



## **EL PERFIL DE ANA Y MIA**

**Un reportaje digital sobre los trastornos de conducta alimentaria y los  
contenidos de plataformas de redes sociales**

[www.elperfildeanaymia.com](http://www.elperfildeanaymia.com)

**MEMORIA PARA OPTAR AL TÍTULO DE PERIODISTA**

**Categoría: Informe Escrito para Reportaje Multimedia**

**ANTONIA PAZ MUÑOZ CASTILLO**

**PROFESOR/A GUÍA: PATRICIA PEÑA MIRANDA**

**SANTIAGO DE CHILE**

**2024**

Para todas las Sofías, Antonias, Paulas, Constanzas, Javieras y Claudias,  
que día a día luchan por amarse a sí mismas.

## Agradecimientos

Escribir y desarrollar este proyecto fue un proceso desafiante con tintes oscuros y brillantes. Quiero agradecer por ser parte de él, primero a mis entrevistadas, que con valentía y mucho valor, enfrentaron grandes miedos contándome sus historias, compartiendo sus tristezas y valorando en lo que se han convertido y lo que siempre han sido.

Además, quiero agradecer a mi profesora guía Patricia Peña, quien me acompañó durante este tiempo, y también a otras docentes que marcaron mi paso por la Universidad de Chile, como Tania Tamayo, Karla Palma, Alejandra Carmona Canobbio y María Cecilia Bravo.

Profundamente, quiero agradecer a cada una de las profesionales que fueron parte de este reportaje, entregándome su conocimiento y expertise para entregar la mejor información posible. Sobre todo, quiero darle las gracias a mi psicóloga Mariana Lepe, que me acompañó desde mi diagnóstico y que me ayudó a terminar este trabajo con su profesionalismo y sensibilidad.

Absolutamente nada de esto hubiese sido posible de no ser por el amor y la comprensión de mi abuela, mi tata, mi mamá, mis tías, mis hermanos, la señora Elba, mis amigas, mi pololo y mi amado perro Dante, que mientras escribo estas palabras, duerme a mi lado. Gracias por saber entender lo significativo que es este tema para mi, por respetarme y por cuidarme siempre. Gracias también tía Wilma, que mientras vivía, siempre me servía un poco más de comida sin que me diera cuenta.

Gracias a mi yo de hace un par de años, que tomó la decisión de ir a terapia y que descubrió la razón de tantos llantos nocturnos. Gracias porque logró superar los pensamientos que me impedían comer tranquilamente y mirarme al espejo con amor. Gracias por esa valentía, y por seguir luchando a diario.

# Índice

<b>CAPÍTULO 1: Presentación del proyecto</b> .....	6
1.1 Descripción general.	
1.2 Introducción.	
1.2.1. Comprendiendo el problema de los trastornos de conducta alimentaria.	
1.3 Objetivos generales y específicos.	
1.3.1. Objetivo general.	
1.3.2. Objetivos específicos.	
<b>CAPÍTULO 2: Fundamentación del proyecto</b> .....	12
2.1. Problematización.	
2.2. Justificación y relevancia del tema.	
2.3. Justificación de formato.	
2.4. Propuesta.	
<b>CAPÍTULO 3: El panorama de los TCA</b> .....	23
3.1. Radiografía de los TCA en Chile.	
3.2. TCA en cifras y datos en Chile.	
3.3. Los efectos de las redes sociales en los TCA.	
3.4. ¿Qué dicen las políticas y normas de las plataformas de redes sociales?	
<b>CAPÍTULO 4: Desarrollo de la investigación</b> .....	36
4.1. Pre-reporteo.	
4.2. Uso de fuentes.	
4.3. Experiencia en primera persona.	
4.4 Hallazgos.	
<b>CAPÍTULO 5: Diseño del reportaje web</b> .....	43
5.1. Benchmarking.	
5.2. Identidad visual y conceptual del reportaje web.	



5.3. Gestor de contenido y Arquitectura de información.

5.4. Público Objetivo - Perfil Persona.

5.5. Usabilidad web del reportaje digital.

5.6. Presupuesto y costos de producción.

5.6.1. Proceso de investigación

5.6.2. Requerimientos técnicos.

5.6.3. Recursos Humanos.

5.6.4. Tabla de costos de producción.

**CAPÍTULO 6: Estrategias de difusión. .... 62**

6.1 Plan de difusión.

**CAPÍTULO 7: Consideraciones éticas y elementos multimedia. .... 65**

7.1. Uso de imágenes.

7.2. Uso de audio.

7.3. Tratamiento de nombres y peso.

7.4. Recursos de salud mental.

**CAPÍTULO 8: CONCLUSIONES Y OBSERVACIONES FINALES ..... 70**

8.1. Sostenibilidad del proyecto.

8.2. Conclusiones.

**BIBLIOGRAFÍA..... 74**

**ANEXOS..... 75**

# CAPÍTULO 1: Presentación del proyecto

## 1. Descripción general

*El Perfil de Ana y Mia* es un **reportaje multimedia** dedicado a analizar el panorama de los trastornos de conducta alimentaria (TCA) en Chile y su relación con los contenidos de las plataformas de redes sociales, especialmente centrado en la hipótesis de que estos pueden llegar a gatillar conductas o pensamientos ligados directamente a este tipo de enfermedades, específicamente pensando en la experiencia de mujeres y adultas jóvenes.

El enfoque de este reportaje cuenta con dos aristas. La primera, se orienta a visibilizar la realidad de mujeres jóvenes que son sobrevivientes de este tipo de situaciones que afectan a su salud física y mental, a través del relato testimonial de las entrevistadas. La segunda es entregar información a través de un reportaje central con un carácter mucho más especializado.

Para lograr desplegar esta idea, fue necesario organizar el contenido de manera tal en que se comprendiera la división entre el relato de no ficción y la información más técnica alojada en el reportaje central. Por ello, durante el proceso de organización de la arquitectura de información, este fue un factor prioritario para evaluar la jerarquización de las categorías. De este modo, se diseñaron dos menús principales, uno de cabecera y otro desplegable lateral. El primero organiza las categorías de contenido Reportaje, Presentación, Protagonistas e Instagram, así el usuario tiene acceso directo a la información gruesa del proyecto. En la barra lateral, también se encuentran disponibles dichas categorías, pero además se añaden otras páginas al menú, como la sección de “Contacto” y el perfil de la “Autora”. Con esta organización, fue posible dar cabida tanto al enfoque informativo como al del relato de no ficción, e integrar ambas formas de contar esta historia.

Las motivaciones de este proyecto están ligadas a la necesidad de dar mayor cobertura a este tema, principalmente por las graves implicancias a la salud mental y física que conllevan los trastornos de conducta alimentaria, al poco acceso a tratamiento en nuestro país y a la poca regulación que existe en materia de redes sociales.

## 1.2 Introducción

Los trastornos de conducta alimentaria (TCA) son un problema de salud pública que afecta a miles de personas alrededor del mundo. Especialmente después de la pandemia, este tipo de problemas de salud mental aumentaron en al menos un 30%<sup>1</sup>, lo cual se relaciona con diversos factores, pero especialmente con el uso de redes sociales como la herramienta predilecta de interacción social.

Más allá del aumento que han tenido durante los últimos años, los TCA son la afección mental con mayor tasa de mortalidad y conllevan una serie de consecuencias a la salud física de las personas, que muchas veces son irreversibles. El problema, es que quienes los padecen pierden la capacidad de comprender el nivel de daño que esto les causa, y justifican su actuar en base a consignas como una vida saludable y el autocuidado.

Pese a que este tipo de trastornos encuentran su origen hace muchas décadas (incluso algunos estudios indican que hace varios siglos), la aparición del internet entregó una plataforma de conexión para las personas que padecen este tipo de afecciones, dándoles un espacio de consejos y tips para incurrir en conductas de sumo riesgo para su salud, como autolesiones, largas jornadas sin ingerir alimentos y tips para que sus cercanos no se dieran cuenta. Este tipo de articulación entre usuarios comenzó a inicios de los años 2000 con los llamados blog “pro Ana y pro Mia”, que fueron sólo el punto de partida de una cultura digital que enaltece los cuerpos delgados y oculta las diversidades físicas.

Es de suma importancia visibilizar esta situación, no sólo por ser un problema de salud pública que impacta en el bienestar físico y mental, sino también porque esto sigue ocurriendo a través de grupos de Whatsapp, foros que aún no han sido cerrados y es amplificado a través de los mensajes de la publicidad y los medios de comunicación. Por ello, es necesario dar cobertura a este tema desde el periodismo, especialmente a través de una investigación con enfoque de género, entendiendo que los estragos de los estereotipos son mayormente en perjuicio para las

---

<sup>1</sup> Espinosa, Álvarez (2021) Trastornos alimentarios aumentaron un 30% entre adolescentes chilenos. Recuperado de <https://www.uc.cl/noticias/trastornos-alimentarios-aumentaron-un-30-entre-adolescentes-chilenos/#:~:text=Los%20TCA%20son%20enfermedades%20mentales,%2C%20alrededor%20de%20un%2030%25>.

mujeres, y porque seguir propagando mensajes que alberguen gordofobia y apología a la delgadez, va en detrimento de los Derechos Humanos, tanto desde el trato igualitario y no discriminatorio, como desde el derecho a la protección de la salud.

### **1.2.1 Comprendiendo el problema de los trastornos de conducta alimentaria**

Los trastornos de conducta alimentaria (TCA), son enfermedades de salud mental que tienen una raíz multifactorial. Según expertos, no existe una razón única por la que las personas comiencen con estos trastornos, pero sí se han identificado diversas causas que, en mayor o menor medida, pueden influir en la aparición de este tipo de enfermedades.

A partir de lo descrito por José Baile Ayensa y María J. González en la Revista de Psicología Iberoamericana (2010)<sup>2</sup>, los trastornos de conducta alimentaria son consideradas como afecciones modernas, ligado a un excesivo culto al cuerpo y a la delgadez, sin embargo las primeras descripciones de síntomas atípicos relacionados a trastornos alimenticios se remontan hacia el siglo XIX, y de hecho, se piensa que su origen fue durante la Edad Media, cuando las conductas de ayuno y autoflagelación estaban ligadas a la santidad<sup>3</sup>. En el último siglo, la anorexia, una de las enfermedades dentro de la categoría de trastornos de conducta alimentaria, se ha transformado en la patología de salud mental con la más alta tasa de mortalidad, con un 5,9%<sup>4</sup>.

Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 2019, 14 millones de personas padecían trastornos alimentarios, y de ellos, 3 millones correspondían a niñas, niños y adolescentes<sup>5</sup>. Los síntomas asociados, son descritos como altamente riesgosos y pueden provocar daños considerables en la salud de las personas que los padecen. Además, la OMS

---

<sup>2</sup> Baile Ayensa, J. I., & González Calderón, M. J. (2010). Trastornos de la Conducta Alimentaria antes del Siglo XX. *Psicología Iberoamericana*, 18 (2), 19-26.

<sup>3</sup> Pearce, J.M.S., 2004. Richard Morton: Origins of anorexia ner-vosa. *European Neurology*, 52, pp. 191-192.

<sup>4</sup> Arcelus, J., Mitchell, A.J, Wales, J., Nielsen, S., 2011. Mortality rates in patients with anorexia nervosa and other eating disorders. A meta-analysis. *Arch Gen Psychiatry* 68, pp.724-731.

<sup>5</sup>Organización Mundial de la Salud (OMS) (08 de junio 2022)  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>

señala que generalmente el comienzo de estas afecciones se da en la adolescencia, lo cual deja a este grupo etario como uno de los más vulnerables ante estas enfermedades.

Sobre su definición, el Centro de Políticas Públicas de la Universidad Católica, en el estudio “Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes chilenos: una epidemia silenciosa” (2022), señala que los trastornos de conducta alimentaria involucran una alteración persistente de los hábitos de alimentación o de control del peso corporal, que provoca un compromiso de la salud física y psicosocial de las personas. Asimismo, mencionan que se reconocen dentro de los TCA clásicos a la anorexia, la bulimia y el trastorno por atracón, pero además se han sumado otras condiciones que antes se pensaban eran simples hábitos de la infancia, como la pica, el trastorno por evitación-restricción y la rumiación<sup>6</sup>.

El diagnóstico de este tipo de afecciones se realiza a través de los parámetros del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, o DSM 5<sup>7</sup> por sus siglas en inglés, el cual establece los lineamientos generales, síntomas y características para que las y los profesionales lo utilicen como marco de referencia al momento de entregar algún diagnóstico de trastorno de salud mental, ya sea en adultos como en niños.

Según el mismo estudio del Centro de Políticas Públicas de la Universidad Católica, un 6% de los adolescentes y niños, sufren de algún TCA, con una mayor prevalencia en niñas y mujeres. Además, se señala que, pese a que este tipo de enfermedades de salud mental pueden afectar a individuos de todas las edades, el debut de la anorexia y de la bulimia suele ocurrir en la adolescencia o primeros años de la adultez. Aquello reafirma la idea de que la adolescencia es el grupo de mayor riesgo de padecer trastornos de conducta alimentaria.

El hecho de que el comienzo de los trastornos de conducta alimentaria se de mayoritariamente durante la adolescencia, se suma a un dato relevante del Pew Research Center en su estudio “Teens, social media and Technology” del 2018, que da cuenta de una encuesta

---

<sup>6</sup> Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes chilenos: una epidemia silenciosa (Centro de Políticas Públicas UC, 2022)

<sup>7</sup> El número 5 se refiere a la quinta actualización de este manual, cuya reedición se lanzó en 2013 por la Asociación Americana de Psiquiatría.

realizada a casi 750 jóvenes de entre 13 y 17 años, que reveló que el 45% está conectado prácticamente todo el tiempo y que el 97 % utiliza una plataforma de medios sociales, como YouTube, Facebook, Instagram o Snapchat. Si los trastornos de conducta alimentaria se originan en la adolescencia, entonces un factor importante a considerar es que una gran cantidad de información, estímulos y comunicación de este grupo etario, se realiza a través de las redes sociales y el internet.

En nuestro país, el último estudio oficial del Ministerio de Salud con respecto a la prevalencia de trastornos de conducta alimentaria en Chile, data del año 2007. La última vez que el Colegio Médico actualizó sus cifras en torno a este tipo de patologías fue en 2011. Esta desactualización de la información, conlleva una falta de respaldo para generar políticas públicas, y ha implicado no contar con la atención necesaria para este tema durante más de una década. En el año 2022, se ingresó un proyecto de ley llamado “Salud Mental: ley de prevención, atención, diagnóstico y tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria en Chile (#LeyTCA)”, el cual aún se encuentra en primer trámite constitucional en la cámara de diputados.<sup>8</sup>

El problema de la falta de actualización de los datos y cifras, sumado a la prevalencia de trastornos de conducta alimentaria durante la adolescencia, especialmente en mujeres, y considerando el tiempo y la importancia de las redes sociales en las vidas cotidianas de las personas, recalcan la relevancia de tratar este tema a nivel periodístico e indagar en sus causas y consecuencias e impacto social y en la vida personal de mujeres de distintas edades.

Este proyecto de título profundiza en la relación de estos factores, así como también en la comprensión de los trastornos de conducta alimentaria como un problema de salud pública, según las condiciones actuales que tiene nuestro país en cuanto a acceso a tratamiento y prevención. “El perfil de Ana y Mia” es un reportaje digital y una historia que pretende visibilizar este panorama, desde una perspectiva testimonial y con el máximo rigor ético.

---

<sup>8</sup> Tramitación de la ley revisada a través del portal de seguimiento del Senado a agosto del 2023.  
<https://www.senado.cl/appsenado/templates/tramitacion/index.php?#>

### 1.3. Objetivos Generales y Específicos

#### 1.3.1. Objetivo General

Desarrollar, diseñar e implementar un reportaje digital que informa y visibiliza las experiencias de sobrevivientes chilenas de trastornos de conducta alimentaria (TCA), en una plataforma web. La hipótesis de este, toma como enfoque las investigaciones y estudios que relacionan factores como la aparición de síntomas o pensamientos autodestructivos vinculados a los TCA con los contenidos que aparecen en redes sociales utilizadas cotidianamente por mujeres adolescentes y adultas..

#### 1.3.2. Objetivos Específicos:

- **Investigar** las historias personales de un grupo de mujeres jóvenes chilenas con trastornos de conducta alimentaria, así como su uso de redes sociales y la manera en que impactan en este ámbito de sus vidas.
- **Visibilizar** las deficiencias del Estado chileno en materia de prevención y acceso a tratamiento para trastornos de conducta alimentaria.
- **Comparar** el uso de los antiguos blogs de “Ana y Mia”, algunos aún activos y mayormente utilizados a inicios de la década de los 2000, con el actual uso de las redes sociales como Instagram, TikTok, Facebook, Pinterest y Tumblr.
- **Monitorear** el estado de tramitación del proyecto de #LeyTCA, sobre prevención, atención, diagnóstico y tratamiento de los trastornos de conducta alimentaria.
- **Diseñar y publicar** un sitio web que aloje al reportaje multimedia, con una adecuada estética, y con el mayor rigor ético.

## CAPÍTULO 2: Fundamentación del proyecto

*El perfil de Ana y Mia*, es un reportaje que inició desde una motivación personal en torno al tema de los trastornos de conducta alimentaria, principalmente debido a la historia de vida de la autora, ligada a este tipo de patologías de salud mental y al dilema de la percepción del cuerpo de las mujeres.

Sin duda, este tipo de afecciones no se enraizan únicamente en factores relacionados a la cultura o el entorno, de hecho, aunque tradicionalmente se pensaba que enfermedades como la anorexia y la bulimia procedían de elementos ambientales, sociales y psicológicos, últimamente la etiopatogenia de los TCA incorporan un factor genético dentro de su descripción<sup>9</sup>.

No obstante, el debate no se ha centrado en identificar la causa principal o única de la aparición de este tipo de trastornos, sino más bien, de entenderlos como fenómenos multifactoriales, que pueden ser gatillados por una gran cantidad de estímulos y cuya prevención es fundamental, especialmente porque, según las expertas entrevistadas en este reportaje, mientras antes se identifique a un paciente con TCA, mejor es su pronóstico.

### 2.1. Problematicación

Los trastornos de conducta alimentaria traen consigo una serie de problemas asociados que dificultan aún más el panorama de esta enfermedad. A modo de enumeración, es posible mencionar la falta de regulación en la materia, cultura de estereotipos del cuerpo femenino, dificultades de acceso y prevención, escasez de profesionales especializados, consecuencias a la salud física, cultura “gordofóbica” y peso céntrica y la exposición a estímulos gatillantes en redes sociales e internet en general. Estos factores fueron organizados a través de una tabla disponible en el anexo N°1 de Anexos.

---

<sup>9</sup> Trastornos del comportamiento alimentario: Anorexia nerviosa y bulimia nerviosa. (Madruga, Leis, Lambruschini) <https://n9.cl/jr9f91>



El 3 de junio de 2022, la diputada de Convergencia Social, María Francisca Bello, se dirigía a la prensa en el tradicional púlpito del edificio del Congreso. A su lado, se encontraba Sophia Bugueño y Valeria Mena, ambas activistas por la visibilización de los trastornos de conducta alimentaria y redactoras de la #LeyTCA.

En el discurso, la diputada anunciaba el ingreso del proyecto de ley de prevención, atención, diagnóstico y tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria o #LeyTCA. Sobre la moción señaló lo siguiente:

“Actualmente Chile no posee un mecanismo legal para prevenir estos trastornos de la conducta alimentaria y tampoco para tratarlos adecuadamente. Es por esto que este proyecto de ley se hace cargo al menos de tres ámbitos. Uno, la prevención en los colegios para cuidar a nuestros jóvenes y adolescentes; dos, lo más importante, la regulación de nuestra publicidad sobre todo para que no generen expectativas irreales que perpetúen cánones de belleza que no son saludables; y que sea una garantía que la salud pública y la salud privada puedan atender los trastornos de la conducta alimentaria ya sea en su diagnóstico o en su tratamiento. Es muy importante entender que los trastornos de la conducta alimentaria pueden ser mortales, es por eso que como Estado tenemos que hacernos cargo y este proyecto de ley va en esa vía.<sup>10</sup>”

A un año del ingreso del proyecto de ley, la moción parlamentaria permanece en primer trámite constitucional y no ha avanzado en su tramitación. En sus palabras, la diputada describe los ejes principales del proyecto, y además establece uno de los principales problemas en torno a los TCA, la falta de regulación en esta materia.

