

DIGITALIZACIÓN DE LA VIDA COTIDIANA



DIEGO ESCUDERO-SÁNCHEZ
DANIEL DÍAZ-ROJAS
COORDINADORES

Transdigital[®]
editorial

DIGITALIZACIÓN DE LA VIDA COTIDIANA

DIEGO ESCUDERO-SÁNCHEZ

DANIEL DÍAZ-ROJAS

COORDINADORES

ALEXANDRO ESCUDERO-NAHÓN, ALFONSO URIEL BELLO-GONZÁLEZ, AMADOR GONZÁLEZ-HENÁNDEZ, ANA MARÍA GARCÍA, ANA RUTH ULLOA PIMIENTA, ANAYA AVILA CARLOS EDUARDO, ANDREA SALOMÉ ALDACO LÓPEZ, ANTONIO AGUIRRE ANDRADE, AQUILES RAZIEL ROJAS MARTÍNEZ, ARIADNA CRISANTEMA MARTÍNEZ HERNÁNDEZ, ASTRID SOFÍA PÉREZ MAAS, BELÉN VELÁZQUEZ GATICA, CHRISTIAN JONATHAN ÁNGEL RUEDA, CLAUDIA MARINA VICARIO SOLÓRZANO, DAMIÁN MADAY MERINO, DANIEL DÍAZ-ROJAS, DARINA JOCELYN ESPINOSA TLATELPA, DIEGO ESCUDERO-SÁNCHEZ, ELENA PATRICIA SÁNCHEZ MARTÍNEZ, FRANCISCO ALONSO ESQUIVEL, INDIRA LIZETH DE LA GARZA LÓPEZ, IVONNE RODRÍGUEZ PÉREZ, JESÚS GUILLERMO FLORES, JESÚS JONATHAN LIRA-VALLEJO, JORGE SADI, JOSÉ ÁNGEL VILLALOBOS RODRÍGUEZ, JOSÉ AURELIO SOSA-OLIVIER, JOSÉ PORFIRIO GONZÁLEZ-FARÍAS, JOSÉ RAMÓN LAINES-CANEPA, JUAN CARLOS REA ANGUIANO, JUAN MANUEL MANCILLA DÍAZ, JUAN SOTO, KENYA MUNGUÍA, LAURA GEORGINA VÁZQUEZ LARA-DE LA CRUZ, LUCILA ARIAS-PATIÑO, LUIS ALBERTO ALDAPE BALLESTEROS, MA. DEL CARMEN BEAS JARA, MANUEL LÓPEZ-BELLO, MARCELA RÁBAGO DE ÁVILA, MARÍA DEL PILAR ANAYA AVILA, MARÍA ELENA VALIELA VIDAL, MARÍA GUADALUPE VEYTIA BUCHELI, MARIANA VALDEZ AGUILAR, MARTHA CECILIA RAMÍREZ-SALGADO, MARTÍN JOAQUÍN AGUILAR MUÑOZ, MERY PESANTES-ESPIÑOZA, MIGUEL ÁNGEL HERNÁNDEZ-ACOSTA, MIGUEL ÁNGEL MEDINA-ROMERO, MIGUEL ÁNGEL VITE PÉREZ, MOISÉS SALINAS ROSALES, MÓNICA MIRAMONTES IBARRA, MÓNICA REA ANGUIANO, MYRNA MÉNDEZ MARTÍNEZ, NATALIA URIBE-BÁRCENAS, OMAIRA CECILIA MARTÍNEZ MORENO, RAQUEL MONDRAGÓN HUERTA, REYNA MORENO BELTRÁN, ROBERTO DEL CARMEN MORENO-GUZMÁN, ROSA DEL CARMEN SÁNCHEZ TRINIDAD, ROSALÍA VÁZQUEZ-AREVALO, ROSSY LORENA LAURENCIO MEZA, SAMUEL JOSEPH LIZARRAZU CERÓN, SARAÍ CÁRDENAS-MATA, SILVIA GRAPPIN-NAVARRO, SOFÍA GUTIÉRREZ, SOFÍA RUIZ LIÉVANO, SONIA EDITH REYNA MORENO, VINH ILICH POBLANO, VIRIDIANA LEAL SOTO, XÓCHITL LÓPEZ AGUILAR.

AUTORES Y AUTORAS

Título original: Digitalización de la vida cotidiana / Diego Escudero-Sánchez y Daniel Díaz-Rojas (Coords.) — Ciudad de Querétaro, México: Editorial Transdigital, 2025 — 443 páginas.

International Standard Book Number (ISBN): 978-968-9724-10-0.

Digital Object Identifier (DOI) del libro: <https://doi.org/10.56162/transdigitalbc03>

Clasificación DEWEY. 604 - Temas especiales de tecnología. Tipo de Contenido: Libros universitarios. Clasificación tema: J - Sociedad y ciencias sociales. Tipo de soporte: libro digital gratuito descargable. Formato: PDF. Tamaño: 4.7 Mb.



Este libro es una publicación de acceso abierto con los principios de Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY-NC-SA). Esta licencia permite a los reutilizadores distribuir, remezclar, adaptar y desarrollar el material en cualquier medio o formato únicamente con fines no comerciales y siempre que se otorgue la atribución al creador. Si remezcla, adapta o construye sobre el material, debe licenciar el material modificado bajo términos idénticos.

Esta obra ha sido dictaminada por pares académicos expertos con el método de doble ciego. Los dictámenes están resguardados en los archivos de la Editorial *Transdigital*.

