, Christina Aguilera, Lindsay Lohan, Nieves Álvarez, Jane Fonda, princesa Victoria, Angelina Jolie, Beyonce Knowles, Jessica Alba, Scarlett Johansson, Nicole Kidman, Alegra Beck Versace, Ashlee Simpson, Britney Spears, Claudia Liz, Mary-Kate y Ashley Olsen, Anahí, Paulina Rubio... Como podemos observar la mayoría de los Thinspiration son de artistas norteamericanas y si de casualidad hay alguna mujer latina es porque ésta ya ha modificado su apariencia a tal grado que se acerca al prototipo de mujer-Barbie (avatar recurrente en esta producción virtual). No hay que olvidar que el origen del fenómeno Pro Ana y Pro Mia es en Inglaterra o

²⁷⁸ LAURENTIS, Teresa. (1989) *Technologies of Gender. Essays on Theory, Film and Fiction*, London, Macmillan Press, págs. 1-30. (diciembre 2013) Recuperado de http://blogs.fad.unam.mx/asignatura/adriana_raggi/wp-content/uploads/2013/12/tecnologias-del-genero-teresa-de-lauretis.pdf

Estados Unidos y que a partir de allí se expande a otros países. Así que no es extraño encontrarse reiteradamente en este tipo de material electrónico las siguientes expresiones al respecto:

“QUE BUBIS O TRASERO YO LO QUE QUIERO ES HUESOS Como podemos observar en estas humildes fotos, yo soy talla grande o de contextura gruesa, lo que odio la verdad por mi hubiese nacido un palo, y si quiero pechugas me podría silicona, pero nací con **cuerpo de latina**, lo que más me cuesta bajar no es la guata aunque tengo guata , son los brazos esos horribles brazos que son enormes y con bubis no me veo muy bien, y las piernas gorditas, nunca en mi vida he podido tener piernas flaquitas, oh dios mío sería tan feliz con brazos y piernas bonitas y delgadas.”²⁷⁹

En este espacio las mujeres a través de una serie de prácticas corporales buscan alcanzar a la belleza hegemónica de la MUJER que sólo puede ser esbelta y joven. Una belleza americana como podremos observar en la siguiente conversación:

Eli Ana Mia

13/10/2013

Uy q mal uffff pues sí hablamos **chicas de aquí ósea EEUU uffff son unas muñecas** y solo de verlas me dan fuerzas para ser como ellas :D pues eso del ciber-novio yo estoy así ahora mmm él es de México y lo amo pero ahora estamos muy mal x peleas tontas y todo lo demás me he deprimido tanto q me he cortado nuevamente No sé si lo hagas pero creo yo q Ana mía y eso de cortarse bien tomadas de la mano xq a veces si t lastiman eso de q estas gorda q fea y todo eso pues hasta mis hermanas me lo dicen :c y mejor manera en desahogarme es cortándome. Uy quisiera q mi familia sea vegetariana :D

Kokoa Baskerville

13/10/2013

Hahahahah, si, la verdad es terrible... Ana y Mia <3 Si, en estados unidos hay muchas chicas hermosas, pero también hay mucha obesidad, tienes thinspo y reverse thinspo x3

Kokoa Baskerville

13/10/2013

²⁷⁹ THALY (2013). QUE BUBIS O TRASERO YO LO QUE QUIERO ES HUESOS. Blog: Yo voy a hacer tan bella que todo me miren cuando salgo a caminar. Amor-belleza.éxito-salud -juventud(7 de noviembre de 2013)Recuperado de <http://yosoyfuertee.blogspot.mx/2013/11/que-bubis-o-trasero-yo-lo-que-quiero-es.html>

Yo no me corto mucho...

Eli Ana Mia

13/10/2013

Siiii aquí parecen una muñequitas con esa cinturita pues siiii son mis compañeras mis thinspo <33 hay una rubia ojos azules ufffff hermosa algún día tendré el cuerpo de ella <333 *siii pero las delgadas hermosas más son las rubias xq las morenas nooo mucho xD*

Eli Ana Mia

13/10/2013

Yo tampoco me cortó mucho

Kokoa Baskerville

13/10/2013

Me gusta charlar contigo:D

Eli Ana Mia

13/10/2013

Ai q linda a mi igual me hace sentir bien hablando con alguien q me entiende ya q esto nunca podré decir a una amiga o novio

Kokoa Baskerville

13/10/2013

Te entiendo. Yo nunca he tenido una verdadera "Amiga Ana y Mia" porque mis cuentas en Facebook no duran... Eres con quien más he conversado c: ²⁸⁰

Prácticas discursivas médicas en torno a la delgadez.

Hablar de medicina es hablar del cuerpo dividido, del cuerpo mecánico de Descartes es decir de la idea del cuerpo máquina. La medicina será la disciplina que paradójicamente es la única que puede intervenir al cuerpo legítimamente y la primera en silenciarlo, en no escucharlo como lo señala Meri Torras (2006) pues la medicina es la disciplina que se encarga de curar la enfermedad y no al enfermo.

Dentro de las instituciones médicas- psiquiátricas tanto la anorexia como la bulimia son: síntomas, enfermedades o trastornos de conducta alimentaria, síndromes, patologías parapsicóticas, psicosis mono sintomáticas o perversiones, etc.

²⁸⁰ KOKOA BASKERVILLE.(2013)Diálogo ente Kokoa Baskerville y Eli Ana Mia.Blog:Welcome to my world.(13-10-2013)Recuperado de <http://noeatbyme.blogspot.mx/search?q=Kokoa+basquerville>

Aunque hay una gran diversidad de propuestas para definir qué tipo de enfermedad mental es tanto la anorexia como la bulimia, existe una descripción exhaustiva de los síntomas por llamarlos de alguna manera o de consecuencias físicas que conllevan dichas prácticas corporales.

Físicamente: problemas gastrointestinales, lesiones o desgarramiento esofágico, esofagitis crónica, espasmos estomacales, piel seca y fría, pelo seco y frágil, bradicardia (disminución de la frecuencia cardíaca), reducción de la frecuencia respiratoria, abenia, atrofia muscular, debilidad y déficit de minerales y vitaminas, diarrea, dermatitis, alteraciones de la piel(deshidratación, estrías) y mucosas, ,ceguera, predisposición a infecciones, raquitismo, osteoporosis, desnutrición calórica, retraso de crecimiento en los niños, engrosamiento glandular (área cuello), caries, erosión de la raíz dental, pérdida de piezas dentales, erosión del esmalte dental, deshidratación (debido al vómito), inflamación crónica de la garganta, dificultad para tragar, anemia, alteración del balance electrolítico e hipopotasemias (concentraciones bajas de potasio en sangre) por mencionar algunas. Sexualmente: Sobreviene la irregularidad menstrual y más tarde la amenorrea, además de dificultadas para relacionarse sexualmente en las mujeres o la impotencia en varones. Y Mentalmente: daño nervioso (incluso parálisis) demencia, carácter hostil e irritable, son víctimas de una depresión severa, y tienden a experimentar convulsiones, pensamiento desordenado y cosquilleo, pérdida de sensación u otros problemas nerviosos en las manos o los pies, tienen miedo intenso al aumento de peso o a ser obesos incluso teniendo su peso inferior al normal. Hay una distorsión de la apreciación del peso, el tamaño o la forma del propio cuerpo. Incluyen pensamientos melancólicos o pesimistas, ideas recurrentes de suicidio, escasa capacidad de concentración o irritabilidad creciente. Las exploraciones cerebrales indican que partes del cerebro experimentan cambios estructurales y actividad anormalmente alta o baja durante los estados anoréxicos; algunos de estos cambios

regresan a la normalidad después del aumento de peso, pero existe evidencia de que algún daño puede ser permanente.²⁸¹

La mayoría de las usuarias son acusadas de ignorantes respecto a las consecuencias que con lleva la anorexia y la bulimia. De allí que algunas de las integrantes de dicha comunidad dediquen las primeras entradas de su página web o blog a describir detalladamente que es la anorexia y la bulimia y cuáles son sus consecuencias utilizando términos médicos. Eso derrumba la creencia de que tener toda la información referente a un tema automáticamente remite a la prevención o a la realización de acciones unidireccionales, lineales por parte del sujeto, en donde éste sólo tomará en cuenta las causas y los efectos que tienen determinadas prácticas corporales, como en el caso de la anorexia y la bulimia, en donde las políticas públicas para la prevención de las mismas se enfocan principalmente en las consecuencias físicas, mentales que estas “enfermedades” provocan, ignorando que la mayoría de las veces las motivaciones para realizar dichas prácticas tienen principalmente su sustento en las construcciones socioculturales que rodean a los sujetos y estos están dispuesto a arriesgar su vida con tal de obtener los resultados que se derivan de dichas prácticas, es ingenuo por decir lo menos pensar que la información y las normas serán aceptadas y reproducidas automáticamente por los sujetos, con el sólo hecho de decir que éstas tienen consecuencias nefastas para la salud, es minimizar la capacidad de agencia del sujeto, su creatividad e ignorar sus referentes socioculturales, que la mayoría de la veces no se rigen por lo que es mejor para la salud, sino que se juegan en otros ámbitos y por lo tanto exaltan otros valores. De allí que sea frecuente encontrar declaraciones como la siguiente en los diversos materiales electrónicos Pro Ana Y Pro Mia.

“No quiero estar sana quiero estar delgada. Cuál es la manía de la gente de obligarte a comer, no quiero engordar, me desesperan. Este fin fui a la parcela de mi tía, ella no paraba de decirme que estaba más

²⁸¹ ANÓNIMO (2012) Todo Ana y todo Mia . (Septiembre 2012) Recuperado de <http://www.todoanaymia.com/perfil.html>

delgada y pálida, y mi mamá le dijo -está haciendo otra de esas dietas estúpidas, en fin. Al final después de pasar una semana comiendo, verduras, frutas y galletas integrales, tuve que comer cochinadas, no comí como antes que comía hasta explotar pero comí hartito, doritos, papas, galletas, en fin, creo que engorde, enserio me siento más gordita, sí, que esta semana me mato de hambre. La spirulina realmente da resultado, tengo muchos menos apetito que antes, eso sí los antidepresivos como que me drogan un poco, no sé me siento rara pero en fin.”²⁸²

El mito de origen que circula en este material electrónico. Como ya se mencionó en los capítulos anteriores, el origen de los primeros sitios web de esta índole es muy dudoso y poco estudiado por los investigadores del tema. De hecho, la mayoría de las investigaciones giran alrededor de la proliferación de las páginas y se centran en una exhaustiva descripción de las mismas. La única referencia que tengo al respecto de por qué éste fenómeno se denomina pro Ana y Mia, es por la fundadora de la páginas (Lyli S Life. Happy day) que refiere que en el 2004 asistió a una conferencia en el Instituto de Antropología de la UNAM, en donde se organizó un coloquio referente a cómo surgió el nombre de este tipo de material electrónico. He asistido en diversas ocasiones en busca de algún registro que corroboré dicha información sin éxito alguno, lo cierto es que el mito fundacional que circula entre las cibernautas Pro Ana y Pro Mia está atravesado por los discursos y las prácticas médicas.

La autora de Lyli S Life. Happy day relata que esta producción virtual surge de un proyecto médico que buscaba brindar apoyo emocional a las personas que padecían anorexia y bulimia por medio de sitios web. Para lograr dicho objetivo, se modificó el nombre de estos padecimientos, buscando “suavizar” su denominación:

Llamándose a sí mismas **Pro Ana y Pro Mía a favor de la recuperación**; posteriormente, esa *web* y la idea fueron eliminadas por la poca gente

²⁸²THALY. (2013)No quiero estar sana quiero estar delgada.

<http://yosoyfuertee.blogspot.mx/2013/11/no-quiero-estar-sana-quiero-estar.html> (26 noviembre 2013)

<http://yosoyfuertee.blogspot.mx/2013/11/no-quiero-estar-sana-quiero-estar.html>

interesada en ello ya que en esos tiempos la anorexia y la bulimia no eran de gran interés social.²⁸³

Sin embargo, señala la administradora de la página, en España, dos años después, alguien retoma no sólo la idea de nombrar a la Bulimia y la Anorexia “Ana Y Mia”, sino que además crea una página con el nombre “Princesas de porcelana”. Ahí se comienza a reunir un grupo de personas que se dedican a compartir cómo es su vida con dichas enfermedades. Es así como, poco a poco, el grupo decide enfocarse cada vez más en apoyarse mutuamente para “mantenerse delgados”.

Por primera vez, hacer amistad sin ser juzgados. Esa *web* era muy especial y no cualquiera entraba ya que se deseaba tener solamente personas con Ana Y Mía para ser apoyados en su meta. Se llamaban ‘princesas de porcelana’ por su liviandad y fragilidad en relación con delgadez y belleza. El cierre de la *web* ocurrió un 16 de enero y se borró todo rastro de ella. Por lo menos en las páginas nos encontramos gente con la que podemos hablar sin tener que autocensurarnos por miedo a que nos dejen solas.²⁸⁴

Pero este no es el único mito de origen y del cumpleaños de Ana y Mia como expondré a continuación. En el blog de *my dreams are made of this*²⁸⁵ se comienza a cuestionar a la comunidad misma sobre la fecha que está señalada como el cumpleaños o día de Ana Y Mia. Es interesante ver las respuestas de las usuarias, Amber piensa que este festejo se debe a que es el cumpleaños de Kate Moss; princezacruel señala que la causa es que se celebra el día de la nutrición y la alimentación, suddenn agrega a esta idea que wannas tergiversaron el significado transfórmalo en el día de las anas y las mias; Karytocherry sugiere que en ese día murieron cinco modelos que padecían anorexia y bulimia. Como podemos observar el origen es nebuloso para la misma comunidad. Y la posición ante la celebración de este día también es muy diversa, algunas integrantes de la comunidad festejan haciendo ofrendas de comida a las

²⁸³ ANÓNIMO (2012) “El origen”, post en el blog *Lyli S Life. Happy day Ana y Mia*. 16 de enero de 2012. <http://mianaly.blogspot.mx/2012/01/el-origen-de-ana-y-mia-16-enero-dia-ana.html>

²⁸⁴ Ídem.

²⁸⁵ ANÓNIMO (2011) *My dreams are made of this*. 16 de enero día de Mia y Ana. (15 de enero 2011). <http://princesasmoderadas.blogspot.mx/2011/01/16-de-enero-dia-ana-y-mia.html>

diosas Ana y Mia o convocando a realizar una automutilación masiva en su honor, vistiéndose de rojo o morado, realizando un ayuno severo o teniendo una rutina de ejercicio verdaderamente extenuante, saliendo con otras Anas o Mias a festejar. Sin embargo también existen quienes se preguntan si en realidad hay algo que festejar. Cito:

“¿Celebrar que nuestra salud está de la fregada? ¿Que nuestro cabello se cae como lluvia y el corazón nos duele a morir al hacer ejercicio? ¿Que la respiración se corta y se nubla la vista, nos mareamos y desvanecemos en cualquier momento? ¿Que nuestras uñas están maltratadas y que nuestra piel se seca cada cuatro horas (aunque bebamos agua como locas)? Qué en algún lugar del mundo una princesa está muriendo de un paro cardíaco? Yo no celebro, yo sólo recuerdo. Recuerdo a las chicas que he conocido aquí, a las que han salido adelante, a las que siguen luchando por sus metas y a la que lo último que supe de ella fue que necesitaba un trasplante de corazón a causa de la anorexia (SI ME ESTÁS LEYENDO NENA POR FAVOR DIME QUE ESTÁS BIEN) A todas las chicas que me hacen sonreír, que me apoyan, me motivan o tratan de sacarme de aquí. El día de Ana y Mia remueve mil historias en mi cabeza.”²⁸⁶

A pesar de no tener un espíritu festivo por el cumpleaños de Ana Y Mia, la administradora de la página incita a que se junten las Anas y las Mias y se vistan del color correspondiente para festejar, por su parte ella se propuso hacer un ayuno y su rutina de cardio mientras especulaba que pese a todo “es un día especial”.

Federica Deiana (2012) afirma que en este tipo de espacios virtuales hay un constante juego de compenetración entre los dos paradigmas, el bio-médico y el Pro Ana, esto en parte se debe porque en la sociedad contemporánea los conocimientos reconocidos como verdaderos sobre el cuerpo se siguen produciendo dentro y sólo desde el paradigma biomédico como bien señala Foucault.²⁸⁷

²⁸⁶ ANÓNIMO (2013) My dreams are made of this. Día Ana y Mia . (16 de enero 2013).<http://princesasmoderadas.blogspot.mx/2013/01/dia-ana-mia.html>

²⁸⁷ Gracias, Mabel. Ibídem. P.268.

Es evidente que el material electrónico Pro Ana y Pro Mia está atravesado por prácticas discursivas médicas la prueba más reciente y fehaciente de esto es la existencia de una nueva princesa de nombre Alisa esta princesa se refiere a todas las personas que eligen tener una alimentación sana y en el lenguaje médico equivale a la ortorexia y por lo que sé tiene apenas unos cuantos años de existir en el mundo de las princesas Ana y Mia , el color de pulsera con el que se identifican las usuarias que quieren seguir a esta nueva princesa es verde.

“ALISA es lograr un cuerpo perfecto cuidando el organismo, comiendo alimentos saludables y evitando todo lo que afecte el buen funcionamiento de esa máquina perfecta que se llama cuerpo.

Las Princesas Alisa consumen únicamente comida sin conservantes, aditivos, colorantes ni grasas. En su dieta también están los productos light con muy pocas calorías. Casi todas evitan las carnes, y las pocas que las comen lo hacen en pequeñas cantidades y crudas. Se alimentan principalmente de frutas y verduras.

Son adictas a lo natural y a todo lo que consideran “puro”, para mantener un organismo depurado, libre de tóxicos.

La diferencia entre las Anas y las Alisa radica en que las primeras están obsesionadas con la cantidad de comida que ingieren; las segundas, con la calidad.

Las princesas Alisa hacen de la comida un ritual. Dedicar varias horas de la semana a diseñar menús para cada día, a buscar los alimentos buenos y prepararlos adecuadamente. Ellas conocen el peligro de los conservantes igual que los alimentos sometidos a cualquier proceso industrial ya que son tóxicos y contaminarán su cuerpo.

Por eso recorren cuerdas enteras buscando alimentos biológicos, libres de pesticidas y exentos de manipulación agraria o industrial, aunque deban pagar por ellos dos o tres veces más de lo que normalmente cuestan y, si no los encuentran, prefieren no comer nada. Son muchos los alimentos que se niegan a comer, pero en especial la proteína animal.

Alisa es una diosa muy estricta y para la cual la mínima trasgresión equivale al pecado. Normalmente las que siguen a Alisa son personas muy estrictas, controladas y exigentes consigo mismas y con los demás. Cuando alguna de estas princesas incumple su propósito, les embarga un sentimiento de culpa que desemboca en estrictas dietas o ayunos. Eres una princesa Alisa si cumples por lo menos con cuatro de los siguientes comportamientos:

- 1. Dedicar más de 3 horas al día a pensar en una dieta sana.**
- 2. Te preocupas muchísimo por la calidad de los alimentos.**

- 3. Tienes sentimientos de culpabilidad, cuando no cumples con tus convicciones dietéticas.**
 - 4. Planificas lo que comerás al día siguiente.**
 - 5. Últimamente te has vuelto muy estricta contigo misma.**
 - 6. Aumenta tu autoestima cada vez que comes algo que consideras saludable.**
 - 7. Has renunciado a comer alimentos que te gustaban para comer alimentos buenos.**
 - 8. Te sientes en paz contigo mismo y crees que todo está bajo control cuando comes de forma sana.**
 - 9. Prefieres ayunar antes que comer algún alimento prohibido.**
 - 10. Evitas salir a comer fuera con tal de no romper tu régimen.**
- Si te falta fuerza de voluntad para seguir a ANA y te cuesta trabajo estar con MIA, no todo está perdido. Alisa es tu mejor opción para alcanzar el peso que siempre has deseado.²⁸⁸

La nueva princesa reafirma como el estilo de vida de dicha comunidad está atravesado efectivamente por el discurso biomédico y por prácticas corporales como es el de auto diagnosticarse y auto medicarse y recetas, frases que parecen sacadas de un manual de autoayuda o de la una revista en donde de manera práctica y sencilla se induce a las lectoras a este metamundo. etc. Efectivamente en estos espacios virtuales hay una disputa como lo plantea Federica Deiana(2012) “no por plantear una redefinición conceptual de la idea de salud sino que se propone algo mucho más limitado, esto es, la crítica y la redefinición de un comportamiento en concreto, englobado indebidamente en el campo de lo patológico revindicado como sano.”²⁸⁹

Prácticas discursivas sociales en torno a la delgadez.

