



INTRODUCCIÓN y OBJETIVO

Pro-Ana y Pro-Mia son páginas y redes sociales que hacen apología a los Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA) como “estilo de vida”, proporcionan estrategias y “tips” que se traducen en prácticas perjudiciales para la salud tanto física como mental de las personas predispuestas a padecer un TCA.

Con el crecimiento de las tecnologías de la información y la comunicación y su inclusión en la sociedad, las formas de comunicación han experimentado un cambio en la última década, por lo que prácticamente la mayor parte de las personas tienen acceso a internet y por tanto a las redes sociales en Internet (RSI). Las RSI permiten a las personas compartir de forma común un mismo punto de interés y establecer así relaciones interpersonales. Según la organización ComScore, la utilización de las RSI es la actividad más popular a nivel mundial.

En la última década las páginas Pro-Ana y Pro-Mia han experimentado un aumento de seguidores del 300%. Inicialmente podían encontrarse personas que apoyaban esta “forma de vida” en páginas web y blogs, en la actualidad las RSI han crecido y evolucionado y también encontramos simpatizantes en RSI como instagram, facebook y twitter. Los seguidores de dichas páginas utilizan un lenguaje coloquial, en muchas ocasiones negativo o con evidencia de un estado anímico depresivo y utilizando palabras clave prácticamente solo entendidas por las personas con TCA.

El **objetivo** del presente estudio es evaluar las características de los blogs Pro-Ana y Pro-Mia y de las cuentas de Twitter que hacen apología a los TCA

MÉTODOS

Se realiza una búsqueda no computarizada de páginas (blogs) Pro-Ana y Pro-Mia y de cuentas de Twitter que hacen apología a la enfermedad como estilo de vida en lengua española. El motor de búsqueda utilizado es Google.

Se calcula la muestra como si de sujetos se tratara y partiendo de una población de referencia infinita. Después de realizar dicha aproximación mediante el uso de la calculadora GRANMO, se establece que una muestra aleatoria de 139 recursos es suficiente para estimar, con una confianza del 95% y una precisión de +/- 5 unidades porcentuales, un porcentaje “poblacional” que previsiblemente será de alrededor del 90%. No se contempla porcentaje de reposiciones puesto que lo habrá pérdidas en los recursos trabajados por tratarse de un diseño transversal y descriptivo.

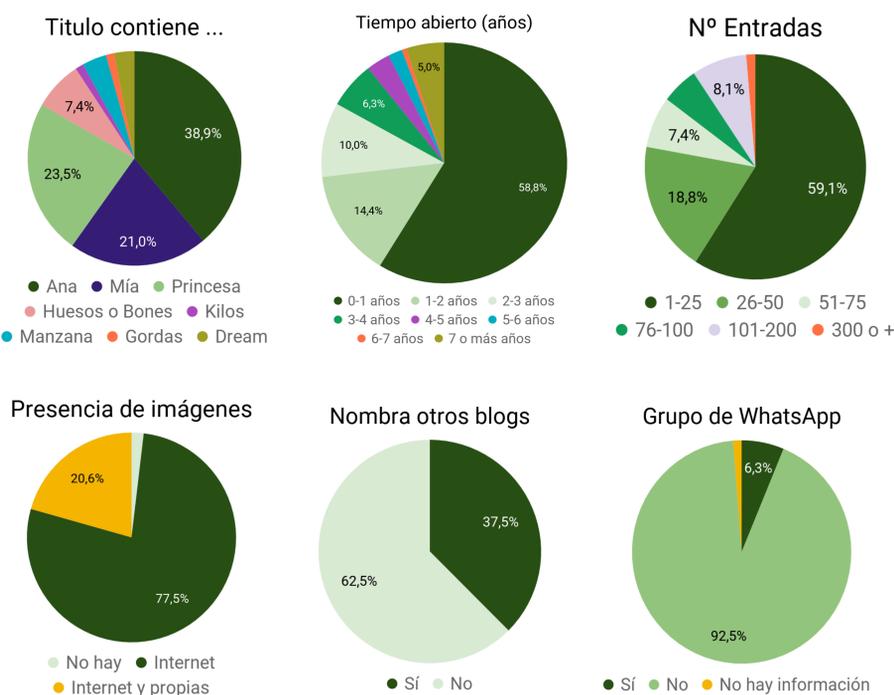
La cantidad de recursos es muy amplia, por ese motivo finalmente se trabaja con la siguiente muestra: **n=160 blogs** y **n=160 usuarios de Twitter**. Se analiza de forma común a ambas tipologías: día de apertura, publicaciones, imágenes y vínculo a otros recursos. Además en los blogs se estudian el número de entradas y el Twitter el número de seguidores (*Followers*).

El tipo de estudio es un **estudio transversal descriptivo** en el que se calculan por porcentajes de cada variable estudiada.