D.R. 2025 Diego Escudero-Sánchez y Daniel Díaz-Rojas (Coordinadores).

D.R. 2025 Alexandro Escudero-Nahón, Alfonso Uriel Bello-González, Amador González-Henández, Ana María García, Ana Ruth Ulloa Pimienta, Anaya Avila Carlos Eduardo, Andrea Salomé Aldaco López, Antonio Aguirre Andrade, Aquiles Raziel Rojas Martínez, Ariadna Crisantema Martínez Hernández, Astrid Sofía Pérez Maas, Belén Velázquez Gatica, Christian Jonathan Ángel Rueda, Claudia Marina Vicario Solórzano, Damián Maday Merino, Daniel Díaz-Rojas, Darina Jocelyn Espinosa Tlatelpa, Diego Escudero-Sánchez, Elena Patricia Sánchez Martínez, Francisco Alonso Esquivel, Indira Lizeth de la Garza López, Ivonne Rodríguez Pérez, Jesús Guillermo Flores, Jesús Jonathan Lira-Vallejo, Jorge Sadi, José Ángel Villalobos Rodríguez, José Aurelio Sosa-Olivier, José Porfirio González-Farías, José Ramón Laines-Canepa, Juan Carlos Rea Anguiano, Juan Manuel Mancilla Díaz, Juan Soto, Kenya Munguia, Laura Georgina Vázquez Lara-de la Cruz, Lucila Arias-Patiño, Luis Alberto Aldape Ballesteros, Ma. del Carmen Beas Jara, Manuel López-Bello, Marcela Rábago de Ávila, María del Pilar Anaya Avila, María Elena Valiela Vidal, María Guadalupe Veytia Bucheli, Mariana Valdez Aguilar, Martha Cecilia Ramírez-Salgado, Martín Joaquín Aguilar Muñoz, Mery Pesantes-Espinoza, Miguel Ángel Hernandez-Acosta, Miguel Ángel Medina-Romero, Miguel Ángel Vite Pérez, Moisés Salinas Rosales, Mónica Miramontes Ibarra, Mónica Rea Anguiano, Myrna Méndez Martínez, Natalia Uribe-Bárceñas, Omaira Cecilia Martínez Moreno, Raquel Mondragón Huerta, Reyna Moreno Beltrán, Roberto del Carmen Moreno-Guzmán, Rosa del Carmen Sánchez Trinidad, Rosalía Vázquez-Arevalo, Rossy Lorena Laurencio Meza, Samuel Joseph Lizarazu Cerón, Sarai Cárdenas-Mata, Silvia Grappin-Navarro, Sofía Gutiérrez, Sofía Ruiz Liévano, Sonia Edith Reyna Moreno, Vinh Ilich Poblano, Viridiana Leal Soto, Xóchitl López Aguilar (autores y autoras).

D.R. 2025 Sello Editorial *Transdigital*.



Sociedad de Investigación sobre Estudios Digitales, S. C. Nombre de marca: *Transdigital*. Dirección: Circuito Altos Juriquilla 1132. Colonia Altos Juriquilla. C. P. 76230, Juriquilla, Querétaro, México. +52 (442) 301 32 38. editorial@transdigital.mx www.editorial.transdigital.mx



Registro en el Padrón Nacional de Editores como agente editor Sociedad de Investigación sobre Estudios Digitales, S. C., con el Dígito Identificador 978-607-99594.



Afiliación a la Cámara Nacional de la Industria Editorial Mexicana (CANIEM) con el número 4069, de conformidad con el artículo 17 de la Ley de Cámaras Empresariales y sus Confederaciones en vigor.

Registro Nacional de Instituciones y Empresas Científicas y Tecnológicas de la Secretaría de Ciencia, Humanidades, Tecnología e Innovación (SECIHTI) de México con el folio: RENIECYT 2400068.



Sugerencia de referencia para el libro en APA 7a. edición:

Escudero-Sánchez, D., y Díaz-Rojas, D. (2025) (Coords.). *Digitalización de la vida cotidiana*. Editorial Transdigital. <https://doi.org/10.56162/transdigitalbc03>

