

ESTILOS DE VIDA EN UN GRUPO DE PERSONAS ANOREXICAS PARTICIPANTES EN UNA PÁGINA VIRTUAL

LIFE STYLES IN A GROUP OF ANOREXIC PEOPLE THAT PARTICIPATE IN A VIRTUAL PAGE

ALEJANDRA BENAVIDES SÁNCHEZ Y DIANA CUEVAS DÍAZ*
UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA, BOGOTÁ, D.C. - COLOMBIA

FECHA RECIBIDO: 19/08/08

FECHA ACEPTADO: 10/10/08

RESUMEN

El presente estudio tuvo por objetivo conocer los estilos de vida de un grupo de personas anoréxicas participantes en una página virtual. Con quienes se realizó una recolección de información, utilizando la etnografía virtual como método, accediendo a foros interactivos que permitieron mostrar las prácticas y develar los pensamientos de éste grupo de personas, llegando a la conclusión que para los que padecen anorexia, ésta no es una enfermedad sino un estilo de vida. Adicionalmente se encontró que los participantes mantienen creencias y sentimientos personales en relación a la comida y a su percepción física, (miedo, dolor y culpabilidad) lo cual hace que se mantenga su trastorno.

Palabras clave. Trastornos de la conducta alimentaria, Anorexia Nerviosa, estilos de vida.

* Estudiantes de Sexto Semestre de Psicología. Facultad de Psicología, Universidad de San Buenaventura, Bogotá, D.C. dianwok111@hotmail.com; alebenasa@hotmail.com

ABSTRACT

The present investigation aimed to understand lifestyles of a group of anorexic people that participate in a virtual page; with whom it conducted to have a data collection using virtual ethnography as a method for having access to an interactive forums that allowed by accessing active forums that allowed the evidence to reveal the thoughts and practices of this group of people and also concluded that for those people that are suffering anorexia, this is not a disease but also a lifestyle. Additionally to this, it was found that the participants always maintain beliefs and feelings in relation to food and physical perception, (fears, pain and guilt), which leads them to maintain their disorder.

Keywords: Eating disorders, Anorexia Nervosa, lifestyles.

Para abordar el concepto de estilos de vida se retoma la definición realizada por la Organización Panamericana de la Salud quien los define como modos de vida de una persona que puede dar lugar a patrones de conducta que son beneficiosos o perjudiciales para la salud. Los comportamientos que tienen impacto en la salud se denominan habitualmente modos o estilos de vida, lo que significa que la persona es libre de elegir la forma de vivir que le gusta, la forma de pensar y las cosas que quiere hacer (hora de levantarse, hora en que descansa, tipo de alimentos que consume, clase de actividad física que practica, la forma en que se relaciona con los demás y la actitud que toma frente a los problemas), estas actividades, entre otras, puede afectar o modificar el estado de salud de los individuos acorde a como la persona decida ejecutarlas (Restrepo, 2001).

Los estilos de vida están determinados por factores sociales que comprenden el ser y que hacer de personas y grupos, de tal forma que es importante determinar cuáles de las relaciones o referencias son más determinantes respecto a la forma de actuar, pensar y sentir en una sociedad y una situación concreta, así como la formación histórica y la posesión de ciertos estilos de vida (Martín, 2001). Se consideran factores determinantes y condicionantes del estado de salud de un individuo en el marco de la vida cotidiana, por lo que se considera fundamental promover la salud para obtener posibilidades

de gozar de una buena cultura de la salud, involucrando de manera íntegra a la comunidad para impulsar patrones de conducta que lleven a una vida sana. De allí que se de una connotación de estilos de vida saludables a la forma en que la gente se comporta frente a la exposición de factores nocivos que representan riesgo para la salud y que determinan la salud física, mental y pública estando fuertemente vinculados y relacionados al bienestar humano, influyendo de esta manera en la forma de vivir de las personas, conductas que tanto individuales como colectivas, mejoran la calidad de vida, teniendo en cuenta que todo estilo de vida se basa en las relaciones habituales individuales, pautas de conducta aprendidas y estrechamente influenciadas por el núcleo familiar, la calle, la escuela y medios de comunicación (Castro, 2001).

A nivel social los estilos de vida, están afectados directamente por los diferentes costos que implica en los individuos iniciar y llevar nuevas formas de vida, además de la magnitud de problemas que emergen en torno a mantener una vida saludable, ya que es evidente que en la actualidad los trastornos mentales, entre ellos la anorexia, se configuran como un problema que tiene gran impacto en los individuos, familias, comunidades y la sociedad en términos de un sufrimiento que va más allá de las cifras y de la discapacidad que generan, pero que aun así se reflejan en aumento.