Pese a que el proyecto no ha avanzado en el Congreso, el día 25 de octubre de 2022 se aprobó por unanimidad en la Cámara de Diputadas y Diputados el proyecto de resolución para que los trastornos de conducta alimentaria sean incorporados en las Garantías Explícitas en Salud (GES). Según explica Sophia Bugueño, activista y redactora de la ley, el proyecto de ley firmado

---

<sup>10</sup> Extracto del discurso de la diputada María Francisca Bello en el edificio de Congreso el 03 de Junio de 2021. Video disponible en el perfil de Instagram de la diputada <https://www.instagram.com/mfranbello/>.

por la diputada María Francisca Bello, implicaba gasto público, y por ello se debió recurrir a un proyecto de resolución, de manera tal en que el presidente de la República, Gabriel Boric, pueda hacer efectiva esta voluntad de la cámara baja. Pese a ello, los trastornos de conducta alimentaria aún no son ingresados a estas garantías<sup>11</sup>.

El problema en torno a la legislación de esta materia, no es sólo la falta de regulación, sino que la serie de dificultades que esto conlleva. Primeramente, la realidad sobre la ausencia de estas patologías en el GES implica una falta de sustento económico hacia este tipo de enfermedades por parte del Estado, por tanto, las y los pacientes y sus familias deben correr con todos los gastos asociados al tratamiento. Según la nutricionista del centro de tratamiento de trastornos de conducta alimentaria AIDA, Pamela Campi, las personas que sólo necesitan tratamiento ambulatorio, pueden llegar a tener gastos de 350 a 400 mil pesos en promedio mensualmente. Sin embargo, en caso de necesitar hospitalización, esa cifra asciende a millones de pesos mensuales.

Sobre este último punto, un estudio publicado en la revista Anacem sobre las hospitalizaciones por anorexia nerviosa y anorexia nerviosa atípica en Chile durante el período de 2017 a 2020, demostró que las mujeres son quienes más requirieron hospitalización, de hecho se señala que “el sexo femenino es quien posee un 92,39% (534) de hospitalizaciones y además, un promedio de días de hospitalización de 28,8 días, siendo mucho mayor que en el sexo masculino que posee un promedio de 16,9 días de hospitalización”<sup>12</sup>.

Lo anterior, no significa que la cantidad de hombres afectados por este problema no sea preocupante, pero sí da cuenta del impacto que tienen este tipo de patologías en las mujeres, quienes mayoritariamente conviven con estereotipos corporales e ideales de belleza, tanto en la publicidad como en internet.

Cuando hablamos de estereotipos sobre las mujeres, estos no solamente se remiten a mujeres adultas. En 2020 se desató una polémica referida a la publicidad de la marca de ropa

---

<sup>11</sup> Información entregada en entrevista con Sophia Bugueño.

<sup>12</sup> Hospitalizaciones por anorexia nerviosa y nerviosa atípica en Chile durante los años 2017-2020 (Romero, et al., 2021)

interior Monarch<sup>13</sup>, donde se mostraba en gigantografías a una niña con pose hipersexualizada. Lo mismo sucedió con la marca CMORAN<sup>14</sup>, que en el mismo año fue objeto de una ola de críticas por una serie de fotografías publicadas en Instagram en la que escolares menores de edad mostraban su calzado en poses que mostraban mucho más que el producto. Todo esto, en el marco de las campañas de vuelta a clases de estas tiendas.

En tercer lugar, otro de los ejes de la problematización en torno a los trastornos de conducta alimentaria, tiene que ver con las dificultades de acceso. Anteriormente ya se mencionó que este tipo de patologías no pertenecen al GES, y por ende las familias deben hacerse cargo del pago total de este tipo de afecciones. Además del tema económico, los profesionales del área de salud pública no están lo suficientemente capacitados y actualizados en torno al manejo de este tipo de enfermedades, lo cual implica que si un paciente acude a un Centro de Salud Familiar, o a un Hospital público, los profesionales de esos recintos probablemente no apliquen un tratamiento adecuado.

En palabras de la nutricionista Natalia Adauy, Nutricionista de la Universidad Mayor, especialista en trastornos de conducta alimentaria y Obesidad de la Universidad Autónoma de Barcelona, cuando un paciente acude a un cesfam, sólo es atendido si se encuentra en un estado de salud grave y diagnosticado por el DSM5.

Sobre esto profundiza que: “las personas que están con inicios de trastornos o con trastornos alimenticios inespecíficos, nadie los va a tratar en el sistema público. Si logras que te traten, las horas son súper escasas, con un tiempo de atención muy acotado, hay mucha rotación de profesionales, entonces no hay una real adherencia al tratamiento, los nutricionistas de los cesfam están muy poco informados sobre trastornos alimentarios, no está bien enfocado hacia una persona con trastornos de conducta alimentaria, no saben qué hacer con ellas. Entonces

---

<sup>13</sup> Portal web Radio Bío Bío: “Monarch retira publicidad escolar acusada en redes de sexualizar a niña” (2020) <https://www.biobiochile.cl/noticias/sociedad/debate/2020/02/11/monarch-retira-publicidad-escolar-acusada-en-redes-de-sexualizar-a-nina.shtml>

<sup>14</sup> Portal web 24 horas: “Tienda CMoran pide disculpas tras acusaciones de sexualizar a jóvenes en publicidad escolar” <https://www.24horas.cl/nacional/tienda-cmoran-pide-disculpas-tras-acusaciones-de-sexualizar-a-jovenes-en-publicidad-escolar-3939060>

finalmente la única solución es atenderse por el sistema privado, y es muy caro, entonces el acceso es muy difícil”, menciona la nutricionista<sup>15</sup>.

El problema de acceso, se relaciona directamente con la falta de prevención e información en edades tempranas y la escasez de profesionales especializados en la materia. Ambos son elementos estipulados en el proyecto de ley señalado al principio de este apartado, y que, se propone, deberían ser resueltos a través de políticas públicas que consideren una inversión en salud y prevención de trastornos de conducta alimentaria.

Si bien los TCA son patologías catalogadas como afecciones de salud mental, estos conllevan una serie de problemas a la salud física que complican gravemente algunos casos de pacientes. Según la nutricionista Pamela Campi, entrevistada para este reportaje, algunas de las consecuencias a la salud física que pueden causar este tipo de trastornos son: enfermedades gastrointestinales, retardo de vaciamiento gástrico, esofagitis, úlceras, pérdida del esmalte dental, constipación, estreñimiento, alteraciones hidroelectrolíticas, alteraciones óseas, amenorrea, anemia, pérdida de masa muscular, desnutrición y alteraciones cardíacas, entre otras.

Además, como ya se mencionó durante la introducción, los trastornos de conducta alimentaria son las enfermedades de salud mental con mayor tasa de mortalidad. En específico la anorexia posee una tasa de mortalidad de 5,9%, y es mayoritaria en mujeres.

Por último, uno de los factores más importantes dentro de esta problemática es la profunda cultura gordofóbica mencionada anteriormente y que instaurada socialmente, afecta en distintos aspectos de la vida de mujeres y niñas. Según un estudio (2016) realizado para la revista de psicología de la Universidad de Chile, las mujeres son discriminadas por su corporalidad en diversos ámbitos de su vida. Por ejemplo, en el mercado laboral, son discriminadas a nivel de contratación, promoción, evaluación y compensación. En la salud, las mujeres tienen el doble de probabilidades que los hombres de ser diagnosticadas con obesidad, tienen un peor trato por parte de los médicos, y por ende consultan mucho menos. En los medios de comunicación, son marginalizadas a través de una invisibilización, puesto que prácticamente no hay mujeres gordas

---

<sup>15</sup> Entrevista concedida por Natalia Adauy para este proyecto de título en mayo del 2023.

en el medio. En el artículo, se señala que el precio que han tenido que pagar las mujeres por la discriminación basada en el peso ha sido significativa y que no ha cuenta con los estudios necesarios<sup>16</sup>.

Entendiendo que hoy en día la gran mayoría de los medios de comunicación nacionales cuentan con un perfil en plataformas de redes sociales, estos estigmas mencionados anteriormente entorno al cuerpo son reproducidos a través de estas plataformas, no sólo a través del contenido orgánico, sino que también mediante la publicidad pagada en aplicaciones como Instagram, Facebook y TikTok.

Finalmente, los problemas reproducidos y distribuidos a través de miles de contenidos publicados en redes sociales, como los estereotipos de belleza, el machismo y los problemas de acceso, no son más que las mismas dificultades sociales y culturales del mundo real, que son presentados a través de las pantallas de celulares y computadores.

Por ello, es importante indagar en la responsabilidad de las empresas dueñas de las redes sociales que han puesto a la publicidad como su principal herramienta de negocio y donde el contenido de las y los usuarios es el motor de las aplicaciones. Sin contenido, no hay red social.

A sabiendas de que las redes sociales poseen “normas comunitarias” que restringen la propagación de comentarios que inciten al odio o la violencia<sup>17</sup>, la aplicación de estas políticas no siempre es oportuna o precisa, en especial cuando intercede con publicidad dentro de la plataforma. Además, existen dificultades para hacer llegar denuncias de los usuarios, las cuales no tienen un seguimiento detallado y muchas veces, no terminan en ninguna resolución.

## **2.2. Justificación y relevancia**

Considerando lo expuesto durante la problematización, la importancia de tratar este tema radica en la multiplicidad de factores en torno a los trastornos de conducta alimentaria que complejizan el panorama para quienes los padecen. En primer lugar, la falta de políticas públicas

---

<sup>16</sup> “Feminización de la gordura: estudio cualitativo en Santiago de Chile” (Energici, et. al., 2016), Revista de psicología de la Universidad de Chile.

<sup>17</sup> Se revisarán más adelante.

que se hagan cargo del tratamiento, y que consideren la prevención y la educación en torno a los TCA, fomentando mejores capacitaciones a profesionales de la salud y mayor acceso económico y de infraestructura a los tratamientos adecuados en la salud pública.

En segundo lugar, la alta prevalencia de trastornos de la conducta alimentaria, sumado a una alta tasa de mortalidad y a una serie de consecuencias asociadas a la salud física, implican una grave complejización de los pacientes con estas afecciones, que no encuentran solución ni atención oportuna y especializada en los centros de salud, lo cual se resume en un profundo problema de salud pública.

Por último, la cultura de la gordofobia y los estereotipos de belleza femeninos, que han calado tan hondo en la esfera social, que impacta de manera negativa en distintos ámbitos de la vida de las mujeres, como el trabajo, la educación o la salud. En ese sentido, aparecen como amplificadores de este tipo de violencia simbólica<sup>18</sup> los medios de comunicación, la publicidad y los contenidos de redes sociales.

Por ende, todos estos problemas desembocan en un grave abandono a las pacientes en Chile, un país que no cuenta con las condiciones para garantizar el acceso a la salud, y cuya población está expuesta constantemente a gatillantes a través de diversas plataformas que no responden al cuidado de la salud mental de las personas.

### **2.3. Justificación de formato**

La elección del ámbito digital como plataforma para desarrollar e implementar este reportaje, se debe a tres aspectos principales: la preferencia de los usuarios, los hábitos lectores de las y los chilenos y el tiempo dedicado a actividades online.

Según la última versión del Digital News Report<sup>19</sup>, las fuentes de preferencia de los usuarios para informarse siguen estando en la navegación por internet, pese a que en el último

---

<sup>18</sup> “Cuerpo, gordofobia y feminismo: los mandatos estéticos como formas de dominación patriarcal” (Evia, V., 2022), Universidad de la República de Uruguay, Facultad de psicología.

<sup>19</sup> Digital News Report 2023, Reuters Institute and University of Oxford.

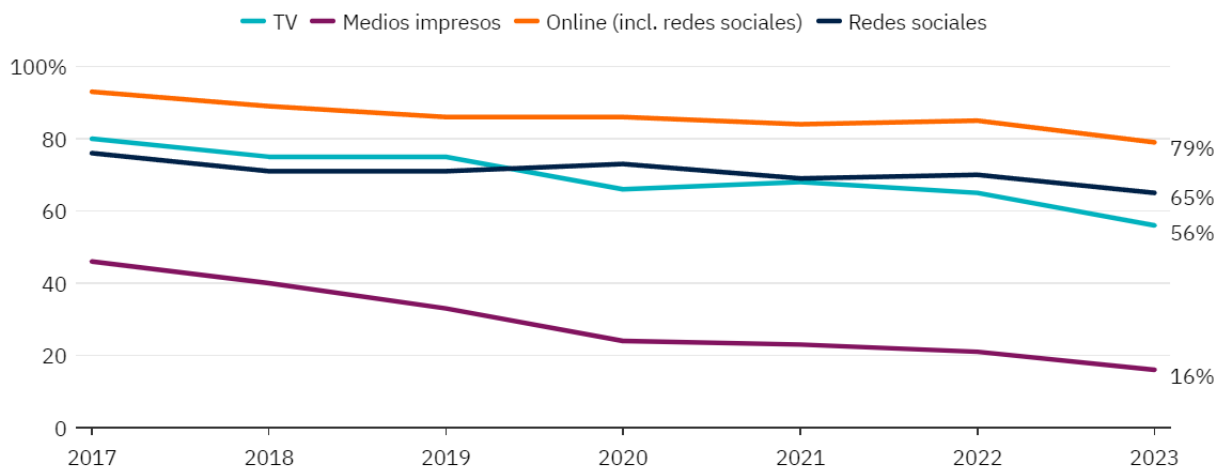
año ha existido una baja en dicho indicador, este se mantiene como la manera predilecta para los personas.

En el estudio, los autores de la Pontificia Universidad Católica de Chile y de la Michigan State University señalan, “las fuentes tradicionales, como la televisión y la prensa escrita, han experimentado un declive en los últimos siete años. Pero también caen los medios digitales y las redes sociales, lo que indica que puede estar produciéndose cierta fatiga informativa”.

## Fuentes de noticias

2017-2023

Chile



[Descargar los datos](#) • [Insertar](#) • Creado con [Datawrapper](#)



Imagen 1 : imagen obtenida del Digital News Report 2023.

Por otro lado, en los últimos años se ha identificado un nuevo panorama en cuanto a la lectura en nuestro país. De hecho, en un estudio elaborado en 2022 por Ipsos y la Fundación La Fuente, llamado “Encuesta de hábitos y percepciones lectoras en Chile”<sup>20</sup>, se concluyó que de los consultados, un 23% dijo leer todos los días por al menos 15 minutos; un 27% lo hace casi todos los días y un 26% lee una o dos veces por semana.

<sup>20</sup> Ipsos, Fundación La Fuente, (2022) Informe de hábitos y percepciones lectoras en Chile.

[https://aimchile.cl/wp-content/uploads/2022/04/Ipsos\\_-\\_Informe\\_de\\_Habitos\\_y\\_Percepciones\\_Lectoras\\_en\\_Chile\\_prensa\\_masivo\\_VF\\_1.pdf](https://aimchile.cl/wp-content/uploads/2022/04/Ipsos_-_Informe_de_Habitos_y_Percepciones_Lectoras_en_Chile_prensa_masivo_VF_1.pdf)

Además, en un análisis de formato, el informe logró identificar que “de las personas que leen por gusto, **un 69% se inclina principalmente por las redes sociales** (Facebook, Instagram, Twitter, etc.), **seguido de las páginas web o portales de noticias (52%)** y los libros (51%). Esta última categoría es más preferida por personas del segmento socioeconómico ABC1 y C2 (72%) y por jóvenes de 19 a 24 años (62%)”.

Sobre esta información, no sólo es posible reconocer la importancia a nivel nacional de la lectura en plataformas online, sino también de vislumbrar la relación entre acceso económico y lectura a través de libros. Esta situación presenta una oportunidad relevante para expandir el hábito lector de las y los usuarios a través de mecanismos más accesibles, como lo es la web, sin dejar de lado otras realidades del país que se superponen, como la brecha digital del género y geográfica.

Por último, otra de las justificaciones relevantes es el tiempo que las y los chilenos dedican a la navegación a través de internet. De hecho, según datos del Statista Research Department<sup>21</sup> “Chile es el segundo país con mayor penetración de las redes sociales de América Latina y el Caribe. En concreto, alrededor de un 84,5% de los habitantes interactúan en estas plataformas y el perfil del usuario más habitual dentro del país sudamericano son mujeres de entre 25 y 34 años”.

Además, según datos del mismo sitio, si bien Facebook es la red social con mayor cantidad de usuarios registrados, las plataformas Instagram, WhatsApp y TikTok son las que registran un mayor tiempo de exposición, donde más del 25% de los usuarios pasan tres o más horas en ellas a diario.

Con ese nivel de penetración del internet, es imposible desconocer la importancia de la web en la vida cotidiana de las personas, así como en sus hábitos lectores, y es por ello que estos datos respaldan la elección del formato para este reportaje, apuntando a lograr un mayor nivel de

---

<sup>21</sup> Statista Research Department (2023), “Las redes sociales en Chile- Datos estadísticos”.  
<https://es.statista.com/temas/10669/redes-sociales-en-chile/#topicOverview>



alcance y de impacto en las y los usuarios, con el fin de asegurar que las personas tengan acceso a este tipo de información.

Otro aspecto relevante, es que el tema de esta investigación guarda directa relación con el uso de redes sociales y con la forma en que los contenidos en internet han afectado en la salud mental de las mujeres, y por ello, se hace necesario que la plataforma en que se presente el reportaje sea un lugar de acceso sencillo para las mismas, de manera tal en que también encuentren en la web un espacio de información, con testimonios con los que se puedan sentir representadas y con las recomendaciones de expertas en el tema. De esta forma, el contenido que puede resultar nocivo de la navegación por la web, está al mismo alcance del que puede resultar informativo o positivo para ellas.

Por último, cabe resaltar la importancia de la participación de mujeres en las Tecnologías de la Información (TIC), tal como se señala en “Internet en código femenino: teorías y prácticas”, una serie de ensayos en coordinación de Graciela Natansohn, donde se argumenta la necesidad de repensar el espacio digital y acortar la brecha digital de género a través de la participación, coordinación y el cuestionamiento del sistema tecnológico.

“La escasa cantidad de mujeres haciendo tecnologías, puede ser sólo un síntoma de algo más profundo. Si al problema de las mujeres y las TIC se lo convierte en el problema de las mujeres “en” las TIC se puede caer en una trampa (...). De este punto de vista se ignora aquello que justamente aleja a las mujeres de la tecnología cuando las primeras barreras de acceso fueron superadas. Lo que no se cuestiona, con esta forma de ver las cosas, es el propio funcionamiento del sistema tecnológico y científico, de la cultura tecnológica de las empresas, universidades e instituciones sociales, muy refractario a las mujeres”, se señala en el libro.<sup>22</sup>

En esta cita, se establece la importancia detrás de la poca participación de las mujeres en las tecnologías, lo cual no sólo supone una brecha en cantidad, sino que dificulta el acceso a información y conocimiento, así como la toma de decisiones en diversos ámbitos. El problema

---

<sup>22</sup> “Internet en código femenino. Teorías y prácticas”, Graciela Natansohn (coord) (2013). La Crujía, Tucumán.

de que las mujeres no estén en las mismas condiciones que los hombres en el mundo digital, profundiza las barreras existentes en el mundo físico, que terminan por seguir debilitando las democracias y la equidad en todo el mundo.

En conclusión y tomando en consideración los puntos anteriores, la elección del formato de este reportaje responde tanto a razones sobre el uso de internet de las usuarias, como también a la importancia de que más mujeres -como la autora de este reportaje- se incorporen al mundo digital como creadoras de contenido y desarrolladoras activas, con la finalidad de equilibrar la balanza de la participación y posicionar temáticas olvidadas por la comunidad cibernauta y que aquejan a miles de mujeres alrededor del mundo, especialmente aquellos que tengan que ver con la violencia de género en todas sus versiones.