CONTENIDO

01. ANÁLISIS INTRODUCTORIO	9
DIEGO ESCUDERO-SÁNCHEZ Y DANIEL DIAZ-ROJAS	
02. TECNOLOGÍA Y MEDIO AMBIENTE: CREANDO EMPRESAS CON BASE EN EL ANÁLISIS DE SUELOS	23
FRANCISCO ALONSO ESQUIVEL, INDIRA LIZETH DE LA GARZA LÓPEZ , SONIA EDITH REYNA MORENO Y LUIS ALBERTO ALDAPE BALLESTEROS	
03. HERRAMIENTAS TECNOLÓGICAS DE GESTIÓN PARA EL EJERCICIO DEL LIDERAZGO EN SECTOR PÚBLICO	35
JOSÉ PORFIRIO GONZÁLEZ-FARIÁS, MARTHA CECILIA RAMÍREZ-SALGADO Y NATALIA URIBE-BÁRCENAS	
04. APROXIMACIÓN TEÓRICA DEL IMPACTO SOCIAL Y ECONÓMICO DEL TURISMO MÉDICO EN LA CIUDAD DE TIJUANA, MÉXICO	49
OMAIRA CECILIA MARTÍNEZ MORENO	
05. TRANSFORMACIÓN DIGITAL EN LAS MICRO, PEQUEÑAS Y MEDIANAS EMPRESAS DE VALLE HERMOSO: IMPACTO DEL USO DE PÁGINAS WEB EN SUS VENTAS	59
JUAN CARLOS REA ANGUIANO, MÓNICA REA ANGUIANO E INDIRA LIZETH DE LA GARZA LÓPEZ	
06. TRANSFORMACIÓN DIGITAL Y JUSTICIA UNIVERSITARIA EN MÉXICO: ANÁLISIS DE LAS LIMITACIONES Y DESAFÍOS ESTRUCTURALES	73
MIGUEL ÁNGEL MEDINA-ROMERO	
07. GESTIÓN DE LA COMUNICACIÓN DIGITAL EN INSTITUCIONES ACADÉMICAS: EL CASO DE LINKEDIN EN LAS UNIVERSIDADES DE LA COMUNIDAD DE MADRID, ESPAÑA	85
MARÍA ELENA VALIELA VIDAL	
08. METODOLOGÍAS PARA LA APROPIACIÓN DE UNA CIUDADANÍA DIGITAL. UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA	107
VINH ILICH POBLANO, BELÉN VELÁZQUEZ GATICA Y JESÚS GUILLERMO FLORES	
09. INFLUENCIA DEL LIDERAZGO SITUACIONAL EN LA PLUSVALÍA DE UN FRACCIONAMIENTO RESIDENCIAL	129
MIGUEL ÁNGEL HERNANDEZ-ACOSTA, LAURA GEORGINA VÁZQUEZ LARA-DE LA CRUZ Y JOSÉ PORFIRIO GONZÁLEZ-FARIÁS	

10. EL SERVICIO SOCIAL: APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO O MANO DE OBRA GRATUITA.....	145
MARÍA DEL PILAR ANAYA AVILA, ROSSY LORENA LAURENCIO MEZA Y CARLOS EDUARDO ANAYA AVILA	
11. TRAZABILIDAD DE LA CALIDAD: INTEGRACIÓN DE LEAN SIX SIGMA EN SCRUM	155
MERY PESANTES-ESPINOZA Y VIRIDIANA LEAL SOTO	
12. NEOLOGISMOS Y DESINFORMACIÓN.....	167
JUAN SOTO	
13. LA VIDA COTIDIANA Y LA DESINFORMACIÓN.....	179
JUAN SOTO	
14. DIGITALIZACIÓN DE LA CLÍNICA DE ACUPUNTURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE MEDICINA Y HOMEOPATÍA DEL INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL ...	189
ASTRID SOFÍA PÉREZ MAAS, CLAUDIA MARINA VICARIO SOLÓRZANO Y MOISÉS SALINAS ROSALES	
15. FACILITADORES DE TALLERES EN CIENCIA, TECNOLOGÍA, INGENIERÍA, ARTE Y MATEMÁTICAS: UNA CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE HABILIDADES BLANDAS.....	197
LUCILA ARIAS-PATIÑO Y KENYA MUNGUÍA	
16. CUANDO EL AMOR SE ESCRIBE CON EMOJIS: CONEXIÓN DIGITAL Y FRUSTRACIÓN FEMENINA EN EL ROMANCE MODERNO.....	205
SOFÍA GUTIÉRREZ Y ANA MARÍA GARCÍA	
17. IDENTIDAD Y AUTOESTIMA EN LA ERA DIGITAL: EFECTOS DE LAS REDES SOCIALES SOBRE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS	219
SARÁ CÁRDENAS-MATA Y MARÍA GUADALUPE VEYTIA BUCHELI	
18. ENTRE LA INMERSIÓN Y EL MALESTAR: EFECTOS FÍSICOS SECUNDARIOS PRESENTADOS POR EL USO DE TECNOLOGÍAS DE REALIDAD EXTENDIDA EN EL CONTEXTO FORMATIVO	231
DARINA JOCELYN ESPINOSA TLAELPA, CLAUDIA MARINA VICARIO SOLÓRZANO Y AQUILES RAZIEL ROJAS MARTÍNEZ	
19. REPRESENTACIONES QUEER E IDENTIDADES DE GÉNERO EN ENTORNOS DE REALIDAD AUMENTADA: HACIA UN DISEÑO INCLUSIVO EN MUNDOS VIRTUALES	243
JOSÉ ÁNGEL VILLALOBOS RODRÍGUEZ, CLAUDIA MARINA VICARIO SOLÓRZANO Y AQUILES RAZIEL ROJAS MARTÍNEZ	