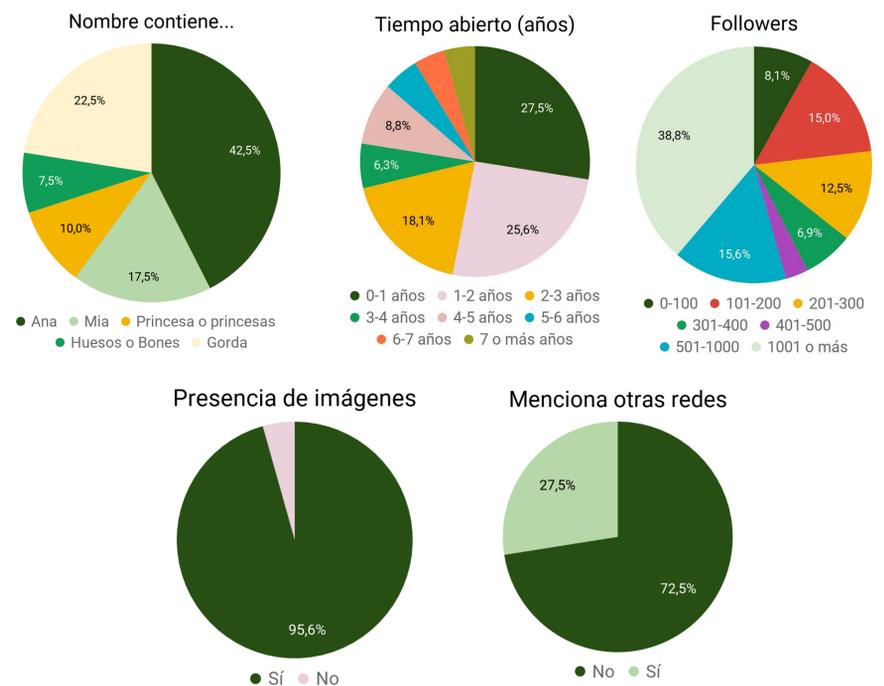
RESULTADOS

Por lo que refiere al título el 38,9% de los blogs contienen la palabra Ana y el 20% Mia, en el 59% se pueden leer entre 1 y 25 publicaciones, y en el 18,8% entre 26 y 50. En el 37,5% se citaban otros blogs propios o de otros autores relacionados con su misma temática, en el 20,6% se usaban imágenes propias de las autoras y en el 1,8% no contenían imágenes. Finalmente también consideramos interesante que el 6,3% nombraban grupos de WhatsApp. Por la parte de Twitter únicamente un 4,4% no utilizaban imágenes, el 27,5% han estado operativos más de 1 año, el 27,5% citaba otras redes y si en el nombre de usuario tenía indicativos Pro-Ana y/o Pro-Mia. Un 42,5% contiene Ana y un 17,8% Mia en su nombre. Por último en Twitter también estudió el número de seguidores o Followers, así el 8,1% tenían entre 0 y 100 seguidores y el 15% entre 500 y 1000.

Blogs



Twitter



DISCUSIÓN

En este análisis inicial de páginas y RSI Pro-Ana y Pro-Mia se han visto algunas semejanzas entre los diferentes tipos de recursos analizados, como son el vocabulario, el uso excesivo de imágenes en las que predominan los huesos, y la marcha de muchos autores hacia nuevas redes sociales que se pueden controlar menos como son todas las que se tienen instaladas en los teléfonos móviles.

CONCLUSIONES

Las páginas Pro-Ana y Pro-Mia son recursos vivos que se adaptan a las épocas en las que coexisten. Inicialmente más comunes los blogs y actualmente aumentando su presencia en RSI, cambio que aumenta su cercanía y dificulta su control.

Autores como Ruíz-Lázaro revelan que el aumento de los TCA (vinculado a cánones de belleza instaurados) se ve potenciado por su difusión a través de las RSI, por ejemplo con el uso de imágenes (en el presente estudio más del 95% utilizaba imágenes en Twitter). Los países más industrializados suelen ser los más afectados y los que acceden a RSI con más facilidad. Por otro lado este tipo de mensajes son un factor de riesgo para adolescentes (grandes consumidores de RSI) interiorizando la delgadez como éxito y llegando a proponer retos que ponen en riesgo la salud. Las RSI, aunque simbolicen libertad de expresión, pueden llegar a ser dañinas y peligrosas. Por normativa, los recursos pro-Ana y pro-Mia pueden estar abiertos, excepto cuando induzcan al suicidio o la automutilación, que serán censuradas. Por ello pueden encontrarse tanto blogs como cuentas de Twitter que llevan abiertos más de 7 años. Este mantenimiento en el tiempo puede tener, a su vez, impacto en sus *Followers* (algunos recursos con más de 1000) y promocionar otras RSI parecidas para afianzar los seguidores e incrementar “su comunidad”, con el uso de Grupos de WhatsApp u otras redes. El uso de WhatsApp, además, incrementaría la sensación de pertenencia a un grupo, aspecto muy importante durante la adolescencia y que podría actuar de factor mantenedor de TCA.

BIBLIOGRAFIA

- Fernández Sánchez N. Trastornos de conducta y redes sociales en Internet. Salud mental. diciembre de 2013;36(6):521-7.
- González-Soltero R, Blanco MJ, Biscaia JM, Mohedano RB, Grille-Mariscal M, Blanco MA. Análisis del contenido, posicionamiento y calidad de páginas web en español relacionadas con la nutrición y los trastornos de la conducta alimentaria. Nutr Hosp 2015;31(3):1393-400
- Bermejo B, Saúl LÁ, Jenaro C. La anorexia y la bulimia en la red. Ana y Mia dos «malas compañías para las jóvenes» de hoy. Acción Psicológica. 2011;8(1):71-84.
- Ruiz-Lázaro PM, Comet MP, Calvo AI, Zapata M, Cebollada M, Trébol L, et al. Prevalencia de trastornos alimentarios en estudiantes adolescentes tempranos. Actas Esp Psiquiatr. 2010;38(4):204-11. Lladó Gina, González-Soltero Rocio, Blanco María José. Anorexia y bulimia nerviosas: difusión virtual de la enfermedad como estilo de vida. Nutr. Hosp. [Internet]. 2017 Jun [citado 2020 Mar 04]; 34(3): 693-701. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112017000300693&lng=es. <http://dx.doi.org/10.20960/nh.469>.