#### **2.4. Propuesta**

Se propone la realización de un **reportaje web multimedia** sobre los trastornos de conducta alimentaria y su relación con los contenidos de redes sociales. En él, se aborda la manera en que las publicaciones de estas plataformas afectan de manera directa en pacientes con TCA, y que contribuyen a fortalecer los estereotipos de belleza femeninos.

Este trabajo será diseñado por capítulos distribuidos en distintas entradas a través del gestor de contenidos Wordpress, y contará con un tratamiento verbal y de imagen muy riguroso, de manera tal en que el contenido contribuya de manera informativa en torno a un tema de relevancia pública, sin interceder en los tratamientos de las entrevistadas ni en la autopercepción de las y los usuarios lectores del reportaje.

Por ello, se pretende excluir mensajes referidos a cifras de peso, imágenes de las entrevistadas pacientes y recuperadas, y se incluirá contenido que potencie el autocuidado, como fonos de ayuda psicológica y primeros auxilios psicológicos.

A través de esta propuesta, se pretende dar **visibilidad a un problema de salud pública** poco tratado en los medios de comunicación, y a las implicancias del contenido de las plataformas más utilizadas a nivel mundial, como lo son las redes sociales.

## **CAPÍTULO 3: El panorama de los TCA**

Tal como se ha descrito en los capítulos anteriores, los trastornos de conducta alimentaria se categorizan como patologías de salud mental, sin embargo, las graves consecuencias a la salud física de este tipo de enfermedades pueden llegar incluso hasta la muerte.

Esta realidad, se enmarca en un contexto de profunda desactualización de cifras en nuestro país en torno a este tipo de afecciones, en donde además, las pacientes no cuentan con un acceso digno a salud integral, principalmente debido a la falta de incorporación de los trastornos de conducta alimentaria dentro de las enfermedades cubiertas por el GES.

### **3.1. Radiografía de los TCA en Chile**

Uno de los ejes más importantes y que tuvo más difusión durante la campaña presidencial del presidente Gabriel Boric, fue el aumento de presupuesto destinado a salud mental en Chile. La idea, era priorizar esta materia dentro de su programa de gobierno, de manera tal en que la brecha del monto destinado a salud física en relación al de salud mental se reduzca cada vez más.

Esta idea fue materializada a través del programa “Construyendo Salud Mental” del Ministerio de Salud, que tiene como objetivo fortalecer la colaboración regional y trabajar en la recuperación, mejorando los sistemas y servicios de Salud Mental<sup>23</sup>, en especial considerando el deterioro ocasionado por la pandemia del Covid-19.

Pese a las intenciones y el trabajo en torno al tema, los trastornos de conducta alimentaria aún no son reconocidos como una enfermedad por parte del Estado, ni tampoco han sido integrados a las Garantías explícitas en Salud (GES), lo que permitiría un mayor acceso a tratamiento para los pacientes con este tipo de enfermedades.

---

<sup>23</sup> Descripción del programa en el sitio <https://www.minsal.cl/construyendo-salud-mental/>

El proyecto de ley “Ley TCA”, patrocinado por la diputada del distrito 6 de la Región de Valparaíso, María Francisca Bello, ya mencionado durante la problematización de este informe, pretende que el Estado se haga cargo de ciertas aristas relacionadas a este tema que son resumidas a continuación, y cuyos apuntes pueden revisarse en el anexo N°2 de Anexos.

1.-**Reconocimiento:** de los trastornos de conducta alimentaria como una enfermedad por parte del Estado.

2.-**Rol del Estado:** que el Estado vele por su prevención, tratamiento e investigación en torno al tema.

3.-**Protección ante la violencia simbólica:** que el Estado proteja ante la violencia simbólica, especialmente la derivada de la publicidad.

4.-**Capacitación de profesionales:** la capacitación de profesionales de la salud pública en tratamientos para los TCA.

5.-**Disponibilidad de profesionales:** Que existan profesionales disponibles para el tratamiento de trastornos de conducta alimentaria.

6.-**Actualización de información:** que el Estado promueva la generación de conocimientos a través de investigaciones actualizadas en torno a los trastornos de conducta alimentaria.

Este proyecto duerme en el Congreso desde mediados del año pasado, y en palabras de una de las redactoras del proyecto de ley, Sophía Bugueño, “esta ley no verá la luz ni será priorizada hasta que los trastornos de conducta alimentaria aparezcan en la palestra pública debido a la muerte de alguien”, lo cual es preocupante y releva la importancia del rol de los medios de comunicación.

Cuando se habla sobre el panorama de los TCA, uno de los elementos en los que cabe detenerse, es cuál es la atención que reciben las pacientes de este tipo de trastornos en la salud pública, en especial considerando problemas como la falta de especialistas o de capacitaciones a profesionales.

Para la investigación, se revisó el documento “Orientaciones técnicas para el control de salud integral de adolescentes” del Ministerio de Salud, que guía a los profesionales de la salud pública a la hora de recibir a un paciente adolescente, grupo etario que, como ya se mencionó en capítulos anteriores, es el principal afectado en cuanto a prevalencia de trastornos de conducta alimentaria.

En la última actualización de este documento, correspondiente al 2021 y publicado en 2022, efectivamente aparecen los trastornos de conducta alimentaria y sus posibles síntomas asociados. Al respecto, se nota una evolución positiva en comparación a la versión anterior de dicho documento, donde sólo se mencionan a muy grandes rasgos los TCA. La última versión incluso posee un enfoque más integral, señalando que “un buen estado nutricional no descarta un trastorno de la conducta alimentaria (TCA)”, abriendo así la posibilidad a la consideración de otros factores no sólo físicos, sino también psicosociales.

La evaluación por parte de las mujeres que concedieron su testimonio para esta memoria de título en torno a la atención pública no es precisamente positiva. Una de las instituciones que atiende patologías de salud mental a nivel público, son los COSAM, que según la definición del Ministerio de Salud, son establecimientos de atención ambulatoria, dedicados al área de salud mental y psiquiatría, que apoyan y complementan a los consultorios de la comuna en la cual funciona.<sup>24</sup>

La entrevistada A.V.C., por ejemplo, señaló que ella quiso atender su anorexia a través de la salud pública, y específicamente fue derivada a un COSAM, en el que nunca recibió un maltrato, pero que sin embargo tampoco mejoró su estado de salud mental.

“No saben muy bien cómo abordar a las personas con trastornos alimenticios. Nunca sufrí un maltrato, sólo diría que no supieron abordar bien el problema. Por ejemplo, yo siendo adolescente me decían que para solucionar el tema tenía que comer. Nunca me trataron mal, pero a mi me empezaron a dar antidepresivos para poder ayudarme en el proceso de subir de peso y

---

<sup>24</sup> <https://saludresponde.minsal.cl/establecimientos-de-salud/>

funcionó a nivel físico, pero finalmente eso empeoró mucho mi salud mental”, señaló A.V.C. de 19 años.

Por parte de los profesionales de la salud entrevistados para esta memoria, tampoco hay una evaluación positiva en éste ámbito. A Luz Puga, psiquiatra de la Universidad de Los Andes, especializada en trastornos de la conducta alimentaria, se le consultó respecto a si los trastornos de conducta alimentaria suponen un problema de salud pública a lo que contestó con un rotundo sí, explicando los diversos factores que afectan en ello.

“Hay muy pocos lugares que tengan equipos especializados en trastornos de conducta alimentaria, y esto no mejora sólo con ir al psicólogo o al psiquiatra, todo lo contrario, es importante que esto mejore con equipos multidisciplinarios, con profesionales especializados en estos temas, sobre todo cuando son patologías graves. Hay muy poco acceso, no está incluido en políticas públicas, no está incluido en el GES. Y en el fondo, si uno ve estos cuadros subclínicos, esto alcanza a afectar incluso al 10% de la población, lo cual no es poco. Ni siquiera en el sistema privado hay tanto acceso.”, explicó la psiquiatra de la Universidad de Los Andes.

Las experiencias relatadas para esta memoria, en definitiva representan la opinión de quienes las emitieron, sin embargo grafican las inconsistencias que existen en el sistema de salud público, e incluso privado respecto a la atención de trastornos de la conducta alimentaria. Este problema se enmarca en la ausencia de un marco regulatorio que permita ordenar y dar directrices certeras en torno a la atención de trastornos de conducta alimentaria. Las dificultades mencionadas en la problematización, no logran encontrar salida ni soluciones, menos aún considerando que los trastornos de conducta alimentaria aún no son reconocidos como enfermedad por parte del Estado, no existen políticas de prevención y menos aún un apoyo económico para las y los pacientes.

### **3.2. TCA en cifras y datos en Chile**

La falta de cifras actualizadas a nivel nacional es una de las principales falencias que tiene Chile en su sistema de salud, y este es un factor clave en relación a los trastornos de conducta alimentaria, pues no existe información actualizada que permita conocer la prevalencia de estos trastornos en Chile. En definitiva, este es un elemento esencial para sustentar la creación de nuevas políticas públicas en esta materia. Es por ello, que el punto 6 del resumen anterior de la ley cobra suma relevancia.

Los últimos datos oficiales en torno a los trastornos de conducta alimentaria en nuestro país del Ministerio de Salud, datan del año 2007, mientras que las últimas cifras del Colegio Médico fueron actualizadas en el 2011, por lo cual no se cuenta con datos oficiales y respaldados por el Estado. Pese a ello, si ha existido un interés por parte de la Academia de levantar información en torno a este tema.

Uno de los estudios más recientes en torno a este tema, es el del Centro de Políticas Públicas de la Universidad Católica, llamado “Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes chilenos: una epidemia silenciosa” que fue publicado en septiembre de 2022<sup>25</sup>.

En dicho artículo se mencionan varios datos que contribuyen a graficar el panorama de estos trastornos en Chile y el mundo. Primeramente sobre los TCA, las autoras señalan que “existe desconocimiento sobre su gravedad tanto en el público general como en los equipos de salud, por lo que no se detectan adecuadamente y muchas veces no reciben tratamiento”.

Según el estudio, “se ha descrito que aproximadamente un 6% de los adolescentes y niños sufre de trastornos alimentarios, con un 55% de las adolescentes mujeres y un 30% de los hombres en enseñanza secundaria que reportan alteraciones de la conducta alimentaria, incluyendo al menos un comportamiento desadaptativo como ayuno, uso de medicamentos para

---

<sup>25</sup>Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes chilenos: una epidemia silenciosa (Voguel, Urrejola, Iribarra, 2022)  
<https://politicaspUBLICAS.uc.cl/content/uploads/2022/10/Arti%CC%81culo-Trastornos-conducta-alimentaria.pdf>

adelgazar, vómitos, laxantes y/o atracones de comida”, lo cual permite dilucidar la gran prevalencia que tiene esta enfermedad en mujeres, pese a que no está ausente en hombres.

En cuanto al tiempo que los pacientes padecen este tipo de enfermedades, el artículo señala que en pacientes con anorexia, se estima que en promedio la duración del trastorno es superior a 6 años. Además, se señala que algunos estudios de seguimiento a pacientes con anorexia y bulimia han demostrado que un tercio de dichos pacientes, pueden llegar a tener un TCA persistente durante más de 10 años.

En dicho sentido, el estudio resalta que este será un factor determinante en el arraigo de la enfermedad y en las dificultades para manejarlas. Además, se señala que efectivamente, y tal como se ha mencionado a lo largo de este informe, los equipos están poco equipados para enfrentar estas enfermedades que muchas veces pueden convertirse en cuadros severos de larga duración.

El problema de esta falta de equipamiento y capacitación, radica en lo graves que pueden llegar a ser las consecuencias de estos trastornos, en especial de la anorexia, que tiene la más alta mortalidad entre todas las enfermedades psiquiátricas (5,9%). Pese a que la bulimia tiene una menor tasa de mortalidad (2%), las conductas purgativas que se derivan de ella, están asociadas a un mayor riesgo de suicidio.

Por último, es importante destacar la alta prevalencia en mujeres de este tipo de enfermedades. De hecho, se ha descrito que de cada diez mujeres, un hombre padece de trastorno de conducta alimentaria. Sin embargo, esta proporción se ha ido modificando con el tiempo, y cada vez es más frecuente que hombres tengan algún tipo de TCA.

### **3.3. Los efectos de las redes sociales en los TCA**

Podría pensarse que enfermedades como los trastornos de conducta alimentaria son causados principalmente por elementos biopsicosociales, concepto que se utiliza en gran medida



para caracterizar este tipo de afecciones, y que integra lo biológico, psicológico y social de las y los pacientes.

Sin embargo expertos en estos temas señalan que estas enfermedades no sólo tienen causas de estos tres tipos, sino que también se enraízan en elementos culturales que muchas veces pueden intensificar síntomas psicológicos e influir directamente en consecuencias de carácter físico.

La psicóloga Susana Saravia, experta en trastornos de la conducta alimentaria de la Universidad Adolfo Ibáñez, explica que efectivamente elementos de carácter cultural como lo son los medios de comunicación y las redes sociales, afectan directamente en el marco de referencia que aplican las personas en sus vidas, de manera tal en que lo que ven y escuchan en estas plataformas, inciden directamente en las decisiones que toman.

“Influyen de manera importante (los medios), porque son un filtro que tanto los adultos como los adolescentes tienen, de cómo es el mundo y de cómo percibir ese mundo. Si tenemos a un niño o adolescente en pleno desarrollo, que escucha que en la televisión hablan constantemente de dietas, que en las redes sociales constantemente se muestran cuerpos con retoques, no el cuerpo real, muy desde el estereotipo del “deber ser” respecto a la imagen corporal, y si también se ven expuestos a aplicaciones de conteos de calorías o alimentos buenos o malos, en el fondo se amplifica esta cultura de estereotipos y dietas, y es complejo que la integración de su relación con la comida y la relación con su cuerpo sea desde el cuidado y no desde lo que se debería cumplir según lo que se muestra en los medios de comunicación, por ejemplo”, señala la psicóloga.

Además, la especialista profundiza en torno al tema del uso de la publicidad en la televisión que ya fue revisado durante la introducción de este informe. Sobre aquello Saravia enfatiza en la importancia de la visión crítica en el consumo de medios de comunicación.

“Hubo un tiempo en que hicieron una campaña de publicidad de uniformes escolares con niñas muy chiquititas, como de ocho años, donde las fotos eran con posturas bien particulares,

mostrando el cuerpo como bien adultizadas. Y claro, ese es el filtro que reciben los adolescentes de los medios, y finalmente se quedan con el mensaje de que eso significa ser niñas. Por eso es súper importante cuestionar cómo se transmite la información en los medios, porque ese es el primer filtro de un niño y de un adolescente”, sentencia la experta.

La publicidad ha sido objeto de estudio en varias ocasiones en lo que respecta a su relación con temas como percepción corporal, autoestima y estereotipos. Sin embargo, existen pocos estudios en los que las redes sociales sean el centro de atención, y ante ello es posible identificar diversos factores.

En primer lugar, existe un bajo acceso a información técnica emitida por parte de las compañías de redes sociales. En general, no hay difusión ni centralización de información respecto al uso de redes sociales por parte de los usuarios, esto bajo el precepto de la importancia de la privacidad de las y los usuarios.

En ese sentido, uno de los principales momentos de acceso a información de este tipo por parte de la ciudadanía, fue justamente durante una filtración de información de Facebook (actual Meta), durante el año 2021 llamada “The Facebook Files”<sup>26</sup>, que fue revelada a través de una serie de reportajes de The Wall Street Journal y que demuestran que la compañía tiene conocimiento en torno a prácticas nocivas de sus plataformas y que ante estas, no toman cartas en el asunto.

Dentro de la información revelada por el diario, probablemente la que más atañe a esta investigación es la que el medio llamó “Facebook sabe que Instagram es tóxico para las adolescentes”, en donde se detalla que la compañía ha investigado a una de sus principales plataformas (Instagram) desde hace años para identificar sus efectos en las y los usuarios. Una de sus principales conclusiones es que efectivamente la plataforma es dañina para un gran porcentaje de usuarios, especialmente para adolescentes mujeres.

---

<sup>26</sup> “The Facebook Files” es una serie de reportajes de investigación de The Wall Street Journal publicados en 2021, sobre una filtración de información desde la compañía Facebook (actual Meta). Disponible en <https://www.wsj.com/articles/the-facebook-files-11631713039>

Sobre ello, The Wall Street Journal señala que continuamente la compañía ha minimizado el efecto negativo de sus plataformas, y no ha permitido el acceso público a esta información, pese a las solicitudes de investigadores y legisladores.

Esta información, es uno de los ejemplos más concretos en torno a los efectos negativos de las redes sociales en la salud mental de las personas, principalmente porque evidencia que las mismas empresas dueñas de las redes sociales conocen los riesgos en torno a su uso, y han ocultado esta información durante años. Esta sólo es de conocimiento público gracias a una filtración por parte de ex trabajadores de la compañía.

Sobre TikTok, si bien no ha existido un estudio interno de la compañía que haya sido ni filtrado ni difundido para conocer sus posibles efectos en las y los usuarios, existen algunas investigaciones que dan cuenta del carácter peso céntrico del contenido. En el artículo “*Weight-normative messaging predominates on TikTok—A qualitative content analysis*”<sup>27</sup> se detallan ciertos elementos al respecto.

Esta investigación describe el panorama del contenido de TikTok, especialmente analizando las publicaciones que contienen palabras claves en torno a temas como el peso, la comida y la nutrición. El estudio señala que existen tres elementos principales cuando se analiza este tema. Este trío se compone por la glorificación de la pérdida de peso, la gran cantidad de contenido que fomenta el cambio de alimentación para lograr estándares de salud y de delgadez, y la falta de voces expertas en materias de temas de nutrición.

Ante esto, se identificó que tan solo un 3% de las publicaciones en torno a estos temas tiene un enfoque inclusivo y de diversidad corporal, que el contenido sobre nutrición es mayoritariamente orientado a un peso normativo y que estos factores pueden contribuir a generar conductas de desórdenes alimenticios y de insatisfacción corporal en la población juvenil, que es la mayor parte de las y los usuarios de TikTok.

---

<sup>27</sup> En español, “Los mensajes de peso normativo predominan en Tiktok, un análisis de contenido cualitativo”, Minadeo y Pope, 2022., Journal Plos One, disponible en <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0267997>

Además, el artículo señala que hay ciertas formas de poder solucionar o amenguar estos efectos negativos, como por ejemplo ayudar a las y los usuarios a discernir en torno a la credibilidad de la información nutricional y eliminar contenido sensible del *feed*, las cuales pueden ser estrategias eficientes para abordar el contenido de peso normativo que abunda en TikTok.

Una de las entrevistadas durante este reportaje fue Angélica Contreras, comunicadora mexicana especialista en derechos digitales, directora de la ONG CultivandoAC , adolescencias e integrante de la comisión de seguridad de TikTok. Según su opinión, los contenidos de redes sociales fomentan estereotipos de género relacionados al físico. De hecho, señala que “lo digital está siendo un reflejo de nuestras actitudes y comportamientos en el espacio físico, estamos llevando esas prácticas al mundo digital”, lo cual fundamenta un análisis con perspectiva digital en torno a este tema, ya que es uno de los tantos problemas sociales que se reproducen a través de las redes, pero que siguen afectando directamente a las personas en el mundo físico.

Sobre ello, la especialista menciona que la responsabilidad de las compañías dueñas de las redes sociales, recae en la importancia de contar con normas comunitarias claras, accesibles y transparentes, en fomentar la educación continua de las y los usuarios, en favorecer los mecanismos de prevención y en responder oportunamente a los requerimientos de las personas, además de aplicar sanciones igualitarias para las cuentas que incumplan con las normas.

### 3.4. ¿Qué dicen las políticas y normas de las plataformas de redes sociales?

Como parte de la investigación de este reportaje, se revisaron las normas comunitarias de las plataformas de redes sociales más utilizadas por jóvenes en Chile, y lo que se encontró fue una ausencia importante de mecanismos de ayuda para las usuarias de nuestro país, reflejado en la falta de información concreta a la hora de solicitar ayuda en estos temas.