El cuerpo se deportiviza

Vigarello (2011) afirma que la exigencia de adelgazamiento se afianza en la segunda mitad del siglo XIX y a finales del mismo. “La gordura se señala precozmente y con ella,

²⁸⁸ ANÓNIMO.(2012)Alisa. La nueva princesa.11 de junio de 2012. Recuperado de <http://unamentequevaamil.blogspot.mx/2012/06/alisa-la-nueva-princesa.html>

²⁸⁹ GRACIA, Mabel, Arnai. Ibídem. Pág.268.

lo desagradable o lo feo. La presión sobre la gordura es cada vez mayor”.²⁹⁰ Esto se debe a una serie de prácticas con matices inéditos que se llevan a cabo como son:

1.- La práctica de pesarse constantemente se instaura inadvertidamente. “la báscula de apartamento se convierte en un objeto de publicidad en los Archives generales de médecine, a principios del siglo XIX.”²⁹¹

2- La trivialización de las cifras, entre el peso y la altura, a finales del siglo XIX dando lugar a la existencia de diversas tablas de equivalencia entre el peso y la altura. Según este autor el registro del peso para una determinada altura, se detalla con el paso del tiempo cada vez más, perfilando el actual Índice de Masa Corporal (IMC). William Banting o Louis Alexandre de Saint Germain, Queletet, Adrien Proust y Albert Mathieu, propondrán sus propias medidas. “En cualquier caso todas las cifras se establecen a partir de una perspectiva no sólo médica sino también estética.”²⁹² Esto es muy importante si tomamos en cuenta que dentro de la Producción Pro Ana y Pro Mia abundan este tipo de tablas de equivalencia, variando según la postura de la creadora del material electrónico respecto a la anorexia y la bulimia.(moderada o extrema).

3.- La utilización del espejo. Pues estos permitieron una estilización de todo el cuerpo debido a que como menciona Vigarello “los dos espejos dieron lugar a una nueva forma de curiosidad: el gesto de mirar el propio cuerpo se convirtió en un asunto evocando en la literatura y en la iconografía, y permitió ensalzar la silueta en su conjunto y verticalmente, con sus sinuosidades anatómicas, no sólo las de arriba, sino también las de abajo.”²⁹³

²⁹⁰ VIGARELLO (2011) *Ibidem*. P.217.

²⁹¹ *Ibidem*. P.219.

²⁹² *Ibidem*.P.220.

²⁹³ *Ibidem*.P.223.

4.- En la década de 1870 como señala Vigarello queda establecido el adelgazamiento en el discurso médico como sinónimo de salud. “Mi médico me aconsejo... se convierte en una frase recurrente en los relatos de dieta a finales del siglo”.²⁹⁴

5.- El enfoque por los músculos abdominales firmes. En las décadas 1870 y 1880 existe una presión social por bajar la barriga, los tratados de gimnasia a finales de este siglo condenan la debilidad del musculo del abdomen. “Los músculos abdominales firmes y vigorosos son el mejor cinturón contra la obesidad.”²⁹⁵

6.- La utilización de los trajes de baño hacen que los individuos quieran tener una silueta perfecta. “A partir de la década de 1870 y 1880, la simple ruptura entre la ligereza de los trajes de baño y la exuberancia de las ropas femeninas desafiaba las apariencias.”²⁹⁶

7.- Hay un desplazamiento importantísimo en la sociedad individualista. El cuerpo es el centro de la identidad. “Asistimos a la emergencia de lo que podría llamarse un cogito corporal donde el pienso, luego existo sería sustituido por soy mi cuerpo.”²⁹⁷

En diversas ocasiones que Vigarello (2004) ejemplifica como *Votre beaute* o *Vogue* entre otras publicaciones, apelan a la voluntad y desdeñan la haraganería o la falta de disciplina. Es quizás aquí cuando las revistas de moda comienzan a tener determinada autoridad sobre el auditorio. Otro evento crucial es que en los años 30 se “deportivisa” el cuerpo. En este siglo XIX apunta Vigarello (2004) hay algunos desplazamientos significativos sobre el cuerpo:

1. El recuento de los progresos y resultados del ejercicio, la búsqueda de la perfección.

²⁹⁴ Ibídem.P.223.

²⁹⁵ Ibídem.P.229.

²⁹⁶ Ibídem.P.222.

²⁹⁷ Ibídem.P.292.

2. La comunidad adopta la misión de intervenir a los cuerpos. “El arte de perfeccionar la especie humana se enuncia tanto como un proyecto del hombre político como del médico.”²⁹⁸

Por otro lado no hay que olvidar que el origen de los entrenadores deportivos son los denominados *trainners* ingleses que son entrenadores de ganado y que “se convertirán en grandes pedagogos de lo corporal y con sus audaces intervenciones logran transformar los cuerpos, fabricando cuerpos deportivos del principio del siglo XIX, siendo estos un modelo sumamente apreciado por la sociedad capitalista que verá en ellos una verdadera mina de oro.”(192)²⁹⁹

Pues su principal objetivo es lograr un óptimo rendimiento **no importando el deterioro de la salud de los deportistas entrenados**, ni las consecuencias que las prácticas corporales a los que son sometidos puedan causar a largo plazo. Una muestra de esto son: los boxeadores y los jockeys, ambos son sometidos a prácticas poco saludables en pro del triunfo. De hecho la mayoría de los deportistas de alto rendimiento son sometidos constantemente a este tipo de entrenamiento que sólo busca la ganancia monetaria y el reconocimiento social como lo señala Fernando Torres García y lo ejemplifica perfectamente con las denominadas *niñas bonsay*. Este tipo de cuerpos monstruosos como reflexiona este autor no causan espanto u horror debido a que la sociedad exalta dos valores. El éxito y las ganancias millonarias, que ostentan los sujetos que se dedican a este tipo de prácticas corporales no importando que tengan que hacer para conseguirlo.

En las comunidades Pro Ana y Pro Mia al igual que en los deportes de alto rendimiento lo que se busca no es la salud sino la obtención de resultados satisfactorios. El éxito social, la fama y la admiración a través de la delgadez extrema. Pero a diferencia de los

²⁹⁸ Ver VIGARELLO, George.(2004)Historia de la belleza: El cuerpo y el arte de embellecer desde el renacimiento hasta nuestros días.Argentina. Nueva visión.

²⁹⁹ TORRES, García, Fernando.(2007) De los cuerpos dóciles a los cuerpos siniestros. Una historia del cuerpo en la modernidad. México. Editorial Torres Y asociados.

deportistas de alto rendimiento, las Anas y las Mias son blanco de críticas, persecución y desaprobación social. El motivo, quizás sea, que las comunidades Pro Ana y Pro Mia encarnan más claramente como el cuerpo se ha convertido en mercancía. Por momentos el discurso en estos socioespacios parecen promover el ser Ana o Mia como si fuera una especie de marca comercial o un nuevo status social, en donde la única moneda de cambio es tener fuerza de voluntad y convertirte en una GANADORA.

El cuerpo femenino como máquina de combate

El seguimiento histórico que hace Georges Vigarello (2004) en su texto Historia de la belleza. El cuerpo y el arte de embellecer desde el Renacimiento hasta nuestros días. Muestra como el cuerpo de la mujer de poco se ha convertido en una máquina de combate, heredero de los concursos de belleza de los periodos entre guerras, en donde proliferan las reinas y las misses que luchan por el refinamiento físico; hijo de un modelo voluntarista originado por las star de los años 30, en donde, “tres expresiones se repiten constantemente: **disciplina, cultura física, régimen**”, para lograr el éxito. A partir de esta fórmula el mundo se da cuenta que la divinidad inaccesible de estas mujeres es una falacia pues se abre la posibilidad para todas aquellas mujeres que a través de su tenacidad Y fuerza de voluntad quiera convertirse en las próximas star.

“Las stars permiten imaginar un cuerpo maleable, afinado por un trabajo infatigable, un retrato imposible y sin embargo cercano que de pronto ofrece la pantalla. Un inmenso sueño estético y social acompaña a las divinas: su pasado modesto, su constante entrenamiento las vuelven más familiares, por más que sigan siendo sin igual. Se parecen a quien las miran. Joan Crawford en sus orígenes “camarera de café; Jane Russell, asistente de dentista; Marlene, costurerita teatral; Susy Vernon modesta dactilógrafa ostenta una trayectoria que parece democratizar sus respectivas imágenes. Las mujeres lejanas star dan esperanza a las espectadoras con mayor voluntad. La excelencia de la

belleza podría ser compartida. El ideal, simultáneamente inaccesible y accesible, podría ser domesticado.”(Págs.219-220)³⁰⁰

Vigarello (2004) nombra esto como la democratización de la belleza. Esta democratización de la belleza en el siglo XX se convierte en una “pedagogía de masas, pretende promover las bellezas surgidas del propio público: el ser anónimo transformado por su sólo mérito, el prójimo convertido en alguien admirable.(220)”³⁰¹

Es así como se gesta la certeza de que cualquier mujer con la suficiente voluntad o meritocracia puede convertirse en una: “Greta Garbo”, “Joan Crawford”, “Jane Russell”, “Ava Gardner”, “Marlyn Monroe”, Brigitte Bardot”, “Pamela Anderson”, “Elisabeth Hurley”, “Loana Croft”, “Angelina Jolie”, y porque no, una “Barbie”, “Muñequita de porcelana” o “**Princesa**”.

¿Princesas?

Habría qué interrogarnos ¿qué tipo de PRINCESAS buscan ser o son las Anas y las Mias? Al hacerlo no puedo evitar pensar en los concursos de Princesas, estos son certámenes de belleza en donde niñas de todas las edades compiten como si fueran profesionales por una corona. Esto es a nivel mundial: En la ciudad de Escobar, Argentina se realiza un concurso de belleza infantil en donde existe la categoría de Reina Nacional Infantil del Capullo, las concursantes tienen una edad promedio de 5 años... “en Venezuela se celebra el certamen Pequeña Mirada; en Cuba, La mariposa y sus Pétalos; en Guatemala Miss Chiquitita; en Estados Unidos: Miss Feliz Navidad, Miss Rayito de Sol y Miss Pequeña Belleza Americana son apenas tres de los 10 mil concursos que se realizan cada año en todo el país. Por supuesto, mueven fortunas. Más de 200 mil nenas menores de 12 años participan cada vez”.³⁰²

³⁰⁰ VIGARELLO, Georges (2004). Ibídem.P.219-220.

³⁰¹ Ídem.

³⁰²CARBAJAL, Mariana. (2012) Las reinas de la polémica. (9 de marzo de 2014) Recuperado de <http://www.pagina12.com.ar/diario/suplementos/las12/13-4525-2008-1>

Las niñas que participan en estos concursos son sometidas a tratamientos de belleza que dañan tanto su piel, uñas, y cabello, poco a poco pierden su imagen infantil para convertirse en adultas pequeñas. Además de tener que trabajar horas en rutinas agotadoras en donde tienen que aprender a caminar en una pasarela, montar una coreografía o hacer algún número especial, hay un constante disciplinamiento del cuerpo.

Otra referencia son las películas de Walt Disney en donde las princesas gozan de un cuerpo estilizado que gusta y es deseado por el conjunto de la sociedad. Como señala Arriaga, Cito:

“La producción de los cuerpos Disney se enmarca dentro de un entramado mercantil e ideológico que homogeniza desde el pensamiento a la estética evanescente. Es consecuencia de una apuesta apabullante con unos intereses muy concretos...la seriación de las personas, para su fácil identificación y acoplamiento dentro de una organización social.”(Pág.272)³⁰³

En Disney las protagonistas son exageradamente delgadas y muy bellas. Al igual que Barbie que por años ha sido un avatar frecuente en la producción virtual de las Anas y las Mias.

Las Princesas Anas Y Mias tienen un estilo de vida complejo, que no sólo tiene sustento en la fuerza de voluntad heredado de las star de los años 30 o de los concursos de belleza de la reinas y miss universo o la influencia mercantilista de ciertas marcas o empresas sino obedece en mucho a la consigna que se expande a principios del siglo XX: “Se el escultor de tu propia silueta”. La silueta femenina en este momento histórico ha cambiado hasta convertirse en una I. Cito:

³⁰³ ARRIAGA, Mercedes. (2004) Sin carne: representaciones y simulacros del cuerpo femenino. Tecnología Comunicación y Poder. España. Arcibel Editores: Universidad de Sevilla, Grupo de investigación escritoras y escrituras.

“La belleza del siglo XX se inaugura con un cambio de silueta, en una metamorfosis que comienza entre 1910 y 1920, con líneas estiradas y gestos aligerados. Se despliegan las piernas, los peinados se levantan la altura se impone. Las imágenes de Vogue o de Femenina, de 1920, no tienen relación con las de 1900: Todas las mujeres dan la impresión de haber crecido. El aspecto se desliza de la imagen de la flor a la del tallo, de la letra S a la I. Se trata de una extensión desmesurada en relación con la – ya sensible – de comienzos del siglo XX.”³⁰⁴

Me parece importante destacar este cambio que hay en el canon de belleza referente a la silueta de la mujer pues la mayoría de las veces cuando se analiza al Fenómeno Pro Ana y Pro Mia se argumenta que el imperativo de querer estar extremadamente delgada es una ocurrencia o necesidad, exclusiva de “adolescentes enfermas” (Anas y Mias) negando de ésta manera el devenir histórico y social que tiene la preponderancia del cuerpo esbelto en la sociedad moderna.

Este cuerpo en forma de I, es un cuerpo de consumo. Es un cuerpo individualizado, subjetivado en donde ser bello o bella significa modelar tu cuerpo hasta la delgadez extrema. Aunque esto pueda costarte la vida. Es un cuerpo extremadamente delgado que exige severidad en garantía de la elegancia, de la movilidad, autonomía y operatividad nada que ver con la antigua belleza decorativa.³⁰⁵

Josep Toro (2006) en el capítulo “Medios de comunicación y trastornos del comportamiento alimentario,” especifica que desde 1960 hasta la fecha las dimensiones corporales de modelos y actrices cinematográficas comenzaron a imponer el modelo corporal delgado.

“...aparecieron en pantallas del cine estadounidense Audrey Hepburn y Grace Kelly, y en las revistas y desfiles de moda, que empezaban a desarrollarse y

³⁰⁴ VIGARELLO. Ibídem. 195.

³⁰⁵ VIGARELLO. Ídem. 195.

difundirse con gran rapidez, hizo un acto de presencia Twiggy, convertida, con su cuerpo sumamente delgado y tubular, en el arquetipo de una tendencia estética de larga duración. Twiggy representó el triunfo social de la delgadez absoluta y radical.”³⁰⁶

Josep señala que desde 1950 hasta 1985 ³⁰⁷ las mujeres con sobrepeso prácticamente desaparecieron de las revistas femeninas. Este cuerpo delgado es elegible como la gordura. Responsabilidad de cada quién.

“Cada uno es responsable de su estado físico, incluso de su belleza, en una alusión trasparente a las expectativas de nuestra sociedad: el relativo repliegue de las instituciones fortalece la obligación, “de ser el autor y responsable de la propia apariencia, hasta de los detalles de los propios contornos. El resultado se obtendría mediante métodos tan variados como precisos.”³⁰⁸

Es un cuerpo delineado por la sociedad, forjado a través de los siglos, es un cuerpo histórico, colectivo.

“Esto fortalece de paso, la legitimidad de la línea estética, el modo en que se anuda más allá de las desagregaciones, la paradójica unidad entre el individuo y su medio: las normas siguen siendo colectivas y coherentes, a pesar de la profusión de subjetividades, confirmando una convergencia de los imaginarios: sobre la eficacia social, sobre la elegancia, sobre el deseo. La norma se congrega solamente en torno de una nueva y exclusiva dualidad: bienestar o malestar.” ³⁰⁹

El malestar más grave que puede tener este cuerpo femenino, social e históricamente constituido se llama obesidad. Autoras como Miriam Bertrán Vila y María del Carmen Sánchez Uriarte (2009), señalan que la obesidad contemporánea es equivalente a padecer lepra en la época medieval. Muestran como ambas enfermedades han sido

³⁰⁶ MANCILLAS ,Díaz, manuel. (2006) Trastornos alimentarios en Hispanoamérica.México: Manual Moderno, Pág.216.

³⁰⁷ Ídem.P.206.

³⁰⁸ VIGARELLO. (2004) Ibídem.P.255.

³⁰⁹ VIGARELLO. (2004)Ibídem. P.258.

socialmente estigmatizadas, ambas enfermedades no se pueden ocultar y provocan.

Cito:

“actitudes de repugnancia, lástima, reprobación, vergüenza, aversión y desagrado. Tanto la lepra como la obesidad, aun en tiempos históricos distintos, han sido consideradas indicadores y signos –castigos, inclusive– de comportamientos reprobables e inadmisibles por parte del enfermo, y han Colocado en éste la responsabilidad de su padecimiento, calificando con ello no sólo su estado de salud, sino también su moral.” ³¹⁰

La diferencia entre ambas enfermedades, es quizás, que al leproso la sociedad le mostraba abiertamente su repudio, en cambio la animadversión que ocasiona la obesidad es velada. La obesidad contemporánea es considerada como una trasgresión a la estética, a la normatividad y a la moralidad imperante porque en ella se condensa: lo enfermo, lo diferente, lo anormal, es la elección de lo feo, es la prueba de la falta de control y la pereza, por parte del sujeto.

Es así como la sociedades occidentales se han convertido en obesófobas , es obvio que esta intolerancia hacia los sujetos con sobrepeso u obesidad hacen que se incrementen los denominados trastornos alimenticios (TCA) como son: la anorexia, la bulimia , “según la OMS (Organización Mundial de la Salud), éstos son el problema de salud más importante de la humanidad, tanto por el número de personas afectadas como por las muertes que ocasionan; “ Ésta estima que en el planeta al menos el 1% de los adolescentes y adultos jóvenes sufre de anorexia y otro 4,1% de bulimia. Y asegura que entre un 5% y un 13% de este grupo poblacional se presentan síndromes

³¹⁰ BERTRAN, Vilá Miriam; Sánchez Uriarte María del Carmen (2009) Continuidades en la estigmatización social del cuerpo enfermo: Una comparación entre la lepra y la obesidad. Tramas 32, Págs. 147-168. Cita en el texto (Bertran; Sanchez, 2009,157)

Recuperado de
http://148.206.107.15/biblioteca_digital/estadistica.php?id_host=6&tipo=ARTICULO&id=6898&archivo=64776898czp.pdf&titulo=Continuidades%20en%20la%20estigmatizaci%C3%B3n%20social%20del%20cuerpo%20enfermo:%20Una%20comparaci%C3%B3n%20entre%20la%20lepra%20y%20la%20obesidad

parciales de estas alteraciones, aunque se carezca de una estadística precisa de los casos que existen en el mundo.”³¹¹

En sociedades como México ser delgada (o) es sinónimo de éxito. A mediados de los años 90 se inicia en la División de Posgrado, en las áreas de Psicología Social y de la Salud de la Facultad de Psicología de la UNAM, una línea de investigación relacionada con los trastornos de la alimentación. Gilda Gómez Pérez Miltre (1977) junto con su equipo comienzan a cuestionarse si “¿En México, con una economía emergente (por decirlo eufemísticamente, en lugar de tercermundista, donde la sociedad no está conformada por la raza blanca (de acuerdo a los parámetros racistas de los estadounidenses y la mayoría de la poblaciones más jóvenes (niños, púberes y adolescentes) que cursan en escuelas tanto públicas y privadas, pertenecen a niveles socioeconómicos bajos y medios podrían tener síntomas de TCA?”³¹². La respuesta a esta pregunta fue positiva. Cito:

“Actualmente se sabe y es un hecho, que los TCA se han incrementado de manera alarmante, no sólo en países como EE.UU., Inglaterra y Canadá, sino también en los que están en proceso de desarrollo³¹³, pero específicamente ¿Qué sucede en nuestro país? En México estos padecimientos afectan por lo menos tres millones de personas,

³¹¹ NOTICIAS UNIVERSIA (2012) La moda aumenta el riesgo de anorexia y bulimia.(18 de abril de 2012)Recuperado de <http://noticias.universia.net.mx/en-portada/noticia/2012/04/18/924128/moda-aumenta-riesgo-anorexia-bulimia.html>

³¹² Gomez, Perez Mitre, Gilda(1977) .Publicidad e imagen corporal factores de riesgo en trastornos de la conducta alimentaria en los estudiantes.Publicidad e imagen corporal. Págs.157-177. Cita que esta en el texto (Gomez,158) (24-03-2014) Recuperado de [file:///C:/Users/Gloria/Downloads/Gilda%20Gomez%20Perez%20Mitre%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Gloria/Downloads/Gilda%20Gomez%20Perez%20Mitre%20(1).pdf)

³¹³ Ídem.

muchos de ellos escolares, de acuerdo a la Encuesta Nacional de Salud. Cada año aparecen 20 mil casos más; el 90% de ellos son de mujeres³¹⁴. Hace once años atrás, la noticia de que las tuberías de acero galvanizadas del drenaje de la Universidad Iberoamericana sufrían de continuas fugas de agua, debido a que se encontraban picadas por el ácido gástrico que se acumulaba en los excusados, proveniente del vómito de decenas de estudiantes. Inspiró al artista visual Yoshua Okon, para crear su obra titulada HCL (ácido clorhídrico) que consistió en exponer parte de la tubería dañada, poniendo de esta manera, en tela de juicio los actuales estándares de belleza. Tres años después (2006) el mismo suceso sería retomado por Simón Bross para realizar la multipremiada película “Malos hábitos”, cinta que aborda el problema de los trastornos alimenticios, desde diferentes perspectivas. Desgraciadamente el boom de anorexia y bulimia en el país apenas comenzaba a mostrarse, a salir del closet o mejor escrito del baño...