En el estudio realizado por el Ministerio de la Protección Social en el 2003, se hace referencia a la salud mental en Colombia, como la unión de pensamientos, sentimientos y comportamientos de una persona que se ven involucrados negativamente en la vida cotidiana de cualquier individuo, reflejando consecuencias y efectos que imposibilitan el desarrollo normal del ser humano. Por lo cual si una persona no se encuentra estable a nivel de salud mental, probablemente su funcionalidad se vea afectada. Teniendo en cuenta el estudio, se establece una estadística que indica que aproximadamente 450 millones de personas a nivel mundial padecen algún tipo de trastorno mental y es una minoría la que recibe tratamiento profesional. Por tal razón se especifica que en el mundo las personas que se ven afectadas por algún trastorno mental, se están viendo rechazadas a

nivel social, convirtiéndose en víctimas de discriminación y estigmatización (Posada, Gómez & Gómez, 2003).

La anorexia nerviosa, según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-IV TR), se define como un trastorno caracterizado por las alteraciones de la conducta alimentaria. Este manual se centra específicamente en la clasificación de tres tipos de trastornos como lo son la anorexia nerviosa (AN), la bulimia nerviosa (BN) y un tercero no especificado (TECANE).

Teniendo en cuenta este orden se describe la anorexia como un trastorno que se caracteriza por "el rechazo a mantener un peso corporal mínimo normal, un miedo intenso a ganar peso y una alteración significativa de la percepción de la forma o tamaño del cuerpo." Es apropiado explicar que este manual aclara no estar de acuerdo con el término de "anorexia", se considera que no es el apropiado porque es rara la pérdida de apetito en este trastorno, sino lo que hace la persona anoréxica es restringirse y cohibirse de consumir alimentos (APA, 1998; p: 553). Otra definición que se le da a este trastorno es la realizada por Davison, (2004) quien lo define como la pérdida de apetito, haciendo referencia al concepto de anorexia y le da razones emocionales al concepto de nerviosa.

Según Pichot (1998), en el DSM-IV existen dos tipos, la primera se denomina de tipo restrictivo, la cual se presenta cuando el individuo pierde peso a través de dietas, ayunos o ejercicio excesivo. Mientras que la anorexia de tipo compulsivo/purgativo se evidencia cuando el sujeto recurre a lo que se denomina atracones o purgas, provocando de esta manera el vómito o la utilización de diuréticos y/o laxantes de manera excesiva.

Es común encontrar una relación significativa entre el trastorno de la conducta alimentaria y sus efectos en otras áreas; como en el estado de ánimo (depresión, retraimiento social, irritabilidad, insomnio, pérdida de interés por el sexo) y también puede asociarse con el trastorno obsesivo compulsivo (TOC) al tener restricción en la comida y/o colección de recetas o dietas de

alimentos. Cuando las obsesiones y compulsiones se presentan en relación a la silueta corporal o peso se puede diagnosticar que el individuo posee además de la anorexia nerviosa un TOC (Davison, 2004).

Se han encontrado aspectos sociales que influyen en los desórdenes alimenticios de forma significativa, como cierto tipo de valores socioculturales, actuales y familiares donde se evidencia el deterioro, la alteración o restricción de relaciones interpersonales y la evitación de las situaciones sociales (Gismero, 1996).

Igualmente, se ha evidenciado que las tendencias culturales actuales y los estándares estéticos han cambiado y variado a través del tiempo, por lo cual las mujeres en su gran mayoría tienden a imitar estos modelos para cumplir con sus ideales (Rivalora & Pena, 2006). Teniendo en cuenta lo anterior se resalta una investigación que concluyó que los casos de los trastornos de la conducta alimentaria se dan en un 90% en mujeres jóvenes, en familias de nivel socioeconómico alto y con un ambiente social competitivo, características por las cuales las mujeres consideran que la felicidad y el éxito están determinados en gran medida por su apariencia física y su imagen corporal (Barlow, 2006).

Para darle una explicación viable a los trastornos de la conducta alimentaria, algunos autores como Morales (1999), han atribuido ciertos aspectos sociales en su ilustración al decir que el individuo esta sujeto a la modificación y la transformación que se realiza en el transcurso de la vida y el cual se hace posible gracias a los procesos de socialización, ya que no se manifiesta de manera unilateral, sino que se da como un proceso dialéctico. Esto quiere decir que desde un principio toda persona establece una relación interactiva con lo social, siendo evidente las múltiples contradicciones que se suscitan entre el individuo y la sociedad.