**Tabla N°1 síntesis de normas sobre publicaciones sobre TCA en plataformas**

<b>Plataforma</b>	<b>Política de normas comunitarias</b>
<b>Instagram</b>	“La comunidad de Instagram es un espacio donde los miembros se <b>cuidan entre sí</b> y al que acuden personas con distintos problemas, como

	<p><b>desórdenes alimenticios</b>, trastornos u otro tipo de autolesiones, con el fin de crear consciencia o buscar apoyo mutuo. Tratamos de aportar nuestro granito de arena <b>proporcionando materiales educativos en la app</b> e incorporando información en el servicio de ayuda<sup>28</sup> para que todo el mundo reciba el apoyo que necesita”<sup>29</sup></p>
<b>Tiktok</b>	<p>“Los trastornos de conducta alimentaria (TCA) son afecciones graves y potencialmente mortales que afectan la salud física y emocional de una persona. Se caracterizan por patrones de alimentación incorrectos. Los trastornos alimentarios no discriminan a nadie y pueden afectar a cualquier persona independientemente de su edad, sexo, etnia o tipo de cuerpo. Es posible que alguien pueda padecer esta enfermedad, aunque parezca estar «sano» físicamente (...)”<sup>30</sup></p>
<b>Facebook</b>	<p>“Trabajamos con la asociación National Eating Disorders Association y la Dra. Nancy Zucker, profesora adjunta de psicología y neurociencia de Duke, en la siguiente respuesta. Si un amigo hizo una publicación que parece indicar que tiene un trastorno alimenticio y necesita ayuda, te pedimos que reportes la publicación para que podamos ponernos en contacto y ofrecerle ayuda. Ten en cuenta que eliminaremos el contenido que promueva o aliente los trastornos alimenticios. Puedes consultar las Normas comunitarias de Facebook para obtener más información (...)”<sup>31</sup></p>

Las normas comunitarias de las tres plataformas sí contemplan el cuidado a personas con trastornos de conducta alimentaria, sin embargo, los métodos de ayuda que proponen, no funcionan para nuestro país. Ni en TikTok, ni en las plataformas de Meta (Instagram y Facebook) es posible. En Instagram y Facebook es posible encontrar una serie de contactos en diferentes países para tratar temas de trastornos de conducta alimentaria. Sin embargo, Argentina es el único país con línea de prevención de TCA. La única forma para acceder a información sobre

<sup>28</sup> Help Center de Instagram disponible en <https://help.instagram.com/?fbclid=IwAR25pTNvO0sOpHJmQUK8fsPSdvFao12YHpGM5sLzNkpxSY3MWbhtppa6Nig>

<sup>29</sup> Normas comunitarias de Instagram. [https://web.facebook.com/help/477434105621119/?ref=share&helpref=faq\\_content](https://web.facebook.com/help/477434105621119/?ref=share&helpref=faq_content)

<sup>30</sup> Normas comunitarias de TikTok. Disponible en <https://www.tiktok.com/safety/es-es/eating-disorder/>

<sup>31</sup> Normas comunitarias de Facebook. Disponible en [https://web.facebook.com/help/230070543674737/?helpref=search&query=trastornos&search\\_session\\_id=0c492f7b0cd88231c8076af47d65d4ed&sr=1](https://web.facebook.com/help/230070543674737/?helpref=search&query=trastornos&search_session_id=0c492f7b0cd88231c8076af47d65d4ed&sr=1)

Chile, es a través de las líneas telefónicas de prevención del suicidio, la cual tampoco es sencilla de encontrar. En cuanto a TikTok ,durante el mes de agosto de 2023 se navegó hacia el link de Teléfono de Ayuda, pero no aparece nada de información y sólo se despliega un mensaje de “Error 404”



Imagen 2 recopilada de navegación por Teléfono de Ayuda en TikTok

Luego, en el mes de diciembre de 2023, el sitio de trastornos alimenticios de TikTok, tenía un menú desplegable en el que se podía escoger un país para encontrar teléfonos de ayuda o direcciones de correos electrónicos de fundaciones, sin embargo, los únicos países de latinoamérica disponibles eran Brasil y México.

### Recursos

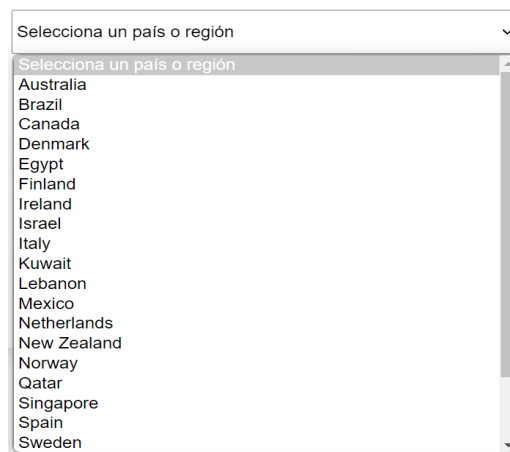


Imagen 2.1 recopilada del menú desplegable disponible en el sitio de trastornos alimenticios de TikTok.<sup>32</sup>

<sup>32</sup> Pantallazo de menú desplegable obtenido del sitio de trastornos alimenticios de las normas comunitarias de TikTok. Disponible en <https://www.tiktok.com/safety/es-latam/eating-disorder/>

Pese a las dificultades que supone encontrar ayuda en torno a estos temas en ambas redes sociales, un aspecto importante a destacar es que los trastornos de conducta alimentaria ya están integrados en las normas comunitarias de estas plataformas, lo cual fortalece el punto de la relevancia pública de este tipo de enfermedades, que aquejan a la población mundial y que en las redes sociales encuentran un nicho al que colarse a través de contenido sensible y peligroso.

El problema de aquello, es que pese a que esto esté normado, las usuarias siguen encontrándose con contenidos que afectan directamente a su relación con su cuerpo y a la percepción de su imagen corporal.

Todos los elementos anteriormente expuestos, evidencian la importancia de investigar los trastornos de conducta alimentaria no sólo como un problema de salud pública, sino también como un factor importante en la construcción del autoestima de las y los adolescentes, en especial de aquellos que, de manera cotidiana, utilizan las redes sociales para socializar con sus pares y comparar su imagen. En específico, se torna de suma relevancia visibilizar la manera en que este tema impacta directamente a las mujeres, al ser quienes más se ven afectadas por los estereotipos de género tanto en el mundo físico como en el digital.

## **CAPÍTULO 4: Desarrollo de la investigación**

En el presente capítulo se revisará de qué manera se ha abordado la investigación en torno a los trastornos de conducta alimentaria y su relación con los contenidos de redes sociales, desde el pre-reportaje pasando por la construcción del mapa de fuentes y hasta la redacción misma del reportaje web. Los aspectos técnicos de la construcción del sitio se revisarán más adelante.

### **4.1. Pre-reportaje**

Para lograr contextualizar la investigación, fue necesario revisar las nociones sobre las cuales se enmarca este trabajo y la manera en que se ha tratado el tema en medios de comunicación. Primeramente, se buscó la definición de diferentes conceptos a nivel técnico, como trastorno de conducta alimentaria, bulimia, anorexia, ortorexia, restricción alimentaria, purga, con el fin de lograr un mayor entendimiento de artículos académicos y de prensa especializada.

Debido al carácter explicativo de los reportajes y notas informativas, se realizó un clipping de prensa para comprender, de manera general, cuál es el panorama de los TCA en nuestro país, y para identificar el enfoque que han tenido los periodistas al hablar sobre los trastornos de conducta alimentaria. En este punto, se notó que la mayoría de los trabajos periodísticos han sido abordados desde una perspectiva de salud pública e incluso se ha integrado dentro de los factores el problema social de la apología a la delgadez y de los estereotipos del cuerpo femenino, lo cual fue un descubrimiento bastante positivo, ya que la primera suposición antes de comenzar a investigar fue que el marco de referencia de la prensa sería más bien orientado hacia la sintomatología y la salud física de las pacientes. Pese a que muchos de los reportajes y notas de prensa revisados contaban con una mayoría de información desde aquel punto de vista, sí se incluía un espacio para tratar las causas en torno a estas patologías, en especial en lo que se refiere a las de tipo social.

No obstante, se identificó una falta de una visión multifactorial en torno al tema, en especial en considerar otras causas culturales que impacten en la aparición de trastornos de



conducta alimentaria. Además, no se integra dentro del análisis a las redes sociales como un espacio relevante.

Luego de revisar la prensa, se recopiló una gran cantidad de estudios académicos respecto a los trastornos de conducta alimentaria, su prevalencia, su historia y sus causas. En esta búsqueda, se encontró que efectivamente existen varios artículos que vinculan a las redes sociales con los TCA, lo cual reafirma la necesidad de generar y hacer difusión de este tema a través de un trabajo periodístico en un lenguaje sencillo y que ponga en el centro a las pacientes.

A partir de la información ya reunida, se hizo necesario entender el panorama legislativo de Chile, para poder enmarcar la realidad a la que se enfrentan las y los pacientes que necesitan tratamiento para esta enfermedad. Ante esto, se encontró que los trastornos de conducta alimentaria no están reconocidos por el Estado como una enfermedad, y tampoco existen mecanismos de prevención oportunos para evitarlos.

#### **4.2. Uso de fuentes**

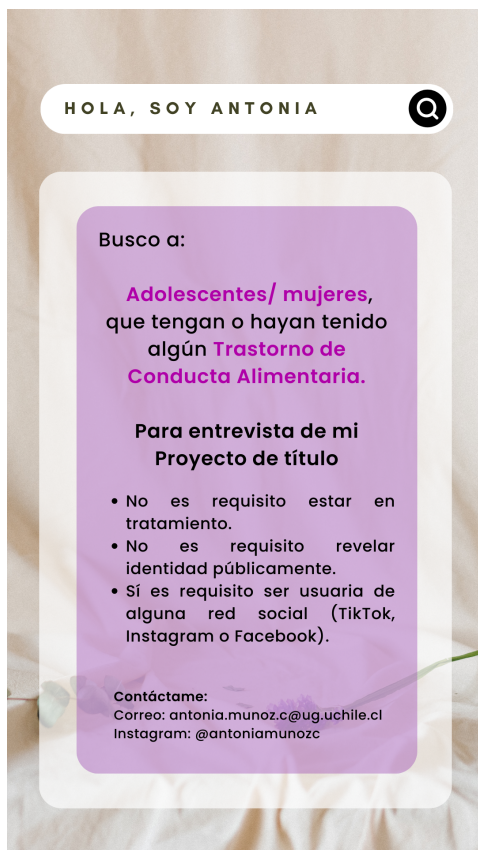
A partir de la búsqueda y lectura de los documentos anteriormente descritos, se dio paso al mapeo de fuentes. Al principio, fue necesario identificar cuáles serían las instituciones o grupos de personas que aportarían al desarrollo de esta investigación. Lo que primero se pensó, fue en tomar contacto con personeros del poder legislativo para evaluar los alcances de la del proyecto de Ley TCA, sin embargo el equipo de la diputada Francisca Bello, firmante de la ley, nunca respondió a la petición de la autora de este reportaje.

Luego, se dividió la búsqueda de fuentes en dos categorías. Para ello, fue necesario definir un enfoque narrativo del reportaje, que será abordado en mayor profundidad en posterioridad, pero que a grandes rasgos pretende poner en el centro las historias de las mujeres sobrevivientes a trastornos de la conducta alimentaria. De esta manera, se establecieron dos categorías, una referida a los relatos Testimoniales, y otra de Especialistas, que a su vez contiene dos subcategorías, una de especialistas en materia de salud –en la que se entrevistó a diversos profesionales– y otra en materia digital.

Cabe mencionar que en este reportaje se decidió contactar únicamente a fuentes **especializadas mujeres**, esto con el fin de otorgarles mayor visibilidad en trabajos de carácter periodístico, principalmente por los hallazgos en torno a este tema que demuestran que el uso de fuentes mujeres en noticias, son en mayor medida para entregar información testimonial y no son posicionadas como expertas en diversas materias<sup>33</sup>, en especial en el área de la salud, donde generalmente las mujeres son las pacientes y no las médicas<sup>34</sup>.

Al comenzar la búsqueda de la primera categoría, se inició una convocatoria a través de redes sociales para encontrar a mujeres que quisieran contar sus historias de vida con esta enfermedad, la generó bastante interés y desembocó en 8 entrevistas de carácter testimonial.

35



Para este afiche digital, fue importante tomar en cuenta diversos aspectos en su confección. Primeramente debía tener un carácter serio y sobrio, principalmente debido a la sensibilidad del tema del reportaje y lo difícil que puede resultar para las pacientes contar su testimonio. Por la misma razón, la gráfica inicia con la identificación de la autora, a fin de generar mayor cercanía con la lectora.

En los requisitos, se inicia aclarando que se busca a adolescentes/ mujeres que hayan tenido algún trastorno de conducta alimentaria. Aquello suscitó una dificultad que fue subsanada rápidamente, y que tiene que ver con lo complejo que resultaba entrevistar a menores de edad debido al proceso legal que implica el uso de su testimonio, así también como la necesidad de la presencia

<sup>33</sup>“Periodismo, fuentes políticas y género en Chile. Una relación desproporcionada” (Hudson Frías, Porath, Ortega-Gunckel (2022) [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0719-367X2022000200204](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0719-367X2022000200204)

<sup>34</sup>“Periodismo de Salud: una práctica profesional en construcción” (Montes de Oca, Urbina, 2015). [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0798-07522015000200007](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522015000200007)

<sup>35</sup> Imagen 3: Afiche de convocatoria a entrevistas para reportaje El perfil de Ana y Mia.

de un adulto durante la conversación, lo cual conlleva un mayor filtro de la información que se entrega, especialmente si la adolescente no ha pasado aún por un tratamiento adecuado de la enfermedad. Aquello fue revisado por la autora, y durante el proceso este problema se resolvió de manera natural debido a dos factores. En primer lugar, no hubo adolescentes interesadas en entregar su testimonio, y en segundo lugar, las mujeres que fueron entrevistadas para este reportaje, todas sin excepción alguna, comenzaron a padecer el trastorno alimenticio durante su adolescencia. Debido a ello, se logró obtener la información en torno a los efectos de las redes sociales en las adolescencias a partir de las experiencias pasadas de las entrevistadas. En torno a esto último, cabe señalar que otro de los requisitos era ser usuaria de alguna red social, lo cual permitía vincular los trastornos de conducta alimentaria con su navegación por las mismas.

En paralelo, se buscó a diversas profesionales que dieran cuenta del panorama de los trastornos de conducta alimentaria en cada una de sus áreas de expertise. Primeramente fueron contactadas las fuentes especialistas en salud, en donde se logró recopilar cinco entrevistas entre psicólogas, nutricionistas y psiquiatra, todas con trayectoria en el estudio y tratamiento de TCA, y que también contaban con opiniones muy claras respecto al rol de las redes sociales en este tipo de trastornos, en especial desde el punto de vista de los efectos en la recuperación de las pacientes.

Luego se buscó a especialistas del mundo digital que pudieran entregar información técnica respecto a las redes sociales y a la manera en que estas funcionan. Desde cómo se va entrenando al algoritmo, hasta por qué hoy en día las redes sociales funcionan como una constante tanda comercial para las grandes empresas. Sin duda, el testimonio de las entrevistadas en esta subcategoría contribuyó a enmarcar el reportaje de mejor manera para integrar el punto de vista de la salud física, y del mundo digital, que como se revisó anteriormente, son indivisibles. A su vez, otro de los aspectos que otorga más valor a este reportaje desde el punto de vista del uso de fuentes, es la exclusividad de consulta a mujeres, lo cual representa un esfuerzo importante de la autora, y que responde a la necesidad de otorgar mayor visibilidad a expertas y a testimonios. Las pautas de preguntas para las entrevistas, pueden ser revisadas en el anexo N°3 de Anexos.

<b>Tabla N°2 de resumen de entrevistas<sup>36</sup></b>		
<b>Nombre</b>	<b>Tipo de fuente</b>	<b>Tema</b>
Constanza	Testimonial- Primera persona	Experiencia con un TCA y el deporte.
Sofía		Experiencia con un TCA y el deporte.
Catalina		Experiencia con un TCA y la familia.
Andrea		Experiencia con un TCA y la familia.
Antonia		Experiencia con un TCA y uso de redes sociales.
Javiera		Experiencia con un TCA y uso de redes sociales.
Paula		Experiencia con un TCA y otros problemas de salud mental.
Claudia		Experiencia con un TCA y uso de redes sociales.
Susana Saravia	Especialista en salud mental	TCA en adolescentes y uso de redes sociales.
Pamela Campi	Especialista en salud	Consecuencias y riesgos de los TCA.
Natalia Adauy	Especialista en salud	Historia de los TCA y prevención.
Luz Puga	Especialista en salud	Prevalencia de los TCA y prevención.

<sup>36</sup> Las entrevistadas testimoniales no fueron nombradas con apellido por resguardo a su identidad, al igual que a lo largo del reportaje.

Sophía Bugeño	Especialista en salud mental/ testimonio	Panorama de los TCA en Chile y proyecto de ley.
Patricia Rivera	Especialista área digital	Funcionamiento de las redes sociales y sesgos de género.
Angélica Contreras	Especialista área digital	Normas comunitarias y problemas asociados a las redes sociales.

### **4.3. La experiencia en primera persona**

El primer acercamiento al tema del reportaje, al igual que la motivación que dio origen a la idea, tiene que ver con la historia de vida de la autora, ligada a una lucha constante en torno al físico que derivó en el desarrollo de un trastorno de la conducta alimentaria que primeramente se manifestó a través de principios de anorexia, y que luego se alojó como una bulimia nerviosa que fue tratada principalmente a través de terapia cognitivo conductual con una profesional especialista en trastornos alimenticios.

El vínculo de vida con el tema del reportaje, no es algo anecdótico, sino que representa la razón por la cual este trabajo cuenta con un enfoque testimonial, ya que es este el punto de vista que más se acerca a la real sensación de padecer un trastorno alimentario. A través de la revisión de prensa descrita en párrafos anteriores, es posible identificar muchas fuentes especialistas, cifras, datos, información técnica. Sin embargo aparece una falta de un enfoque que ponga en el centro a las personas, sus vidas y la forma en que han luchado contra los estereotipos de género físicos, no sólo por la falta de diversidad corporal que conlleva, sino también por los efectos mortíferos y degradantes que estos pueden llegar a provocar.

### **4.4. Hallazgos**

Una vez realizado el reporte y las entrevistas, fue necesario ordenar los principales hallazgos de este trabajo, que concuerdan con los objetivos de la investigación y que permiten graficar un panorama mucho más claro respecto de la relación entre los trastornos de conducta alimentaria y las redes sociales, así como nuevas aristas para futuras investigaciones periodísticas.

A modo de enumeración, algunos de los hallazgos derivados del reporteo son:

1. Las mujeres con trastornos de conducta alimentaria entrevistadas, señalaron que el origen del trastorno de conducta alimentaria estaba en su adolescencia, y que en aquel período sí eran usuarias de redes sociales.
2. Las mujeres entrevistadas, manifestaron sentirse incómodas al navegar por redes sociales y encontrarse con estereotipos del cuerpo difíciles de cumplir.
3. Las mujeres entrevistadas señalaron que debieron “entrenar” al algoritmo para que no les apareciera contenido que promueva estereotipos de género físicos y violencia contra diversidades corporales, reportando posts, dejando de seguir ciertas cuentas y bloqueando a ciertos usuarios.
4. La mayoría de las usuarias entrevistadas manifestaron que en varias redes sociales han encontrado contenido referido a la apología de la delgadez.
5. Varias de las mujeres entrevistadas manifestaron conocer desde hace tiempo el recurso lingüístico de “Ana y Mia” referidos a la anorexia y a la bulimia, así como también los foros con dichos nombres que aconsejan a las usuarias sobre técnicas para adelgazar.
6. Tanto las expertas en salud como las expertas en lo digital, coinciden en la gran influencia que tienen las redes sociales en la vida de las personas, en especial en las mujeres, quienes son quienes más sufren en torno a los estereotipos de género.

