

Juventud, anorexia e Internet. Modos de intervención en las páginas

Por Ayelen Sidun

Ayelen Sidun es docente e investigadora de la FPyCS, Maestranda en Ciencias Sociales FAHCE de la UNLP.

Resumen

En este artículo se trabajará sobre dos *blogs* producidos por jóvenes que padecen trastornos de la alimentación. El ideal de un cuerpo delgado se ha convertido en una exigencia cotidiana de esfuerzo por alcanzar el objetivo.

A esto se suma que la conformación de las identidades juveniles se encuentra atravesada por la mediación de los medios de comunicación con los cuales los jóvenes poseen una relación e interacción cotidiana ya sea por medio de la radio, la gráfica, la televisión o Internet.

Teniendo en cuenta que la anorexia se construye en el silencio de la condena social, es necesario pensar entonces en los modos de comunicación construidos por estas jóvenes como vías de relación y expresión.

Abstract

In this article, we will work on two *blogs* produced by young people who suffer from feeding disorders.

The fact of having an ideal slim body has become a daily requirement of making an effort to reach the objective.

In addition to this, the conformation of youth identity is influenced by the mediation of the mass media, with which young people have a relationship and daily interaction through the radio, the printed press, the television or the Internet.

Taking into consideration that anorexia is based on the silence of the social sentence, it is necessary to think about the kinds of communication built by the youth as ways of relationship and expression.

Palabras Clave: *jóvenes-medios de comunicación-anorexia*

“Las clasificaciones elaboradas por la biopolítica devienen exclusiones, de ahí que en el movimiento de respuesta, muchos jóvenes busquen impugnar a través de sus prácticas y del uso del cuerpo ese orden social que los controla y excluye y, de maneras no explícitas, muchos otros se esfuerzan, pese a su encanto por el mercado, por transformar el ‘lugar común’ del consumo en un ‘lugar significado’”.

Reguillo Cruz, Rosana

En este artículo se trabajará sobre dos *blogs* producidos por jóvenes que padecen trastornos de la alimentación.

Las conductas alimentarias de determinados jóvenes se ven influenciadas por condicionamientos sociales y estereotipos establecidos. El ideal de un cuerpo delgado se ha convertido en una exigencia cotidiana de esfuerzo por alcanzar el objetivo.

Estas conductas alimentarias se transforman en trastornos alimentarios riesgosos cuando se altera la ingesta mínima necesaria que requiere un organismo en la vida diaria. En un descenso de peso paulatino pero constante puede verse el deterioro físico que sufre el cuerpo y las consecuencias psíquicas que esto provoca: más allá de la pérdida notoria de kilos, frente al espejo estos sujetos continúan viéndose disconformes con sus contornos: frente al espejo los kilos siguen apareciendo.

Partimos de entender a la anorexia como una conducta alimentaria restrictiva en la que se adquiere poca cantidad de comida, se realizan dietas severas o se decide no comer pudiendo hacerlo. Las personas que realizan estas prácticas mantienen rituales con la comida como contar calorías, descuartizar la comida en trozos pequeños, preparar comida para otros y no comer. La característica primordial de esta conducta se debe a un miedo intenso a engordar, luchando por mantener el peso por debajo de lo establecido para la talla y altura de la persona.

Los medios de comunicación juegan un rol fundamental en la definición de estas exigencias al poner en cartel una programación que focaliza en el cuerpo (en un determinado tipo de cuerpo que gusta más cuanto más se le notan los huesos y los músculos marcados) de manera constante la relación con el éxito.

No podemos desconocer que ante la pérdida de legitimidad de las instituciones tradicionales como la familia, la escuela, el Estado, los medios de comunicación se han transformado en actores decisivos en la conformación de modelos sociales. A esto se su-

ma que la conformación de las identidades juveniles se encuentra atravesada por la mediación de los medios de comunicación con los cuales los jóvenes poseen una relación e interacción cotidiana ya sea por medio de la radio, la gráfica, la televisión o Internet.

Como una realidad contenida, ocultada y no aceptada por la sociedad que establece como ideal el cuerpo delgado y dictamina en contra de todo contorno excedente, emergen las voces de jóvenes que padecen un trastorno que los instiga todos los días a no comer, ya sea por la mirada de los otros, ya sea por su propia mirada reflejada en el espejo. Pero esa realidad no es elegida, es el producto maniqueo del cuerpo perfecto y escuálido impuesto por lo social lo que determina las prácticas de no consumo de alimentos, que al realizarse al extremo, serán condenadas por la misma sociedad que las impuso.