Asociado a lo propuesto anteriormente, surge otro planteamiento descrito por Barlow (2006), quién describe que para el desarrollo de los trastornos alimentarios en general se destacan dos influencias. La principal que es

la biológica la cual se entiende como la vulnerabilidad hereditaria a tener una respuesta neurobiológica inestable o excesiva a la tensión asociada con comer de forma compulsiva. La segunda es la influencia psicológica que aborda dos aspectos como lo son la ansiedad concentrada en la apariencia y presentación ante los demás y en segunda medida la imagen corporal distorsionada. Por lo anterior es pertinente destacar que la anorexia nerviosa es un trastorno que interviene en todas las áreas de ajuste del ser humano, por tal razón cualquier situación puede verse afectada de acuerdo al comportamiento que asuma el individuo.

Problema

¿Cual es el estilo de vida de un grupo de personas anoréxicas que participan en páginas virtuales asociadas a éste tema?

Objetivo General

Conocer el estilo de vida de un grupo de personas anoréxicas que participan en una página virtual relacionada con el tema de la anorexia y la bulimia

MÉTODO

Tipo de Investigación

Este estudio es de tipo cualitativo, donde se utilizó la etnografía virtual como método para recoger información pertinente para la investigación. La etnografía hace alusión tanto a una forma de actuar en la investigación de campo, como al producto final de la actividad investigativa, que se caracteriza por ser una metodología fundamental de la investigación social y cultural. A través de la etnografía el investigador trata de conocer la trama de significados y materiales que conforman la cultura del colectivo que estudia. Por lo cual se considera que la etnografía es mucho más que una herramienta para recolectar datos y no debe ser considerada como un método, sino más bien como un enfoque en el que se encuentran método y teoría (Ferrada, 2005).

Participantes

Los participantes para esta investigación fueron un grupo de mujeres y hombres con anorexia, que pertenecen a las páginas virtuales:

- <http://www.nutricion.pro/08-02-2008/alimentos/trucos-pro-ana-y-pro-mia>
- <http://www.pandeblog.net/internet/blogosfera/2006/01/tips-de-las-pro-anas-para-enganar-a-sus-allegados/>
- <http://www.rollery.com/blog/pro-ana-pro-mia-y-la-tuya/>
- <http://www.opinion/2006/03/los-mandamientos-ana/#comments>

Las cuales tienen como tema principal en sus conversaciones la vivencia con relación a este trastorno alimentario. Para el desarrollo de la investigación no se tuvo en cuenta ningún tipo de restricción sociodemográfica, la única condición fue que cada persona participara en los foros que promueven la anorexia.

El ingreso de los participantes a las páginas es voluntario y sin ninguna restricción por lo tanto no se pudo disponer constantemente de ellos y continuamente se contó con nuevos integrantes.

Instrumentos

Para conocer el estilo de vida de un grupo de personas anoréxicas pertenecientes a una página virtual, se utilizó como herramienta de recolección de información distintos foros interactivos, que cumplieron con la función de integrar a personas con este tipo de trastorno alimenticio, donde los participantes (Ana y Mía), como se hacen llamar en su orden las personas con anorexia y bulimia, expresaron sus conductas y pensamientos, dando a conocer sus estilos de vida, contribuyendo de esta manera al desarrollo de la investigación.

Procedimiento

Fase I: Conociendo el objetivo de estudio se realizó una búsqueda exhaustiva en internet, con el interés de elegir la mejor página virtual que proporcionara información relevante para el desarrollo de la investigación. Posteriormente se realizó un cuadro de categorías, en el que se pudo clasificar las preguntas a realizar y de interés para la investigación con el cual se pudo contrastar la teoría, los relatos y la opinión personal.

Fase II: Utilizando los foros, se adquirió información con las personas que ingresaron y participaron en las páginas virtuales, donde se logró extraer relatos de personas que tienen trastornos de la conducta alimentaria (anorexia).

Fase III: Con la información obtenida a través de las conversaciones y puntos de vista de los participantes se procedió a la clasificación y organización de los datos obtenidos a través de los cuales se logró dar a conocer los diversos estilos de vida que practican, sus vivencias y pensamientos dándole una respuesta a la pregunta formulada y al desarrollo de los objetivos planteados al inicio de esta investigación.