Gracias a lo anterior, fue posible redactar el reportaje “El perfil de Ana y Mia: trastornos de conducta alimentaria y los contenidos de redes sociales”, el cual tuvo un enfoque testimonial y que pretende ser un aporte y una herramienta positiva para pacientes con trastornos de conducta alimentaria, así como un elemento concientizador para padres y para toda la sociedad, con el fin de desincentivar la generación de contenido gordofóbico y motivar la visibilización de la diversidad corporal.

## **CAPÍTULO 5: Diseño del reportaje web.**

En el presente capítulo, se revisará la manera en que se diseñó este reportaje web desde el punto de vista visual y conceptual, las razones en la toma de decisiones en dichos aspectos, y la forma en que se despliega la información en el sitio. Además, se revisarán los costos asociados a la producción del proyecto que serán detallados a continuación.

### **5.1. Benchmarking**

Para poder generar el proyecto digital, uno de los elementos más importantes fue generar un Benchmarking que orientara el diseño del reportaje web, para así lograr visualizar cuáles son las deficiencias y las fortalezas de otros reportajes web dedicados a este tema.

Realizar el ejercicio de un benchmarking, no tiene sólo que ver con identificar las ventajas comparativas con otros medios, sino que también posee un objetivo funcional y fundamental, que tiene que ver con distinguir las oportunidades para mejorar la experiencia del usuario, para así lograr mayor accesibilidad y una mejor navegación.

En este punto, es necesario describir el proceso de búsqueda de piezas periodísticas que sirvieran para ser comparadas entre sí. En ese sentido, uno de los aspectos que llamaron la atención desde el principio fue la poca cantidad de reportajes orientados a este tema por parte de medios nacionales, o en su defecto, el poco alcance que tienen en los motores de búsqueda. Por el contrario, se observó una gran cantidad de medios de España con trabajos referidos a los trastornos de conducta alimentaria.

A continuación se muestra la revisión de cuatro reportajes sobre trastornos de conducta alimentaria o temas relacionados, que permitirán generar un análisis en torno a sus cualidades y falencias, que tuvo el fin de identificar qué aspectos funcionan para aplicar en este proyecto y cuáles dejar de lado.

Cabe destacar que para este benchmarking se consideraron trece trabajos periodísticos, los cuales fueron revisados, y de los cuales se seleccionaron cuatro reportajes multimedia cuya comparación resultaba más valiosa, debido a la diversidad de elementos con los que cuentan, lo que se traduce en una mayor oferta de aspectos comparables. De ese cuarteto, dos tienen como tema central a los TCA, y la otra mitad posee características importantes a comparar, como el uso de imágenes del cuerpo y el enfoque de género. Las observaciones del resto de los reportajes pueden ser revisadas en el anexo N° 4 de Anexos.

Estos son los cuatro trabajos seleccionados para este ejercicio de Benchmarking.

### **“Proyecto Princesas”<sup>37</sup>**

Medio Independiente - Actualizado al 2023



Este reportaje es un sitio web dedicado a la orientación para personas con trastornos de conducta alimentaria. Poseen un blog con notas informativas respecto al tema, a través de las cuales pretenden empoderar a mujeres a sanar estas enfermedades, tratando temas

como los estereotipos, visibilización de testimonios y difusión de actividades. Este proyecto fue escogido debido a la similitud del tema para con el presente trabajo, y por aspectos llamativos a comparar, como la identidad visual o el uso del lenguaje.

<sup>37</sup> “Proyecto Princesas” fue fundado por la fotógrafa Andrea Granados en 2013. <https://proyectoprincesas.com/>



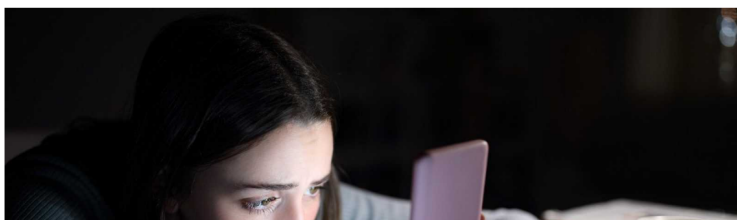
## “La dictadura de los filtros: ‘Las redes sociales son un caldo de cultivo para los trastornos de la conducta alimentaria’”<sup>38</sup>

Medio español rtve- Año 2021

### La dictadura de los filtros: "Las redes sociales son un caldo de cultivo para los trastornos de la conducta alimentaria"

- ▶ La presión social es uno de los factores principales que propician el desarrollo de los trastornos alimentarios
- ▶ El 75% de las jóvenes se siente peor consigo misma tras contemplar imágenes "perfectas" de otras mujeres

01.08.2021 | 09:21 horas | Por RTVE.es



Busca visibilizar el problema de los TCA en España, y cómo estos se relacionan significativamente con el uso de redes sociales y con la mención de ciertos hashtags. Este trabajo fue escogido debido a la similitud con el tema del reportaje “El perfil de Ana y Mia”.

## “La generación del Hambre”<sup>39</sup>

Medio El Pitazo- Año 2019



Este reportaje trata sobre la desnutrición de niños en Venezuela y la hambruna de sus habitantes. Pese a que no se trata sobre los TCA, su análisis resulta de mucha ayuda, ya que el tema refiere directamente al tratamiento de

imágenes y lenguaje en torno al cuerpo. Además, la construcción de este reportaje contiene una gran diversidad de elementos multimedia que generan una navegación de usuario mucho más interesante.

<sup>38</sup> Reportaje de RTVE.es

<https://www.rtve.es/noticias/20210801/dictadura-filtros-redes-sociales-caldo-cultivo-trastornos-alimentarios/2141103.shtml>

<sup>39</sup> Reportaje ganador del premio Ortega y Gasset 2019, realizado por un grupo de 14 periodistas.

<https://www.connectas.org/especiales/la-generacion-del-hambre/>

## “Trastorno por atracón, el TCA más común e invisibilizado”<sup>40</sup>

La Tercera- Año 2023

PAULA Vida sana Sociedad

### Trastorno por atracón, el TCA más común e invisibilizado

Quienes padecen trastorno por atracón ingieren grandes cantidades de comida en un período corto de tiempo, episodios que vienen acompañados de una sensación de culpa, malestar y pérdida de control, y que tienen además graves consecuencias para la salud física y mental.

Por María Paz Salas / Collage: Sofía Valenzuela 28 JUL 2023 09:40 AM Tiempo de lectura: 6 minutos



Es un trabajo que aborda el trastorno del atracón con un enfoque técnico. Se observó que la baja cobertura de los medios nacionales en torno a este tema, se ve mayor cantidad en portales tildados como “femeninos” como la sección de la Revista Paula en La Tercera, en donde se ha tratado varias veces este tópico. Este reportaje se escogió con el fin de contar con representación de prensa nacional y de identificar la manera en que se comunica este tema en Chile.

Luego del análisis comparativo de **Benchmarking** de estos cuatro reportajes, se llegó a la conclusión de que el reportaje que contenía más puntos a considerar es “La Generación del hambre”, y se tomó como referencia para El Perfil de Ana y Mia, especialmente por su diseño intuitivo y su arquitectura de contenido. El detalle de este análisis está disponible en el Anexo N°5 de Anexos.

#### 4.2. Identidad visual y conceptual del Reportaje web

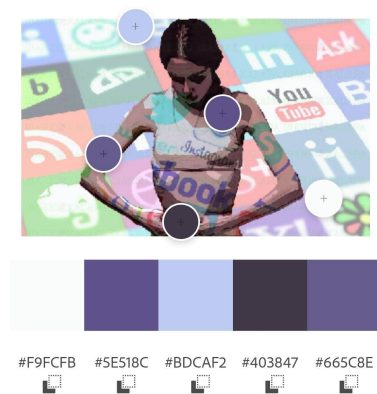
Luego de revisar los pros y contras de otros reportajes a través del ejercicio de Benchmarking, se desarrolló la propuesta visual y conceptual en torno al sitio web del presente trabajo, considerando los puntos favorables y descartando los elementos que no aportan a este proyecto digital.

<sup>40</sup>Reportaje por María Paz Salas, Collage de Sofía Valenzuela  
<https://www.latercera.com/paula/tca-el-trastorno-por-atracon-mas-comun-e-invisibilizado/>

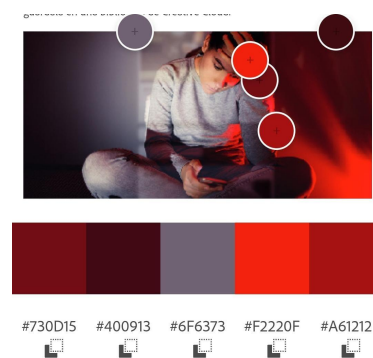
Primeramente se pensó en el color, ya que es el primer impacto visual para las y los usuarios, así como también la primera impresión del sitio web. En cuanto a la accesibilidad para personas con dificultades visuales, fue necesario pensar en una paleta de colores que logre un contraste adecuado con las letras, de manera que no se complejiza la lectura con las tonalidades.

Para efectos de lograr una paleta de colores ligada a la estética y la teoría del color, se consultó a la diseñadora del DuocUC, Fernanda Iribarra, sobre cuáles colores están ligados a estos temas y cómo podrían visualizarse los trastornos de conducta alimentaria y las redes sociales. Entonces, en conjunto se conversó sobre dos paletas de colores vinculadas a dos imágenes relacionadas a estos temas.

### Paleta de color 1



### Paleta de color 2



La paleta de color 1, contiene una gama de tonalidades ligadas al lila y el morado, color que evoca temas de género, igualdad y feminismo. Representa la equidad, los derechos y la lucha de las mujeres. Además, guarda relación con colores de logos representativos de internet como Yahoo! o Twitch. Pese a ello, el vínculo con los TCA o la salud mental no aparecía de manera tan evidente, sumado a la gran cantidad de veces que se ha utilizado este color para referirse a estos temas.

Sobre la paleta de colores 2, no se observa una relación directa con el feminismo, pero sí con temas relacionados al género como la lucha en las calles de Las Tesis, quienes utilizaban elementos rojos para sus performances, y el creciente uso de este color en marchas feministas

inspiradas en historias como El Cuento de la Criada de Margaret Atwood, apropiándose de este color que usualmente se vincula al poder, la fertilidad y la pasión.<sup>41</sup>

Finalmente, se escogió la tonalidad de la paleta de colores 2 para darle una imagen renovada a los temas de género, innovando en los tradicionales colores morados que históricamente han representado a las mujeres.

En cuanto a la identidad conceptual, el marco de referencia para efectos de la generación de contenido es “intentar generar el menor impacto negativo, evitando la mayor cantidad de gatillantes”. En conversación con Sophía Bugueño, una de las autoras de la ley citada en este informe, se llegó a la conclusión de que casi todo lo que hacemos, puede afectar a una persona con TCA de diversas maneras. Esto es debido a que una de las características principales de estos trastornos es la susceptibilidad ante estímulos externos, que muchas veces son entendidos por las pacientes de manera tal en que generan rápidamente una comparación de lo que ven o lo que escuchan con ellas mismas y sus cuerpos.

Entonces, la propuesta conceptual para “El perfil de Ana y Mia” toma como referencia los antiguos blogs y foros de conversación donde las autoras entregaban contenido que fomentaba las prácticas autodestructivas de los TCA, y transforma este concepto para entregar un mensaje real y consciente de los peligros de estas enfermedades. Por ello se decidió mantener el recurso lingüístico de los nombres “Ana” y “Mia” que se refieren a la anorexia y la bulimia, de tal manera en que si aún quedan personas que utilicen este mecanismo para buscar consejos nocivos para su salud en los motores de búsqueda, se encuentren con este reportaje de las historias de mujeres sobrevivientes, y que sirva como inspiración y excusa para evitar continuar la búsqueda inicial de las usuarias.

### **4.3. Gestor de Contenidos y Arquitectura de información**

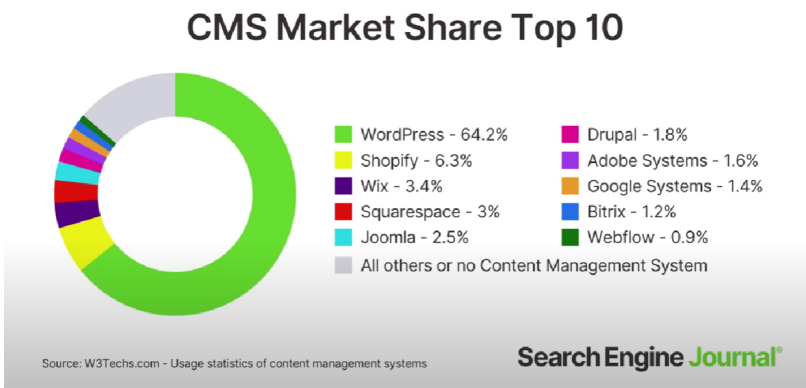
Al idear este proyecto, se pensó en dos opciones de gestores de contenidos para organizar y desplegar el reportaje. La primera fue Shorthand, que fue primeramente considerada debido a que posee un carácter estético importante, donde la muestra de los contenidos multimedia se

---

<sup>41</sup>Información obtenida a través de “Por qué la revolución de las mujeres se ha teñido de rojo” de Clara Ferrero. <https://smoda.elpais.com/feminismo/por-que-la-revolucion-de-las-mujeres-se-ha-tenido-de-rojo/>

aprecia con mayor movimiento y dinamismo. Sin embargo, se llegó a la conclusión de que las herramientas que ofrecía Shorthand no se adecuaban en su totalidad a lo que este proyecto necesitaba.

Luego, se decidió optar por Wordpress, uno de los gestores de contenidos más utilizados a nivel mundial en diversas categorías temáticas. Ante ello, una de las principales dificultades fue



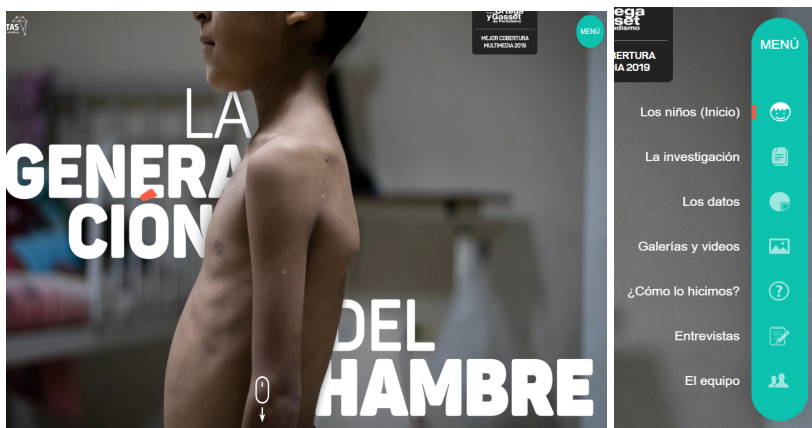
no contar con una suscripción premium que permitiera acceder a mejores herramientas de diseño y un mayor nivel de libertad para escoger opciones dentro del sitio web. Sin embargo, se evaluó la posibilidad de contratar un web hosting para contar con mayores opciones de edición, y con un

dominio a un mejor precio.<sup>42</sup> Finalmente el servidor escogido fue Hostgator, debido a la accesibilidad y garantías de sus planes.<sup>43</sup>

En cuanto a la arquitectura de contenidos, la primera etapa fue tomar como referencia uno de los reportajes analizados en el benchmark para intentar recrear una estructura que facilitara la navegación de los usuarios. De esta manera, se escogió el reportaje “La generación del Hambre” como referencia de arquitectura de información.

<sup>42</sup> Estadísticas de uso de CMS (Content Management System) de Search Engine Journal.

<sup>43</sup> Imagen 4: pantallazo recopilado de Search Engine Journal.



Teniendo en cuenta la forma en que el contenido se despliega a través del sitio web, y pensando en cómo adaptar esa arquitectura al sitio web de este proyecto, se desarrolló un Mapa de contenidos a través de la plataforma Miró, para visualizar la viabilidad de dicha organización.



Imagen 5: mapa de contenidos.

De esta manera, el primer impacto visual del sitio web será el nombre, seguido del subtítulo del proyecto. Además la página de inicio contendrá una breve descripción del proyecto y una presentación de lo que se despliega en el menú.

En el menú desplegable de la izquierda, se pretende organizar el reportaje a través de cuatro categorías: “Reportaje”, que contendrá la historia central de este trabajo respaldado por cifras y

datos a nivel nacional; “Protagonistas”, que redirecciona a una página en la que aparecen los nombres de las entrevistadas con una entrada dedicada a cada una de sus historias; “Contacto” que contiene un formulario a través del cual los usuarios pueden enviar mensajes a la autora, y “Presentación” para volver a la página inicial.

Para lograr visualizar lo anterior, se propone el siguiente wireframe de arquitectura de información de la imagen 6, integrando las categorías superiores y un ordenamiento de los menú principal y secundario.

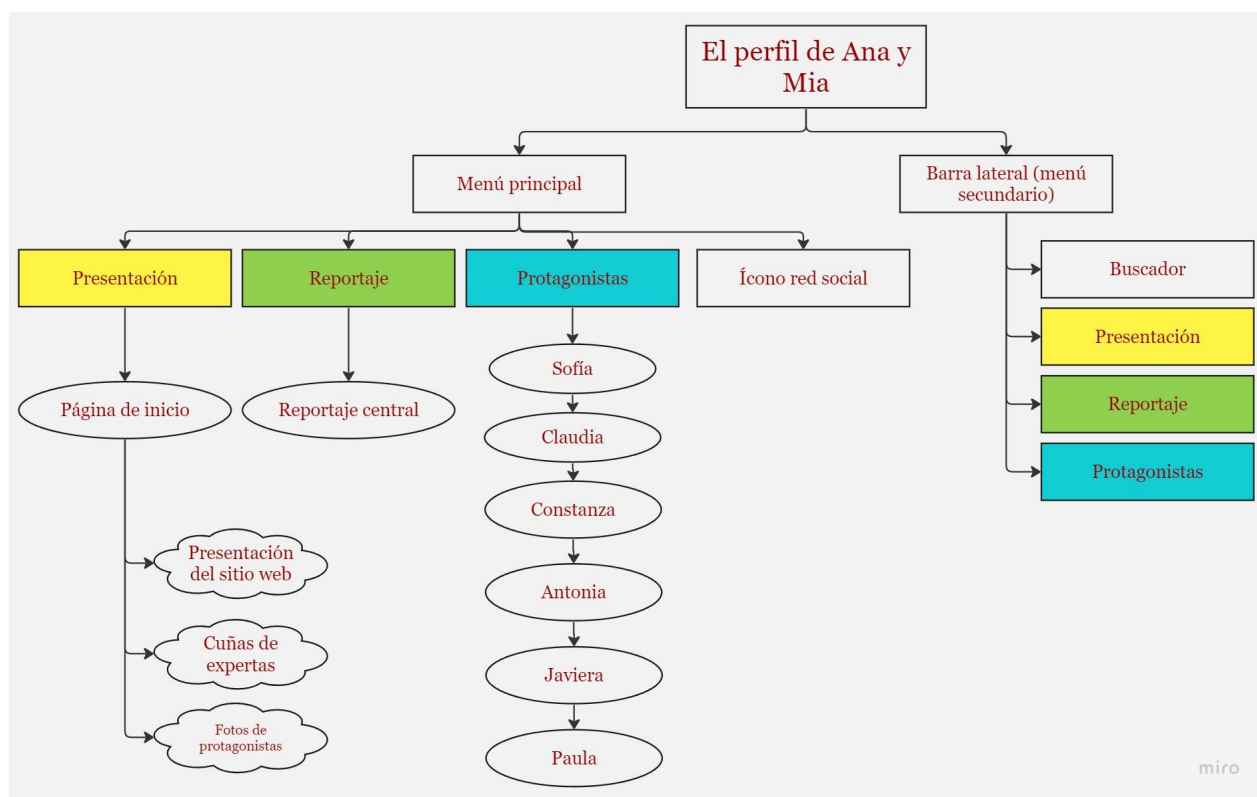


Imagen 6: wireframe de arquitectura de información.