No es de extrañarse que en el material electrónico Pro Ana y Pro Mia también exista esa gordofobia (“La gordofobia es una discriminación estructural en las sociedades occidentales que excluye, ridiculiza y patologiza a las personas que no cumplen con los patrones estéticos impuestos de la delgadez: se les dice que están enfermas con solo verlos, que son un atentado contra la salud pública; se les acosa en colegios e institutos, no encuentran ni ropa ni calzado para vestirse, se les utiliza como símbolo de lo antierótico, la torpeza, la vagancia, la infelicidad, la gula, la insalubridad, la opulencia... toda una serie de mitos que recaen sobre sus cuerpos. Incluso se limita su circulación por la calle, donde a menudo se les insulta”.) y lipofobia (miedo a engordar) la muestra de esto es la admiración desmedida por modelos o artistas que son extremadamente delgadas o que también han padecido algún tipo de trastorno

³¹⁴ Anónimo.(2012) La moda aumenta el riesgo de anorexia y bulimia. Universia. México.18 de abril de 2012. Recuperado de <http://noticias.universia.net.mx/en-portada/noticia/2012/04/18/924128/moda-aumenta-riesgo-anorexia-bulimia.html>

alimenticio. Dichas prácticas mediáticas son denominadas: antithinspo como ya se explicó en el capítulo anterior y Thinspiration.

La creciente exigencia de la delgadez se convierte en norma pues según Vigarello (2011) esta es cultural y tiene sus propios códigos, por otro lado, la constante denuncia de la gordura hace que esta última se convierta en una amenaza para la salud. Pues éste autor le da una connotación económica a la segunda, señalando que es considerada como una amenaza colectiva, muestra de esto son las innumerables campañas en contra de la obesidad y los diversos programas de gobierno como son: Muévete, Ni un poncho más, Mídete, Preveimss, preveisste, Actívate, Cinco al día, etc. Son campañas que buscan combatir el sobrepeso y la obesidad.

Una de las primeras traiciones que padece el obeso actual según Vigarello (2011) es en primer lugar que la obesidad o el sobrepeso sean considerados como problemas sociales esto provoca que aumente la depresión y disminuya el amor propio del individuo. La segunda traición este autor la denomina: la resistencia orgánica, esta surge cuando el cambio no se produce pese a las dietas de adelgazamiento. Esto hace que la sociedad y el sujeto mismo crea que este es incapaz de cambiar y por último, es el sentimiento que tiene obeso hacia su propio cuerpo pues a la vez que desea cambiarlo es con este cuerpo con el que se identifica.³¹⁵

El obeso afirma Vigarello (2011) “lleva hasta el paroxismo una importante paradoja de la identidad contemporánea: llegar a identificarse por completo con el propio cuerpo, justo cuando ese otro cuerpo es de forma simultánea otro y uno mismo. Y lo hace precisamente en la medida en que se manifiesta una nueva forma de hablar de su sufrimiento, incluso de su desgracia.(pág. 295).”³¹⁶

De hecho en la mayoría de los estudios sobre el Fenómeno Pro Ana Y Pro Mia se soslaya que uno de los motivos por el que las mujeres acceden a este tipo de material

³¹⁵ VIGARELLO, Georges (2011). La metamorfosis de la grasa. Historia de la obesidad. Barcelona. Atalaya.

³¹⁶ VIGARELLO, Georges (2011). Ídem.

electrónico se debe principalmente a la presión social que ejercen tanto amigos, novios, compañeros de la escuela o el trabajo y principalmente la familia para que estas mujeres quieran estar delgadas. Mismos que cuando se enteran que estás son diagnosticadas con anorexia y bulimia también las desaprueban. En los diversos testimonios de las Anas, Mias y Alisas, éste es un común denominador, por muy variado que sea su posición ante ¿qué es ser una Princesa Ana, Mia o Alisa? Las mujeres que han sentido convocadas por esta tribu urbana conformada por internautas, padecieron algún tipo de discriminación por haber tenido “sobrepeso”, ejemplifico esto con un solo testimonio, para no ser reiterativa, pues las distintas historias de vidas, que se presentan en la producción virtual narran con lujo de detalle las burlas, ofensas o críticas que tenían que soportar antes de incursionar en el metamundo de Ana y Mia y como el entrar a este metamundo fue una “solución”. El testimonio de “Brizz Nicole” me parece importante porque muestra cómo es que hay una identificación en cuanto a motivos para ser una princesa, el carácter performativo que tiene dicho material electrónico, lo contradictorio que es estar dentro de este metamundo, el sentido de pertenencia y solidaridad que se forma entre las integrantes de dicha comunidad y sobre todo la forma tan sutil en que la discriminación hacia las mujeres que tienen sobrepeso las orilla a buscar este tipo de “alternativas”.

Brizz Nicole

Trabajo en Ana y mia <3 Estudio en ana y mia. Vivo en Leones, Monterrey, México.

PORQUÉ DECIDÍ CAMBIAR... (PARTE 1)

Niñas todas tenemos una historia y a mí me encanta leer una y otra vez las que publican las princesas: sus motivos, inicios, cambios, logros, ya que eso me resulta muy inspirador y en algunos casos me siento muy identificada. Todas tenemos un motivo o varios para cambiar nuestro estilo de vida.

Mi primera vez que entre a uno de los blogs de Ana y mia lo hice como la mayoría: por curiosidad pero no me asustó pensé que entraba en un mundo que me habían ocultado, toda mi vida...

Yo sentía que la gente no quiere ver que la sociedad te obliga a ser de una manera y te marca desde que eres una niña sin siquiera notarlo.³¹⁷

Efectivamente como ya habíamos mencionado en el capítulo anterior las mujeres que acceden a estos socioespacios tienen como común denominador la presión social, ésta puede ser de forma abierta o de una manera muy sutil. Es interesante resaltar como la internauta afirma trabajar y estudiar de Ana y Mia, actividades que se refieren tanto al hacer como al saber. Ser Princesa, es entonces apropiarse de la experiencia anoréxica o bulímica a través de determinadas prácticas corporales y mediáticas que conllevan un posicionamiento único, de cómo se vive la anorexia y la bulimia desde la propia subjetividad dando como resultado que el sujeto que la vive diariamente se sienta con la autoridad de ser un Príncipe o una Princesa, y así comenzar a instruir a otros (al colectivo) sobre esta experiencia de vida.

MI MADRE MI MAYOR MOTIVO

En el caso de las princesas siempre dicen que no saben cuándo empezaron a relacionarse con Ana y mia, personalmente creo que todo empieza internamente en la familia y desde muy temprana edad, no es el bullying, no son las amistades, no es la tele, inicialmente es la misma familia y en casa. Yo desde pequeña siempre admire a mi madre, una mujer sofisticada, siempre al último grito de la moda y claro espelta a base de dietas, fajas, ejercicios, jamás descuidaba su imagen. Se compraba lo mejor de lo mejor: Bolsas finas, ropa en abundancia y tratamientos de belleza costosos, (Creerán que es una frívola) pero ella jamás me juzgo en mi imagen cuando era pequeña, es una suuuper mamá.³¹⁸

Me parece esencial resaltar como este testimonio ilustra la presión social que genera la familia y los círculos sociales más cercanos (amigos) para desear ser delgado. Para mi es importante destacar este punto porque la mayoría de las veces se descontextualiza el deseo de los hombres y mujeres que se encuentran inmersos en este tipo de comunidades cibernéticas (Pro ana y Pro Mia). Efectivamente la familia, los amigos, no están exentas de la construcción cultural que gira alrededor del cuerpo esbelto y la construcción social que se ha venido edificando en torno a la obesidad como sinónimo de enfermedad. Pero sobre todo me parece que este testimonio ilustra perfectamente como el éxito esta encarnado en determinada corporalidad: la delgadez. El discurso del ganador, triunfador y la felicidad que propaga el managemet y que actualmente atraviesa la mayoría de las prácticas y discursos sociales y se encarna en el cuerpo esbelto. Ser obeso representa lo monstruoso como se muestra

³¹⁷ BRIZZ NICOLE. (2013) Por qué decidí cambiar primer y segunda parte.(27 y 28 de mayo 2013)
Recuperado de <http://princesnikky.blogspot.mx/2013/05/porque-decidi-parte-1-ninas-todas.html>.

³¹⁸ Ídem.

en el anexo titulado: Unas causas muy mías y muy anas que ha sido extraído de mi anterior trabajo referente al tema. Y se ilustra someramente a continuación:³¹⁹

Empezaron las comparaciones: Yo soy única hija, por lo tanto convivía mucho con mis primas (hijas de hermanas de mi mamá) más o menos de mi misma edad. De pequeñas todo era felicidad, nos llevábamos muy bien y éramos muy unidas en todo. Pero empezamos con la pubertad empezamos a crecer y nuestros cuerpos a cambiar, mientras que mis primas se volvían esbeltas, bonitas y empezaban a usar jeans a la moda y esas cosas, yo solo me quedaba con mi cuerpo de niña gordita... Todo el tiempo hice como que no me afectaba y mis primas, me empezaban a decir literalmente "GORDA", :: GORDA vamos a pasear? , GORDA qué onda? , GORDA, GORDITA, etc. etc., después ya no eran mis primas solamente, empezó toda la familia a criticarme, que porque comía mucho, que no maduraba, que me despertaba muy tarde, que era una floja, que me veía mal, que porque no bajaba unos kilos, blah blah, y mi mamá aunque no decía todas esas cosas, tampoco me defendía y dejaba que todos hicieran su propia crítica sobre mí.³²⁰

Este apartado me parece relevante porque muestra cómo gracias al cuerpo colectivo que son los socioespacios Pro Ana Y Pro Mia comienza a disciplinarse cuando antes le era imposible, también muestra como la mayoría de las mujeres que acceden a este tipo de espacios virtuales no busca morir sino estilizar su figura de manera rápida y permanente sin importar las consecuencias a largo plazo que se generan en su cuerpo. Pues los espacios Pro Ana y Pro Mia se viven siempre en presente por el carácter performativo de sus propias prácticas corporales y mediáticas.

Bueno como ya lo había mencionado mi revelación fue cuando empecé a tratar mi adicción a la comida, con la ayuda **de Ana y mia fui apartándome de ese falso mundo**, gracias a todos los tips y consejos de todas las princesas a las que leía empecé a superar todo eso que me atormentaba y cada vez fue más fácil.

Claro que había días en que recaía pero confié en ellas para todo y tuve mucha paciencia (la sigo teniendo) y baje 11 kilos en 2 meses,

Cuando vi la báscula no lo podía creer: 72 kilos (antes 83) era un gran logro! pero seguía sintiendo que no se notaba casi para nada los

³¹⁹ En este anexo explico los múltiples factores que atraviesan la decisión de estos hombres y mujeres para ser Ana o Mia.

³²⁰ Ídem.

cambios de mi cuerpo y quiero y sigo en la lucha para bajar más de peso.³²¹

Por otra parte habla sobre una modelo y artista que le sirve de inspiración para seguir adelante y de lo difícil es que a pesar de que ya ha logrado la admiración de quienes la rodean de sentirse satisfecha consigo misma pues no ha llegado a su meta.

Aunque no consigo hacer que el espejo este de mi lado por estar con Ana y Mia, si he notado un cambio en las personas de mi alrededor, tengo amigas que me admiran por cómo me arreglo y me dicen que soy muy bonita y que quisieran ser como yo, me llaman constantemente para pedirme consejos, pero aun así yo no siento que merezca que me pase eso porque no creo que sea una modelo como ellas dicen me siento fatal me muero por pesar 55 kilos como Taylor swift o verme como el personaje inspirando en nosotras "Nicole Brizz" de la novela "Amores Verdaderos". Claro que he bajado más de peso pero no me gusta pesarme cada 2 días... Prefiero dejar pasar un buen tiempo y sorprenderme con que eh bajado algunos 5 kilos, créanme niñas la emoción de ver esos números en sus básculas no lo supera nada! es mucho mejor así..."³²²

Es importante recalcar que la creación de este tipo de material electrónico responde a cierta demanda social, histórica y económica, es decir no se reduce a una ocurrencia de adolescente que quieren llamar la atención, a una moda de gente frívola o superficial. O a un grupo de "enfermas" que en su delirio quieren propagar su manera de hacerse daño. En absoluto. Responde a una idea de éxito, belleza y salud que impera actualmente en la cultura occidental. Y que también obedece a intereses económicos principalmente a las ganancias multimillonarias que se generan en las diferentes industrias como son: la farmacéuticas, alimenticias y la industria textil.

Recuento de los hallazgos y reflexiones finales:

- a) Descubrí que el material Pro Mia y Pro Ana es un **metamundo hipertextuado endógeno**. Es un material gráfico dentro de un formato narrativo. Las contradicciones que se generan al mezclarse este tipo de "espacio-socio

³²¹ Ídem.

³²² Ídem.

técnicos” producen cierto desconcierto en los lectores, ya que dichos espacios virtuales son creados para fines distintos, esto hace que este tipo de producción virtual sea sui generis. Además de que este tipo de espacios genera su propios metadiscursos, prácticas mediáticas y corporales.

- b) Entendí que la columna vertebral, hilo conductor y bisagra de mi investigación-intervención es: el cuerpo y la corporalidad. Me di cuenta que las usuarias que creaban y accedían dicho material electrónico, lo hacían con el objetivo de modelar su cuerpo, de adelgazar, posteriormente al entrar al campo comprendí que dentro del ámbito virtual existía **un cuerpo colectivo que “disciplinaba” al cuerpo individual** de cada una de las integrantes de la comunidad, a través de las prácticas mediáticas que generaban fugas de sentido, que a su vez producían tanto prácticas discursivas como prácticas corporales que esta comunidad cibernética suele denominar: **“estilo de vida”**. Esto reafirmo que el material electrónico de las Anas y las Mias eran más que hipertextos perdidos en el ciberespacio y que a diferencia de un video juego, esta producción virtual, influye en las prácticas corporales que realiza cada uno de sus integrantes, prueba de esto son las carreras de kilos, la automutilación, etc. Si no fuera así, las leyes que tipifican a esta producción como delito en algunos países y los innumerables estudios realizados desde el ámbito biomédico no tendrían razón de existir.

Hay tres conceptos que fueron claves en la actual investigación estos fueron: **Prácticas corporales de Elsa Muñiz; Prácticas discursivas de Michel Foucault y Prácticas mediáticas de Ardèvol, debido a que la interacción de estas tres prácticas hacen posible exista el estilo de vida Pro Ana y Pro Mia.**

El estilo de vida que tienen las Anas y las Mias, es complejo ya que conjuga las tres practicas aquí expuestas. En este material electrónico identifique tres tipos de prácticas discursivas. Las primeras son las prácticas discursivas en tres diferentes ámbitos como son social: Allí muestro cada vez más como la

delgadez está asociada al éxito y la belleza y como la obesidad es repudiada socialmente, además de que hay una deportivización del cuerpo; en el ámbito de la salud como la delgadez está asociada a la salud y como es que la práctica discursiva médica- el lenguaje, la terminología, diagnóstico y medicalización- atraviesan intensamente a la producción Pro Mia y Pro Ana y algunas prácticas corporales de sus usuarias; por último intenté analizar el carácter ritual que hay en este material electrónico.

- c) La producción virtual Pro Ana Y Pro Mia no sólo se distingue por el diario personal que cada una de las autoras escribe en este material electrónico como pensaba antes de entrar a la maestría sino por las diversas posturas que tiene cada una de sus creadoras ante qué es ser una princesa Ana o una Mia. Es una forma de vivir la anorexia y la bulimia que la hace irreductible a explicaciones universalista.
- d) Es evidente que el metamundo Pro Ana y Pro Mia no ha sido agotado con esta investigación, sino por el contrario, espero que el presente trabajo dé pauta para cuestionarnos ¿cómo es que el internet está generando nuevas subjetividades? y ¿cómo son los lazos sociales que están surgiendo en este tipo de ámbito? Tal como plantean Federico Eiberman y Mariano Nespral, en Alicia a través de las pantallas, debemos de cuestionarnos qué tipo de subjetividades se están gestando en internet, sin olvidarnos que estás ostentan un carácter variado, heterogéneo, complejo. Ambos autores afirman: que si bien en este vínculo con las pantallas y medios de comunicación, se constituyen subjetividades hay que tener cuidado de contextualizar lo más posible cómo se generan este tipo de lazos sociales.
- e) También la presente investigación nos muestra como los dispositivos de intervención clínica y terapéutica no están solventando las necesidades de las mujeres que padecen anorexia y bulimia y que están siendo rebasados de

cierta manera por la virtualidad, debido a los nuevos lazos sociales que allí se gestan.

- f) Falta efectivamente estudiar las relaciones de poder que existe en las comunidades Pro Ana y Pro Mia entre sus integrantes. ¿Cómo enfrentan, afrontan y viven la automedicación, el tráfico de medicamentos, la compra y la venta de los mismos, cómo es que los y las integrantes tienen estrategias para protegerse de caer en páginas de pornografía virtual?
- g) Estudiar cómo se constituye la subjetividad de los hombres que son parte de este tipo de comunidades virtuales. ¿Cuáles son sus motivaciones, sus discursos su manera de apropiarse y de generar prácticas discursiva, mediáticas y corporales dentro de la misma comunidad? ¿Cómo se colectiviza su producción virtual?
- h) Importante reflexionar sobre la presente gordofobia que impera actualmente en occidente y ¿cuáles son las alternativas que los sujetos están tomando al respecto apoyándose en la tecnología como son: lo grupos de gordas empoderadas y en contraposición las comunidades de Anas y Mias?

Bibliografía:

- ARRIAGA, Mercedes. (2004) Sin carne: representaciones y simulacros del cuerpo femenino. Tecnología Comunicación y Poder. España. Arcibel Editores: Universidad de Sevilla, Grupo de investigación escritoras y escrituras.
- BASAGLIA, Franco (1978). Razón, locura y sociedad. Argentina. Editores: Siglo XXI.
- BAULEO, A. (1977) Notas para la conceptualización sobre grupo y psicología social y grupos en contrainstitución y grupos. Madrid. Fundamentos.
- CITRO, Silvia. (2011).Cuerpos plurales. Buenos Aires. Editorial. Biblos.
- DUKER, Marilyn y Slader, Roger (2008).Anorexia Nerviosa y Bulimia. Un tratamiento integrado .México. Editorial: Limusa.