RESULTADOS

A continuación se muestra de manera textual la información obtenida en las páginas virtuales, la cual se basó en el cuadro de categorías iniciales donde se tuvo en cuenta las categorías principales (anorexia y estilos de vida). De acuerdo con esto se crearon unas subcategorías (comportamiento- modos de vida- libre elección del individuo- cognitivo-emoción), las cuales permitieron clasificar la información pertinente para la investigación y dar respuesta al objetivo del presente estudio.

Tabla 1. Categorías de investigación iniciales.

| Categoría | Subcategoría | Comentarios |
|-----------------|--|---|
| Estilos de Vida | Modos de Vida: (Beneficios y Perjuicios) | <p>"El simple hecho de ver q mis pantalones viejos me entran me hace feliz".</p> <p>"Es tan grato pesarme cada día y saber q e bajado de peso".</p> <p>"Ser ana, ser mia o ambas es más que un estilo de vida, es casi como una religión".</p> <p>" Seremos unas princesas.... Por eso hacemos todo esto... aunque nos duela.. El dolor lo tenemos merecido por ser unas cerdas asquerosas".</p> <p>"Me ha costado mucho aceptar q no tengo la culpa de esto, me cuesta mucho superar la vergüenza q me causa este problema porque me siento incomprendida por mucha gente q no sabe d lo q habla así q le pido a aquellas personas q juzgan sin saber q se guarden sus comentarios hirientes no saben d lo q hablan. Sólo una persona q pase por esto sabe lo q se siente y no se lo deseo a nadie".</p> |
| | Libre elección del individuo (Hacen-Gustan-Piensen) | <p>"Lo estamos consiguiendo y justamente con nuestros "trucos sin fundamento" lo logramos!!</p> <p>Seremos unas princesas... Por eso hacemos todo esto... Aunque nos duela... El dolor lo tenemos merecido por ser unas cerdas asquerosas... Porque nadie dijo q ser princesa fuera fácil... Aguantamos todo y lo seguiremos haciendo.. Ya no somos una minoría somos grandes!!!!!!".</p> <p>"Lo estamos consiguiendo y justamente con nuestros "trucos sin fundamento" lo logramos!!! Seremos unas princesas.... Por eso hacemos todo esto... aunque nos duela.. El dolor lo tenemos merecido x ser unas cerdas asquerosas...porque nadie dijo q ser princesa fuera fácil... aguantamos todo y lo seguiremos haciendo.. Ya no somos una minoría somos grandes!!!!!!".</p> |

Esta tabla continúa en la siguiente página →

| Categoría | Subcategoría | Comentarios |
|-----------------|--|--|
| Estilos de Vida | Libre elección del individuo (Hacen- Gustan- Piensan) | <p>"No me importa , prefiero morirme antes que ser obesa y fea, mirad si os digo la verdad a mi me parece bien esto de la anorexia :(porque el mundo ahora es muy complicado y solo triunfan las chicas flacas y altas.</p> <p>"Si sientes muchísima hambre, lávate los dientes con pasta que tenga un fuerte sabor a menta, con el sabor que te deja y lo bien que se te queda la boca te olvidarás del hambre".</p> <p>"Uno crea su blog por que a veces necesitas gritar lo que te pasa y pues es difícil decírselo a alguien por que simplemente sabemos que esta mal pero a nosotras nos gusta estar así yo eh estado muchas veces mal.... Con ganas de desahogarme".</p> |
| Anorexia | Comportamiento: (Conducta alimentaria y actividad física que realiza) | <p>"Entiendan cada ana y mia tiene maneras de expresarse lo único es respetarlas porque si es un estilo de vida por que es algo que lleva una constancia y aunque sea malo disfrutas continuar".</p> <p>"hola yo quiero ser ana y mia, mido 1.70 y peso 68 kilos ósea puerquísima, y aparte tengo cuerpo de pera y me choca, quiero que me pasen tips para darme ánimos gracias"</p> <p>"además nuestras dietas si sirven y solo buscamos la perfección".</p> <p>"Tomate una foto y obsérvala cada vez que te entren ganas de comer".</p> <p>"Por cada mordisco o cada cantidad de comida que te lleves a la boca bebe un trago de agua, así te saciaras antes y evitaras perder el control y comer mas de la cuenta".</p> <p>"Recomiendo tomar te verde, te rojo y te negro, si tienes ansiedad tómalo lento MUY LENTO por lo que es infusión te sentirás llena y son digestivos (ayudan bastante a la combustión de grasas).</p> |