Se hace necesario entonces preguntarse por estas manifestaciones juveniles, entendiendo a los jóvenes no desde una cuestión determinada únicamente por la edad sino desde la posibilidad de reflexionar acerca de cómo es que el dato biológico se encuentra cargado social y culturalmente, lo que permite pensar en la existencia de distintos jóvenes. La condición de juventud no se ofrece de igual forma al conjunto de los integrantes de la categoría estadística joven. Por el contrario, existen diferentes y desiguales modos de ser joven.

Anorexia en la web

Ha sido de gran difusión en diarios, televisión y radios argentinas la existencia de páginas y *blogs* producidos y destinados a jóvenes con trastornos de alimentación que dan pautas para obtener y mantener el "peso ideal", en referencia a un cuerpo delgado, al extremo de la pérdida de masa muscular y la figura casi raquítica.

Estas páginas o *blogs* son realizadas por jóvenes mujeres que padecen anorexia y que proponen alcanzar un peso mínimo para su contextura física

apoyadas en la devoción y confianza en una especie de ídola conocida por ellas como "ANA", la princesa Ana. Ana refiere al nombre que dan a la anorexia, que en un primer momento ayudaba a que no fueran fáciles de detectar en la red. "Princesa" refiere al logro de alcanzar el objetivo, al apelativo que merecerían las que alcanzan la "perfección en la extrema delgadez" y con el que se dan ánimo mutuamente las anoréxicas para "no caer en la tentación de comer".

El fenómeno de la anorexia es reconocido como un problema cada vez más frecuente que afecta mayoritariamente a mujeres y, sobre todo, a mujeres jóvenes. Como explica Enrique Valente "(...) el aumento progresivo de peso es un fenómeno difundido dentro del mundo desarrollado, consecuencia del incremento de la talla, las nuevas condiciones nutricionales y sanitarias, etcétera. Y, justamente, entre la constante presión hacia el adelgazamiento y la comprobada tendencia al aumento de peso, en la intersección de esas coordenadas se sitúan las mujeres y en especial las más jóvenes" (Valiente, 2008). Si bien es cierto que esta aclaración aporta una pauta para pensar en la producción de *blogs* por mujeres jóvenes no podemos desconocer que la anorexia ha tocado otros sectores de la población como los hombres jóvenes y los niños, lo que se indagará en futuras investigaciones.

Retomando las páginas que se analizarán, es necesario destacar que en un primer momento fueron creadas para contradecir a los sitios que ofrecían apoyo y animaban a recuperarse de la anorexia. Mediante la intervención de organismos estatales y fundaciones no gubernamentales en lucha contra este tipo de conductas estas páginas fueron cerrándose. Los *blogs* entonces, de creación propia y sin necesidad de ser autorizados o registrados comenzaron a ser nuevos modos de comunicación, ya no en contra de otros discursos sino como modo de comunicación entre las jóvenes que transitan este tipo de trastornos alimenticios.

Se puede acceder fácilmente a los *blog* que promueven y refuerzan la idea de la anorexia como modo de alcanzar el cuerpo deseado, sólo con poner en un buscador las palabras clave aparecen los sitios que refuerzan la idea de que no comer llevará a la felicidad de ser una princesa ubicando al esfuerzo como valor primordial a perseguir.

En este trabajo sólo se analizarán dos de estos *blogs*, considerando en la elección que son los que más frecuentemente aparecen cuando se juega con las palabras clave en el buscador: "1. Pro ana y pro mia: <<http://pro-anaymia.blogspot.com/>> y 2. Pro mia: <<http://proanagirl.blogspot.com/2005/02/carta-de-ana.html>>".

1. El primer *blog* citado está destinado a jóvenes que padecen trastornos de alimentación porque dejan paulatinamente de comer, trastorno conocido como anorexia y jóvenes que padecen bulimia, es decir que ingieren alimentos que luego van a despedir metiéndose los dedos en la garganta para producir vómitos, o tomando laxantes.

La presentación y todas las recomendaciones que propone están firmadas con el nombre de *Ana Belén* y tienen un tono de confianza interpelando directamente a sus visitantes, demostrando la intimidad con la que pueden comunicarse porque comparten las mismas necesidades: la de ser perfectas por medio de alcanzar un cuerpo delgado.