- FEHER, Michel. (1990) Fragmentos para una historia del cuerpo humano. Parte Segunda México. Editorial. Taurus.
- FOUCAULT Michel. (1986). Historia de la sexualidad: El uso de los placeres. Tomo II. México. Siglo XXI.
- FOUCAULT, Michel. (1990) Las tecnologías del yo y otros textos afines. Barcelona. Editorial: Paidós.
- FOUCAULT, Michel.(1999) Los anormales. México. Editorial: Fondo de Cultura Económica.
- GRACIA, Mabel et al(2007) No comerás. Narrativas sobre comida, cuerpo y género en el nuevo milenio. España. icaria.
- HIDE, Christine.(2004) Etnografía Virtual. Barcelona. Editorial: UOC.
- JÁIDAR, Matalobos, Isabel Compilador (2003) Tras las huellas de la subjetividad. México DF: UAM-X, CSH. México.
- KAES, Rene (2006). Entre lo uno y lo múltiple: Grupo y Psicoanálisis. México. Editorial: Universidad de Guadalajara.
- LAGARDE y de los Ríos, Marcela (2006). Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas. México. Universidad Nacional Autónoma de México. (UNAM).
- LE BRETON. (2007) Adiós al cuerpo. México. Editorial. La cifra.
- LE BRETON, David.(2009) Conductas de Riesgo. De los juegos de la muerte a los juegos de vivir. México. Siglo XXI.
- LEÓN, Espinosa Monteros Ma Teresa y Castillo Sánchez Ma Dolores (2003). Trastorno del comportamiento alimentario: Anorexia Y Bulimia Nerviosa. España. Editorial: Formación Alcalá.
- LOMBARDINI, Nancy. (2012) Anorexia y bulimia: Una experiencia subjetiva. UAM-X.
- LOURAU, René. Los intelectuales y el poder. Montevideo: Nordan Comunidad. 2001.

- McGraw-Hill (2005) Diccionario de informática e Internet de Microsoft, España, Editorial: Interamericana. Cita a pie de página (McGraw-Hill, 2005, Pág. 626).
- MANCILLAS, Díaz, Manuel.(2006)Trastornos alimentarios en Hispanoamérica. México. Editorial Manual Moderno.
- MIER, Raymundo. (2006)Vértigos de la opacidad: tiempos y experiencia en el régimen tecnológico. Tramas 25 (julio/diciembre 2005) México. UAM-X. PP-13-39.
- MORIN, Edgar (1994), Introducción al pensamiento complejo. España. Gedisa.
- MUÑIZ, Elsa. (2010) Disciplinas y prácticas corporales. Una mirada a las sociedades contemporáneas. México. Editorial: Anthropos.
- MUÑIZ, Elsa. (2004) Multiculturalismo, cuerpo y género: Un debate contemporáneo. Revista Fuentes Humanísticas. 28. 29-41. Azcapotzalco, Distrito Federal. México. Universidad Autónoma Metropolitana, Departamento de Humanidades.
- MUÑIZ, Elsa. (2011) La cirugía cosmética: ¿Un desafío a la naturaleza? Belleza y perfección como norma. México. UAM Azcapotzalco.
- NAVARRO, Ballesteros (1999), Ricardo. El cuerpo de la anorexia. Cuerpo: Significaciones e Imaginarios .México DF: UAM-X, CSH, Depto. de Educación y Comunicación.P.107-113.
- SALAZAR, Claudia. (2013) El abismo de los ganadores. UAM-XOCHIMILCO. México.
- SÁCHEZ, José Alberto (2013). Figuras de la presencia. Cuerpo e identidad en los mundos virtuales. México. Siglo XXI.
- SUÁREZ, María del Carmen. (2009).Soy totalmente Mia-soy totalmente Ana: Ensayos para princesas, príncipes y wannabes. México. Eón.
- SZASZ, Ivonne y Lerner (1996). Para comprender la subjetividad. Investigación cualitativa en salud reproductiva y sexualidad. México. Colegio de México.
- TORRAS, Meri. (2006). Corporalizar el pensamiento: escrituras y letras del cuerpo en la cultura occidental. Catalunya .Editorial: Mirabel.

- TORO, Josep. (2005) El cuerpo del delito. Anorexia, bulimia, cultura y sociedad. Barcelona: Ariel.
- TORRES, García, Fernando.(2007) De los cuerpos dóciles a los cuerpos siniestros. Una historia del cuerpo en la modernidad. México. Editorial Torres Y asociados.
- TURKLE, Sherry (1995). La vida en la pantalla. La construcción de la identidad en la era del internet. México. Editorial: Paidós.
- VALENZUELA, José Manuel (2009) El futuro ya fue sicoantropología de los jóvenes en la modernidad. México. El colegio de la frontera Norte Casa Juan Pablos.
- VIGARELLO, George.(2004)Historia de la belleza: El cuerpo y el arte de embellecer desde el renacimiento hasta nuestros días. Argentina. Nueva visión.
- VIGARELLO, Georges. (2011)La metamorfosis de la grasa. Historia de la Obesidad. Barcelona. Ediciones Península.
- WALLACE, Patricia (2001). La psicología de internet. México. Paidós.
- WEITZNER, Andrea (2007). Ayudando a personas con anorexia, bulimia y comer compulsive. Guía, práctica para maestros, terapeutas y médicos. México: Editorial: Pax.
- YEHYA, Naief. (2001)El cuerpo transformado. Cyborgs y nuestra descendencia tecnológica en la realidad y en la ciencia ficción. México. Paidós.

Referencias por orden de aparición:

- ESTALELLA, Adolfo (2005). «Filtrado colaborativo: la dimensión sociotécnica de una comunidad virtual». UOC Papers [artículo en línea]. N.º 1. UOC.[Fecha de consulta: 2/agosto/2012]. Recuperado de <<http://www.uoc.edu/uocpapers/1/dt/esp/estalella.pdf>>
- MORENO, D., Villar, R. (2011) Anorexia Santa. (6 de agosto de 2011) Recuperado de <http://www.buenastareas.com/ensayos/La-Anorexia-Santa/2600408.html>.

- FEIXA, Carlos.(1996).Recuperado de la página: De culturas, subculturas y estilos. (4 de abril del 2013).[www.cholonautas.edu.pe /](http://www.cholonautas.edu.pe/) Biblioteca Virtual de Ciencias Sociales.
- IQUA. (Agencia de Calidad en Internet)(2011) La calidad en Internet es responsabilidad de todos. Análisis proliferación de contenidos de apología a la anorexia y a la bulimia en la red (2010).15 febrero 2011.“ Recuperado de <http://www.west-info.eu/it/anoressia-e-bulimia-il-pericolo-corre-sul-web/spaanoressia-2/>
- MANERO, Roberto (1996). El análisis de las implicaciones 3 Foro departamental de educación y comunicación 1995: Psicología.248-258. México DF: UAM-X, CSH, Depto. de Educación y Comunicación. Cita en el texto (Manero, 1996, P.250). Recuperado de http://bidi.xoc.uam.mx/busqueda.php?indice=AUTOR&tipo_material=TODO&terminos=Manero%20Brito,%20Roberto&indice_resultados=0&pagina=1
- DEVEREUX (1977), George. De la ansiedad al método en las ciencias del comportamiento. México: Siglo XXI. Recuperado de <https://books.google.es/bkshp?hl=es&tab=pp>
- SALAZAR, Claudia. (2004) Dispositivos: Máquina de visibilidad. Anuario de investigación 2003.291-299. México DF: UAM-X, CSH, Depto. de Educación y Comunicación. Cita en el texto (Salazar, 2004, p.294.) Recuperado de http://148.206.107.15/biblioteca_digital/estadistica.php?id_host=6&tipo=CAPITULO&id=1299&archivo=371299ewy.pdf&titulo=Dispositivos:%20m%C3%A1quinas%20de%20visibilidad-
- BAZ, Margarita. (5, Junio/1993) El cuerpo instituido. Revista Tramas 5. Págs. 109-123.Cita en el texto. (Baz, 1993. P.115.) Recuperado de http://148.206.107.15/biblioteca_digital/estadistica.php?id_host=6&tipo=ARTICULO&id=1631&archivo=6-121-1631bpx.pdf&ti
- TAPPAN, Merino, José Eduardo. (enero-abril -2000).Una perspectiva antropológica del síntoma en las disciplinas “psi”. Cuicuilco. 7(18)119-136. Cita en el texto (Tappan,2000.P.2) Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/351/35101808.pdf>
- RODRÍGUEZ, Peláez. (2007) En La cárcel de nuestro propio cuerpo: Los trastornos alimentarios y la histeria como elementos de trasgresión y vehículo para expresar la subjetividad femenina a lo largo de la historia y de la literatura. Trastornos de la Conducta Alimentaria. N- 6. 678-695. Recuperado de http://www.tcasevilla.com/archivos/la_carcel_en_nuestro_propio_cuerpo.pdf.
- TAPPAN, Merino, José Eduardo. (Marzo 2011) Una aproximación gnoseológica de los síntomas contemporáneos .Revista Carta Psicoanalítica. Número 17. Cita

- a pie de página (Tappan, 2011 ,P.1) Recuperado de <http://www.cartapsi.org/spip.php?article306>.
- TINAT, Karine; Ortiz Víctor, Manuel. (2009)El caso de lo errante y lo aberrante de un cuerpo anoréxico. Relaciones. Estudios de historia y sociedad, vol. XXX, núm. 117, 2009, pp. 83-128, México. El Colegio de Michoacán, A.C. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/137/13712894004.pdf>
 - BELTRAL, Rosa (2013). El cuerpo expuesto. México. Editorial Alfaguara. (Agosto 2013) Recuperado de <https://books.google.com.mx/books?>
 - DIAS, Karen, (Abril de 2003) “The Ana Sanctuary: Women’s Pro-Anorexia Narratives in Cyberspace”, en: Journal of International Women’s Studies, Vol. 4, N°2. P. 31-45. Cita de texto (Días,2003 , P.31). Recuperado de https://www.academia.edu/4832699/THE_ANA_SANCTUARY_WOMENS_PRO-ANOREXIA_NARRATIVES_IN_CYBERSPACE
 - NAVARRO, Ballesteros (1999), Ricardo. El cuerpo de la anorexia. Cuerpo: Significaciones e Imaginarios. México DF: UAM-X, CSH, Depto. de Educación y Comunicación.P.107-113.Cita de texto (Navarro, 1999, P. 107). Recuperado de http://publicaciones.xoc.uam.mx/estadistica.php?id_host=6&tipo=CAPITULO&id=1987
 - El Diccionario de la lengua española (DRAE) es la obra de referencia de la Academia. La última edición es la 22.^a, publicada en octubre de 2012. - See more at: Recuperado de <http://www.rae.es/recursos/diccionarios/drae#sthash.OONVTPY4.dpuf> <http://lema.rae.es/drae/?val=estilo>
 - SEIGNÓN, Sangeado, Cleopatra. (2008) Estilos de vida y nutrición en universitarios de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. México. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. P. 398-406. Recuperado de la página <http://www.archivos.ujat.mx/dip/divulgacion%20y%20video%20cientifico%202008/DACS/ELaraM.pdf>
 -
 - BENAVIDES, Sánchez, Alejandra y Cuevas, Díaz Diana. (2008) Estilos de vida en un grupo de personas participantes en una página virtual. Psicología avances de la disciplina. Colombia.Volumen2 (#2) P. 193-209. Cita de texto (Benavides; Cueva,2008, P. 195) Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/2972/297225162007.pdf>
 - HERNÁNDEZ, Salazar Manuel.(2009)El caso de la anorexia y la bulimia. Arch Neurocién (Mex) Vol. 14, No. 1: 11-21; Recuperado de: <http://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane-2009/ane091c.pdf>

- PRINCESA LORELEI (2014). Cuidado!!Falsas princesas en las redes. (15 febrero 2014)Recuperado de la página web: <http://prinzessinloleiwannabeana.blogspot.mx/2014/02/cuidado-falsas-princesas-en-las-redes.html>.
- BREGUA, Marcelo. (2007) “El culto a las diosas Mia y Ana”. (sábado 22 de septiembre de 2007) Recuperado de http://www.ellitoral.com/index.php/diarios/2007/09/22/nosotros/NOS17.html?nuevo_mes=01&nuevo_ano=2006
- DEIANA, Federica.(Mayo-Agosto de 2011) “Nadie dijo que fuera fácil ser una princesa: Una etnografía virtual de las webs Pro Ana”. Revista de Antropología Iberoamericana vol. 6, núm. 2, Centro de Ciencias Humanas y Sociales (CCHS – CSIS). pp. 215-252. Recuperado de www.aibr.org.pág.217
- LAFUENTE, Martínez, Blanca. (2012) “La anorexia en blogs: para un cambio de perspectiva de las autoridades sanitarias y de la opinión pública”. Repositorio de la Universidad de Zaragoza – Zaguán Recuperado de (Diciembre de 2012). Recuperado de <http://zaguan.unizar.es>.
- Anónimo (2008).Cultivamos blogs formando una extensa red en la que te ofrecemos diversas temáticas. Canal Ocio. (enero 2008) Recuperado de WWW.Teoriza.Com.
- ANONIMO. “Anahí y Fundación Televisa lanzan campaña para prevenir la anorexia y la bulimia”. 14 de octubre de 2008: Recuperado de la Página Web. <http://www.expoknews.com/2008/10/14/anahi-y-fundacion-televisa-lanzan-campana-para-prevenir-la-anorexia-y-la-bulimia/> y “¡Si yo puedo, tú también!”: comunicacionanahuac.blogspot.com/.../si-yo-puedo-tu-tambien.html
- GÓMEZ, Auriolés, Laura (2010) “¡Si yo puedo, tú también!”: Revista Coma. #7 (17 de marzo del 2010).Recuperado de comunicacionanahuac.blogspot.com/.../si-yo-puedo-tu-tambien.html
- ANÓNIMO. Genealogía del racismo. Michel Foucault.(septiembre2013) Recuperado de http://www.psico-web.com/sociologia/foucault_genealogia01.htm. Anónimo. Genealogía del racismo. Michel Foucault.(septiembre2013) Recuperado de http://www.psico-web.com/sociologia/foucault_genealogia01.htm
- BROTSKY Y GILES (2007), “¿Lo que realmente sucede dentro de las Comunidades Pro Ana? (Tal vez no sea tan malo después de todo)”. Science of Eating Disorders. (30 de enero del 2013). Recuperado de www.scienceofeds.org/.../what-really-goes-on-inside...
- ANÓNIMO. (2012) Ten cuidado, sé dónde vives... Los nuevos peligros de las redes sociales”. Diario la Vanguardia,(8 de diciembre de 2011). Recuperado de

<http://www.lavanguardia.com/internet/20111208/54239958028/nuevos-peligros-amenazas-investigan-redes-sociales-twitter-facebook.html>. Publicado el Domingo.

- ABRIL, Guillermo. (2009) “Ana y Mia, princesas de Internet”. El País,(4 de abril de 2009) Recuperado de http://sociedad.elpais.com/sociedad/2009/04/04/actualidad/1238796001_850215.html
- ELUSTOLDO, Georgina. (2012).“Crece la alarma por sitios que promueven la bulimia y la anorexia en la Web”. Entre mujeres,(15 de septiembre de 2012) Recuperado de http://www.entremujeres.com/vida-sana/salud/Alarma-contenidos-Web-crecieron-Facebook-bulimia-internet-pro_ana-pro_mia_0_427757222.html .
- ANÓNIMO (2011) “En México, 900 mil hombres padecen anorexia o bulimia” (2011). Cambio digital, (17 de Julio de 2011.) Recuperado de <http://www.cambiodigital.com.mx/mosno.php?nota=68173#.VQcZztKG-Hg>.
-
- NOTICIAS UNIVERSIA (2012) La moda aumenta el riesgo de anorexia y bulimia.(18 de abril de 2012)Recuperado de <http://noticias.universia.net.mx/en-portada/noticia/2012/04/18/924128/moda-aumenta-riesgo-anorexia-bulimia.html>
- RIVERA, Kenia. (2012). “El fruto prohibido de las princesas”. El Universal. (1 de abril de 2012). Recuperado de
- <http://www.domingoeluniversal.mx/historias/detalle/El+fruto+prohibido+de+las+princesas-503>.
- VAN PELT, Jennifer. (2009) “Trastornos de la alimentación de la red- El movimiento Pro Ana/ Pro mía”. Trabajo Social Hoy. Vol. 9 No 5. p. 20. (Septiembre –Octubre 2009) Recuperado de <http://translate.google.com.mx/translate?hl=es&sl=en&u=http://www.socialworktoday.com/archive/092109p20.shtml&prev=search>
- COLOQUIO ANAMIA (2012)“Anorexia y bulimia: ¿cómo condicionan las redes sociales nuestros hábitos alimentarios?” p.1(diciembre 2012)Recuperado de http://www.minestelecom.fr/p_es_imt_actu_compresse_collana_675.html
- COLOQUIO ANAMIA (2012)“Anorexia y bulimia: ¿cómo condicionan las redes sociales nuestros hábitos alimentarios?” p.1(diciembre 2012)Recuperado de http://www.minestelecom.fr/p_es_imt_actu_compresse_collana_675.html

- “ANÓNIMO”. (2007)Escrito por “princesita de Ana y Mía”, (04/01/ 2007) Recuperado de <http://princesitadeanaymia.blogdiario.com/tags/TODO/04/01/2007>.
- ANÓNIMO. (2007) “Ana y Mia...”, en el blog Jo materia. Fool love....love me, love me. (5 de Febrero de 2007)Recuperado de nesitalopez.blogspot.com/2007/02/ana-y-mia.html.
- ANÓNIMO. (2012)Blog Mis amigas Ana y Mia. Rezo! (19 de diciembre 2012). Recuperado de anaymiamiasamigas inseparables.blogspot.com/
- ANÓNIMO (2011) ¿A qué tribu urbana pertenezco?”, “Âen el sitio web Kioner. (22 de julio 2013).Recuperado de www.kioner.com/post/a-que-tribu-urbana-pertenezco
-
- ANÓNIMO.(2007). “Chicas pro Ana y Mia... me dan su opinión?” - Foros Univisión:
- foro.univision.com › Foros › Salud y Bienestar › Anorexia y Bulimia (19-10-2007) Mensaje editado por alex4567. Recuperado de <http://foro.univision.com/t5/Anorexia-y-Bulimia/chicas-pro-ana-y-mia-me-dan-su-opinion/td-p/206575559>
-
- IQUA (2011) Las páginas “pro ana” y “pro mia” inundan la red. (15 de febrero de 2011).Recuperado de http://www.f-ima.org/fitxer/28/resumen_informe_anorexia_y_bulimia_en_internet.pdf.
-
- PROTÉGELES (2004) “Apología a la anorexia y bulimia en internet”. Protégeles (Campaña permanente) Recuperado de <http://www.anaymia.com/>
- ANÓNIMO (2012)En el blog Unión Ana y Mia(enero 2012)Recuperado de unionanaymia-chat.blogspot.com/2012/01/chat-ana-y-mia-2012.html
-
- ANÓNIMO.(2008) Blog Lo dice Diana Aller: PRINCESAS ANA Y MÍA (28 de julio 2008)Recuperado de lo-dice-diana-aller.blogspot.com/2008/07/princesas-ana-y-ma.html.
- TORRES, Ruiz, Gladis y González, Miriam. (2008) “Anorexia y bulimia. La dictadura de la moda”. Cima noticias, CIMAC (Comunicación e información de la Mujer).(25-04-2008) Recuperado de <http://www.cimacnoticias.com.mx/node/48200>.
- SENADORES. (2009)Acta de la sesión anterior comunicaciones y correspondencia legislaturas de los estado.(15-Octubre-2009). Recuperado de http://prd.senado.gob.mx/palestra/index.php?option=com_content&view=arti

cle&id=233:anexo-palestrita-jueves-15-de-octubre-de-2009&catid=2:historico&Itemid=5