20. COAHUILA, CONSUMO DE MEDIOS EN UNA SECUNDARIA LOCAL DEL PUEBLO MÁGICO DE VIESCA, MÉXICO	253
JORGE SADI	
21. INFLUENCIA DEL USO DE DISPOSITIVOS PARA LA AUTONOMÍA EN LA COMUNICACIÓN DE LAS PERSONAS CON TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA	263
MYRNA MÉNDEZ MARTÍNEZ Y MARCELA RÁBAGO DE ÁVILA	
22. FABRICACIÓN SOSTENIBLE DE PLACAS DE POLIPROPILENO RECICLADO: CONTRIBUCIONES AL DESARROLLO SUSTENTABLE EN LA EDUCACIÓN SUPERIOR.....	273
JOSÉ RAMÓN LAINES-CANEPA, ROBERTO DEL CARMEN MORENO-GUZMÁN Y JOSÉ AURELIO SOSA-OLIVIER	
23. EL DISPOSITIVO DIGITAL: ¿VIGILAR Y CONTROLAR?	277
MIGUEL ÁNGEL VITE PÉREZ	
24. RESPONSABILIDAD COMPARTIDA EN 4D: DETECCIÓN, DERIVACIÓN, DINAMIZACIÓN Y DIÁLOGO DIGITAL EN LA INTERVENCIÓN DE NIÑOS CON RETRASO ORAL	287
ELENA PATRICIA SÁNCHEZ MARTÍNEZ	
25. MUNDOS VIRTUALES SONOROS: UN PRIMER ACERCAMIENTO A ENTORNOS TRIDIMENSIONALES ACCESIBLES PARA PERSONAS CIEGAS.....	299
MARTÍN JOAQUÍN AGUILAR MUÑOZ, ALEXANDRO ESCUDERO-NAHÓN Y CHRISTIAN JONATHAN ÁNGEL RUEDA	
26. POSTURAS DE MUJERES JÓVENES CON TRASTORNOS ALIMENTARIOS ANTE PÁGINAS DE INTERNET Y REDES SOCIALES	313
ALFONSO URIEL BELLO-GONZÁLEZ,, ROSALIA VÁZQUEZ-AREVALO Y XÓCHITL LÓPEZ-AGUILAR	
27. LA ERA DIGITAL EN LA VIDA UNIVERSITARIA: UN ESTUDIO EN EL CENTRO UNIVERSITARIO DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO, VALLE DE MÉXICO.....	325
IVONNE RODRÍGUEZ PÉREZ	
28. ALFABETIZACIÓN DIGITAL EN EL PAISANO MUNICIPIO DE LAS VIGAS DE RAMÍREZ, VERACRUZ, MÉXICO	337
MANUEL LÓPEZ-BELLO, SILVIA GRAPPIN-NAVARRO Y AMADOR GONZÁLEZ-HENÁNDEZ	

29. ACTIVIDAD FÍSICA EN UN TRATAMIENTO MULTIDISCIPLINARIO EN LÍNEA PARA TRASTORNO POR ATRACÓN: UN ESTUDIO EXPLORATORIO.....	351
ANDREA SALOMÉ ALDACO LÓPEZ, ROSALÍA VÁZQUEZ-ARÉVALO, MARIANA VALDEZ AGUILAR, XÓCHITL LÓPEZ AGUILAR, MA. DEL CARMEN BEAS JARA Y JUAN MANUEL MANCILLA DÍAZ	
30. MARKETING DIGITAL EN MICROEMPRESAS DE COMALCALCO, TABASCO, MÉXICO.....	365
ANA RUTH ULLOA PIMIENTA, ROSA DEL CARMEN SÁNCHEZ TRINIDAD Y ANTONIO AGUIRRE ANDRADE	
31. DESAFÍOS ÉTICOS DEL DERECHO EN LA NUEVA SOCIEDAD DEL CONOCIMIENTO	381
DAMIÁN MADAY MERINO, ROSA DEL CARMEN SÁNCHEZ TRINIDAD Y SOFÍA RUIZ LIÉVANO	
32. ACCESO UNIVERSAL AL CONOCIMIENTO EN LA DIVULGACIÓN CIENTÍFICA	395
DIEGO ESCUDERO-SÁNCHEZ, REYNA MORENO BELTRÁN Y RAQUEL MONDRAGÓN HUERTA	
33. USO DE QUICK RESPONSE CODES EN ALMACENES QUÍMICOS UNIVERSITARIOS.....	407
JESÚS JONATHAN LIRA-VALLEJO, ARIADNA CRISANTEMA MARTÍNEZ HERNÁNDEZ Y MÓNICA MIRAMONTES IBARRA	
34. LA REALIDAD VIRTUAL COMO HERRAMIENTA PRINCIPAL PARA UN TRATAMIENTO EFICAZ DE LA DISCALCULIA POR TIPOLOGÍA.....	417
SAMUEL JOSEPH LIZARAZU CERÓN Y ALEXANDRO ESCUDERO- NAHÓN	
35. CREACIÓN Y APLICACIÓN DEL INDICADOR DE EMPRENDIMIENTO MUNICIPAL EN EL MUNICIPIO DE OAXACA DE JUÁREZ, MÉXICO.....	429
DANIEL DIAZ-ROJAS	



26.

**POSTURAS DE MUJERES
JÓVENES CON TRASTORNOS
ALIMENTARIOS ANTE
PÁGINAS DE INTERNET Y
REDES SOCIALES**

ALFONSO URIEL BELLO-GONZÁLEZ,
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
ORCID: 0009-0000-0658-9205

ROSALIA VÁZQUEZ-AREVALO
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
ORCID: 0000-0001-6491-9639

XÓCHITL LÓPEZ-AGUILAR
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
ORCID: 0000-0002-0601-7845

26.

POSTURAS DE MUJERES JÓVENES CON TRASTORNOS ALIMENTARIOS ANTE PÁGINAS DE INTERNET Y REDES SOCIALES

INTRODUCCIÓN

ANTECEDENTES

Los medios de comunicación han desempeñado un papel significativo en la difusión de los estándares de belleza. Un ejemplo ilustrativo es el estudio de Becker et al. (2002), que evidenció cómo la introducción de la televisión en Fiji alteró los ideales estéticos entre las jóvenes locales, incrementando la prevalencia de conductas alimentarias de riesgo orientadas a la pérdida de peso, tales como la adopción de dietas restrictivas o la inducción del vómito. Estas prácticas eran prácticamente inexistentes en la región antes de la llegada de la televisión. Además, las participantes manifestaban admirar los cuerpos delgados y exitosos de personajes televisivos. Este hallazgo resulta especialmente relevante si consideramos que, tradicionalmente, las comunidades fijianas mostraban preferencia por cuerpos robustos. Lo anterior invita a reflexionar sobre el impacto que otros medios de comunicación, caracterizados por una mayor interactividad, pueden tener en la construcción de los estándares de belleza entre sus usuarios.