Luego de realizar este ejercicio de organización de la infraestructura de contenido, se tomaron en consideración los factores de este ordenamiento para escoger la plantilla que mejor se adecuara a dicho propósito. Observando el reportaje mejor valorado del Benchmarking revisado anteriormente, La generación del hambre, se tomó en consideración una característica importante del mismo, que es el impacto inicial de la primera fotografía al entrar al sitio web. Por ello, de entre todas las



opciones se eligió el tema “Bravada” de Wordpress que permitía contar con una primera impresión impactante, un menú de cabecera y un menú secundario lateral, que hiciera del reportaje una experiencia atractiva y sencilla para las y los usuarios.

Esta plantilla no está disponible en la versión gratuita de Wordpress, pero luego de adquirir el servidor, que será revisado en la sección de Presupuesto y costos de producción, fue posible contar con esta plantilla sin tener que pagar otra tarifa.

Luego, se comenzó con el diseño de la página de inicio, que debía contar con un párrafo atractivo que diera a conocer el tema del reportaje, pero que al mismo tiempo sirviera como impulso para que siguieran navegando por el sitio web y leyeran los relatos. Después, se crearon las categorías superiores y entradas del sitio web, que alojaron las historias de las protagonistas. En último lugar, se publicaron dos páginas independientes, pero que están integradas en el menú secundario lateral, que es la de Contacto, y la de Autora, que cuenta con palabras de la misma.

Los elementos gráficos, conceptuales y organizativos dieron origen a un reportaje que pretende ser una experiencia para las y los usuarios, y un refugio para quienes han padecido un trastorno de conducta alimentaria, ya sea como paciente o como familiar.

### **Imagen 7: Primera aproximación visual con Wordpress gratuito**



Con los elementos de arquitectura de información organizados, se realizó una primera prueba de diseño, en una plantilla de Wordpress gratuito online, a través del cual se obtuvo la aproximación visual de la imagen 7.<sup>44</sup>

---

<sup>44</sup> Primera aproximación al sitio web del reportaje “El Perfil de Ana y Mia”.



## Imagen 8: Resultado reportaje oficial

Luego, ya contando con la versión de pago de Wordpress, se pudo acceder a la plantilla Bravada y se obtuvo el siguiente diseño, contemplando tanto imágenes cedidas por las entrevistadas, como de stock libre a través del sitio Pexels. Para revisar más especificaciones sobre el uso de imágenes, revisar el apartado Uso de imágenes del capítulo 7.



### 4.4. Público objetivo - Perfil Persona

Para este proyecto, se consideró un análisis de perfil de usuario y así lograr encauzar el tipo de contenido, la identidad visual y conceptual, y las estrategias de difusión. Para ello, se utilizaron diversas herramientas con el objetivo de identificar las principales características de los posibles usuarios del sitio.

Este punto en específico fue complejo de concretar, ya que el desarrollo del reportaje fue pensado desde un punto de vista transversal, escogiendo un tema de relevancia pública, en el que se interseccionan problemas sociales como acceso a la salud, violencia de género digital y salud mental. Debido a esto, construir un arquetipo que englobe particularidades específicas, fue complejo, más se determinó que el enfoque para definirlo sería basado en el formato de este proyecto, ya que si bien el soporte digital puede lograr un mayor alcance, en definitiva implica otras dificultades como lo es un público mucho más acotado en edad, que tenga acceso a internet y que cuente con los conocimientos básicos de navegación.

Con todo, se construyó con la técnica de diseño UX un mapa de empatía considerando todos estos aspectos, entendiendo las posibles complejidades y particularidades que caracterizarían a un usuario con interés en este reportaje, así como sus anhelos y rasgos generales.

## Mapa de Empatía

Nombre: Ignacia | Edad: 24 años

### ¿Qué piensa y siente?

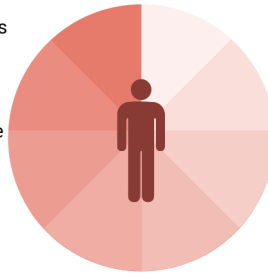
- Que es muy complicado encontrar ropa cómoda en las tiendas de retail.
- Que la gente es muy violenta en sus críticas de redes sociales.
- Que los famosos se parecen mucho entre sí.
- Que pasa mucho tiempo en su celular.
- Que es difícil compatibilizar todas las actividades de su día.

### ¿Qué escucha?

- Música de pop, Kpop y reaggeton.
- Reaggeton.
- Algunos podcast en Spotify.

### ¿Qué ve?

- Series en Netflix y otras plataformas de streaming.
- El reality de moda.
- Su computador, porque estudia y trabaja gran parte del día con esa herramienta.
- Su celular y redes sociales.



### ¿Qué habla y hace?

- Que le gustaría vestir más a la moda, pero que las tiendas son muy caras.
- Que tiene una vecina que vende Herbal Life y que le insiste mucho para que compre productos.
- Compra ropa en la feria y en tiendas de ropa americana.
- Sale a bailar con sus amigas los fines de semana.

### ¿Cuáles son sus dolores?

- No tiene acceso económico para pagar rutinas de belleza ni muchos maquillajes, como sus amigas.
- Tiene muy poco tiempo para hacer actividades recreativas porque estudia y trabaja.

### ¿Cuáles son sus necesidades?

- Más tiempo para descansar o hacer actividades recreativas.
- Sentirse con más energía durante el día y estar cómoda con su cuerpo.
- Que revisar redes sociales no sea angustiante.

45

De esta manera, fue mucho más fácil considerar aspectos como el estilo del lenguaje, el despliegue en cuanto a difusión de contenido e incluso la arquitectura de contenido, porque entendiendo cómo podría ser un posible usuario del sitio, el proyecto es mucho más adaptable a esa realidad.

En conclusión, gracias a este tipo de ejercicios, se logró determinar que el público objetivo de este reportaje web, son mujeres de un intervalo de edad entre 18 y 30 años, con acceso a internet, conocedoras de la cultura pop y usuarias de redes sociales.

<sup>45</sup> Ejercicio de mapa de empatía generado para este trabajo.

#### 4.5. Usabilidad web del reportaje digital

Luego de definir las características de diseño del sitio web, fue necesario validar las decisiones a través de algún mecanismo que considerara las opiniones de las y los usuarios. Por ello, se determinó aplicar un test de usabilidad web, a través del cual se plantearon diversas preguntas referidas a aspectos visuales y de interacción con el proyecto.

Para este ejercicio, se difundió una encuesta online intencionada que fue difundida sólo a mujeres usuarias de Whatsapp, esto debido a que fue necesario acotar la muestra para acercarla lo más posible al público objetivo, con el fin de no abrir el debate a opiniones generales de estructura o de tema, sino que la navegación fuese lo central.

De esta manera, se obtuvo una serie de comentarios y conclusiones que contribuyeron positivamente a generar cambios en el sitio web, a fin de concretar una lectura mucho más amigable y accesible. Del mismo modo, gran parte de los resultados, confirmaron algunas de las decisiones que ya habían sido definidas en el proyecto.

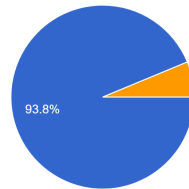
El texto introductorio del test invitaba primeramente a revisar el sitio web, de tal forma en que las respuestas posteriores fuesen justificadas en la experiencia de la usuaria: “Hola! 🧡 Te agradezco por tomarte el tiempo para responder esta breve encuesta de facilidad de uso del sitio web [www.elperfildeanymia.com](http://www.elperfildeanymia.com). 🖱️ Antes de comenzar, necesito que te dirijas al sitio y lo revises, puedes navegar por él todo lo que quieras. Luego, vuelve a este formulario y responde las siguientes preguntas. ¡Muchas gracias por tu disposición!”, decía el texto.

Luego, el formulario continuaba con un par de preguntas sobre edad y género, para continuar con consultas sobre primeras impresiones, y concluía con temas de facilidad de lectura. Con este trabajo, fue posible concluir una serie de recomendaciones que fueron consideradas en el diseño del reportaje.

**Caracterización:** Por razones ya mencionadas, el género de las personas que contestaron la encuesta es, mayoritariamente, femenino. Sin embargo, una persona de género no binario también

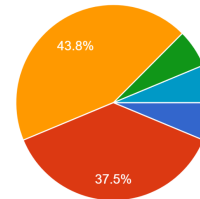
fue parte del ejercicio. En cuanto a los rangos etarios, hubo una mayor diversidad, sin embargo la mayor concentración coincide con el intervalo propuesto en el público objetivo.

Selecciona tu sexo.  
16 respuestas



- Mujer
- Hombre
- No binario
- Prefiero no decirlo

Por favor, selecciona el intervalo de edad en la que te encuentras.  
16 respuestas

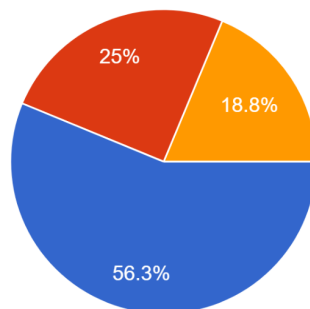


- 13-18 años
- 19-25 años
- 26-35 años
- 36-45 años
- 46-60 años
- 61-75 años
- 76 o más

**Primeras impresiones:** en cuanto a las preguntas referidas a las primeras impresiones al navegar por el sitio, uno de los datos que confirmó la correcta toma de decisiones en la portada del sitio es sobre cuánto tiempo demoró la usuaria en entender el tema del reportaje, donde se obtuvo que más de un 80% entendió el tema del sitio en los primeros 10 segundos de navegación.

¿Cuánto tiempo demoraste en entender el tema del sitio web?  
16 respuestas

16 respuestas



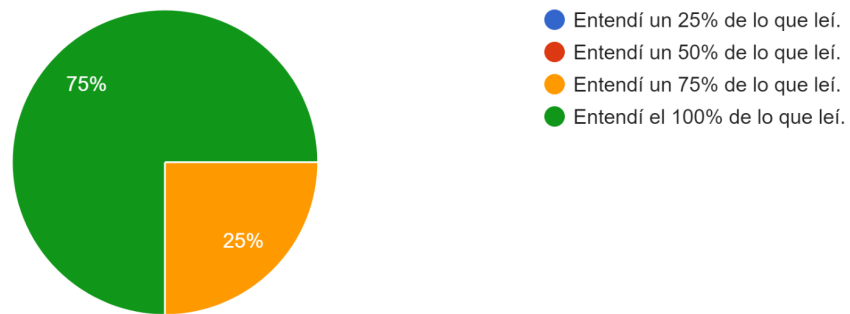
- Menos de 5 segundos.
- Entre 5 y 10 segundos.
- Entre 10 segundos y 20 segundos.
- Más de 20 segundos.

Además, al consultar “¿Qué fue lo que más te llamó la atención del sitio web?” se obtuvieron comentarios como “En concepto de que se le llamen a unos de los TCA "ana" y "mia"”, “Esta muy claro”, “La estética del sitio”, “Las letras que cambian de color, es facil de navegar”, “Las protagonistas”, “la organización o forma en que estaba desglosada la información”.

**Facilidad de lectura:** luego fueron consultadas por temas de lectura, en donde un 75% de las encuestadas entendió la totalidad de lo que leyó, y el 25% entendió tres cuartas partes de su lectura.

¿Qué porcentaje aproximado entendiste de lo que leíste?

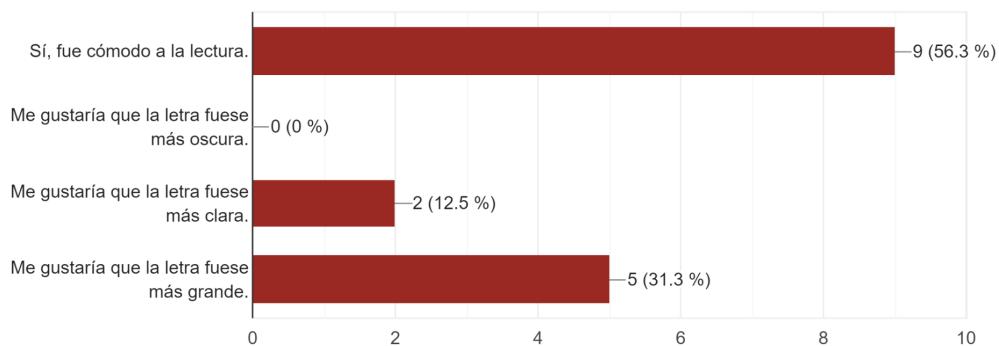
16 respuestas



Además, las encuestadas respondieron a la pregunta sobre el tamaño y color de la fuente, en donde hubo opiniones diversas, que luego fueron consideradas para modificarlas en el sitio web.

¿Consideras que el tamaño y color de la letra del texto fue cómoda para la lectura? (puedes seleccionar más de una opción)

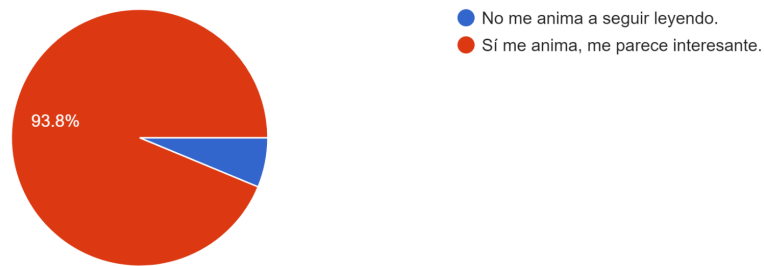
16 respuestas



Por último, de la totalidad de las encuestadas sólo una usuaria respondió que “no” a la consulta sobre si seguiría leyendo en el sitio web y si le parece interesante, lo cual reafirma la importancia del tema y de simplificar el contenido.

Con lo que alcanzaste a ver, ¿te animarías a seguir leyendo en el sitio web?

16 respuestas



Gracias a este ejercicio de usabilidad web, fue posible identificar si las decisiones gráficas y conceptuales definidas para este reportaje, estaban logrando el objetivo propuesto, y además, sirvió como un importante insumo para tomar nuevas determinaciones que logran facilitar aún más la lectura de las usuarias.

#### **4.6. Presupuesto: Costos de Producción**

Para concretar el desarrollo de este proyecto, fue necesario incurrir en una serie de gastos que serán revisados a continuación. En primera instancia, hubo que contar con un presupuesto base para la adquisición de herramientas que contribuyeran al proceso de investigación y a los requerimientos técnicos de implementación, y además fue esencial el trabajo humano que se necesitó para cada una de las etapas del reportaje, incluyendo el proceso mismo de reporte, el diseño y la producción.

Cabe destacar que este proyecto fue desarrollado únicamente por la autora del reportaje, Antonia Muñoz Castillo, sin embargo de igual manera se revisarán los costos de producción de recursos humanos de manera específica para lograr calcular el presupuesto requerido para un trabajo de esta índole, bajo el supuesto de que en el futuro, y pensando en la sostenibilidad del proyecto, lograr integrar a más profesionales al equipo que se hagan cargo de las áreas de diseño y producción.

##### **4.6.1. Proceso de investigación**

Los primeros insumos requeridos para el proceso de investigación fueron obras de bibliografía, que contribuyeron a un primer acercamiento y contextualización sobre el tema, a través

de los cuales se logró comprender a cabalidad la importancia del formato de este reportaje, y las grandes oportunidades que significan realizar un proyecto de carácter digital.

El primero es una serie de ensayos referidos a la participación de las mujeres en el mundo digital, llamado “Internet en código femenino”, y el segundo es un libro de Marta Peirano llamado “El enemigo conoce el sistema”, sobre las principales características de la red, construida bajo un sistema monitoreado y controlado por un reducido grupo de empresas.



#### 4.6.2 Requerimientos técnicos

Para el desarrollo técnico de este proyecto, fue necesario adquirir una serie de herramientas que permitieran tanto el proceso de investigación, reporte y la implementación del reportaje en la plataforma web.

En primer lugar, se tuvo que buscar un plan a través de servidor para poder alojar el sitio web, y mediante el cual fue posible acceder a un dominio para el proyecto, además de una serie de plantillas gratuitas y plugins que contribuyeron a un mejor diseño y manejo técnico del gestor de contenido Wordpress. Debido a que todas estas características venían alojadas en un mismo plan, no fue necesario recurrir a la compra de dominio a través de NIC Chile, o a la compra de plantillas o plugins, pues sólo fueron utilizados elementos gratuitos de este tipo.

---

<sup>46</sup> Imágenes de las portadas de los libros utilizados en el pre reportaje de esta investigación a modo de contextualización.

Sobre el uso de imágenes, las fotos utilizadas a lo largo del reportaje fueron cedidas por las mismas entrevistadas (en el caso de la sección de Protagonistas), y las de cabecera del sitio fueron descargadas a través del banco de fotos gratuito Pexels.

En el futuro se planea integrar a este reportaje un podcast con estilo audiolibro, que relate los mismos pasajes escritos en el sitio web, y para ello también se considerará el uso de música de base, que acompañe a la historia. Para ello será necesario contar con licencias que permitan el uso de música, o utilizar audios con derechos liberados.

#### 4.6.3 Recursos humanos

En este punto es importante señalar que todo el desarrollo de este proyecto, desde el reporte hasta el diseño y montaje, fue realizado por la autora del reportaje, Antonia Muñoz Castillo, por ende el trabajo está concentrado en las horas de una persona.

En la tabla N°4 que se muestra a continuación se observa el desglose del costo del trabajo como investigadora, productora, diseñadora y community manager, que fueron todos los roles que se tuvieron que cumplir individualmente durante este proceso.

#### 4.6.4. Tabla N°4 de costos de producción

<b>Tabla de costos de producción (cálculo anual)</b>						
<b>Temporalidad</b>	<b>Categoría</b>	<b>Ítem</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Precio unitario</b>	<b>Precio total</b>	<b>Monto gastado</b>
Inicial	Pre reporte	Libro 1	1	\$6.800	\$6.800	\$6.800
		Libro 2	1	\$12.000	\$12.000	\$12.000
Mensual	Recursos tecnológicos, montaje y diseño web	Zoom premium mensual	12	\$14.626	\$137.113	\$137.113
		Plan de	12	\$52.000	\$624.000	\$624.000



		internet hogar mensual				
	Recursos humanos (valor mensual part time)	Investigadora	80 hrs	\$4.200	\$336.000	\$336.000
		Productor	80 hrs	\$4.200	\$336.000	\$336.000
		Diseñador	80 hrs	\$4.200	\$336.000	\$336.000
		Community Manager	40 hrs	\$4.200	\$168.000	\$168.000
Anual	Servidor	Webhosting	1	\$26.069	\$26.069	\$26.069
<b>Valor total gastos mensuales (primer mes)</b>		\$1.981.982				
<b>Total anual</b>		14.918.009				

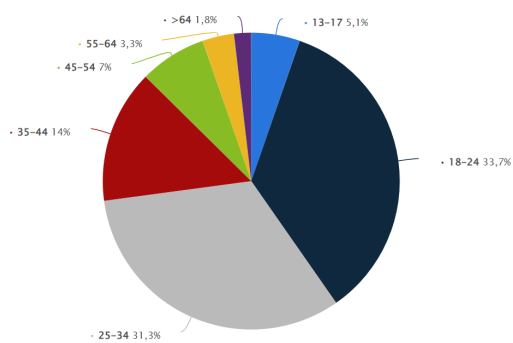
## CAPÍTULO 6: Estrategias de difusión.

Una de las decisiones más complejas a lo largo del desarrollo de este proyecto, fue discernir sobre la difusión del trabajo. En efecto, no se consideraron estrategias de difusión de prensa, ni tampoco publicaciones pagadas en ningún medio, pues no se justificaba debido al carácter abierto del reportaje.

Al respecto, se revisó la posibilidad de generar difusión a través de redes sociales, pero una de las primeras piedras de tope, fue que justamente el tema central del trabajo alude a una responsabilidad significativa de los contenidos de redes sociales como gatillantes de efectos nocivos relacionados a los trastornos de conducta alimentaria, la gordofobia y la apología a la delgadez. Pese a ello, fue necesario pensar algún mecanismo para dar a conocer el proyecto y posicionarlo en los motores de búsqueda, más allá de la escritura SEO.