- ARDEVOL, Elisenda; Bertrán, Martha; Callen, Blanca; Pérez, Carmen.(2003) Etnografía Virtualizada: la observación participante y la entrevista semiestructurada en línea. Athenea Digital #3. (Primavera 2003)Recuperada de <http://ddd.uab.cat/pub/athdig/15788946n3/15788946n3a5.pdf>
- ESTALELLA, Adolfo (2011). Hacia la ética de la investigación como un espacio epistémico. Una oportunidad para innovar en sus formas institucionales. Revista Ankulegi anual. Número.15. (8 de mayo 2012) recuperado de <http://www.estalella.eu/articulos/hacia-la-etica-de-la-investigacion-como-un-espacio-epistemico-una-oportunidad-para-innovar-en-sus-formas-institucionales>
- Suárez Alcántara, María del Carme<https://twitter.com/MaradelCarmenS2n> (2 de octubre de 2013). María del Carmen Súa @MaradelCarmenS2. Recuperado de <https://twitter.com/MaradelCarmenS2>.
- ANÓNIMO.(2013) Recuperado del blog Realeza Fucking- crazy. Play Hot. (Julio 2013) Recuperado del blog <http://realezafuckincrazy.blogspot.mx/p/hola-esta-en-una-web-en-pro-de-los.html>
- ANÓNIMO.(2013) Recuperado del blog Realeza Fucking- crazy. Play Hot. (Julio 2013) Recuperado del blog <http://realezafuckincrazy.blogspot.mx/p/hola-esta-en-una-web-en-pro-de-los.html>
- ANÓNIMO (2013) Una foquita bebe ♥ @niatupedicius (octubre 2013) 10 h Recuperado de <https://twitter.com/> Una foquita bebe
- ANÓNIMO.(2013) † EXTASIS † @drugsarefunny 10 h (octubre 2013) Recuperado de <https://twitter.com/drugsarefunny>
- ANÓNIMO.(2013)Ashley † @_LeidenKrieg_ 10 h (octubre 2013) Recuperado de https://twitter.com/_LeidenKrieg
- ANÓNIMO.(2013)@Mery_Swett (octubre 2013)Recuperado de https://twitter.com/_Swett
- † EXTASIS † (2013) @drugsarefunny 11 h. Ídem.
- ANÓNIMO.(2013) Effy. #FREEYUYEE @Weak_Dead_God 8 (octubre 2013) Recuperado de https://twitter.com/Weak_Dead_God
- ANÓNIMO.(2013) Demencia. @MonstersAtNight 6h (octubre 2013) Recuperado de <https://twitter.com/Redheadbones>
- ANÓNIMO.(2013) ♡Redhead and Bones ♡ @Redheadbones 9h (octubre 2013)Recuperado de <https://twitter.com/Redheadbones>
- ANÓNIMO (2013)Vomitante @gorda_chancha 6h (octubre 2013)Recuperado de https://twitter.com/gorda_chancha
- ANÓNIMO. (2013) Sollozos @perfeccionanaym • 8de jul. (octubre 2013) recuperado de <https://twitter.com/perfeccionanaym> Anónimo.Vomitando

- cuchillas. @vivoentrecortes 2h(octubre 2013) Recuperado de <https://twitter.com/vivoentrecortes>
- ANÓNIMO.(2013) Mar Oresia @mybones906090 5h. (octubre 2013)Recuperado de <https://twitter.com/mybones906090>
 - HERNÁNDEZ, Julio. (2012)“Nunca debiste robarme la espada de WoW”: Diez crímenes en la vida real que se originaron en videojuegos online. La información.com (20 agosto 2012) Recuperado de: <http://blogs.lainformacion.com/futuretech/files/2012/08/videojuegos2.jpg>.
 - LORÍA, Arturo. (2012) Claire Lin, Facebook y el nuevo suicidio. Homozapping (29 marzo 2012) Recuperto de <http://homozapping.com.mx/2012/03/claire-lin-facebook-y-el-nuevo-suicidio-asistido/>
 - CASTROVIEJO, Thomas (2012) | Una modelo adolescente avisó por Facebook de su suicidio tras un plantón. Blog de Noticias (6 enero de 2012) Recuperado de <https://esus.noticias.yahoo.com/blogs/blog-de-noticias/una-modelo-adolescente-avis%C3%B3-por-facebook-de-su-suicidio-tras-un-plant%C3%B3n.html>.
 - 'ANONYMOUS',(2012)¿quiénes son y cómo actúan? Rtve(28-02-2012)recuperado de : <http://www.rtve.es/noticias/20120228/anonymous-quienes-son-como-actuan/438765.shtml>.
 - ANÓNIMO. (2014) Hikikomori, síndrome autoencierro. Nuevos Modelos Culturales Del Siglo XX. Blog Portal planetas. (15 de agosto 2014) Recuperado de: <http://www.portalplanetasedna.com.ar/hikikomori.htm>
 - RODRÍGUEZ, Melissa. (2011) 'Cyberbullying': la amenaza constante de la generación 'hiperconectada' CNN México.(05 de agosto de 2011)Recuperado de <http://mexico.cnn.com/salud/2011/08/05/cyberbullying-la-amenaza-constante-de-la-generacion-hiperconectada>.
 - GÓMEZ, Cruz M.C. Edgar.(2014).Cibersexo: ¿La última frontera del Eros? Un estudio etnográfico. Investigación realizada con apoyo del Fondo Ramón Álvarez Buylia de la Universidad de Colima, México(22 de enero 2014) Recuperado de <http://www.razonypalabra.org.mx/libros/libros/cibersexo.pdf>
 - ANÓNIMO. (2013) IDoser Droga Cibernética: Marihuana, Cocaína, Éxtasis y LSD. Taringa. (19 de mayo de 2013) Recuperado de <http://www.taringa.net/comunidades/cannabis/552706/IDoser-Droga-Cibernetica: Marihuana, Cocaína, Extasis-y-LSD.html>.
 - PICCINI ALIJA, Mabel. Ventanas artificiales: Los nuevos espacios de la reclusión. Tramas Subjetividad y procesos sociales.No.5, Junio/1993; Págs. 11-22. Recuperado de <http://publicaciones.xoc.uam.mx/Busqueda.php?indice=AUTOR&terminos=Pic>

cini%20Alija,%20Mabel&tipo_material=TODO&indice_resultados=0&pagina=1

- KATZ, James E. & Rice, Ronald E. (2002) Consecuencias sociales del uso de Internet. Athenea Digital. número (10- otoño 2006) Recuperado de <http://www.raco.cat/index.php/Athenea/article/view/53150/61124>.
- ARDEVOL, Elisenda y Cornelio Gemma,(2007) "Si quieres vernos en acción: YouTube.com"Prácticas mediáticas y autoproducción en Internet. Revista Chilena de Antropología Visual.Número.10. 1-29. Cita que se encuentra en el texto(Ardèvol, Elisenda Y San Cornelio Gemma,2007,Pág.5). Recuperado de https://www.academia.edu/231094/_Si_quieres_vernos_en_acci%C3%B3n_Yo_uTube.com_Pr%C3%A1cticas_medi%C3%A1ticas_y_autoproducci%C3%B3n_en_Internet
- RODRIGUEZ, Ruíz, Alejandro.(2001) Hipertexto, literatura y nuevas tecnologías: (optimismo tecnológico vs. pesimismo humanista). México.UAM-X. Versión# 11, .Págs. 239-259. Cita en el texto (Rodríguez,2001,Pág.241) Recuperado de http://publicaciones.xoc.uam.mx/estadistica.php?id_host=6&tipo=ARTICULO&id=1897
- ANÓNIMO. (2013)Importante(16-enero 2013) Blog my dreams are made of this. Recuperado de <http://princesasmoderadas.blogspot.mx/2013/01/dia-ana-mia.html>
- JIMÉNEZ Morales, Mònika (2010): Trastornos del comportamiento alimentario en Internet. De la blogosfera a las redes sociales. Madrid (España) *REVISTA ICONO*. 14, Año 8, pp. 84-96. Cita en el texto (Jiménez,2010, Pág.88)Recuperado de <http://www.icono14.net/ojs/index.php/icono14/article/view/23088>)
- ALIKA PRINCES. (2014) Tips Pro Ana. (Agosto de 2014) Recuperado de <http://proanaymiaforever.blogspot.mx/2013/10/tips-pro-ana.html> ALIKA PRINCES. (2014) Tips Pro Ana. (Agosto de 2014) Recuperado de <http://proanaymiaforever.blogspot.mx/2013/10/tips-pro-ana.html>
- IBARRA, Fran. (2013) Libreta (septiembre 2013) Recuperado de <https://plus.google.com/u/0/116959629002416698960/posts>
- ANÓNIMO. (2010)Pulseras-ana-mia (16 de abril 2010) Blog my dreams are made of this. Recuperado de <http://princesasmoderadas.blogspot.mx/2010/04/pulseras-ana-mia.html>
- ANÓNIMO. (2008) Ana y Mia princesas. Cutting. (2 de julio del 2008) Recuperado de <http://princessdarkness-emily.blogspot.mx/>
- KOKOA BASKERVILLE. (2013)Diálogo ente Kokoa Baskerville y Eli Ana Mia. Blog: Welcome to my world.(13-10-2013)Recuperado de <http://noeatbyme.blogspot.mx/search?q=Kokoa+basquerville>

- REINOSO, Albornoz, Lilian Yael. (2012) Protocolo de Tesis: Hi5 y la difusión de la Bulimia y la Anorexia. Plata .Facultad de Periodismo y Comunicación Social de la Universidad Nacional de la Plata. (julio 2012)Recuperado de perio.unlp.edu.ar/catedras/system/.../plan_-_yael_reinoso_albornoz.doc
- GÓMEZ, Edgar. (2002) Hacia la construcción de una metodología para el estudio de las "comunidades virtuales. México. UAM-X. Versión 12, Diciembre/2002 Págs. 61-78 (Gómez, 2002, Pág. 66.)Recuperado de http://publicaciones.xoc.uam.mx/estadistica.php?id_host=6&tipo=ARTICULO&id=1865
- WOLF, Naomi. (1991) El mito de la belleza. Estados Unidos. Eméce. (septiembre 2014) Recuperado de [file:///C:/Users/Gloria/Downloads/wolf-mito-de-la-belleza1%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Gloria/Downloads/wolf-mito-de-la-belleza1%20(1).pdf)
- ANÓNIMO. (2012)Tips Sanosi...ah! (27 de abril 2012)Recuperado de <http://princesasmoderadas.blogspot.mx/search/label/tips%20ana%20y%20mia>
- ANÓNIMO. (2007) El culto a Ana. Blog Me como a mí.(agosto2007) Recuperado de <http://mecomoami3.blogspot.mx/2007/08/quienes-son-ana-y-mia.html>
- ANÓNIMO. (2008) Solo Para Princesas...! Bienvenidas princesas Ana y MiA.(17 febrero 2008) Recuperado de <http://princesita0408.blogspot.mx/>
- LAURENTIS, Teresa. (1989) Technologies of Gender. Essays on Theory, Film and Fiction, London, Macmillan Press, págs. 1-30. (diciembre 2013) Recuperado de http://blogs.fad.unam.mx/assinatura/adriana_raggi/wp-content/uploads/2013/12/tecnologias-del-genero-teresa-de-lauretis.pdf
- THALY (2013). QUE BUBIS O TRASERO YO LO QUE QUIERO ES HUESOS. Blog: Yo voy a hacer tan bella que todo me miren cuando salgo a caminar. Amor-belleza. Éxito-salud -juventud(7 de noviembre de 2013)Recuperado de <http://yosoyfuertee.blogspot.mx/2013/11/que-bubis-o-trasero-yo-lo-que-quiero-es.html>
- ANÓNIMO (2012) Todo Ana y todo Mia. (Septiembre 2012) Recuperado de <http://www.todoanaymia.com/perfil.html>
- THALY. (2013)No quiero estar sana quiero estar delgada. <http://yosoyfuertee.blogspot.mx/2013/11/no-quiero-estar-sana-quiero-estar.html> (26 noviembre 2013) <http://yosoyfuertee.blogspot.mx/2013/11/no-quiero-estar-sana-quiero-estar.html>
-
- ANÓNIMO (2012) “El origen”, post en el blog Lyli S Life. Happy day Ana y Mia. 16 de enero de 2012. <http://mianaly.blogspot.mx/2012/01/el-origen-de-ana-y-mia-16-enero-dia-ana.html>

- ANÓNIMO (2011) My dreams are made of this. 16 de enero día de Mia y Ana. (15 de enero 2011). <http://princesasmoderadas.blogspot.mx/2011/01/16-de-enero-dia-ana-y-mia.html>
- ANÓNIMO (2013) My dreams are made of this. Día Ana y Mia. (16 de enero 2013). <http://princesasmoderadas.blogspot.mx/2013/01/dia-ana-mia.html>
- ANÓNIMO. (2012) Alisa. La nueva princesa. 11 de junio de 2012. Recuperado de <http://unamentequevaamil.blogspot.mx/2012/06/alisa-la-nueva-princesa.html>
- CARBAJAL, Mariana. (2012) Las reinas de la polémica. (9 de marzo de 2014) Recuperado de <http://www.pagina12.com.ar/diario/suplementos/las12/13-4525-2008-1>
- Gómez Pérez Mitre, Gilda (1977) .Publicidad e imagen corporal factores de riesgo en trastornos de la conducta alimentaria en los estudiantes. Publicidad e imagen corporal. Págs.157-177. Cita que está en el texto (Gomez,158) (24-03-2014) Recuperado de [file:///C:/Users/Gloria/Downloads/Gilda%20Gomez%20Perez%20Mitre%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Gloria/Downloads/Gilda%20Gomez%20Perez%20Mitre%20(1).pdf)
- BRIZZ NICOLE. (2013) Por qué decidí cambiar primer y segunda parte. (27 y 28 de mayo 2013) Recuperado de <http://princesnikky.blogspot.mx/2013/05/porque-decidi-parte-1-ninas-todas.html>.

ANEXO I

LIBROS

Pequeña

Genevieve Brizac

La mania de adelgazar

Sergio Peña y Lillo

Días perdidos

Marya Hornabacher

Diario de una anorexica

Valerie Valere

Si, soy anorexica

Jackie Northcote

Hambre a la moda

Mary Pipher

Miradas en el espejo

Santa anorexia, viaje al país de nunca comer

Trastornos del comer

R. Crespo,

Como superar la adicción a la comida

Geneen Roth

Las indomables

G. Rimbault

Anorexia y Bulimia

Richard A. Gordon Ariel

Guía práctica de la anorexia

Elena Ochoa

Anorexia y Bulimia Nerviosas

A. Chinlilla Moreno

Anorexia y Bulimia

Nora Tannenhau

La Anorexia-Una locura del cuerpo

N. Caparros/I. Sanfeliú

Anorexia y Bulimia: Lo que hay que saber

R. Crispo/E. Figueroa/D. Guelar

El cuerpo como delito

Josep Toro

La obsesión del perfeccionismo

Allan E. Mallinger/J. de Wyze

La obsesión de comer

Jane R. Hirschmann/Carol H.

Las adoradoras de la delgadez

F. Garcia Rodriguez

*Madres e hijas Relatos
varias autoras*

*Aprender a comer
Ulrike Schmidt/Janet Treasure Martinez*

*Un peligro llamado anorexia
Gonzalo Morandé*

*Me siento gorda
Lorraine C. Ladish*

*Una sustancia llamada comida
Gloria Arenson McGraw-Hill*

*Trastornos de la alimentación
Vicente Jose Turón Gil*

*Anorexia.- Teoria y clinica psicoanalitica
G. Baravalle, C.H.Jorge*

*Vencer la anorexia y la bulimia
Marianne Apostolides*

*Anorexia y Bulimia.- Desórdenes alimentarios
Suzanne Abrahan y otro*

*La obsesión por adelgazar.- Bulimia y anorexia
S. Martinez Fornes*

*Anorexia nerviosa y bulimia
Marilyn Duker/Roger*

*Anorexia y bulimia
Coll Mireia y otros*

*Mi corazón que baila con espigas
Carmen Rigalt*

*La casa sosegada
Antonio Gala*

Elisabeth de Austria
Brigitte Haman

Tostadas y mermelada para el desayuno
Mary Anne Cohen

Te di la vida entera
Zoé Valdés

Mujeres de negro
Josefina Aldecoa

Amor, curiosidad, prozac y dudas
Lucía Etxebarría

Una muerte muy dulce
Simone de Beauvoir

Anorexia y Bulimia
Julia Buckroyd Martinez

!No más dietas!
Geneen Roth

Trastornos del comportamiento alimentario
Blanca R.V. y Pilar S.V.

El cuerpo como enemigo
Josep Toro y Mónica Artigas Martinez

La Anorexia
Gonzalo Morandé

El coraje de ser tu misma
Sue Patton Thoele Elección Edaf

Yo vencí la anorexia
Nieves Alvarez

Tribulaciones de una madre sufridora
A. Vallejo Najera

Cuando comer es un infierno
Espido freire

PUBLICADO POR ANA DIANYS EN 14:52

MI LISTA DE BLOGS

** ~ Carreraa feLiiz ~ **

攻殻機動隊 ARISE border:4 Ghost Stands Alone (2014)
Hace 3 semanas

Priinc3sA MiimOsA
Hansel Vs. Gretel (2015)
Hace 5 semanas

queriendo ser una princess
Hellions (2015)
Hace 5 semanas

Princesa por Siempre
Navidad!
Hace 3 meses

PersiGuieNdo SuEñoS, eNcOnTRaDo DeslluionEs
Money Monster ()
Hace 5 meses

Hada sin Alas!!!
Empleos Puerto Vallarta
Hace 7 meses

Camino de la perfeccion
Review Hartke A25 Bass Amplifier Combo, 1 x 8 Inches AL - 25W
Hace 1 año

PrincezhitaAnayMia
prueba
Hace 1 año

Miss cHERrY bErRy!!
Hace 1 año

estoyposeida
Hace 1 año

► junio (7)

RECORD

21 DIAS SIN COMER

TEST DE LA PERSONALIDAD

Trastorno	Grado
Paranoide	BAJO
Esquizoide	BAJO
Esquizotípico	BAJO
Histrionico	BAJO
Antisocial	BAJO
Narcisista	BAJO
Limite	BAJO
Obsesivo	BAJO
Dependiente	BAJO
Evitador	BAJO

AnaDyanis. (2009) Recuperado del blog deDyanis (julio 2009)<http://princessdyanis.blogspot.mx/2009/07/pequena-genevieve-brizac-la-mania-de.html>

Películas de anorexia y bulimia - Pro-ana

Películas

The Best Little Girl in the World (1981) Jennifer Jason Leigh sufre de anorexia nerviosa.

Kate's Secret (1986) Una exitosa abogada, madre de familia, sufre de bulimia

An Anorexic's Tale: The Brief Life of Catherine o Catherine (1988)

Catherine Dunbar falleció tras luchar siete años contra la anorexia nerviosa, basado en el libro de su madre.

The Karen Carpenter Story (1989)

Cynthia Gibb como Karen Carpenter quien batalló contra la anorexia y la bulimia.

For the love of Nancy (1994)

Tracy Gold como Nancy Walsh quien al entrar a la universidad se obsesionó con el peso, comiendo muy poco y con mucho ejercicio, mostrando al mismo tiempo la lucha de sus padres por sanar a su hija. 301, 302 (1995)

Película de Corea del Sur protagonizada por Eum-jin y Sin-Hye, como dos obsesivas compulsivas, una un chef y la otra una escritora, bulímica.

Dying to be Perfect: the Ellen Hart Pena Story

Crystal Bernard como Ellen Hart Pena, atleta de clase mundial y esposa de un político de Colorado, pero su desorden alimenticio casi la mata y a su bebé.

When Friendship Kills (1996)

Lexi y Jennifer intentan ponerse en forma pero se vuelven anoréxicas y bulímicas, ejercitan, hacen dieta y vomitan, en secreto, hasta que una de las dos casi muere.

Perfect Body (1997) Amy Jo Johnson es Andie, una gimnasta de clase mundial que deja de comer para llegar a las olimpiadas.

A Girl is a Girl (1999) Trevor conoce a Lisa, una ex modelo consumida por la anorexia.

Slender Existence (2000) Es un cortometraje en que la directora cuenta y entrevista a sus conocidos sobre su lucha contra la anorexia nerviosa.

Sharing the Secret (2000)

La historia de una niña que sufre de bulimia tratando de ser siempre feliz ante sus padres y amigos. Interpretada por Alison Lohman

Dying to Dance (2001) Una bailarina que sufre de anorexia y bulimia.