Dreier (1999) aborda el concepto de postura, definiéndola como las perspectivas que un individuo adopta respecto a su propia práctica social compleja. Estas posturas se desarrollan mediante la confrontación y comparación de comprensiones y orientaciones derivadas de diversas experiencias y preocupaciones individuales. En la actualidad, tanto internet como las redes sociales constituyen elementos centrales en la vida cotidiana y representan contextos significativos de práctica social. Por consiguiente, adquirimos conocimientos a partir de los contenidos compartidos por otros en estas plataformas, lo que nos permite acceder a distintos puntos de vista y, potencialmente, reconfigurar nuestras propias posturas y trasladar dichos aprendizajes hacia nuevos contextos.

Pero internet no solo provee contenido, sino que también lo selecciona mediante algoritmos que generan lo que Pariser (2017) llamó *filtros burbuja*. Es decir, los sitios que visitamos en internet se ajustan a lo que al usuario le gustaría ver o escuchar, basándose

en la información que él mismo ha proporcionado, donde si no queremos volver a oír hablar nunca más de algún tema, no tenemos por qué seguir oyéndolo, y al revés, si queremos conocer todo lo posible sobre algo, podemos hacerlo. Implicando que podemos seleccionar, o vernos sujetos, casi exclusivamente a contextos de práctica social que encajan con las posturas con que ya contamos, ignorando lo que no se ajusta a nuestros pensamientos, pudiendo mantener sesgos que impidan reconocer los riesgos a los que nos exponemos, incluyendo la salud.

Cada día se consulta más información sobre salud y nutrición en línea. Sin embargo, la calidad de esta información es variable (Ellis et al., 2023; Kreft et al., 2023), pudiendo fomentar conductas nocivas, como es el caso de los sitios *Pro-Ana* y *Pro-Mia*. Sitios que legitiman la anorexia y la bulimia como estilos de vida, ofreciendo consejos para restringir o purgar alimentos, generando comunidades de pertenencia (Bardone-Cone & Cass, 2006; Ramos, 2011). Estos sitios constituyen un *refugio virtual* (Serra, 2015), con símbolos, normas e imaginarios propios, donde se refuerza la idea de que ser delgada es deseable y el sobrepeso debe evitarse a toda costa.

En México, el 20% de los usuarios de internet son jóvenes de 13 a 24 años, y el 51.2% de la población son mujeres (Kemp, 2024); grupos particularmente vulnerables a la presencia de sintomatología de trastornos alimentarios e insatisfacción corporal. Por ello, el objetivo de esta investigación fue conocer las posturas de mujeres jóvenes con sintomatología de trastornos alimentarios respecto al uso de internet y redes sociales, analizando cómo participan estos espacios en la construcción de su subjetividad y en la reproducción de la *cultura de la delgadez*.

MÉTODO DE INVESTIGACIÓN

DISEÑO

El presente trabajo se enmarca en la psicología cultural, con una metodología cualitativa, realizando entrevistas en profundidad, privilegiando el análisis de significados y experiencias a través del análisis de contenido (Kvale, 2011).

PARTICIPANTES

Se trabajó con tres mujeres de entre 16 y 23 años residentes en la Ciudad de México y área metropolitana; todas con sintomatología de trastornos alimentarios y usuarias de internet. Para resguardar la privacidad se emplearon pseudónimos:

- Roma (16 años): Estudiante de bachillerato, diagnosticada con bulimia nerviosa, vive con su madre, tía y hermana, muerte reciente del padre, en un noviazgo de dos meses, amistad con otras mujeres diagnosticadas con trastorno alimentario. Entrevistas presenciales.
- Pandy (22 años): Estudiante de nutrición en modalidad en línea, diagnosticada con trastorno por atracón, trabaja como estilista de uñas, vive con un hermano y su padre, en un noviazgo de seis años. Entrevistas en línea.
- Luna (23 años): Estudiante de odontología, con sintomatología correspondiente a bulimia nerviosa de acuerdo con los criterios establecidos en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, o DSM 5-TR (Asociación Americana de Psiquiatría, 2022), empleada en un consultorio dental, vive con sus padres. Entrevistas en línea.

INSTRUMENTOS Y MATERIALES

Hoja de consentimiento informado.

Grabadora de voz TASCAM DR-05.

Laptop Gateway.

Aplicaciones: *WhatsApp* y *Zoom*.

ESCENARIOS

Las entrevistas presenciales (Roma) se realizaron en un aula de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala (FES-I) de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). El resto de entrevistas se realizó vía *Zoom* (bajo el contexto de la pandemia mundial de COVID-19).

PROCEDIMIENTO

Las participantes fueron referidas por el Grupo de Investigación en Nutrición de la FES-I. Se explicó el propósito de la investigación, las condiciones de grabación y confidencialidad, y se solicitó consentimiento informado. Cada participante tomó parte de cuatro sesiones de entrevista de aproximadamente una hora, en fechas y horarios convenientes para ellas.

RESULTADOS

CONTEXTOS DE PRÁCTICA SOCIAL Y SENTIDO DE PERTENENCIA

Las tres participantes describen mayor cercanía con sus respectivas madres y una relación paterna distante.