Se dirige a las "princesitas" y expone en su bienvenida: "HOLA PRINCESITAS: Si estais en este *blog* es para hablar sobre ana y sobre mia, pasarnos *tips*, trucos, hacer carreras y ayudarnos para llegar a la perfección. Ya vereis k lo knseguiremos dentro de pokito. Aki tengo *tips*, imágenes, trucos y lo iré modificando poko a poko. Un besote para todas las anas y mias, y si hay algún chico pos igual. k pronto estamos en nuestra meta. La karrera ya comenzara y llegaremos a ser las mas bellas del mundo. Pone vuestros komentarios. Os kiero un mogollón. Yo os apoyo en todo!!!!!! Un besote".

Los *tips* a los que refiere la bienvenida son recomendaciones para lograr el objetivo de bajar de peso y convertirse así en "princesas Ana". Estas recomendaciones incluyen consejos de cómo permanecer anoréxico o ser "mejores", como también dan trucos para mantener oculta la condición ante los amigos y familiares o engañar el hambre por la inanición, así como la exposición de tablas calóricas y otros recursos, tales como lemas y frases con los que autoconvencerse de que no es una conducta insana sino un camino a seguir. Ana Belén en su *blog* presenta dos apartados con estas recomendaciones, uno que indica varios *tips* que deben ser tenidos en cuenta denominado "TODO TIP", y una especificación de *tips* para bajar de peso que proponen:

TIPS PARA BAJAR D PESO Tu puedes lograrlo, aquí están algunos *tips* que te servirán, con el tiempo iré actualizando mi space....

1. NO PIENSES EN COMIDA, olvídate de esas cosas que te envenenan tu cuerpo, ódialas!! malditas cosas llenas de calorías (todoooo, toooooo tiene calorías y eso te hace subir como cerdo, menos el Agua) Por lo tanto:

2. Tomar Mucha Agua.

3. Empieza a consumir 500 calorías por día, entre menos comas mejor!!! Cuenta el número de calorías que consumes por día. Te aseguro que al tercer día verás cambios.

4. Has mucho mucho ejercicio, corre, brinca, limpia tu casa, saca al perro, gasta todas esas calorías que tienes adentro de tu puerco...digo cuerpo.

5. Ve a la cama lo más pronto posible, no te da hambre, no piensas en comida y gastas calorías. DATO CURIOSO: Se ha demostrado científicamente que las mujeres que no duermen lo suficiente, están propensas a engordar más que una que si descansa lo suficiente (más de 7 horas creo como mínimo)

6. No compres comida chatarra, si esas papás que tanto te gustan, las donas de chocolate, ese helado de tu sabor favorito, OLVÍDATEEEE DE ESOOOOO,

mejor ahorra para comprarte bonita ropa (que por cierto ahora te va a quedar) o algo que siempre quisiste y no pudiste comprártelo en el momento. (Sin dinero, no hay para comprar veneno).

7. Pasa tu tiempo libre informándote de páginas amigas (relacionadas con ana y mia) .

8. Mantente ocupada.

9. Ponte metas y prémiate (Obviamente nada de comida).

10. Échale algo a tu comida, algo que no te guste como jabón, así aunque te mueras de ganas por comer ese delicioso filete lleno de grasa no podrás hacerlo.

11. Infórmate de cuantas calorías tiene cada alimento, haber si así sigues comiendo tanto...

12. Y si no te aguantaste las ganas, aun hay una salida: espera a que empieces a eructar y aguántate corre al baño y abre bien la boca, saca tu lengua, introduce tus dedos (si es que caben) hasta llegar a la "lenguita" y oprime (no con mucha fuerza) en ese momento empezará a babear y recuerda cosas que te den muchísimo asco (tu en bikini) y si tomaste bastante agua será más fácil aún.

Las recomendaciones van desde no olvidar observarse a sí mismo con una mirada insatisfecha, olvidar la comida o relacionarla con algo que produzca asco hasta la última opción: si todo eso no se pudo lograr, si no pudieron odiarse a sí mismas, sentir que tienen un puerco en vez de un cuerpo, hacer gimnasia y dormir para no comer, entonces los dedos en la garganta y la imagen detestable de la propia imagen, permitirán expulsar.