Hunger Point (2003) Sobre una madre que intenta que su hija permanezca delgada.

Craving. Corto basado en una obra de teatro sobre una mujer que cae en la anorexia y su recuperación

Maybe (2003)

Briciole (2005) Sandra es una niña de 18 años que sufre la enfermedad

Malos Hábitos (2007) Tres historias entrecruzadas de una familia con problemas de alimentación.

Disfigured (2008) Una mujer con sobrepeso y una anoréxica en recuperación se unen.

Documentales sobre Anorexia y Bulimia

Películas de anorexia y bulimia - Pro-ana. (2006) Recuperado de Anónimo. (06-2006) <http://peliculasobrepesicologia.blogspot.mx/2010/06/peliculas-de-anorexia-y-bulimia.html>

Canciones Pro ANA Y MIA (cortesía del blog

Música:

“superchik -courage nosotr@s y como nunca nos abandonaremos

kudai - llevame una canción de auxilio

flor -90-60-90 nos comprende...

porta - espejismos una falsa realidad dentro de nuestras alucinaciones

jeffree star -fake best friend ana y mia no son amigas

jill sobule - lucy at the gym lucy es una chica que no come y exagera con el gym

jeffree star -anorexia..... es como un random

Laura Pausini -ana dime si come para vivir

Arbol -chica anorexica su novia es anorexica

Cheona -16 lo "malas" que llegamos a ser

Superchik - beauty from pain duele... pero vale la pena

ana voog - mother anorexia..... la anorexia es un todo, nos ayuda, nos escucha

??? -skins and bones creo yo... le canta a lo "delgado"

Gabriela Villalba -eres linda deja de lastimarte... así eres hermosa

Silverchair -ana's song te amo anorexia... matame

ultraplayback -viva la anorexia "viva" ... sarcasmo total

Marcos Llanas - esa maldita objeción esa... la que mató

saves the day -cars and calories..... baso su vida en lo que veía en revistas

foo figthers - skins and bones la voz de tu cabeza que no te deja

ted leo and the pharmacist -me and mia tengo control
the schoolyard heroes -battle star anorexia..... te dira lo que te hará la anorexia
pulp -anorexic beauty la anorexia es bella... sarcasmo
King Andora - big isn't beautiful..... lo gordo es feo, lo delgado bello
manic street peachers -4st 7 lbs..... una chica esta muriendo por esto.”

Princesa Sharon (2011)Canciones PRO ANA Y PRO MIA (3 de julio 2011) (<http://saroh-princess-ana.blogspot.mx/2011/07/canciones-pro-ana-y-mia-cortesia-del.html>)

Credos

Credo Ana

Creo en el control la única energía con suficiente fuerza como para ordenar el caos en el que vivo. Creo que soy la persona más rastrera, inútil y despreciable que hay existido jamás en la tierra y que soy absolutamente indigna del tiempo o la atención de nadie. Creo que quienes me digan algo distinto son idiotas; si pudieran verme como soy realmente; me odiarían tanto como yo lo hago. Creo en leyes irrompibles, en deberes y obligaciones que determinen mi comportamiento diario.³²³ *Cuando acabes, volverás corriendo hacia mí, pidiéndome consejo porque de verdad no quieres volver a estar gorda. Rompiste una regla cardinal y comiste, y ahora quieres que vuelva. Yo te obligaré a ir al baño, te pondré de rodillas. Tus dedos se insertarán en tu garganta, y no sin dolor, tu atracón saldrá. Esto se repetirá y se repetirá, hasta que botes sangre y agua y sepas que todo se ha ido. Cuando te pares, te sentirás mareada. No te desmayes Párate ahora mismo. Vaca gorda, mereces el dolor! .Tal vez la forma en la que elimines el sentimiento de culpa será diferente. Tal vez elija hacerte tomar laxantes, haciéndote sentar en el baño hasta las altas horas de la madrugada, sintiendo tus entrañas llorar. O tal vez se me ocurra que te tienes que hacer daño. Cortarte es efectivo. Quiero que veas tu sangre, verla correr por tu brazo, y entenderás que mereces cualquier dolor que yo te dé. Estás deprimida, obsesionada, adolorida, buscando ayuda pero no la encontrarás. A quién le importa? Tú te lo mereces, tu misma hiciste esto.*

“*Credo Ana Y Mia*

Terminante es mi dieta /No debo desear comer /Prometo acostarme hambrienta por las noches/El hambre es mi consuelo/Sufrir para estar delgada/Si, aunque recorra las pastelerías/No compraré nada/Las tortas, pastas y dulces me tientan/Prometo solo comer lechuga y beber agua/Mi gordo y asqueroso estómago se queja de hambre/Las

³²³ Anónimo. (2007) Escrito por princesita de ana y mia (04/01/2007) 22:13 Recuperado de

<http://princesitadeanaymia.blogdiario.com/tags/AMIGA/>

tablas de calorías y peso me seguirán a todos lados/¡Mátame de hambre por gorda!”³²⁴

Credo Ana (Versión Corta)

Creo en el control la única energía con suficiente fuerza como para ordenar el caos en el que vivo. Creo que soy la persona más rastrera, inútil y despreciable que haya existido jamás en la tierra y que soy absolutamente indigna del tiempo o la atención de nadie. Creo que quienes me digan algo distinto son idiotas; si pudieran verme como soy realmente; me odiarían tanto como yo lo hago. Creo en leyes irrompibles, en deberes y obligaciones que determinen mi comportamiento diario. Creo en la perfección y luchó por obtenerla. Creo en la salvación a través de realizar un esfuerzo cada día mayor. Creo en las listas de calorías... como palabra suprema; y de acuerdo con esa creencia las memorizaré. Creo en las básculas como indicador de mis fracasos y existos diarios. Creo en el infierno porque en ocasiones creo que vivo en él. Creo en un mundo en blanco y negro, en la pérdida de peso, el remordimiento por los pecados, la negación del cuerpo, y una eterna vida de ayuno. Amén

Credo Mia

El baño es mi confesionario sagrado. Me arrodillaré ante la taza del baño y haré penitencia por mis pecados, que son muchos. Soy culpable de querer. Soy culpable por no apreciar lo que tengo y lo que soy. Soy un huracán de emociones. Al jalar la cadena lavaré estos pecados, permíteme comenzar un nuevo mañana. Me confesaré todos los días, sino lo hago, habrá un acto de castigo. Cortaré o castigaré mi cuerpo porque siempre ha sido demasiado. Me esforzaré por ser perfecta y delgada como mi hermana Ana. Apoyaré a otros como yo. Protegeré a otras Mías del abuso. Seré perfecta. AMEN.

..*Credo*..

Ser Delgado es ser bello por lo tanto debo ser Delgado y permanecer así, si quiero que los demás me amen. La comida es mi enemigo, puedo verla y olerla pero nunca tocarla.

Debo pensar en comida cada segundo, cada minuto de cada hora en el día... y las formas de evitar comerla

Debo pesarme, es lo primero que haré cada mañana, y recordar ese número y pensar en ello todo el día, ese número tiene que ser mejor que lo que fue el día de ayer sino es así debo ayunar todo el día.

³²⁴ Anónimo.(2007)Escrito por princesita (01-07-2007) Recuperado de http://princesita0408.blogspot.mx/2007_07_01_archive.html

No debo permitir ser tentada por el enemigo (comida) y no debo permitir caer en ese tentación , si lo hago y me permito estar en ese estado de debilidad y esa cueva, me voy a sentir culpable y me castigare por haber fallado.

Seré delgada a cualquier precio, es lo mas importante para mi , nada mas importa

Me dedicare solamente a MiA, ellas estará conmigo a donde quiera que vaya me mantendrá en línea, nada mas importa, ella es la única que me cuida y se preocupa por mi y me entiende, la honrare y la haré sentir orgullosa.

Mandamientos

- *1. Si no estás delgada no eres atractiva.
- *2. Estar delgada es lo más importante.
- *3. Compra la ropa adecuada, córtate el pelo, toma laxantes, muérete de hambre...lo que sea para estar más delgada.
- *4. No comerás sin sentirte culpable.
- *5. No comerás comida que engorde sin castigarte después.
- *6. Contaras calorías y limitarás tus comidas de acuerdo con ellas.
- *7. Los designios de la báscula son los más importantes.
- *8. Perder peso es bueno, engordar malo.
- *9. Nunca se esta lo suficientemente delgada.
- *10. Estar delgada y no comer demuestran la autentica fuerza de voluntad y nivel de éxito.

Ritual o Hechizo

HECHIZO DE FIN DE AÑO PARA BAJAR DE PESO

Por naturaleza todas las mujeres nacemos con un poder especial para manipular el entorno para nuestro beneficio. Una mujer que conoce su verdadero potencial esta hecha de etapas y de metas cumplidas; una mujer posee un poder mágico que la lleva al triunfo. Quiero compartir con todas este hechizo de fin de año para que empiecen el 2011 con la meta fija en su mente de lograr el peso que siempre han deseado.

Material necesario: tres velas blancas, un vaso con agua y una foto de la persona que quiere adelgazar.

Ritual

1. Coloca las tres velas formando un triángulo y, en el medio, una foto tuya.
2. En la punta superior del triángulo, pon el vaso con agua y luego enciende las velas, empezando por tu izquierda, y repitiendo este hechizo de magia blanca cada vez que enciendes una vela:

Enciendo el fuego de la manifestación de mi deseo: adelgazar fácilmente.

3. Mientras pronuncias las palabras de este hechizo, deberás mirar muy fijamente tu foto. Cuando hayas encendido las tres velas, deberás susurrar la siguiente oración de magia blanca para que se cumpla tu hechizo de belleza:

La magia del agua absorbe todos mis miedos y libera mi cuerpo.

4. Una vez finalizado este hechizo, deberás volcar el agua del vaso en el desagüe y apagar las tres velas, que tendrás que guardar juntas en un sitio secreto durante un año. Poco a poco, notarás como vas perdiendo tus kilos de más y como te sientes cada vez más saludable y en forma.

PD: Este hechizo de belleza no funciona para personas que ya alcanzaron su peso ideal porque, al ser magia blanca, siempre busca el equilibrio interior y la armonía, evitando dañar de cualquier manera a la persona que realiza el conjuro.

Anónimo.(2013)Secreto de princesas.4 demarzo 2013. Recuperado de <http://jamasbajestucorona.blogspot.mx/2013/03/hechizo-de-fin-de-ano-para-bajar-de-peso.html>

Diccionario o Glosario.

Diccionario

Ana: Persona Anorexica.

Mia: Persona Bulimica.

Buliminoxica: Que alterna periodos de Anorexia y Bulimia.

Bulimica restrictiva: persona con todas las características de una bulimia pero que también ayuna y restringe comida.

Anorexica Purgativa: Anorexica que aunque no suele hacerlo, vomita en caso de excederse o de ser obligada a comer.

Wannabe: Una persona que quiere enfermar de anorexia o bulimia.

IMC: Índice de Masa Corporal.

Pro-ana/Pro-mia: a favor de los ED.

ED: eating disorder (desorden alimenticio) también llamado DA en español.

Binge: atracón (atrascarse...)

Purgarse: Vomitar.

Self-injury: automutilación.

Thinspiration: Inspiración de alguien delgado o anoréxico que nos da fuerza.

Calorías Negativas: Se llama calorías negativas a aquellas que gastan más de un 10% de su total en la digestión.

Icepac: jarabe que se utiliza en caso de intoxicaciones (provoca el vómito inmediato). Muy peligroso, puede producir la muerte.

Cetonas: (Cuerpos cetónicos) Se encuentran en sangre y orina. Se producen durante el ayuno.

Ortorexia: obsesión (enfermedad) por los alimentos sanos.

Vegano: que no consume ningún tipo de alimento animal. Ni leche, ni queso, ni miel, etc... Por supuesto ni huevos, ni pescado ni carne.

Bipolaridad: Estado de ánimo que fluctúa entre dos fases, una de gran felicidad y otra de profunda depresión.

Fase Maniaca: se caracteriza por el excesivo buen humor, la hiperactividad, menor necesidad de dormir, etc...

Fase depresiva: llanto, indiferencia, depresión, pensamientos de suicidio, cambios de alimentación, etc...

Trastorno Obsesivo Compulsivo: Trastorno de ansiedad que se caracteriza por obsesiones (impulsos o imágenes no deseados) y compulsiones (rituales repetitivos para aliviar la ansiedad).

Ataque de pánico: Repetidos periodos de miedo e intranquilidad que se producen sin causa acompañados de un pulso cardíaco acelerado

Dietas rápidas

La Dieta del Suero de Leche

La mítica belleza de Cleopatra es deudora del suero de leche, un concentrado de nutrientes conocido desde la Antigüedad como "agua para sanar". Más que una dieta, supone una cura depurativa que se notará en la báscula.

Bases de la dieta del suero de leche

El suero procede de la coagulación de la leche y es un cóctel explosivo de vitaminas, proteínas y sales minerales. Al tiempo que depura el organismo, favorece la movilización del tejido graso como fuente alternativa de energía.

Duración: 6 días.

Kilos de menos: 5 kilos.

Destinatarios de la dieta del suero de leche

Destinatarios ideales: cualquier individuo sano que quiera perder peso.

Abstenerse: personas con intolerancia a la lactosa o sometidas a un tratamiento médico continuado, así como niños y mujeres embarazadas o en periodo de lactancia.

Alimentos de la dieta del suero de leche

Alimentos estrella: suero en polvo. Procede del suero de queso sometido a un proceso de desecación y se venden en botes de 450 gramos en herboristerías y centros dietéticos. El preparado a ingerir entre 6 y 7 veces al día contiene 2 - 3 cucharadas soperas de suero por cada 250 ml. de agua mineral.

Alimentos tabú: todos, salvo suero de leche y agua mineral.

Plan de ataque en la dieta del suero de leche

Desayuno Vaso de suero de leche (2 - 3 cucharadas/250 ml).

Media mañana Vaso de suero de leche (2 - 3 cucharadas/250 ml).

Comida Dos vasos de suero de leche (2 - 3 cucharadas/250 ml.) ingeridos con 15 minutos de intervalo.

Merienda Vaso de suero de leche (2 - 3 cucharadas/250 ml.).

Cena Dos vasos de suero de leche (2 - 3 cucharadas/250 ml.) ingeridos con 15 minutos de intervalo.

Consejos de la dieta del suero de leche

Sólo debe realizarse una vez al año, a ser posible en verano por su efecto refrescante y saciante. Requiere ejercicio y 2 litros de agua diarios. La vuelta a la normalidad ha de ser lenta, con un primer día de zumos de fruta y verdura, y una incorporación paulatina y en pequeñas cantidades de los restantes alimentos.

Virtudes de la dieta del suero de leche

El suero de leche y su poder energético (26 calorías) aportan gran vitalidad. Además, las bacterias del intestino transforman su lactosa en ácido láctico, que a su vez regula y regenera la flora intestinal, palia el estreñimiento y mejora la piel.

Defectos de la dieta del suero de leche

Se trata de una cura muy estricta que requiere mucha voluntad. Suele acompañarse de auténticos accesos de hambre que habrá que hacer frente con infusiones de manzanilla y menta poleo como única arma.

Anónimo. (2012) Confesiones de una anoréxica.

(23 de julio de 2012)

<http://confesionesdeunaanorexicainfantil.blogspot.mx/2012/07/calcula-tu-imc.html>

PESO IDEAL (Tabla IMC)

ALTURA KILOS

1,50 - 39kg

1,53 - 40kg

1,54 - 41kg

1,55 - 42kg

1,58 - 43kg

1,60 - 45kg

1,63 - 46kg

1,65 - 48kg

1,68 - 49kg

1,70 - 50kg

1,73 - 52kg

1,75 - 54kg

1,78 - 55kg

1,80 - 57kg

1,83 - 59kg

1,85 - 60kg

RECUERDA QUE LLEGANDO NO TRATES DE BAJAR MÁS, PUES YA NO TE VERAS COMO UNA PRINCESA CINO COMO ALGO NUNCA, NUNCA DESEADO POR UN

CHICO, SOLO SE VERA EL ESQUELETO, NO SE VERAN LOS MUSCULOS NI NADA, QUIERES QUE TODOS ESTEN A TU LADO, QUE QUIERAN ANDAR CON TIGO, QUE TODO EL MUNDO TE VEA Y DIGA "QUE CHICA TAN GUAPA", "WOOW QUE LINDA CHICA"

"ESA CHICA ESTA BIEN ...", SI QUIERES ESCUCHAR ESOS PIROPOS Y SER ATRACTIVA, NO QUIERAS BAJAR MÁS DEL PESO IDEAL, SINO TODOS SOLO TE VERAN POR TU EXTREMO Y SENTIRAN LASTIMA POR TI, EN VERDAD YA NO QUERRAN ESTAR CON TIGO.

Anónimo. (2009)Pro Ana Pro Mia perfección de una princesa.25 de diciembre 2009. Recuperado de <http://perfeccionparaprincesas.blogspot.mx/2009/12/reglas-dieta-y-tabla-de-peso-ideal.html>

Carrera de kilos.

El concurso inicia princesas del 13 al 23 de febrero
10 días

las princesas son 3 y no importa asi se empieza el juego.

PARTICIPANTES

Afrodita Stark

-Nombre: Zendy

-Edad: 14

-Pais: Argentina

-Peso actual: 56 KG

-Estatura: 154 CM

-Meta: 40 KG

-Frase Celebre: Decir "No gracias" a la comida es un "Si por favor" a la delgadez.

-Thinspiration: Taylor Momsen

(no tengo ni blog ni face :/)

Sweetdreams

-Nombre: Sweet

-Edad: 20

- Pais: España

-Peso actual: 54

-Estatura: 156

-Meta: 45

-Frase Celebre: levántate y se fuerte por que nada es para siempre

-Thinspiration: no se...

-Blogger: no tengo

-Facebook: no tengo

-Nombre: Bernadette RB

-Edad: 20

- Pais: México

-Peso actual: 57

-Estatura: 157

-Meta: 52

-Frase Celebre: Yo qué sé.
-Thinspiration: Nadia Esra Y Lindsey Starling
-Blogger: <http://psychobabble13.blogspot.mx/> -Twitter: @bernadetteRB7

-Nombre: Ria
-Edad: 19
- Pais: Bolivia
-Peso actual:60
-Estatura: 154
-Meta:52
-Frase Es posible tener que librar una batalla mas de una vez para ganarla.
-Thinspiration: No se
-Tumblr: <http://midiario3.tumblr.com/>

INSTRUCCIONES:

1.- Realizar Ejercicio Durante la carrera (ok chicas Ana y mia no solo se trata de #Ayunar, o #Provocarse vomitos, Es necesario hacer ejercicio para evitar los rebotes, CELULITIS una chica es fea con esoo y no se vale no llegarias a la perfección), el tiempo que gusten como minimo 30 minutos.

2.- Se permite todo tipo de juego (off... pueden jugar mal o bien) (ayunar, vomitar, restriccion total, dietas, ejercicios y etc...)

3.- Cada día tendran q redactar un diario propio #Que han hecho para bajar de peso cuantas calorías aproximadamente han quemado..(Bien les pondre x cada actividad cuanto pueden quemar); es necesario para animar a otras chicas y ver que lo q ustedes hacen es una #Thinspo

4.- Deben Beber liquidos, no quiero q se deshidraten, las quiero regias y lindas chicas... Tienen que inspirar

5.- Quien Gane el juego Tendra un premio, Yo les dare tips de como baje de peso... Ok chicas a trabajar..