- Luna: “Con mi papá casi no lo veo tanto, porque se va a trabajar y entonces llega de noche, llega ya noche, nada más pues cenamos (risa) y ya ¿no?”

Luna y Pandy reportan experiencias de rechazo en su familia debido al sobrepeso, además en el contexto familiar de las tres participantes se otorgaba mayor valor al ideal estético de delgadez.

- Luna: “Sí, me sacaban de las fotos [tías y primas], sí, muchas cosas así, o no sé, como que no me invitaban a lugares para que no me vieran, cosas así”.

Además de sus círculos familiares, las participantes interactúan con otras personas encontrándose en reuniones donde la comida se vuelve una extensión de la relación social.

- Pandy: “Yo sí les decía: no, es que ya comí mucho, no es que de verdad, no es que esté feo, pero ya me llené. Y pues a fuerzas me servían ¿no? Y yo así de: ay, pues bueno, ni modo. No puedo hacerles el feo ¿no?”.

En el caso de las participantes con novio, lo consideraban un apoyo y alguien con quien tienen buena comunicación. Sin embargo, Luna menciona relaciones sentimentales previas que se han visto rodeadas de conflictos asociados con la imagen corporal.

- Luna: “Yo así decía, como que hasta cierto punto, me doy cuenta como que la otra persona dejó como, no sé, ideas que no eran mías y yo decía, o sea: ¿será porque estoy gorda o será porque estoy muy chaparra?”.

- Luna: “Yo era muy celosa, así como de: ella está bonita, por esa me va a dejar”.

PARES Y CONDUCTAS ALIMENTARIAS DE RIESGO

En el entorno académico, Luna encontró pares que promovían conductas purgativas: “Tuve una amiga que, que me decía que vomitara y así, pero la verdad es que yo, la verdad sí, una vez lo intenté”.

Roma, por su parte, critica esas prácticas en otras, sin reconocer las propias: “Fue como de: ay, no seas tonta (risa), aparte qué asco, hacértelo tú misma [vomitar], guácala.”

PANDEMIA E INTENSIFICACIÓN DEL USO DE INTERNET

Coinciden en que el uso de internet se ha generalizado.

- Pandy: “Todo hoy en día se puede hacer por redes sociales y por internet, por aplicaciones”.

Pero se afirma que la centralidad de internet aumentó durante la pandemia mundial de COVID-19.

- Pandy: “La pandemia que tenemos ahorita, nos lo exige todavía más la sociedad, porque no podemos, eh, salir, no podemos vernos con personas y gracias a redes sociales y a muchas de las cuestiones que tenemos hoy en día podemos seguir haciendo nuestras vidas vía internet y es muy difícil desapegarte a, de todo esto”.

IMÁGENES, IDEALES Y COMPARACIÓN SOCIAL EN LÍNEA

Las imágenes en redes fueron referidas como motor de aspiración y presión.

- Roma: “A mí lo que me pasa es que digo ah, luego me pasa que veo una foto y digo: ay, si quiero estar así mejor me pongo a hacer ejercicio. Y así ¿sí sabes? Como ¿Intentar superarte? Siento que a mí me ayuda”.

Esto se mantiene aun reconociendo que las imágenes son artificiales.

- Luna: “Todo eso, yo sé que es, cómo se dice, que está editado, que no ves las, cómo es la persona en verdad, que al final de cuentas si la ves en persona pues no es la persona de la foto”.

INSATISFACCIÓN CORPORAL Y EXPECTATIVAS ESTÉTICAS

Todas las participantes mencionan estar insatisfechas con elementos de su aspecto físico, coincidiendo en que su cuerpo o partes de este son más gruesos de lo que desearían, aun si esto corresponde con ideales estéticos poco realistas:

- Roma: “Sí noto que mis piernas están como diferentes a como estaban antes, sí porque como estaban an-, cuando iba yo en primero de secundaria y en primaria sí estaban muy diferentes”.

Llegan a vincular el trato recibido con su apariencia.

- Luna: “Hay veces que pienso que era así de, no sé, pensar que ellos son así como muy narcisistas o así, que les molestaba cómo me veía ¿no? no sé, como juzgar a alguien más y no, sí me sentía como confundida ¿no? Un poco confundida, porque decía, o sea, o sea: ¿va a ser diferente cuando yo cambie [adelgace] o no?”

La insatisfacción corporal ha llevado a las participantes a desear cambiar su aspecto, empleando internet para ello.

- Pandy: “Me llenaba de información de dietas, de ejercicio, este, pues sí, siempre, la gran mayoría de, de información para bajar de peso rápido, en dietas, porque la gente que lo busca rápido no quiere hacer ejercicio y pues me pasaba ¿no?”

CONDUCTAS COMPENSATORIAS Y DISPUTA DIAGNÓSTICA

Luna describe una variedad de conductas compensatorias:

- Luna: “He intentado con las pastillas, o sea, cuando comía mucho la verdad es que era como que me castigaba y hacía mucho ejercicio y tomaba las pastillas”.

- Luna: “El intentar meterme el cepillo, o así, la verdad es que dije: no, que asco. No sé cómo pueden hacer esto, o sea pues fue como de: preferiría no comer. O sea,

entendiendo a las personas que pues namás, no sé, tienen anorexia o así, porque, por ejemplo, vomitar, o sea, que asco”.

Roma relativiza su diagnóstico de bulimia: “Yo no me lo esperaba que nadie me dijera eso como que exacto, como que yo aún digo que yo no porque pues yo no lo haría de ir al baño y vomitar ¿sabes? Por mi cuenta yo no haría eso y que también que me digan que es algo inconsciente es más como de ¿Qué onda, no? Qué raro es eso”.