En los *tips* pueden leerse los mismos prejuicios externos con los que se topa la joven que produce el *blog*, la mirada del espejo insatisfecho y la necesidad de contar públicamente lo que no la deja mostrarse tal como es, es lo que resulta paradójico. Es importante preguntarse qué es lo que lleva a estas jóvenes a expresar los modos de poder ser delgadas por medio de Internet, cuando buscan alcan-

zarlo por medio de trucos entendiéndolos como engaños hacia los otros, unos otros que pueden acceder a la información con sólo acceder a la *web*.

En vez de esconderse en esa vergüenza que le provoca tener un cuerpo diferente a los cánones establecidos expresa "TODO" a alguien para que no sienta lo mismo. Ya no se esconde, los trucos están a la vista.

2. El segundo *blog* citado tiene "la voz de la anorexia". No es una joven mujer la que habla en el texto sino la anorexia, aunque el *blog* esté firmado por "la princesa triste", de 24 años.

Su presentación comienza con una carta de ANA (la anorexia), en donde hay una escritura que no aporta tanta confianza como en el caso anterior para alcanzar el objetivo sino que se da a conocer como una guía a la que hay que seguir para lograrlo, basándose en el esfuerzo y en seguir lo que "la princesa triste" propone.

Comienza la carta diciendo: "Permíteme presentarme. Mi nombre, o como suelen llamarme los doctores es Anorexia, Anorexia Nerviosa es mi nombre completo pero tu puedes llamarme Ana. Espero que podamos ser grandes amigos. De ahora en adelante voy a invertir mucho tiempo en ti y espero lo mismo de ti".

Puede notarse que el tono de las jóvenes que se dirigen a los visitantes del *blog* es en los dos casos de confianza, un tono ameno que invita a seguir participando del esfuerzo para conseguir el fin determinado por lo socialmente deseable. La anorexia tiene relación directa con los modelos propuestos. Como expresa Valiente: "La presión social hacia ideales de perfección corporal –que no por inalcanzables dejan de ser coercitivos– es uno de los principales factores de la notable incidencia de trastornos de la conducta alimentaria en los últimos años. De esa peculiar forma de ascetismo moderno –producto del culto extremo a la estética corporal– que es la perversa conducta de la inanición autoimpuesta" (2008).

El *blog* tiene diez ítems dedicados al “culto” de la anorexia. Hay que cumplirlos persiguiendo el fin último de convertirse en la princesa. La anorexia se convierte en este *blog* en religión a respetar, sin envidiar de otros dogmas ni siquiera la oración que las hace pertenecer: “**oración:** Estricta es mi dieta, no debo desear, diré mentiras cuando me acuesto cada noche hambrienta. Ayúdame a pasar por las confiterías, no dejes caer mi fuerza de voluntad. Guíame a través de los caminos donde mi cuerpo no es como se ve, aunque camine a través del departamento de pasteles, no compraré nada. Los pasteles y *pays* me tientan. Ante mí hay una mesa con verduras y lechuga, llenaré mi estómago con líquidos. Los cuadros de calorías y pesos me seguirán todos los días de mi vida y descansaré en el temor de las básculas para siempre”.

La oración es una repetición constante que ayuda a no caer en la tentación, a librarlas del mal, a seguir los caminos adecuados. La culpa, sin embargo, las perseguirá siempre convertida en cuadros de calorías y balanzas de medición de gramos.

Como históricamente la religión disciplinó las conductas de los creyentes trabajando la culpa y estableciendo el camino a seguir, este *blog* propone un esquema religioso en donde la devoción y la doctrina es el camino para no ingerir alimentos y alcanzar el cielo, el cuerpo delgado, la llegada al paraíso.

Otro de los ítems destacados son los *tips* que aparecen nombrados como “credo”:

“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.

- No debo permitir ser tentada por el enemigo (comida) y no debo permitir caer en esa tentación, si lo hago y me permito estar en ese estado de debilidad y esa cueva, me voy a sentir culpable y me castigaré por haber fallado.

- Seré delgada a cualquier precio, es lo más importante para mí, nada más importa.

- Me dedicaré solamente a AnA, ella estará conmigo a donde quiera que vaya me mantendrá en línea, nada más importa, ella es la única que me cuida y se preocupa por mí y me entiende, la honraré y la haré sentir orgullosa”.

Valiente distingue dos tipos de ayuno: el ayuno religioso y el ayuno al que se exponen las personas que padecen anorexia, “(...) del ayuno como moralización al ayuno como producto de incitación al narcisismo, del ascetismo como imposición religiosa al ascetismo como mandato estético”, explica (2008: 2).