REGLAS:

En realidad no hay reglas, x q ana y mia son nuestra forma de vida, Bien, las dejo chicas Espero q mas personas se animen

Zenda: 56 kg Meta: 40 Kg (16 kg) Color : verde

Sweet: 54 kg Meta: 45 kg (14 kg) Color: Rojo

Bernadette RB: 57 Kg Meta: 52 (5 kg) Color: Azul

EL COLOR QUE LES DI SERA SU COLOR CADA DIA DEBEN ESCRIBIR SU DIARIO DE LO QUE HAN COMIDO Y LO QUE HAN HECHO Y MAS O MENOS YO LES DIRE CUANTOS GRAMOS HAN BAJADO X DÍA LA TABLA ESTA HASTA ABAJO AL FINAL

Anónimo.(2014)Carrera por la Perfección(13 de febrero 2014) Recuperado de <http://anaymiacarreradekilos2014.blogspot.mx/>



Mivida del los otros(2011)Ana y mia princesas inertes.21-12-2011. Recuperado de <https://mividadelosotros.wordpress.com/2011/12/21/pro-ana-y-mia-las-princesas-inanes/>

Thinspiration



Anónimo.(2013) Diario de una princesa(4 de enero 2013) <http://diariodeunaprincesadana.blogspot.mx/2013/01/pri-ncesas-alisa-alisa-como-ana-y-mia.html>

Anónimo. (2009) Erase una vez... Una gorda k keria ser princesa mia.12 de enero 2009. Recuperado de <http://mia-ana-chicas.blogspot.mx/>

Anexo II

UNAS CAUSAS MUY MIAS Y MUY ANAS

La mayoría de las personas que conforman el séquito de este par (Mía y Ana) muy probablemente en algún periodo de su vida tuvieron o tienen problemas de sobrepeso o conocieron muy de cerca a una persona con sobrepeso (mamá, hermana, prima, pariente, novio, amigo, vecino, etc.)

Para seguir adelante con nuestra reflexión es necesario que contestes con la mayor honestidad que te sea posible la siguiente pregunta ¿En nuestra sociedad cómo es vista una persona que tiene sobrepeso? Quizás el príncipe y la princesa empezaron a dudar de sí mism@s cuando descubrieron el terrible rechazo que la sociedad manifiesta a aquellas personas que por algún motivo sea cual sea muestran un peso excesivo.

DESTROZADA

Hoy les escribo porque lamentablemente estoy viva cuando debería de estar muerta. Quiero gritar, morir, no sé, quiero desaparecer de una vez por todas de esta miserable vida. Hoy ha sido el peor día de mi vida, una vez más la vida me demuestra que el amor no se hizo para mí, es como si no hubiera aprendido de mis experiencias pasadas, ¿qué me hizo pensar que aquél tipo que me hablaba con bonitas palabras y me ilusiono iba a fijarse en mí? una gorda asquerosa, marginada y ahora destrozada y es que soy una estúpida, de nada me sirven los diplomas, las becas, el estudio si estoy sola, soy el blanco de las burlas y creo que jamás encontrare un amor verdadero .. 'la belleza esta por dentro' ¡estupideces! ¿quién fue la muy desgraciada que se invento esa mentira tan boba y estúpida? estoy harta!! ayer por la tarde me destrozaron mi vida, mis ilusiones, mis sentimientos, le pregunte a una vecina de Rolando que si ha sabido algo de él y ¿saben que me respondió? que nunca debí de acostarme con él, ¿qué? ¿quién te dijo eso? yo le conteste y ella me dijo que ya toda la colonia lo sabia, de hecho ya todos estaban avisados, 'hay plata en esto, tú nunca debiste de acostarte con él' fue lo que me dijo, en ese momento sentí que mi alma se destrozaba, no sabía por donde caminaba, no me importaba quien me viera llorar, no podía contener el llanto, ya sé el porqué todos se me quedaban viendo en mi colonia y sentía que hablaban a mis espaldas, precisamente esa noche decidí esperar a Rolando en su casa para hablar y lo vi jugando con los otros pandilleros, esos energúmenos que desde que yo era pequeña me han molestado por mi obesidad, he sufrido burlas y bromas de parte de esos buenos para nada, al ver a Rolando presentí lo que siempre pensé, pero quería salir de mi duda, saber la verdad, y que me explicara lo que todos andaban diciendo por allí, Aaron el diske 'líder' de la pandilla me dijo en tono de burla que pensaba que yo era más inteligente y menos fácil, 'contigo no estoy hablando estúpido' le dije y todos empezaban a burlarse, la verdad no les tome importancia porque yo estaba interesada en hablar con Rolando que se encontraba muy serio, por un momento pensé que él se sentía mal por lo que estaba pasando, y todos le decían 'Que valor wey de acostarse con la gorda

del barrio' 'no les entiendo explíquenme bien' les dije indignada yo ya sabía pero no quería salir de aquel sueño, a lo que Aaron me respondió que le había hecho perder 500 pesos, ¿500 pesos vale mi primera vez, mis ilusiones, mi cuerpo, mi vida?.. no aguanto más me quiero morir, no sé qué hacer, lo único que quiero es un abrazo, alguien que me consuele, que me ayude, no tengo a nadie, estoy sola, he pensado en el suicido pero no me creo capaz de hacerlo, es más creo que eso es de cobardes, estoy destrozada, ¿creen que esto es vida? desde el kinder, por ser la única niña gorda nadie quería juntarse conmigo, recibía a diario burlas y desprecios de mis compañeros, al igual que en mi adolescencia un infierno, la popular por ser la gorda asquerosa de X salón, ser un motivo de ejemplo que daban los maestros a sus alumnos advirtiéndolo que podía pasar si se excede en la comida, 'Ya ven a Choncha, si quieren estar como ella sigan comiendo grasa', al igual que al pasar por la vía pública, escuchar los comentarios que las madres le dicen a sus hijos '¿quieres estar así de gorda?', siento nostalgia al ver como todas las quinceañeras se divierten en su fiestas y queda como el mejor recuerdo de sus vidas, a mi me quedó como el peor, nadie se atrevía a bailar conmigo para evitarse desprestigios y burlas por lo que no hubo vals toda la noche me la pase sentada en mi silla de quinceañera llorando, (no podía ser un columpio como en aquel tiempo se usaba porque después lo reventaba), las cosas nunca cambiaron, seguí siendo la gorda de siempre, la marginada, la vida siguió igual, en la secundaria, en mi antigua preparatoria y en la actual al igual que en la vida afectiva recuerdo que en secundaria me atreví a acercarme al chico de la cuál yo estaba enamorada y le declare mis sentimientos hacia él por lo que me respondió 'Lo siento pero no eres de mi tipo', soportar cada comentario destructivo 'mira la gorda' 'que asco con la gorda' 'ay me voy a poner a dieta para no estar como ella que horror', las miradas de asco y de asombro, eso ha sido mi vida, ¿vale la pena seguir viviendo? si de aquí en adelante no escribo más es porque me morí de tristeza, decepción y desolación, ya nada tiene valor, no es necesario que siga viviendo, no entiendo el porque sigo aquí y que razón hay de que siga viva, no tengo ningún proyecto de vida y nada que valga la pena. Besos

Las causas de esto pueden variar, pues su origen puede ser de tipo emocional ya que muchas veces algunas personas comiendo, solventan sentimientos de (ansiedad, miedo, angustia, soledad, es una manera que encontraron de evadir problemas de abandono, violencia psicológica, rechazo, etc.); Por enfermedad (tiroides, hernias, tumores).

Yo empecé a padecer de anorexia a mis 14 años de edad, siempre fui delgada pero cuando mi madre murió, di inicio a comer compulsivamente para llenar ese vacío, subí 15 kilos de peso en una temporada de 4 meses, mis amigas me rechazaban, los chicos de mi edad no me miraban como a las demás chicas, así que empecé a investigar como bajar de peso y encontré las páginas pro anas en Internet y en una de ellas conocí a una chica que me empezó a dar consejos para bajar de peso, así que inicié por dejar de comer un poco, pero esta

obsesión por ser delgada se convirtió en toda mi vida, en el día sólo tomaba agua y comía 5 trozos de melón, y de noche tomaba más agua, y dos cucharadas de laxantes y de vaselina líquida; cuando sentía hambre comía un poco, pero inmediatamente iba a el baño y me provocaba el vomito, me apretaba el estómago hasta vomitarlo todo ,duré 7 días sin comer nada en absoluto, sólo bebía agua y laxantes, en ese momento creí que era mi mayor logro, pero de repente empecé a sentir nuevamente ansiedad por comer, me sentía tan asquerosa y tan culpable por el sólo hecho de sentir hambre, que me cortaba las piernas y el abdomen con un cuchillo, y con el dolor me obligaba a olvidar el hambre, intente quitarme la vida por lo menos 3 veces y nunca lo conseguí, hasta, llegue a pesar 31 kilos, estuve al borde e la muerte hasta, que mi padre resolvió contratar a un nutricionista, con el cual me entendí muy bien, Él, me saco de ese maldito infierno”, infierno que nos crea la gente con una imagen falsa de la mujer.”

O simplemente el príncipe y la princesa no supieron o no recuerdan desde cuándo en su casa los alimentos tradicionales fueron desplazados por el hábito de preparar y consumir comida rápida que por lo general contiene cantidades importantes de grasa, azúcar y sodio. O sencillamente desde que tienen memoria, están acostumbrados a degustar hamburguesas, tacos, refrescos, tortas, helados, chocolates, pizzas, dulces, etcétera a todas horas, cuando veían la televisión o jugaban un videojuego o hacían cualquier otra actividad que no implicara algún tipo de esfuerzo físico. O naturalmente se fueron habituando a comer a deshoras, de manera rápida sin masticar lo suficiente para poder digerir aquello que comían. O nunca les enseñaron en casa a comer de manera sana y nutritiva.

O Tal vez el príncipe y la princesa comenzaron a mirarse en el espejo del otro y en muchas ocasiones las actitudes de burla y desprecio no se hicieron esperar. Los chistes a sus costillas, el convertirse de pronto en el hazmerreir de todo el mundo. En la Petunia, el Porkie, la (el) Gordibueno, Shobis, la Keiko, la Bolita, el Carnoso, el (la) Gordis, el Pachoncito, la (el) Manteca, la Albodiga, el Charmin, el Tinaco, el Cochimarrapuerco, el Tres en uno, el gordonio, la Cachita, el Carnitas, la Bodoquito, la Rotoplas, el Grasas, la Longas, el Elefante, la marrana, el Mofletudo, el Gordinflón, el Choncho, el Repolludo, el Cuadros, el Tapón, el Botija, el Panzas , el Barrigas, el Tonel , el Cuba, La Mole; el Mantecoso, el Seboso, el Espeso etcétera por mencionar algunos de los apodos que acaso te decían o dicen en la escuela, la oficina, el trabajo, la calle, en tu casa ya sea la familia o la pareja.

Todos mis traumas empezaron cuando mi hermano mayor entro en la adolescencia ya que el era mi gran ídolo y cualquier cosa que me decía me afectaba mucho y pues yo tengo dos primas que son sólo un año mayor que yo y eran con quien se la pasaba comparando pues las dos tenían calificaciones excelentes y eran más delgadas que yo ya que yo era gordita y pues en parte yo sentía que por eso todos me rechazaban todos se la pasaban diciendo que la niña gorda que debe de dejar de comer etc. jamás se me van a olvidar las frases

favoritas de mi papá "si voy por la carretera y le grito por tu nombre a una burra... ella se ofende y me corretea por haberla insultado" ,"todos mis amigos dicen que tengo una hija TAMBO... NITA" y "ahora estas más delgada... k una VACA" son las frases que oía cada que lo veía el jamás se imaginara todo el daño que esas palabras me hacia y que me dejaron marcada por el resto de mi vida.

Quizás la persecución social comenzó mucho antes en casa. Cuando mamá, papá, hermano, primo, tutor, tía, abuelos (ya sea alguno de ellos o la mayoría de los mismos) comenzó a esconderte la comida, a medirte la comida (contarte los panes, las tortillas, las veces que te serviste guisado, sopa, o que repetiste postre), o posiblemente no fue necesario el conteo, sólo basto con mirarte por el rabillo del ojo y hacerte sentir culpable o mal por disfrutar y deleitarte con el platillo del día y fue así como aprendiste en el mejor de los casos a esconderte cuando comías, esconder lo que comías o comer rápido como si en cada bocado que degustarás estuvieras cometiendo un pecado.

O acaso el problema comenzó cuando alguno (na) pegó el grito en el cielo haciendo cuentas sobre tu talla, tu peso y tu edad, o fue cuando notaste que (un) novio, amigo, amante, vecino, familiar, conocido en determinado momento de tu vida se avergonzaba de ti, de tu complexión, o notaste que por todos los medios posibles (alguien)te insinuaba que bajaras de peso ya sea por medio de comentarios directos o indirectos (el clásico te lo dijo por tu bien, hazlo por salud, eres muy linda o guapo lo único que te falta es bajar de peso y ya esta)

Mi inquietud con todo esto nació un poco antes de mis 14 años, pero estallo después de los 15, puesto que a mis 14 años yo pesaba 70kg. Tenía un sobrepeso de 10kg. y en mi casa se escandalizaron, mi mamá hacia muchas comparaciones "la hija de mi amiga esta así" i etc. etc. Mi papá por su parte decía que tenia que hacer deportes y así, eso la verdad te lastima mucho, porque yo sentí un desprecio hacia mi misma, cuando llego mi quinsiañera yo parecía el pastel en la pista de baile.. Al ver el video sentí una vergüenza horrible, por los comentarios que a mis espaldas escuche. Incluso mis amigas hacían malos comentarios me sentí tan basura.

y por actitudes tan sutiles como cuando el gasto familiar por muy reducido que estuviera siempre se podía estirar para comprarte el famoso tratamiento (capsulas, pastillas, té, terapias de acupuntura, la faja, gimnasio). O sólo fue necesario ver (a mamá, papá, herman@ , ti@, amig@s) haciendo dieta todo el tiempo (la dieta de la luna, la manzana, el tomate, la de los cinco días...). O te basto advertir el repudio que socialmente alguien que tenía sobrepeso vivía diariamente y te juraste a ti mismo o misma que tú nunca repetirías su historia. O sólo un día te limitaste a prender el televisor y aprendiste que los hombres y mujeres esbeltas, son sinónimo de éxito y aceptación en el mundo. O quizás alguien que juega un papel muy importante en tu vida un amigo@, un novi@ o tus padres (ponle tú el nombre) inconscientemente sin proponérselo te hicieron o te hacen sentir que nunca serás lo suficientemente buena o bueno

para ellos. Y tú te has propuesto llenar las expectativas, ser aceptad@, ser querid@, admirad@, te has propuesto callarle la boca a todo el mundo. Demostrarle (a ese alguien) que vales la pena, que esta equivocad@, mostrarle su error. Y muy en el fondo esperas que se arrepienta, que se trague sus palabras, en síntesis que te ame, que te acepte, que nunca te cambie o te compare, quieres garantizar que siempre estará contigo. Pero para lograrlo se te ha metido en la cabeza que tienes que ser dign@ de su amor. Sin embargo estas atrapad@ en una maraña de sentimientos encontrados, revueltos, fusionados, amalgamados, adheridos como son el coraje y la tristeza(al sentirte rechazad@); el miedo(a enfrentar nuevamente actos que reflejen su desamor hacia ti, el miedo a ser nuevamente inadecuad@);las esperanzas (de que todo este vacío, esta soledad, este dolor de sentirte no aceptad@ por alguien que amas desaparezca) de esta sensación de que algo malo pasa en ti, porque a pesar de ser buen@, de tener buenos sentimientos, de ser tú, (no te quiere, alguien que significa tanto para ti). Por otro lado has aprendido a callar, a no demostrar tus verdaderos sentimientos (a reírte cuando en realidad te sentías herid@ por un chiste o apodo) a comer en exceso, beber, fumar, cortarte, o en peor de los casos lastimarte cuando lo que en realidad sentías era (soledad, rabia, nervios, miedo). Has aprendido a ver que en la sociedad se habla un doble discurso. En la mayoría de los ámbitos sociales (familiar, escolar, laboral, filial, sentimental) hay una doble intención. Y que mientras tú manejes tu discurso, tu propio y doble discurso todo estará bien. No quieres que te vean vulnerable, temes que se aprovechen de ti, que se rían, quieres esconder tu sensibilidad a toda costa, quieres protegerte y de allí que no tengas la suficiente confianza para decirle a alguien lo que sientes lo que te pasa, en todo momento esta presente el miedo de no ser adecuad@, desconfianza no sin fundamento de ser inoportun@ del que dirán, de dar pie nuevamente a ser el blanco de las burlas.

O únicamente decidiste rendirte ante un discurso que a muchos les sonará ilógico y absurdo. Pero a quienes somos más sensibles, a quienes buscamos ser aceptad@s, a quienes por alguna razón no nos enseñaron a manejar asertivamente el dolor, el miedo, la rabia, la angustia, el rechazo, y que en el mejor de los casos aprendimos a fugarnos de estas emociones por medio de (los libros , los videojuegos, la televisión , la comida) a quienes provenimos de familias disfuncionales (padres divorciados, violencia intrafamiliar, a los que hemos sido abusados sexualmente , físicamente o emocionalmente, o que vivimos el alcoholismo o la drogadicción en la familia, o tenemos progenitores trabajólicos o que por cuestiones de subsistencia tuvimos que vivir en el abandono, debido a que nuestros padres tenía que salir a ganarse el sustento y que por alguna u otra razón nuestro mentor emocional termino siendo la televisión y el internet o que provenimos de padres y madres frustradas que a la menor provocación desquitaban su mal humor con nosotros o que tuvimos padres de tiempo completo que resaltaban nuestro errores en lugar de nuestras virtudes/o padres de cuerpo presente y mente ausente, o los que

vivimos en una familia donde éramos inexistentes o que por el contrario teníamos padres hipercontroladores que a cada rato nos comparaban con otros y nos señalaban nuestros errores, claro siempre por nuestro bien o a los que aparentemente provenimos de una familia perfecta, integrada en donde inexplicablemente nos sentimos relegad@s, aplastad@s o en constante competencia con algún miembro de la familia) y que por estas razones u otras carecemos de autoestima ergo terminamos buscando un poco de amor y aprobación. Nosotros los que no nos atrevemos a mostrarnos como somos porque se nos enseñó en el seno familiar que no éramos perfect@s, que no bastaba que amáramos con todo nuestro corazón a quienes nos rodeaban, sino que teníamos que merecer, que ganarnos la aprobación de los demás. A tod@s nosotr@s que nos avergonzamos de nuestros sentimientos y por nuestros sentimientos, porque aprendimos que ser sensibles era sinónimo de debilidad, de cursilería a ultranza, de estupidez por antonomasia. A todos aquellos que a la menor provocación nos comparaban física, intelectual, emocionalmente haciéndonos sentir que todos eran y son mejor que nosotr@s.

Nosotr@s somos los más propensos a caer en el juego de las famosas Mía y Ana, en su doble discurso. Porque en nuestra desesperación, las verdades a medias las convertimos en nuestra verdad. Porque realmente estamos descorazonad@s por el infierno cotidiano en el que vivimos y del que queremos salir a como de lugar, porque llegamos a un punto en donde somos capaces de todo con tal de no volver a vivir otro episodio de nuestra vida dándonos un atracón en donde predomine la culpa y la angustia. Porque deseamos con toda nuestra alma poder controlar la cantidad de lo que comemos y detenernos cuando sentimos el estómago lleno y ya no tenemos hambre, porque ya no queremos comer a gran velocidad, muert@s de vergüenza por nuestra baja autoestima. Y es entonces cuando comenzamos a buscar la manera de encajar en sociedad, de ser aceptad@s, y por si fuera poco, adonde quiera que vamos nos llueven imágenes de mujeres flacas, extra flacas, de modelos, artistas, conductoras de T.V. (Christina Ricci, Nicole Richie, Anna Cournikova, Kate Bosworth; Keira Knightley, Hillary Duff, Calista Flockhart, Jennifer Aniston, París Hilton, Kate Moss, Claudia Schiffer, Christina Aguilera, Lindsay Lohan, Nieves Álvarez, Jane Fonda, princesa Victoria, Angelina Jolie, Beyonce Knowles, Jessica Alba, Scarlett Johansson, Nicole Kidman, Alegra Beck Versace, Ashlee Simpson, Britney Spears, Claudia Liz, Mary-Kate y Ashley Olsen, Anahí, Adela Noriega, Iran del castillo, Paulina Rubio...Mujeres que lucen felices, que te anuncian , que la felicidad es sinónimo de delgadez extrema, que la perfección es la delgadez extrema, que el mundo ama, idolatra, acepta, quiere y admira a las flacas, y que entre más flaca más cerca estarás del paraíso prometido, más rápido alcanzarás la felicidad buscada. Y los anuncios de las pastillas, fajas, té, aparatos de gimnasio, los aparatos eléctricos más modernos, los tratamientos y centros especializados para adelgazar no cesan de pasar a todas horas de ser anunciados por los diversos medios de comunicación como son: la televisión, el radio, el internet, los

videoclips, las revistas, los periódicos y la flacomanía ha inundado todo los escaparates, la tiendas de autoservicio, en donde prevalecen las tallas chicas, la solicitudes de empleo en donde te anuncian que sólo tienen el uniforme en talla 5, la flacomanía lleva a colegialas a perforar las tuberías de acero galvanizado del drenaje del baño de las universidades particulares con sus ácidos gástricos, la flacomanía esta en las fiestas en donde todo mundo a la hora de partir el pastel se preocupa por las calorías que va a consumir, la flacomanía exige dietas: la de la luna, la de los cinco días, la de la piña, la del agua, la de la manzana, la del tomate, todo mundo sabe de dietas, habla de dietas, la flacomanía exige productos light, la flacomanía es exhibida, anunciada, requerida, en todos lo ámbitos sociales. Estar flaca es estar fashion, (actualmente las Anas y las Mías no sólo son adolescentes, sino que cada vez hay más niños y mayores de 65 años engrosando el séquito de las tiranas).