Lo asocia a reflujo: “Pus como reflujo, pues como de ay: ahora ya te acostumbraste a comer así, ahora que cuando comes mal se te regresa, no comas mal”.

Sin embargo, su discurso demuestra patrones de control situacional: “Lo puedo con-, es que no lo puedo controlar pero lo siento aquí ¿sabes? Como que aquí en la garganta o así que ay, de hecho lo puedo controlar pero me siento incómoda, porque ni modo que vaya a mi cuarto y vomite en el piso así de que: (arcada), no me aguante. ¿Sabes? pero sin embargo s-, lo siento aquí, después, si lo siento aquí y lo controlo hasta ahorita ya que voy a mi casa y pues a un lugar donde se puede ir ¿sabes? me pasa”.

CREDULIDAD Y DIFUSIÓN DE INFORMACIÓN CUESTIONABLE

Luna nota el sesgo algorítmico: “Vi una de una nutricionista, una página de una nutricionista, de que cuando empiezas a seguir una cosa o le das like a algo en Instagram, como que te avienta más sobre es-, sobre lo que buscas ¿no?”.

Advierte riesgos de programas pagados: “Hay muchas personas que, que si lo pagan [...], o lo siguen haciendo y nunca se dan cuenta hasta que están, pues sí, ya tienen una enfermedad”.

Pandy agrega un comentario a esto desde su visión profesional: “A mí como nutrióloga me complica la vida (risa), me complica mi trabajo [...] de tanta mala información y me frustra”.

Aun así, ambas difundieron contenidos de este tipo.

- Pandy: “Como tú no sabes, eh, porque no, no, no llevaste ninguna clase, eh, para saber cómo buscar información, eh, buena, fidedigna, pues tú te la crees, por ejemplo, a mí me pasó, yo me la creía y pues la compartía”

INFLUENCERS: UTILIDAD PERCIBIDA VS. CRÍTICA PROFESIONAL

Roma y Pandy hablaron sobre la misma influencer, Bárbara de Regil, pero mientras Roma ve en ella un ejemplo, Pandy cuestiona su contenido a partir de su conocimiento.

- Roma: “Te enseña así como lo que hace de ejercicio, o sea, dice que, que no puedes comer mucho, o sea, que puedes comer de todo pero como controlado, es lo que me cae bien de ella, como que, ella como que no se limita, más bien enseña eso de que más bien tienes que comer de todo pero controlado y así”.

- Pandy: “En sus videos pone recomendaciones de ejercicio, recomendaciones nutricionales y de repente dice cada cosa que, que los nutriólogos nos quedamos así de, o sea no, no es cierto y la gente, y la gente se lo cree, lamentablemente ella sacó, por ejemplo, proteínas de, de su propia marca y esa proteína es inadecuada, entonces, eh, la gente lo consume porque es una influencer”.

SITIOS Pro-Ana / Pro-Mia

Aunque ninguna afirma ser asidua a estos sitios, reconocen que los conocen:

- Luna “Busqué eso y salió una página que se llamaba Ana y Mia y yo decía: ¿qué es eso? Y decía que A-, Ana era anorexia y Mia era bulimia y era, era como un blog de unas personas que pues estaban enfermas de eso, yo creo y ponían, o sea, como sus historias así y, y la verdad, la verdad a mí como que me asustó”.

Roma confirma su familiaridad: “Son cosas que ya conoces [Pro-Ana y Pro-Mia], no sé por qué conozco o quién me las contó, pero pues obviamente las conozco”.

También recuerdan su cobertura mediática.

- Luna: “Salían en la televisión...” “Por lo de mi carrera, busqué lo de los cepillos y me salió de cómo vomitar con, cómo usar el cepillo para vomitar y yo así de, ok”

Tienen conocimiento de su lógica identitaria

- Pandy: “Ana y Mia son, son, son la personificación humana de la anorexia y la bulimia [...] les dan vida, prácticamente [...] jalan a niñas, que tiene, que están empezando este trastorno”

Proponen advertencias y reconocen los riesgos:

- Pandy: “Con tan solo tener las páginas de ‘baja de peso en dos, tres días...’ [...] ya debería haber llamado la atención [...] para clausurar estos lugares”

- Luna: “no debería ser como accesible [...] luego leí que comieran hielo y yo así de ‘¿cómo voy a comer hielo? Mejor no lo hagas, la verdad es que no’”

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Los hallazgos muestran que el internet y las redes sociales ocupan un lugar central en la vida de las participantes, intensificado durante la pandemia de COVID-19. Aunque emplean estas herramientas para fines académicos y laborales, el uso más significativo se vincula con la búsqueda de pérdida de peso, dietas restrictivas, rutinas de ejercicio, fármacos, conductas compensatorias y el conocimiento de espacios Pro-Ana y Pro-Mia. Esto coincide con estudios como el de Saeed et al. (2025), quienes documentan cómo el uso de redes sociales se asocia con insatisfacción corporal y la búsqueda de bajar de peso entre las mujeres jóvenes. Además, las participantes concuerdan en que no solo han visualizado o buscado información relacionada con alimentación, sino que ésta también llega a ellas sin necesidad de una nueva búsqueda, lo que nos dice que al haberse interesado por estos temas, estos continúan haciéndose presentes gracias a los algoritmos existentes.