### 6.1 Plan de difusión

De esta manera, se tomó la decisión de difundir el reportaje sólo a través de una red social: **Instagram**. Pese a que es una de las más mencionadas y sus contenidos son bastante criticados por parte de la autora, si resulta una herramienta útil para hacer difusión de un trabajo que justamente pretende educar en torno a este problema. Además, es innegable el alcance que logra con el público objetivo de este reportaje.



© Statista 2023

47

Según datos de la agencia Statista.com, especializada en marketing digital, al 2023, la mayor concentración porcentual de usuarios por edad se encuentra en los intervalos de 18-24 años (33,7%) y de 25-34 años (31,3%) en Instagram.

<sup>47</sup> Distribución porcentual de los usuarios de Instagram en el mundo en 2023, por edad.

<https://es.statista.com/estadisticas/875258/distribucion-por-edad-de-los-usuarios-mundiales-de-instagram/>



Considerando que todas las entrevistas testimoniales fueron a mujeres dentro de estos intervalos, y que la mayoría de los TCA inician a edades tempranas o en la adolescencia, esta red social fue considerada dentro del plan de difusión, para darle un mayor nivel de alcance. De esta manera, se pretende generar post con cifras de prevalencia de TCA, explicativos del proyecto de ley, descripción del panorama nacional, etc. Así, se generará interés por el tema y se conducirá a los usuarios de la red social al sitio web del reportaje.<sup>48</sup>

Sumado a lo anterior, para lograr un buen posicionamiento del reportaje en los motores de búsqueda, se utilizó el plugin Yoast que contribuye a un mejor manejo de la escritura SEO para que el sitio web aparezca con mayor facilidad para las y los usuarios. Para ello, se definieron palabras clave en cada página y entrada, y se fueron revisando y aplicando las recomendaciones de esta herramienta.

A futuro se considera la creación de una cuenta de Spotify Podcaster, y alojar allí distintos capítulos que relatan las secciones de reportaje, como una crónica sonora. Esto también podría generar un flujo hacia el sitio del reportaje, y contribuirá a lograr una pieza más inclusiva y con diversidad multimedial. En el capítulo siguiente se revisará ese punto.

Además, para lograr una mayor difusión del proyecto, se tiene en consideración generar varias acciones para dar mayor visibilidad del tema y del reportaje mismo.

---

<sup>48</sup> Cuenta de Instagram del proyecto el día de su creación.

- a) Realizar un hito de lanzamiento de la investigación, de manera tal en que se dé a conocer la existencia del sitio web.
- b) Organizar conversatorios con adolescentes o población de riesgo de TCA, alertando sobre sus riesgos y visibilizando las historias del reportaje.
- c) Postular el trabajo al Premio Periodismo de Excelencia de la Universidad Alberto Hurtado, y además gestionar la publicación del reportaje en revistas o medios digitales asociados a la Facultad de Comunicación e Imagen (FCEI) como Doble Espacio o Radio JGM.

## **CAPÍTULO 7: Consideraciones éticas y elementos multimedia.**

Escribir sobre trastornos de conducta alimentaria es un desafío en múltiples sentidos. Por un lado la escasa información oficial disponible para evaluar su evolución, y por otro, las continuas disyuntivas éticas que debieron ser resueltas durante el desarrollo del proyecto, en especial en la elección de los elementos multimedia.

A continuación, se presentan los principales lineamientos éticos que condujeron la redacción de este reportaje así como las decisiones y definiciones a lo largo del proyecto, las cuales no sólo tienen que ver con una correcta utilización del lenguaje y un filtro adecuado de la información de las entrevistadas, sino que también contempla un buen uso de imágenes, nombres y, en este caso, también las cifras de medidas corporales entregadas por las fuentes.

### **7.1. Uso de imágenes**

El proceso de decidir qué elementos gráficos serían adecuados para este reportaje tardó varias semanas. Primeramente se identificó que gran parte de los resultados al buscar “trastornos de conducta alimentaria” en motores de búsqueda, daban como resultado fotos de dibujos un tanto caricaturizados, imágenes de platos de comida sana y mujeres mirándose al espejo. Cabe destacar que prácticamente todas las fotos que aparecen de esa búsqueda están centradas en mujeres.

Luego, se pensó incorporar imágenes de las entrevistadas, sin embargo surgió la disyuntiva en torno a las dificultades que podrían aparecer en torno a la percepción del cuerpo, no sólo de aquellas mujeres que dieron su testimonio, sino también de las usuarias que podrían tender a comparar sus físicos con los de las entrevistadas, y generar un juicio de valor en torno a su suficiencia.

Otra de las opciones fue integrar a un/a ilustradora para conversar ideas y generar íconos representativos de cada una de las entrevistas, de manera tal en que ninguna tuviese que mostrar su rostro o cuerpo. Sin embargo, luego de diseñar el primer Wireframe donde se consideró esta

idea, se llegó a la conclusión de que había cierta liviandad en mostrar dibujos y no la realidad, y la intención era reflejar los TCA de la manera en que son.

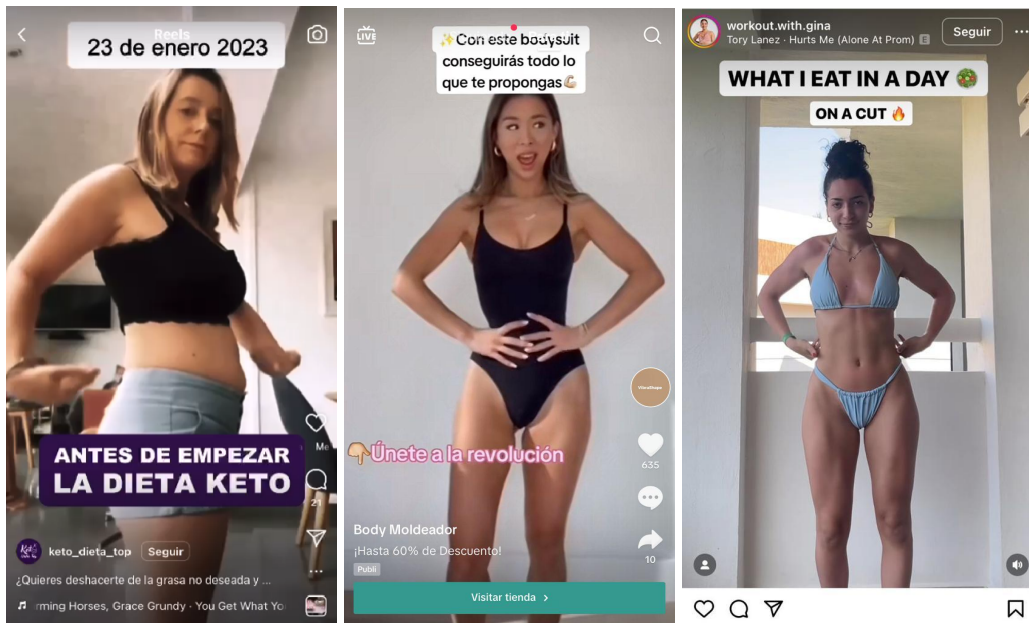
Finalmente, se llegó a una idea que causó gran aceptación por parte de las entrevistadas, que fue pedirles a cada una tres fotografías que las representaran, donde no necesariamente tenían que mostrar sus cuerpos. Así, llegaron imágenes de ellas con sus familias, cocinando, haciendo algún deporte, de objetos significativos, etc. Algunas incluso, se tomaron el tiempo de explicar por qué enviaban cada una de las fotos, por lo que esta actividad además generó una reflexión importante por parte de ellas y de su valor como personas. A continuación se muestran algunas de las fotografías que enviaron.



Por otro lado, durante todo el año que duró esta investigación, se realizó una recopilación continua de todos los contenidos que evocaran a la cultura de dietas, gordofobia y que amplificaran estereotipos de género. De esta manera, fue posible identificar decenas de publicaciones de este estilo, las cuales serán presentadas en el sitio a modo ejemplificador, especialmente a lo largo del reportaje central.

Algunas de las imágenes que se logró recopilar son de índole publicitaria, como aplicaciones para bajar de peso, contadores de calorías o mecanismos de ayuda para hacer ayuno. Otras, eran trends o contenido orgánico de los mismos usuarios de redes sociales. Ambas configuran un panorama de navegación a través de estas plataformas que es muy riesgoso para la salud mental de las personas.

Cabe destacar que esta autora encontró de manera reiterativa este tipo de contenidos, prácticamente cada vez que navegaba por alguna red social, lo cual se hacía aún más intenso al interactuar con la publicación, pero se escogieron los que grafican de mejor manera el problema.



## 7.2. Uso de audio

Otro de los elementos multimedia que se escogieron para el despliegue de este reportaje web, es el uso de archivos de audio, para generar mayor valor en la navegación. Dentro de las primeras definiciones está la incorporación de una narración grabada a las páginas de texto, de manera en que las y los usuarios cuenten con otro mecanismo de lectura del reportaje, que no sólo aporte desde el punto de vista de la diversidad de elementos, sino también a la accesibilidad web para usuarios con discapacidades visuales.

Para ello, fue necesario concretar una estrategia de comunicación en la cual los audios de este reportaje se alojaran en un mismo lugar, y a los que los usuarios pudieran acceder de manera independiente. Es por eso, que se decidió abrir un perfil de podcast en Spotify, para alojar el reportaje mediante diferentes capítulos, a modo de crónica sonora en distintos episodios, y al mismo tiempo poder insertar estos elementos a través del gestor de contenidos.

### **7.3. Tratamiento de nombres y peso**

Otra de las consideraciones que debieron tomarse en cuenta durante este proceso, es cuáles de las entrevistadas estaban realmente dispuestas a revelar su identidad para este proyecto. Primero se pensó preguntar una por una si querían que apareciera su nombre completo o no, pero luego se llegó a la conclusión de que no era necesario sobreexponer a las entrevistadas a entregar su identidad completa, pues lo importante eran sus historias.

De esta manera, la decisión fue sólo mantener los nombres de pila de las entrevistadas. Algo muy parecido a lo que hace La generación del hambre<sup>49</sup> en su sitio web, que también tiene que ver con un resguardo de identidad de los niños entrevistados por ser menores de edad. En este caso no hay entrevistadas menores de edad, pero no se justificaba entregar más información personal de ellas.

Sobre las veces que decían cifras de su peso o su estatura, se decidió omitir esa información a lo largo del reportaje, debido a la sensibilidad de estos datos, y a lo que podía provocar en otras mujeres. Por ejemplo, si una persona con trastorno de conducta alimentaria lee que otra mujer pesa menos que ella en un período de crisis, eso puede significar un contenido gatillante para la aparición de conductas de riesgo, por ello la determinación fue dejar aquello de lado.

Por supuesto, lo anterior excluye a los nombres de las fuentes especialistas y a las cifras que se refieran a prevalencia de la enfermedad, contexto nacional e internacional y datos de índole investigativo.

### **7.4. Recursos de salud mental**

Para el sitio web, se pensó incluir una categoría que fuese de recursos de salud mental, en donde se alojara información importante para lidiar con TCA o para familiares de personas que los padezcan, muy parecido a una de las páginas de “Proyecto Princesas”, que fue analizado en el benchmarking.

---

<sup>49</sup> Disponible en <https://www.connectas.org/especiales/la-generacion-del-hambre/>



Pese a que para este reportaje esto no fue incluido como una categoría, de igual forma parecía pertinente entregar algún tipo de información sobre dónde acudir si se tienen trastornos de conducta alimentaria, por lo que se tomó en consideración dejar en el footer del sitio el número telefónico de prevención del suicidio y de Salud Responde del ministerio de Salud, que cuentan con especialistas que pueden abordar de mejor manera el problema.

## **CAPÍTULO 8: Conclusiones y observaciones finales**

Luego de plantear los aspectos técnicos, conceptuales y metodológicos de este proyecto, a continuación se revisarán las principales conclusiones que surgieron de este trabajo, el cual implicó una serie de esfuerzos, pero que logró uno de sus objetivos principales: visibilizar a los trastornos alimenticios y los efectos de las redes sociales en mujeres que los padecen. Además, en este capítulo final, se establecen algunos mecanismos para lograr la sostenibilidad del proyecto.

### **8.1. Sostenibilidad del proyecto**

Para lograr dar continuidad a este proyecto, es necesario considerar varios aspectos, entre los que se encuentran el ámbito económico, la variabilidad del contenido y nuevas aristas temáticas.

En definitiva, sostener un proyecto de estas características implica un costo asociado a lo técnico, que integra la mantención del webhosting luego de un año, además del dominio del sitio web. Por otra parte, el trabajo periodístico y de desarrollo de contenido requiere de una retribución del valor de hora de la profesional a cargo, con ganancias con las que este proyecto no cuenta, pero que podrían evaluarse a través de publicidad u otros mecanismos como suscripciones. Cabe destacar que al ser un reportaje multimedia, este proyecto no contempla una actualización constante de contenidos como lo haría un medio de comunicación. Sin embargo, el trabajo sí podría venderse a otros medios para ser publicado como reportaje en diarios o revistas digitales, para darle mayor continuidad al proyecto.

Por otra parte, es necesario revisar qué contenidos podrían contribuir a sostener el reportaje, de manera tal en que las mujeres usuarias siempre encuentren información nueva al respecto, con el objetivo de crear una comunidad continua y mantener el reportaje en el *top of mind* de las personas. Esto podría hacerse a través del Instagram del sitio, o integrando nuevas categorías al sitio para disponibilizar actualizaciones de contenido, recomendaciones o nuevas entrevistas.

Por último, es necesario destacar las diversas aristas que fueron apareciendo a lo largo de la investigación que si bien este reportaje no contempla, podrían ser considerados para otros proyectos. Por ejemplo, un tema recurrente fue la relación entre los trastornos de conducta alimentaria y los deportistas de alto rendimiento, lo cual fue planteado por más de una entrevistada. Por otra parte, también fueron mencionados los TCA en contextos de adolescencias, especialmente considerando las nuevas formas de uso de redes sociales, donde muchos de ellos ya no suben fotografías a Instagram, sino que interactúan de formas diferentes con la plataforma. Por último, para futuras investigaciones, podría considerarse a los hombres, especialmente porque durante el reporteo hubo varios que manifestaron su interés en entregar su testimonio sobre este tema.

## **8.2. Conclusiones**

A lo largo de este proceso, fue cada vez mayor el convencimiento sobre la importancia de tratar este tema a nivel periodístico, y comunicarlo de manera sencilla a las personas. La falta de una cobertura integral de los trastornos de conducta alimentaria, así como también la ausencia de datos actualizados a nivel nacional en torno a estas enfermedades, y de leyes que las reconozcan como un problema de salud pública, refuerzan la necesidad de visibilizar este problema exponiendo las grandes consecuencias de no considerar estos trastornos dentro de una política nacional y abogando por las pacientes que deben pagar millones de pesos para acceder a tratamientos.

En definitiva, este fue un proceso complejo desde diversos puntos de vista. Primeramente el desafío de entregar información respecto a los trastornos de conducta alimentaria de manera cercana, sin caer en tecnicismos que no son comprensibles para gran parte de la población, y que no hacen más que dificultar la lectura de las y los usuarios, pero al mismo tiempo informar de manera precisa sobre los riesgos de este tipo de enfermedades y los contenidos de redes sociales.

En segundo lugar, abordar este proyecto de manera individual fue por lo menos, desafiante. Un proyecto de esta envergadura, merece contar con un equipo multidisciplinario y numeroso, que pueda hacerse cargo de aristas como la realización de las entrevistas y el reporteo, la

redacción propia del reportaje, la elección de recursos multimedia, la puesta en marcha del sitio web, los elementos de diseño, la difusión a través de redes sociales, etc. Todas las etapas del proceso tuvieron que hacerse por sólo una persona, lo cual no afectó el rigor con el que se desarrolló, pero sí dejó algunas posibilidades descartadas, como la realización de piezas audiovisuales.

Por otro lado, la complejidad que supuso el tratamiento periodístico de la información, considerando la sensibilidad del tema y que para muchas de las entrevistadas aún no estaba al 100% superado a nivel emocional. Esto fue un gran desafío, pues la empatía y la forma de abordar las pautas de preguntas y de ahondar en la información, debía tener especial cuidado en no generar un efecto negativo en las mujeres. En ese sentido, la experiencia personal de la autora sirvió en gran medida para lograr esa confianza.

Sobre este último punto referido a la experiencia testimonial de la autora, fue un constante reto lograr escribir sobre este tema sin generar un impacto negativo en la esfera personal. Por ello, resultó sumamente importante la terapia psicológica durante todo el proceso, no sólo por el apoyo emocional, sino que también por la ayuda que supuso aprender herramientas para abordar las entrevistas con el tono adecuado y demostrar empatía de manera pertinente. Separar la vida personal del trabajo investigativo, pero manteniendo la pasión por el tema, es uno de los mayores desafíos profesionales que ha enfrentado esta autora.

Cabe destacar que durante el desarrollo de este reportaje multimedia, ocurrió un suceso que aún no logra ser del todo esclarecido, y que en definitiva supuso una preocupación. La convocatoria y cierta parte del reporteo fue realizado a través de Instagram, de hecho las conversaciones para concretar las entrevistas fueron a través del chat de esa aplicación. Algunas semanas después de empezar con ese proceso, la cuenta de Instagram de quien escribe fue hackeada, así como también el correo electrónico asociado y, unos días después, también LinkedIn.

No hay forma de demostrar que esta investigación, que responsabiliza en gran medida a las redes sociales, haya tenido que ver con dichos problemas de seguridad, sin embargo es necesario

establecerlo como un antecedente importante, no sólo debido a los riesgos que supone trabajar a través de redes sociales, sino también debido a la relevancia de tomar resguardos y proteger la integridad de los profesionales de las comunicaciones.

Señalado lo anterior, la importancia de este reportaje, recae en la gran oportunidad que implica entregar este tipo de información de manera clara y simplificada a las usuarias. Este proyecto, pretende ser un espacio comunicacional confiable, que entregue bienestar a la población y que posicione una temática invisibilizada, que afecta diariamente a las mujeres usuarias de redes sociales.

Gracias a la información desplegada y concentrada en este reportaje, las y los usuarios tendrán la posibilidad de contar con las respuestas a aquellas preguntas que muchas veces se hicieron al navegar por redes sociales: ¿por qué me siento mal con mi cuerpo?, ¿por qué quiero ser como esas personas?, ¿por qué navegar por las redes me provoca inconformidad conmigo misma?, son cuestionamientos que este reportaje logra contestar, además de entregar las herramientas para comprender de mejor manera estas plataformas y para enfrentar de mejor manera la navegación por internet, con más seguridad, confianza y conocimiento.

## **Bibliografía**

Arcelus, J., Mitchell, A.J, Wales, J., Nielsen, S., (2011), *Mortality rates in patients with anorexia nervosa and other eating disorders. A meta-analysis*. Arch Gen Psychiatry 68, pp.724-731.

Baile Ayensa, J. I., & González Calderón, M. J. (2010). Trastornos de la Conducta Alimentaria antes del Siglo XX. *Psicología Iberoamericana*, 18(2), 19-26.

Energici, et. al. (2016), “Feminización de la gordura: estudio cualitativo en Santiago de Chile”, *Revista de psicología de la Universidad de Chile*.

Evia, V (2022), “Cuerpo, gordofobia y feminismo: los mandatos estéticos como formas de dominación patriarcal”, Universidad de la República de Uruguay, Facultad de psicología.

Ferrero, (2017) “Por qué la revolución de las mujeres se ha teñido de rojo”, *El País*.  
<https://smoda.elpais.com/feminismo/por-que-la-revolucion-de-las-mujeres-se-ha-tenido-de-rojo/>

Hudson Frías, Porath, Ortega-Gunckel (2022) “Periodismo, fuentes políticas y género en Chile. Una relación desproporcionada” [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0719-367X2022000200204](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0719-367X2022000200204)

Madrugá, Leis, Lambruschini, “Trastornos del comportamiento alimentario: Anorexia nerviosa y bulimia nerviosa”, Asociación española de pediatría.