Algunos especialistas en la materia aseguran que existe un perverso matrimonio entre las arpías (Ana y Mía) y la enfermedad médica denominada obesidad. Es bien sabido que la obesidad es la puerta que ha conducido a muchos esclav@s al infierno de las arpías (Ana Y Mía).

Querido Blog:

HE ESTADO PENSANDO EN LOS CONSEJOS QUE HE RECIBIDO DE UNAS AMIGAS CIBERNETICAS ACERCA DE COMO ADELGAZAR RÁPIDO, SOLO ES DE PROPONERSELO Y TENER FUERZA DE VOLUNTAD ME HAN COMENTADO ACERCA DE LA BULIMIA Y LA ANOREXIA QUE AL PARECER LES HA DADO RESULTADOS Y ME HAN MOSTRADO FOTOS DE VERDADEROS CAMBIOS IMPRESIONANTES! DICEN QUE HAN LLEGADO A ADELGAZAR HASTA 5 KILOS EN 1 SEMANA ¿SERÁ QUE ESAS 2 MARAVILLAS SON EL REMEDIO QUE TANTO HE BUSCADO PARA MI OBESIDAD? YA QUIERO DEJAR DE SER UNA GORDA ASKEROSA EL BLANCO DE LAS BURLAS Y HUMILLACIONES!

Hoy en día en el mundo hay más de 22 millones de niños menores de cinco años obesos de los cuales más de 17 millones viven en países desarrollados. Niños que debido a esta enfermedad tendrán baja autoestima, restricciones laborales y sociales, una pobre calidad de vida ya que la obesidad provoca: depresión, ansiedad, tristeza, nerviosismo, frustración; problemas de piel (estrías);pie plano; hipertensión arterial; pseudohipogenitalismo (exceso de grasa que oculta el pene y que lo hace parecer más pequeño) y ginecomastia (desarrollo de mamas parecido al de las niñas); colesterol elevado; enfermedades hepáticas; enfermedades cardiovasculares(riesgo de infarto) etcétera.

Actualmente el 72% de las mujeres en edad reproductiva y el 67% de los hombres adultos son victimas de sobrepeso. En los adolescentes las cifras no dejan de ser preocupantes uno de tres adolescentes es rollizo. Esta población es la más vulnerable de caer en las garras de las siamesas muerte (Mía y Ana).

Las causas de estas enfermedades son multifactoriales. Estas son producto de una combinación de causas psicológicas y socioculturales.

Las personas que presentan trastornos alimentarios suelen compartir características comunes entre las que se destacan una gran necesidad de aceptación y por lo tanto la autoexigencia de ser perfectos. Por muy paradójico que esto parezca las mujeres y hombres que padecen estas enfermedades suelen tener una autoestima muy baja y un manejo inadecuado de sus emociones. Estas características de la personalidad aunadas a los valores que rigen a las sociedades de consumo como la sobrevalorización del aspecto físico y de la importancia que tiene más tener que ser han hecho de estos los trastornos alimentarios como la Anorexia y la Bulimia al igual que la Obesidad las nuevas epidemias del milenio.

Suárez Alcantara, Mariadel Carmen (2009) Soy totalmente Ana- Soy totalmente Mia. Ensayo para princesas, príncipes y wannabes. Capítulo: Unas causas muy Mias y muy Anas. Editorial: Eón.

Anexo III

CONVERSACIÓN COMPLETA ENTRE Eli Ana Mia y Kokoa Baskerville

Eli Ana Mia

13/10/2013

1

Responder

Luchando x ser perfecta cada día :) y tu princesa ??? Tienes otra red social para comunicarnos :)

Kokoa Baskerville

13/10/2013

Igual que tu, ¡emocionada porque mañana inicio la dieta de la toronja! La haré por dos semanas, ¡siempre me funciona! me hace bajar siete u ocho kilos:D

Kokoa Baskerville

13/10/2013

Ya me he hecho dos Facebook, pero el primero me lo borraron y ahora el segundo no me permite entrar si no identifico las fotos, y obvio no puedo, tengo muchas princesas, creo que también me lo cancelaran :(

Eli Ana Mia

13/10/2013

Wuuuuau fuerzas princesa !!!! Siempre tendrás mi apoyo mmmm alguna dieta aparte de la toronja q me recomienda ???

Kokoa Baskerville

13/10/2013

¡Muchísimas gracias bella! Tu igual, siempre tendrás el mio.

Hmm... ¿cuantos kilos te gustaría perder? c:

Eli Ana Mia

13/10/2013

Ai prins pero no tienes whatsapp ???? Mmmmm x mi quisiera perder toda esta grasa jaja x ahora quisiera perder unos 5kg a la semana

Kokoa Baskerville

13/10/2013

Nope, odio el Wathsapp, casi me descubren por culpa de el, así que ya no lo uso. Mira, tienes varias opciones podría ser la dieta del agua

Eli Ana Mia

13/10/2013

Ai q mal pero bueno x aquí si hay como comunicarse xD mmmm esq vivo con mi padre y hermana y como q ellos si me controlan un poco

Kokoa Baskerville

13/10/2013

Hmm... entonces podría ser la dieta de los cuatro días (en realidad son cinco) yo baje cinco kilos con esa dieta, pero lo que mayormente se baja son cuatro. También la de los diez kilos en una semana, en esa dieta comes mas, así tu familia te vería comer, (yo la primera vez baje nueve kilos y medio y la segunda 7 con 800) Y después lleve una de mantenimiento y no hubo efecto rebote:D

Mostrar menos

Eli Ana Mia

13/10/2013

No tiene rebote wuuuau genial !!!! Dime las instrucciones de la dieta de 10 kg !!!! Gracias :)

Kokoa Baskerville

13/10/2013

No, no tiene el gran rebote, solo subi 300 gramos, que no es nada para todo lo que bajas.

Día 1

Desayuno

1 taza de jugo en agua (melón, papaya, sandia o piña)

4 almendras, 2 nueces enteras o 10 maníes

Almuerzo

1 taza de cereal de fibra 200 ml de leche descremada

1 plato pequeño de lechuga y tomate

Cena

1 pieza de fruta mediana (manzana, pera, plátano, mango)

2 tazas de té rojo

Día 2

Desayuno

1 taza de jugo en agua (melón, papaya, sandia, piña)

1 plato pequeño de pepino picado

Almuerzo

60 grs. de atún en agua

2 tazas de verduras
1/ 2 aguacate mediano
Agua natural con limón sin azúcar
Comida

1 pieza de fruta mediana
2 almendras o 1 nuez entera
Día 3

Desayuno
1 taza de fruta de agua (melón, papaya, sandia)
4 almendras o 2 nueces enteras

Almuerzo
¼ de taza de queso bajo en grasa
½ taza de cereal de fibra
2 rebanadas de pan tostado

Cena
1 taza de fruta de agua (melón, papaya, sandia, piña)
2 almendras o 1 nuez entera

Para el resto de la semana, repites la dieta desde el día uno hasta completar los siete días. Recuerda que cada uno tenemos distintos metabolismos, pero yo creo que lo mínimo que bajaras son cinco kilos. También haz algo de ejercicio. Yo hacía mucho, pero con una hora estaría bien:D

Mostrar menos

Eli Ana Mia
13/10/2013

Ai princesa muchas gracias si lo haré empezare desde mañana :) espero bajar esos 5kg :) dime también la primera dieta q me dijiste

Kokoa Baskerville

13/10/2013

¡Lo lograras! Ya veras, hasta bajaras mas, ten eso en mente :D ¿la dieta de los cuatro días?

Eli Ana Mia
13/10/2013

Siii eso espero ósea en esa dieta no puedo consumir nada más q eso ??? Siii esa q en realidad sin 5 días

Kokoa Baskerville
13/10/2013

Si, solo puedes consumir eso, ¿se te hace muy pesada? Puedo darte otra mas fácil.

Día 1 Desayuno; (7 am). -media taza de leche. (No pura) -UN VASO DE AGUA OBLIGATORIO

En el colegio/instituto; (mediodía) -UN VASO DE AGUA. (¡Y nada más!, princesas, todo cuesta un poco!)

Almuerzo (2 o 3 de la tarde); Por ser el primer día, se te permitirá comer un cuarto de plato de tu comida... Si estas decidida, pues no comas! Lo que sí está permitido, es un sorbito de una coca cola dieta, para mantener en azúcar de la sangre alto y no desmayarnos. -1 vaso con agua

"11"; (entre 6 de la tarde y 7 de la noche) -medio pan con mermelada (solo si sentimos muchísima hambre, la mermelada es tan dulce, que te dejara saciada hasta el día siguiente, además, el azúcar da muchas energías, así evitas comer más de la cuenta, y no te desmayas)-2 vasos con agua CENA; (entre 9 y 10 de la noche) -2 vasos con agua, o un vaso con agua y un tecito... Este día es el más "suave" por así decirlo... pero es preparación para el día 2, porque en este, es en el que todas morimos de hambre... ..

Día 2

Desayuno;-Media taza de leche (intenta suprimirlo, pero no lo quites si o si, ya que necesitamos calcio, porque si no, este se consigue de los huesos, queremos que se nos vean los huesos, pero no rotos -Un vaso con agua

En el cole/instituto (a eso del medio día);-Agua a más no poder!-Si te da hambre, y sientes que te desmayas, compra esos caramelitos "tictac", menos de una caloría por 25 unidades.

Almuerzo;-Hoy lo suprimes. 1 vaso con agua.

"11";-Un té, y medio paquete de galletas de avena. (5 o 4 galletas)

Cena;-Intenta suprimirlo, para esto, el "11" lo vamos a tomar a eso de las ocho de la noche.

Día tres;

Desayuno; 1 vaso con agua, y media taza de leche, como de costumbre. Colegio; ¡NADA!

Almuerzo; Hoy recompensamos el trabajo hecho ayer, que prácticamente, vivimos de una galleta de avena y un vaso de leche. Tienes derecho a comer 1/10 parte de tu plato de comida. ¡Eco!, pero estamos hablando de 1/10 parte de un plato de comida NORMAL, princesa, no somos camioneros.

"11" Y CENA; Hoy no tenemos ni "cena", ni "once". Lo que haremos es lo siguiente; buscar una actividad cualquiera! Lo que yo suelo hacer si es que estoy cansada, es dormir, así me paso de largo hasta el día siguiente, y ni tengo la tentación de comer... ..

Día 4; El decisivo! Haz pasado tres días largos comiendo poquitísimo, hoy, ya ni sentirás hambre...

Desayuno; -No creo que quieras, de todas formas, tu media taza de leche sigue en pie.

En el colegio o instituto (al medio día); Hoy podrás de nuevo con tus tictacs de menos de una caloría por 25 unidades... ¡Ojo!, no te digo que te comas los 25!

Almuerzo; Intenta no comer nada. Si el hambre te mata, pues come, no sirves para ser Ana.

"11"; El tecito de siempre. Si lograste evitar tu desayuno y tu almuerzo, pues tienes una gran recompensa; ¡No! ¡No es comida!, es que seguro ya ni hambre tienes!

Cena; Anda duerme!, haz ejercicio, o haz tus labores... este día es un ayuno grande... y lo mejor es que ayer dejamos de sentir hambre...

.....

5 y final día. "El día de la glotonería" Si bien aguantamos 4 días viviendo de nada, el 5to día debemos de hacer un stop. No te digo que comas "normal", (o como una cerda en nuestros términos), sino, hoy podrás comer un poquito si? El día #1 viene mañana, así que prepárate, por que empieza de nuevo!

Desayuno; -Hoy te puedes comer un pan (aunque de preferencia que sea medio) si deseas. Un pan una vez por semana no le hace daño a nadie. CLARO!, NO LE PONDRÁS MANTEQUILLA O SI?, utiliza margarina, tiene menos ácidos grasos trans y calorías. También puedes utilizar la dieta.

En el colegio; ¡Ya desayunaste bien!, anda toma agua y no pidas más!

Almuerzo; Hoy tienes derecho a una decima parte de lo que comas. Si puedes evitarlo, evítalo. Solo que te debes de preparar para el resto de la semana...

"11"; -Hoy, por ser hoy, tienes derecho a una ración pequeña de gelatina dieta.

Cena; -Un tomate y mucha agua. ----- Y VIENE EL DIA 1 DE NUEVO!

Mostrar menos

Eli Ana Mia

13/10/2013

Uy princesa creo q haré este es mejor y consumo muy poco :) gracias en verdad me ayudas mucho :)

Kokoa Baskerville

13/10/2013

No es nada bella, para eso estamos las princesas. Juntas hacia el camino de la perfección<3 Hmm... ¿te falta mucho para llegar a tu meta? n.n

Eli Ana Mia

13/10/2013

Siiii las princesas unidas somos más fuertes mmmm mi primer meta se cumplió hoy, pesaba 65 y ahora pesó 60 :) después de unas 3 semanas xD mi segunda meta es pesar 55 :) y lo cumpliré haciendo las dietas q me recomendaste :D

Mostrar menos

Kokoa Baskerville

13/10/2013

¡Magnifico! ¿Cuanto mides? Yo no tengo la mínima idea de cuanto peso, no tengo bascula :(mido 1.60...

Con las dieta de los cinco días que te recomendé pase exactamente de los 60 a los 55 :3

Eli Ana Mia

13/10/2013

Mido 165 wuuuu casi lo mismo medimos jaja xD la dieta x cuanto tiempo la hago ??? Y xq no tienes báscula ?? Espero pesar 55 pronto :) y ahora cuanto pesas ??

Kokoa Baskerville

13/10/2013

Desearía ser mas alta x3 Yo la dieta la hice cinco días, pero la puedes hacer por 10 para perder el doble (pero puede que tu metabolismo se alenté...) por eso yo solo la hice cinco días.

Mi familia nunca ha sido de los de tener una bascula, y si compro una sospecharan...

¡Ya veras que pronto pesaras 55! n.n

Creo que peso 50, mi meta por el momento son los 45, pero creo que cuando llegue querré seguir bajando (no es nada saludable lo se) pero me dio la imperiosa necesidad de tener un IMC de 16...

Mostrar menos

Eli Ana Mia

13/10/2013

Mmmm solo are x una semana xq no quiero q se alenté mi metabolismo :) oh ya entendí no pues mi familia si tiene eso es bueno :) no mejor no la compres xq ahí empezaran a controlarte xD mmmmm yo pesaba 45 pero engorde xq deje las drogas y bueno la ansiedad era solo comer soy más mía q ana pero últimamente ya no como casi nada ;)

Mostrar menos

Kokoa Baskerville

13/10/2013

Si, las drogas son malas, ten cuidado con ellas :(Yo nunca he sido Mia, solo he vomitado como dos veces, me da algo de miedo:3 Si, no comprare una bascula. Pero mi madre empieza a sospechar. Lo bueno es que mi padre siempre nos apoya a tener un cuerpo delgado y bonito -

Mostrar menos

Eli Ana Mia

13/10/2013

Si lo se x eso las deje espero no recaer nunca más :c bueno las madres siempre son algo exageradas y si ya somos dos q nuestros padres nos apoyan xq yo hice una dieta con mi papi fue chistoso pero muy bueno y vamos juntos al gym pero se molesta cuando no como en todo el día y me regala pero bueno ya q c:

Mostrar menos

Kokoa Baskerville

13/10/2013

¡Yo tambien voy con mi padre a hacer ejercicio! El fomenta que tenga un cuerpo delgado - ¡Lo amo!

¿Como iniciaste con Ana y Mia? :)

Eli Ana Mia

13/10/2013

Siiii es lindo saber q tienes un apoyo muy importante con tu padre :) comencé ya un año en verdad ósea x completo, comencé a los 14 años mmm contando calorías y pensándome no es normal en esa edad pero ya comenzaba a engordar bueno cumple 15 y me sentí con gorda bueno eso hasta ahora pero ahí ya veía a mía muchas veces y comencé a consumir drogas solo en pastillas, y antes de cumplir los 16 vine a vivir con mi papa a los EEUU así dejando las drogas !!!! D: q era lo peor xq comienza una ansiedad horrible y empece a comer como lo loca y no me importaba las calorías y nada sólo para llenar esa ansiedad de las pastillitas feliz jaja así les decía xD y ya va hacer un año con Ana y mía en diciembre <3 y esta vez no las dejare :) y tu historia ???

Mostrar menos

Kokoa Baskerville

13/10/2013

Nunca fui gorda cuando era mas chica, mi familia me decía palito. Era feliz, en una familia unida, todo parecía perfecto. Pero eso solo hasta que cumplí los diez años, después nos mudamos a otra ciudad y ahí conocí a una prima (la segunda que conocía porque mi familia no es de este país)

Mi hermana y yo nos quedábamos regularmente en la casa de esas primas, y bueno, en esa familia todos eran muy gordos, por ende, nosotras también engordamos. Pero en ese momento no me importo mucho.

Media como 1.55 y engorde como diez kilos, pesaba mas o menos 55 kilos. Nos volvimos a mudar, pero los hábitos alimenticios que me inculco esa familia se quedaron, tenia mas hambre y esas cosas, (se me pasaba decirte que mi familia es vegetariana y que yo jamas he probado ningún tipo de carne ni huevo) mi madre no cocina con mucha grasa, y en un año mas o menos baje tres o cuatro kilos.

Llegue a la pubertad a eso de los once años, comía mas, crecí al 1.59 y pesaba 62 kilotes.

Me cambie demasiado de escuelas, por lo tanto nunca tenían tiempo mis compañeros de molestarme con mi peso.

Paso el tiempo, cumplí doce años, entonces conocí a un chico por Internet, me enamore perdidamente, el tenia quince, eramos ciber-novios.

Duramos cuatro meses, entonces me dejo, y me bloqueo (todo fue por Facebook)

El tenia como un complejo con las chicas de estados unidos, me dejo por una chica de allá.

Me hundí en la mas profunda tristeza, vi las fotos de las otras chicas que el tenia en FB y me di cuenta que todas eran bonitas y delgadas. Nada comparadas conmigo. Un día en el colegio unas nutriologas nos hablaron de Ana y Mia, los blogs y eso. Yo me enamore de esa vida.

Así fue como llegue, todo por el... llevo dos años, ¿sabes cuanto tarde olvidando a ese chico? Cerca de un año. Yo hasta hace poco soñaba con el, y se me revolvía el estomago de pensarlo.

El no se ha vuelto a poner en contacto conmigo.

Mostrar menos

Eli Ana Mia

13/10/2013

Uy q mal ufffr pues sí hablamos chicas de aquí ósea EEUU ufffr son unas muñecas y solo de verlas me dan fuerzas apara ser como ellas :D pues eso del ciber-novio yo estoy así ahora mmm el es de México y lo amo pero ahora estamos muy mal x peleas tontas y todo lo demás me he deprimido tanto q me he cortado nuevamente Nose si lo hagas pero creo yo q Ana mía y eso de cortarse bien tomadas de la mano xq aveces si t lastiman eso de q estas gorda q fea y todo eso pues hasta mis hermanas me lo dicen :c y mejor manera en desahogarme es cortándome

Uy quisiera q mi familia sea vegetariana :D

Mostrar menos

Kokoa Baskerville

13/10/2013

Hahahahah, si, la verdad es terrible...

Ana y Mia <3

Súarez Alcántara María del Carmen. Diario de campo. 13 de octubre 2013.