Pero esta distinción parece estar entrecruzada en el *blog* de “la princesa triste”. El ayuno como modo se alcanzar la purificación del alma es ahora el ayuno por purificarse de los males de la comida y sus consecuencias odiadas. Mediante la inanición se alcanza ahora el cuerpo puro alejado del mal de la gordura, del pecado de la gordura, de la gula como pecado capital en el que no se debe caer.

Si bien la autora del *blog* no presenta los textos que escribe relacionando de manera explícita la anorexia con una religión a seguir, los *tips* que resalta son rituales establecidos en diferentes dogmas.

La dedicación hacia el cuerpo se convierte en una responsabilidad personal obligada que genera culpa si no se la cumple, vergüenza por el descuido. El cuerpo se convierte en un producto realizado por uno mismo a través del trabajo.

Trabajado y moldeado es signo de triunfo, de éxito personal y marca del producto que es ser uno mismo. Es una parte más (y de las más importantes)

a considerar para poder estar-ingresar en la sociedad por diferentes vías.

La imagen se ha configurado en las sociedades actuales en la delgadez como un sinónimo de éxito social. Muchos de nuestros jóvenes luchan por lograr "el físico ideal", motivados por modelos, artistas o por la publicidad comercial y hasta por determinados accesos obstruidos si no encuadran en el ideal de belleza: imposibilidad de ingresar a lugares nocturnos por su físico, de ser aceptados en el ámbito laboral, de ser aceptados socialmente o por su grupo de pares.

En el *blog* se destaca además:

buena o mala: donde se refiere a lo que se puede hacer para alcanzar la delgadez y los castigos que debe impartirse si no lo está logrando.

Reglas: se detallan siete reglas, más *tips*, que refuerzan la idea de que "siempre" va a estar gorda y que por eso debe continuar "siempre" con el esfuerzo.

Anorexia: Se refiere a la anorexia como una decisión personal, que trae control a la vida de alguien y da salida a sus problemas. El ser anoréxico, aclara, "no significa no comer sino tener el peso más bajo de lo normal y mantenerlo así".

En los dos casos trabajados aparece la necesidad de expresar aquello que las oprime, que las atormenta: ese cuerpo detestable que no se corresponde con lo que la sociedad en la que viven solicita como vía de aceptación y éxito. Por alcanzar esa meta se describen opciones, alternativas para luchar contra los kilos y contra esa imagen que permanecerá hasta después de lograr ser extremadamente delgada. Y cuando la imagen se logre y ya no puedan verse, serán nuevamente condenadas: ahora por el raquitismo. Lo que persiste es la condena a estos jóvenes: por comer y por no comer sin reflexión sobre la exigencia impuesta.

Teniendo en cuenta que la anorexia se construye en el silencio de la condena social, es necesario pensar en los modos de comunicación construidos

como vías de relación y expresión, es necesario pensar que hay una posible politicidad desesperada, un gesto de balbuceante impugnación al orden dominante de mercado que reduce la existencia a la mercancía.

BIBLIOGRAFÍA

-BAUMAN, Zygmunt. *En busca de la política*, FCE, Buenos Aires, 2001.

————— *Modernidad Líquida*, FCE, Buenos Aires, 2002.

-BOURDIEU, Pierre. "La juventud no es más que una palabra", en *Sociología y Cultura*, Grijalbo, México, 1990.

-KORNBLIT, Ana Lía. *Juventud y vida cotidiana*, Biblos, Buenos Aires, 2007.

-MARGULIS, Mario (editor). *La juventud es más que una palabra. Ensayos sobre cultura y juventud*, Biblos, Buenos Aires, 1996.

-REGUILLO CRUZ, Rosana. *Emergencia de las culturas juveniles. Estrategias del desencanto*, Grupo Editorial Norma, Bogotá, 2006.

-SAINTOUT, Florencia. *Jóvenes: el futuro llegó hace rato. Comunicación y estudios culturales latinoamericanos*, Ediciones de Periodismo y Comunicación, Facultad de Periodismo y Comunicación Social de la UNLP, La Plata, 2006.

-SIDUN, Ayelen. "Anorexia y juventud y comunicación: representaciones sobre la muerte en jóvenes con trastornos alimenticios", ALAIC, 2008.

-VALIENTE, Enrique. "Anorexia y bulimia: el corsé de la autodisciplina", en MARGULIS, Mario (editor). *La juventud es más que una palabra. Ensayos sobre cultura y juventud*, Biblos, Buenos Aires, 2008.