Esta tabla continúa en la siguiente página →

| Categoría | Subcategoría | Comentarios |
|-----------|--|---|
| Anorexia | Comportamiento: (Conducta alimentaria y actividad física que realiza) | <p>No recomiendo que tomen gaseosas, tal vez las light no tengan calorías, pero tienen gas y eso produce celulitis (14 December 2007)".</p> <p>"plátano, galletas integrales, pasas, almendras, nueces y maní, tampoco bebidas energéticas, ni gaseosa light son rechazadas a diario por que aunque estos alimentos no contengan calorías producen celulitis, por esta razón solo pueden comer pan integral o árabe".</p> <p>"recomiendo el consumo del te verde, rojo o negro el cual se debe tomar muy lento ya que por infusión te sentirás muy llena y te ayudara a expulsar algunas grasas acumuladas".</p> |
| | Cognitivo: (Auto percepción y concepto) | <p>"Ahora estoy contento con mi cuerpo, pero aun me siento gordo me duele estar así pero la gente me comenzó a criticar que estoy delgado pero no me importa se que lo dicen de envidia porque ellos están gordos".</p> <p>"Yo me odio me veo en un espejo y me detesto y ana es mi solución es tan grato pesarme cada día y saber que he bajado de peso eso no es estar loca mas loca".</p> <p>"No saben el regalo que es cada mañana verte mas delgado, te dan mil ganas de arreglarte y ser feliz".</p> <p>"Ana y mia son lo mejor que me ha pasado en la vida cada vez que veo que aparece un hueso nuevo, pero mi peor enemiga por como me ha hecho perder la cabeza por ella, sin poder pensar en otra cosa que no sea comida; sea para evitarla o comerla. Es un fantasma que persigue para el reto de los días".</p> <p>"En estos meses he adelgazado muchísimo.. Mis padres se están dando cuenta, pues me ven muy delgada aunque yo me vea terriblemente gorda frente al espejo".</p> |

Esta tabla continúa en la siguiente página →

| Categoría | Subcategoría | Comentarios |
|-----------|---|--|
| Anorexia | Cognitivo: (Auto percepción y concepto) | <p>"Me veo enorme...me siento fea...además de ser una mierda de persona por dentro me miro al espejo y me quiero matar...soy talla 3 y no dejan de joderme para que coma. Pero ellos no entienden que aunque gordas hallan muchas no significa que este bien serlo... ayúdenme a bajar!!!".</p> <p>"Soy estudiante de Medicina mido 1.50 y peso 65 kg, en pocas palabras soy una cerda disfrazada de mujer".</p> |
| | Emoción: (Sentimientos y emociones) | <p>"Hay muchos que no entienden este estilo, pero lo siento, así es como nos gusta vivir así como somos felices".</p> <p>"Cuando me mire en el espejo me den ganas de coger un cuchillo para quitarme lo que me sobra me siento muy estúpida cuando como".</p> |

DISCUSIONES

Esta investigación tuvo como objetivo conocer los estilos de vida de un grupo de personas anoréxicas participantes en páginas virtuales. Los resultados obtenidos fueron analizados a través de una categorización basada en los objetivos planteados y en los datos recolectados. Estas categorías permitieron tener una orientación concreta sobre la forma en que se desarrollaría el presente estudio.

En la categorización inicial fueron establecidas dos categorías, la primera se denominó estilos de vida y la segunda anorexia nerviosa. Para la primera categoría, estilos de vida, se evidenció que para las personas con anorexia, ésta es un estilo de vida y no una enfermedad, este concepto va más allá de síntomas psicológicos y biológicos como lo plantea Barlow (2006) puesto que incluye lo que les gusta, hacen y piensan, factores que traen consigo beneficios y perjuicios en cada participante.

Como un indicador de beneficio para estas personas se encontró el término "la mujer gancho", la cual se caracteriza por la felicidad de lucir ropa vieja y notar que esta le queda suelta y así imitar ser un gancho de ropa. Por el contrario otras participantes deciden compararse y relacionar su percepción del cuerpo con la fisonomía de animales o frutas, estando inconformes con lo que ven a diario. Reflejando en ciertos alimentos características que no son ideales para alcanzar la perfección.