Las experiencias narradas evidencian que las jóvenes construyen una subjetividad marcada por la insatisfacción corporal y las expectativas estéticas internalizadas, las comparaciones sociales, aun sabiendo que las imágenes pueden estar editadas, influyen en sus decisiones. Esto coincide con investigaciones como la de Fioravanti et al. (2022). Además, la necesidad de pertenencia, tanto a círculos familiares como a pares, refuerza la búsqueda de delgadez como condición de aceptación.

Las participantes con bulimia nerviosa reconocen sus conductas compensatorias, aunque en su discurso existen negación y resignificación. Roma, por ejemplo, atribuye sus vómitos a reflujo, aunque los ubica en contextos de control; Luna reconoce haber probado fármacos, vómito inducido y exceso de ejercicio, pero con una narrativa de rechazo y asco hacia esas prácticas. Estas contradicciones muestran que, aun si la búsqueda de bajar de peso es algo deseable para ellas, reconocen las prácticas que realizan para ello como poco aceptables.

La influencia de figuras mediáticas como Bárbara de Regil refleja que las participantes evidencian tanto credulidad como capacidad reflexiva, pero coinciden en la dificultad para discriminar información confiable, lo que resalta la necesidad de políticas de educación en salud.

Aunque las participantes expresaron rechazo hacia los sitios Pro-Ana y Pro-Mia, mostraron haber visitado sus contenidos u otros con propósitos similares, reconociendo su accesibilidad y atractivo para jóvenes vulnerables debido a la búsqueda de bajar de peso y el sentido de pertenencia, los cuales configuran un riesgo significativo.

El estudio se realizó en un contexto particular (México, antes y durante la pandemia), sin embargo, aporta testimonios valiosos que evidencian cómo las prácticas en internet se entrelazan con experiencias familiares, sociales y académicas, contribuyendo a visibilizar una problemática poco documentada en el país.

En conclusión, sus prácticas en internet construyen una subjetividad de preocupación excesiva por su imagen corporal y expectativas estéticas altas difundidas por la *cultura de la delgadez*, que han sido confirmadas por su entorno familiar y social, lo que subraya la necesidad de desarrollar estrategias preventivas, educativas y de regulación digital que promuevan un uso crítico y saludable de los entornos virtuales, especialmente contemplando el surgimiento de nuevas tecnologías que añaden complejidad al uso de internet y accesibilidad a la exposición ante una variedad de posturas e ideas, incluyendo aquellas que ponen en riesgo la salud.

AGRADECIMIENTOS

El presente estudio estuvo financiado por PAPIIT-IN307024.

REFERENCIAS

- Asociación Americana de Psiquiatría. (2022). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5.ª ed., Texto revisado[DSM 5-TR]). Editorial Médica Panamericana.
- Bardone-Cone, A. M., & Cass, K. M. (2006). Investigating the impact of pro-anorexia websites: A pilot study. *European Eating Disorders Review*, 14(4), 256–262. <https://doi.org/10.1002/erv.714>

- Becker, A. E., Burwell, R. A., Gilman, S. E., Herzog, D. B., & Hamburg, P. (2002). Eating behaviours and attitudes following prolonged exposure to television among ethnic Fijian adolescent girls. *The British Journal of Psychiatry*, 180(6), 509–514. <https://doi.org/10.1192/bjp.180.6.509>
- Dreier, O. (1999). Trayectorias personales de participación a través de contextos de práctica social. *Psicología y Ciencia Social*, 3(1), 28–50.
- Ellis, C. H., Moore, J. B., Ho, P., & Evans, C. E. L. (2023). Development and validation of a quality assessment tool to assess online nutrition information. *Digital Health*, 9, 1–13. <https://doi.org/10.1177/20552076231187249>
- Fioravanti, G., Bocci Benucci, S., Ceragioli, G., & Casale, S. (2022). How the exposure to beauty ideals on social networking sites influences body image: A systematic review of experimental studies. *Adolescent Research Review*, 7(3), 419–458. <https://doi.org/10.1007/s40894-022-00179-4>
- Kemp, S. (2024). Digital 2024: Global digital overview. Essential insights into how people around the world use the internet, mobile devices, social media, and e-commerce. *We Are Social & Hootsuite*. <https://datareportal.com/reports/digital-2024-global-overview-report>
- Kreft, M., Smith, B., Hopwood, D., & Blaauw, R. (2023). The use of social media as a source of nutrition information. *South African Journal of Clinical Nutrition*, 36(4), 162–168. <https://doi.org/10.1080/16070658.2023.2175518>
- Kvale, S. (2011). *Las entrevistas en investigación cualitativa*. Ediciones Morata.
- Pariser, E. (2017). *The Filter Bubble*. Taurus.
- Ramos, J. S., Neto, A. F. P., y Bagrichevsky, M. (2011). Cultura Identitária pró-anorexia: características de um estilo de vida em uma comunidade virtual. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, 15(37), 447–460. <https://doi.org/10.1590/S1414-32832011000200008>
- Saeed, M., Afzal, H., Khawar, H., Khan, Z., Idrees, S., & Maqbool, H. (2025). Role of Social Media in Comparing Physical Appearance, Body Dissatisfaction and Drive for Thinness. *Bulletin of Business and Economics*. <https://doi.org/10.61506/01.00571>
- Serra, M. (2015). *Trastornos del comportamiento alimentario: Enfoques preventivos*. Editorial UOC.

DIGITALIZACIÓN DE LA VIDA COTIDIANA



ISBN: 978-968-9724-10-0



Trans[®]
digital
editorial