Minadeo, Pope, (2022) “*Weight-normative messaging predominates on TikTok—A qualitative content analysis*”.

Montes de Oca, Urbina, (2015) “Periodismo de Salud: una práctica profesional en construcción”  
[http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0798-07522015000200007](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522015000200007)

Natansohn, G. (coord.) (2013) “Internet en código femenino. Teorías y prácticas”.

Pearce, J.M.S., (2004). “Richard Morton: Origins of anorexia nervosa. *European Neurology*”, 52, pp. 191-192.

Portal web 24 horas, “Tienda CMoran pide disculpas tras acusaciones de sexualizar a jóvenes en publicidad escolar” (2020)  
<https://www.24horas.cl/nacional/tienda-cmoran-pide-disculpas-tras-acusaciones-de-sexualizar-a-jovenes-en-publicidad-escolar-3939060>

Portal web Biobío Chile, “Monarch retira publicidad escolar acusada en redes de sexualizar a niña” (2020)  
<https://www.biobiochile.cl/noticias/sociedad/debate/2020/02/11/monarch-retira-publicidad-escolar-acusada-en-redes-de-sexualizar-a-nina.shtml>

Reuters Institute, University of Oxford, (2023) Digital News Report.  
<https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/es/digital-news-report/2023>

Romero, et. al., (2021) “Hospitalizaciones por anorexia nerviosa y nerviosa atípica en Chile durante los años 2017-2020”.

Voguel, Urrejola, Irribarra, (2022), “Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes chilenos: una epidemia silenciosa”  
<https://politicapublicas.uc.cl/content/uploads/2022/10/Arti%CC%81culo-Trastornos-conducta-alimentaria.pdf>

## Anexos

### 1.-Bosquejo de problematización de la investigación.

Conceptuales	Físicos
-Falta de regulación. -Cultura gordofóbica. -Contenidos de RRSS e internet.	-Consecuencias a la salud física. -Dificultades de acceso y prevención. -Escasez de profesionales.

### 2.- Estructura del proyecto #LeyTCA.

- a) Concepto importante: prevención epidemiológica, violencia simbólica.
- b) Contexto e información sobre el tema:
  - i) Antecedentes.
  - ii) Factores que influyen en los TCA.
  - iii) Violencia simbólica (en este punto se mencionan las redes sociales)
  - iv) Consecuencias.
- c) ¿Qué busca el proyecto de ley?
  - i) Reconocimiento de los TCA como una enfermedad por parte del Estado.
  - ii) Que el Estado vele por su prevención, tratamiento e investigación.
  - iii) Que el Estado proteja de la violencia simbólica reproducida en la publicidad.
  - iv) Que exista capacitación de profesionales de la salud pública.
  - v) Que haya disponibilidad de horas de profesionales para el tratamiento de los TCA.
  - vi) Que existan programas de prevención desde la época escolar.
  - vii) Que se realicen investigaciones actualizadas en torno al tema.

### 3.-Entrevistas.

#### Preguntas para entrevistas testimoniales (varían dependiendo de la persona)

- 1.- Hazme un breve repaso por tu vida. Dónde naciste, con quién vives, qué estudias.
- 2.- ¿En qué momento empezaste a sentir una relación diferente con la comida o con tu cuerpo? ¿Cómo te diste cuenta?
  - ¿Cuál crees que es el factor que más influyó en la aparición de tu TCA? (Familia, redes sociales, amistades)

- 3.-¿Cómo fue el momento de tu diagnóstico? ¿Qué sentiste?
- 4.-¿Cuánto tiempo del día dedicas a las redes sociales y cuáles son las que más usas?
- 5.- ¿Cómo describirías el contenido que ves en redes sociales? ¿Qué tipo de videos te aparecen en tiktok, en tus reels, o qué fotos en tu pinterest?
  - ¿Cómo era el contenido antes de tu diagnóstico?
  - Cuando fuiste diagnosticada, cambió el contenido de tus rrss?
  - ¿Consideras que el tiempo que pasas en redes sociales influye en más conductas relacionadas al TCA?
- 6.- ¿Sientes que los cuerpos que ves en redes sociales son diversos o más bien se parecen entre ellos?
- 7.- ¿Crees que el contenido que consumes en redes sociales contribuye a tu construcción de un ideal de cuerpo?
- 8.- ¿Alguna vez te has topado con consejos de dietas o ejercicios poco saludables en redes sociales? ... ¿Intentaste alguno de estos consejos?
- 9.-¿Alguna vez te topaste con contenido con los conceptos “Ana y Mia” referidos a trastornos alimenticios?

#### **Preguntas para entrevistas profesionales de la salud física (nutricionistas)**

- 1.-¿De qué manera la cultura de dietas afecta en la aparición de trastornos de conducta alimentaria?
- 2.-¿Cuáles son los riesgos de los trastornos de conducta alimentaria a la salud física de una persona?
- 3.-¿Qué tan riesgoso puede llegar a ser hacer dietas sin supervisión o guía de un especialista, considerando la gran cantidad de pautas que rondan por internet?
- 4.-¿Cuál crees que es la razón de que los TCA sean más prevalentes en mujeres?
- 5.-¿Consideras que las redes sociales propician conductas de riesgo relacionadas a la alimentación?
- 6.-¿Por qué hay conductas para bajar de peso que se viralizan tan rápido, como el uso del Ozempic o el consumo de otras sustancias, y cuáles son las consecuencias a la salud pública de estas tendencias?
- 7.-¿Crees que los trastornos de conducta alimentaria, considerando el acceso a profesionales, a información y la cultura, es un problema de salud pública?

#### **Preguntas para profesionales de la salud mental (psicólogas y psiquiatras)}**

- 1.- Cuéntame sobre tu trabajo, ¿En qué área te desempeñas y qué te llevó a interesarte por los trastornos de Conducta Alimentaria?
- 2.-¿Cuáles son los principales síntomas que permiten identificar la aparición de un TCA? ¿Cuándo se deben levantar alertas?
- 3.-¿Cuáles son los riesgos de los trastornos de conducta alimentaria a la salud física de una persona? Considerando también el uso masivo de métodos de baja de peso como el Ozempic o Saxenda, y su rápida viralización a través de redes sociales.



4.-¿Qué factores sociales propician la aparición de trastornos de Conducta Alimentaria? (Publicidad, cultura familiar, películas, amistades, etc.)

5.-¿Qué sector de la población es más propenso a la aparición de TCA y por qué?

6.- ¿Cuál crees que es la razón de que los TCA sean más prevalentes en mujeres?

7.- ¿Cuál es el impacto de las redes sociales en las vidas de las y los adolescentes? ¿Qué rol juegan en sus vidas?

8.- ¿Cómo influyen las redes sociales en la construcción de un “ideal de cuerpo perfecto” en el imaginario social?

9.- Con las condiciones que existen hoy en cuanto a acceso, disponibilidad de información y cultura, ¿son los trastornos de la Conducta Alimentaria un problema de salud pública? ¿Hay dificultades de acceso a tratamiento?

### **Preguntas para entrevistas a especialistas en navegación digital (académicos y activistas)**

1.-¿Cuál es el impacto cultural de las redes sociales y cuál es el rol que juegan estas plataformas en la vida de las personas?

2.-¿Considera que existe un sesgo de género en cuanto a los contenidos de redes sociales? ¿Por ejemplo, el algoritmo prioriza contenido más feminizado para las mujeres?

3.-¿Consideras que las redes sociales influyen en el imaginario colectivo construyendo narrativas que se establecen como “correctas”, por ejemplo en temas de imagen corporal?

4.-¿Es posible que los Estados se hagan cargo de una regulación de contenidos en redes sociales? ¿o existen limitaciones para regular aplicaciones de empresas internacionales como TikTok, instagram o Facebook?

5.-¿Qué relación tienen las redes sociales con los derechos humanos de las personas? ¿Son un aporte, un factor de riesgo o depende del uso?

6.-¿Consideras que las compañías dueñas de las redes sociales deberían hacerse cargo de una mayor regulación de contenidos?

7.-Considerando casos como The Facebook files, en donde nos enteramos de que efectivamente Instagram incide negativamente en el autoestima de las niñas adolescentes, ¿qué responsabilidad tienen las empresas de redes sociales de incentivar estudios de consumo y contenido y de socializar esta información?

#### 4.- Otros proyectos revisados para el Benchmarking.

- a) **Cristina, paciente con TCA "te aislas hasta tal punto que llegas a perder la conciencia de quien eres. Necesitamos que la sanidad pública no nos deje solos"- Cadena Ser, 2022<sup>50</sup>**

Observaciones: este reportaje es muy acotado. El enfoque parecía interesante pero no contenía la cantidad de información suficiente para ser analizado.

- b) **Vivir con un trastorno alimentario: "Me di cuenta cuando me miré al espejo y vi la muerte"- El País 2022<sup>51</sup>.**

Observaciones: Si bien este reportaje tenía una multiplicidad de fuentes y estaba escrito con hipertexto, su análisis no era idóneo para el benchmarking porque le hacía falta mayor diversidad de contenidos multimedia, sólo tenía fotos.

- c) **El trampolín de las redes sociales a los trastornos alimentarios- El País 2022<sup>52</sup>**

Observaciones: el tema de este reportaje se asemeja mucho al del proyecto, sin embargo tiene escasez de elementos multimedia, por ende su análisis funcionaría sólo en cuanto al contenido.

- d) **Ana y Mia, princesas de Internet- El País 2009<sup>53</sup>.**

Observaciones: Este reportaje es antiguo y no contiene ningún elemento multimedia, sólo texto y una imagen referencial al final.

- e) **Trastorno por atracón: "Para parar los atracones, tendrás que parar las restricciones"<sup>54</sup>- La Tercera 2021.**

Observaciones: este reportaje no cuenta con ningún elemento multimedia, sólo con una foto de portada, así que se escogió otra nota del mismo medio.

- f) **Mi (otro) trastorno alimenticio- La Tercera, 2018<sup>55</sup>.**

Observaciones: párrafos demasiado largos, no está escrito con formato digital. Contiene sólo dos fotos. Se escogió otro reportaje del medio.

---

<sup>50</sup>

<https://cadenaser.com/2022/03/30/cristina-paciente-con-tca-te-aislas-hasta-tal-punto-que-llegas-a-perder-la-conciencia-de-quien-eres-necesitamos-que-la-sanidad-publica-no-nos-deje-solos/>

<sup>51</sup> Autora: Jessica Mouzo

[https://elpais.com/salud-y-bienestar/2022-11-26/vivir-con-un-trastorno-alimentario-me-di-cuenta-cuando-me-mire-a-l-espejo-y-vi-la-muerte.html?event\\_log=oklogin](https://elpais.com/salud-y-bienestar/2022-11-26/vivir-con-un-trastorno-alimentario-me-di-cuenta-cuando-me-mire-a-l-espejo-y-vi-la-muerte.html?event_log=oklogin)

<sup>52</sup> Autora: Inés Sánchez-Manjavacas Castaño

[https://elpais.com/salud-y-bienestar/2022-12-30/el-trampolin-de-las-redes-sociales-a-los-trastornos-alimentarios.html?event\\_log=oklogin](https://elpais.com/salud-y-bienestar/2022-12-30/el-trampolin-de-las-redes-sociales-a-los-trastornos-alimentarios.html?event_log=oklogin)

<sup>53</sup> Sin firma. [https://elpais.com/sociedad/2009/04/04/actualidad/1238796001\\_850215.html](https://elpais.com/sociedad/2009/04/04/actualidad/1238796001_850215.html)

<sup>54</sup> Autora: Andrea Hartung.

<https://www.latercera.com/paula/trastorno-por-atracon-para-parar-los-atracones-tendras-que-parar-las-restricciones/#>

<sup>55</sup> Autora: Rita Cox <https://www.latercera.com/paula/mi-otro-trastorno-alimentario/>

**g) Aitziber y Alexandra, 30 años luchando contra la anorexia y otros TCA- GasteizHoy 2023<sup>56</sup>.**

Observaciones: el reportaje contiene imágenes muy crudas que podrían herir sensibilidades de algunos usuarios. Sólo posee imágenes. No vale la pena incluirlo dentro del Benchmarking.

**h) La trampa del IMC: Una herramienta obsoleta para evaluar la salud- La Tercera 2023.<sup>57</sup>**

Observaciones: no posee diversidad de elementos multimedia. Se escogió otro reportaje de LT.

**i) Gordofobia en la atención médica: “Hay gente que va al dermatólogo porque tiene acné y la mandan a la casa con una dieta. Eso es discriminación”- La Tercera 2021<sup>58</sup>**

Observaciones: no posee más elementos multimedia que la foto de portada. Los párrafos son muy extensos y casi no existe hipertexto. Se escogió otro reportaje del medio.

**5.-Tabla de análisis comparativo de Benchmarking**

<b>Reportaje/ análisis</b>	<b>Proyecto Princesas</b>	<b>Reportaje rtve</b>	<b>La generación del hambre</b>	<b>Reportaje La Tercera</b>
<b>Elementos Multimedia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Uso mayoritario de fotografías.</li> <li>-Las entradas son mayoritariamente texto.</li> <li>-No hay archivos de audio.</li> <li>-No hay vídeos.</li> <li>-Contiene un calendario de eventos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Posee un archivo multimedia de la radio de rtve relacionados al tema, con un tema relacionado a los TCA.</li> <li>-Posee un video de un reportaje emitido por la cadena RTVE.</li> <li>-El texto contiene destacados,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Posee 9 infografías y una de ellas es interactiva.</li> <li>-Contiene una gran cantidad de fotografías producidas por los autores y destacados de información importante a lo largo del texto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Sólo posee dos imágenes estilo collage.</li> </ul>

<sup>56</sup> Autora: Iera Agote <https://www.gasteizhoy.com/tca-trastorno-conducta-alimentaria-euskadi/>

<sup>57</sup> Autora: Patricia Morales <https://www.latercera.com/paula/la-trampa-del-imc-una-herramienta-obsoleta-para-evaluar-la-salud/>

<sup>58</sup> Autora: Andrea Hartung <https://www.latercera.com/paula/gordofobia-en-la-atencion-medica-hay-gente-que-va-al-dermatologo-porque-tiene-acne-y-la-mandan-a-la-casa-con-una-dieta-eso-es-discriminacion/>

		hipervínculos, uso de negrita y correcta separación de párrafos (no muy extensos).		
<b>Contenidos</b>	<p>-La mayoría de sus entradas son testimonios o consejos para lidiar con el TCA.</p> <p>-El enfoque es recuperativo y crítico con la sociedad.</p> <p>-No hay mucho aporte de cifras a los relatos.</p>	<p>-Carácter informativo, hay contraste de fuentes y uso de testimonios.</p>	<p>-Muy informativo.</p> <p>-Todas las aseveraciones se enmarcan en un contexto político social, y se respaldan con cifras.</p> <p>-Posee el testimonio de vida de 8 niños en desnutrición.</p>	<p>-Informativo, orientado a todo tipo de lector.</p> <p>-Posee una estructura narrativa que se construye a través de los relatos de las fuentes testimoniales y especialistas.</p>
<b>Uso del Lenguaje</b>	<p>-Se escribe dirigido a un “tu”.</p> <p>-Se distingue que la mayoría de las veces se dirigen a pacientes de TCA.</p> <p>-El lenguaje es simple.</p> <p>-Se refieren a los TCA como “enfermedad”.</p>	<p>-Está escrito en tercera persona.</p> <p>-Hay una crítica profunda al uso de redes sociales y a los filtros, lo cual se percibe en la elección de fuentes y citas.</p>	<p>-La escritura es testimonial, se cuentan las vivencias y observaciones de los periodistas in situ.</p> <p>-Gracias a ello, es posible empatizar mejor con el relato, sin caer en el morbo.</p>	<p>-Posee ciertos chilenismos muy ligados a la forma en que familiares se refieren a personas con TCA: “come como pajarito”, “niña mañosa”.</p>
<b>Arquitectura de información</b>	<p>-Posee 8 categorías superiores y un buscador.</p> <p>-Sólo una de las categorías posee entradas escritas y es la de “Blog”.</p>	<p>-Está dividido en subtítulos para dar mayor facilidad de lectura al usuari@.</p> <p>-Posee una estructura</p>	<p>-Las entradas se organizan a través de una gráfica interactiva con la imagen de una báscula, que contiene puntos en los pesos de</p>	<p>-No posee arquitectura de información propia, sólo es formato noticioso tipo diario.</p>

	<p>-La categoría del Blog, posee 11 subcategorías que dividen las entradas por tema.</p>	<p>deductiva, partiendo por lo general de los problemas que conllevan las RRSS, hasta los consejos de los especialistas.</p>	<p>los niños entrevistados.</p> <p>-Además poseen un menú con información del proyecto, como autores, metodología y galerías de fotos y videos.</p>	
<p><b>Aspectos visuales</b></p>	<p>-La misma paleta de colores del sitio es usada para las imágenes de las entradas.</p> <p>-Poseen un logo que además utilizan para generar merchandising.</p>	<p>-No posee elementos visuales propios, pero sí las imágenes concuerdan con el tema.</p>	<p>-Armonioso y sobrio. Colores y tipografía ad hoc al tema, sin mucha sofisticación.</p>	<p>-Collages son referentes al tema, pero podrían resultar sensibles para ciertos usuarios.</p>
<p><b>Difusión</b></p>	<p>-Instagram es su red social más activa, cuentan con 13.300 seguidores y generan gran cantidad de interacción con los usuarios.</p> <p>-Cuentan con un canal de YouTube que era muy activo hace 3 años, pero entre 2022 y 2023, sólo han subido un video.</p> <p>-Cuentan con página de Facebook y su periodicidad allí es de un post mensual. Cuentan con muy poca interacción, casi</p>	<p>-No posee mecanismos de difusión propios.</p>	<p>-No posee mecanismos de difusión propios.</p>	<p>-No tiene mecanismos de difusión propios.</p>

	<p>ningún comentario y en promedio, 5 likes por post. Se realiza un repost de las entradas del sitio.</p> <p>-En X (ex Twitter) repostean en su mayoría los mismos contenidos que en Facebook.</p>			
<b>Consideraciones</b>	<p><b>A considerar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-El proyecto es específico en el tema, y no pretende abarcar más, lo cual hace que el contenido sea abordable.</li> <li>-Poseen una categoría de “Recursos” con lecturas recomendadas para pacientes con TCA y para sus familiares.</li> <li>-Poseen un Linktree en su cuenta de Instagram, sin embargo no está actualizado.</li> </ul> <p><b>A mejorar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Posee un logo y un nombre poco llamativo y tiende a parecer lúgubre.</li> <li>-El contenido está escrito para personas con TCA, no para usuarios en general, se orienta a través de</li> </ul>	<p><b>A considerar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-La estructura narrativa hace llamativo el texto, y fomenta la continuidad de la lectura.</li> <li>-Posee elementos multimedia que no son una repetición del texto, sino que aportan al mismo con nueva información.</li> <li>-La narración se construye en base a los testimonios.</li> </ul> <p><b>A mejorar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-No cuenta con elementos visuales diversos (fotografías y videos)</li> </ul>	<p><b>A considerar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Elementos multimedia interactivos.</li> <li>-Respaldo de la información a través de contexto y cifras.</li> <li>-Propuesta visual ad hoc al tema.</li> <li>-Uso de recursos lingüísticos para atrapar al lector.</li> <li>-Cuidado ético con las imágenes.</li> </ul> <p><b>A mejorar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Entradas muy extensas.</li> <li>-Párrafos muy extensos.</li> <li>-Infografías con mucha información.</li> </ul>	<p><b>A considerar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Explicar descriptiva pero éticamente los tipos de TCA.</li> <li>-Escribir párrafos cortos con ideas concisas.</li> <li>-Narrar a través de testimonios.</li> </ul> <p><b>A mejorar:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Mayor diversidad de expertos.</li> <li>-Uso de fuentes más cercanas a la realidad nacional (aunque no hay mucha data en Chile).</li> </ul>

	<p>consejos.</p> <p>-Cuentan con una galería fotográfica que podría llegar a afectar las sensibilidades de las personas que entren al sitio, en especial las que tienen TCA.</p>			
--	--	--	--	--