Algunas participantes aseguran estar disfrazadas de cerdas, un animal que se caracteriza por la gordura y el deseo de siempre estar comiendo cualquier tipo de comida. Por esta razón algunas mujeres asumen el nombre de "las mujeres salpicón", al compartir características humanas de mujer, reflejarse en frutas y estar disfrazadas de animales.

Aunque la mayoría de las personas anoréxicas de los foros afirman que no es fácil vivir su estilo de vida, a diario aumentan y son más las personas que se aferran a el, no solo en las mujeres, como se evidencia en investigaciones realizadas en torno al tema, en donde se concluye que los trastornos de la conducta alimentaría se dan en un 90% en mujeres jóvenes Barlow (2006), en contraposición a ésta afirmación, en el presente estudio se encontró que actualmente la anorexia también está siendo aceptada y asumida por hombres. Debido a que es mayor la atracción hacia esta nueva forma de vida, aun así algunos reconozcan que no es el mejor camino, porque resaltan que es una situación difícil pero la constancia esta ahí, la anorexia los habita y es ésta la motivación de continuar, ella es quién les pide que no abandonen este estilo de vida.

Se identifica el contexto social y cultural como uno de los principales factores que influyen en la decisión de abordar esta condición, debido a la evaluación negativa hacia las personas físicamente gordas por parte de la sociedad, a la publicidad y la moda por obligar a tener un cuerpo visualmente delgado o estético, dejando a un lado la dimensiones que no son visibles físicamente como lo son características o cualidades morales, los valores y sentimientos que son excluidos por estar en la constante

búsqueda de la "perfección", que produce una iniciativa e incentivan a las personas a tener una imagen corporal estética, esbelta para la percepción personal y ha rechazar y calificar a las personas gordas con adjetivos destructivos.

Este trastorno influye en la vida de las personas como un estilo que asumen sin importar las consecuencias, porque no se sienten satisfechos con su imagen corporal, lo que les disminuye o les impide alcanzar la felicidad a nivel laboral, profesional y afectivo, puesto que las oportunidades en estas aéreas son limitadas.

Como segunda categoría, para esta investigación se tuvo en cuenta la anorexia nerviosa la cual se ha convertido en una religión a promover y defender, en donde se necesita de mucha convicción para seguir, ya que los pertenecientes a este estilo han decidido asumir consecuencias pero no límites, aun así la vida corra riesgo, sin discriminar género, edad o clase social.

Davison (2004), considera como síntoma primordial de la anorexia (la pérdida de apetito), en éste estudio se logró identificar que ésta característica pocas veces se observa y por el contrario las personas con anorexia, recurren a ejercer una fuerza en el autocontrol que emerge con la utilización de estrategias que fortalecen su estilo de vida, con el intercambio de trucos y nuevas ideas por medio de páginas virtuales donde incrementan sus comportamientos hacia la anorexia, motivando a todos los participantes a seguir en dicho estilo. También hay cierto tipo de mitos en relación a la comida, sus intereses no se basan simplemente en hacer dietas o en abstenerse a ingerir alimentos, aun cuando éstos se consumen deben contribuir con el objetivo de bajar de peso, como el consumo de bebidas que ayuden a la eliminación de grasa o aquellas sustancias diuréticas y aquellas que permiten engañar el estomago con una falsa llenura, según lo anterior el dilema no esta en comer o no, simplemente se opta por consumir algunos alimentos siguiendo ciertos parámetros para que se hagan efectivos y contribuyan a mantener sus comportamientos.

A diario existen otras conductas que no se caracterizan por ser físicas como se especifica teóricamente en la anorexia, si no que existen otras prácticas que van encaminadas a la creación de espacios que les permitan intercambiar opiniones y descargar todos sus pensamientos y sentimientos con personas que comparten las mismas características y condiciones personales, por esta razón crean foros y páginas virtuales que apoyan la anorexia, promoviendo sus creencias y comportamientos, para algún día llegar a ser una "princesa de porcelana" y alcanzar la tan anhelada perfección como los participantes lo manifiestan en sus páginas virtuales .

En cuanto a su auto percepción para las personas que padecen este trastorno, el espejo resulta ser una herramienta para consultar y evaluar su estado físico a diario, aunque éste no les muestre lo que quieren ya que en ocasiones el espejo no oculta lo que quieren desaparecer, produciendo sentimientos de culpa y frustración.

De esta manera se evidencia que para este grupo de personas sus pensamientos intervienen en el mantenimiento de su trastorno como sus creencias e ideas que suelen tener al sobrellevarlo. Es decir que su conducta es reforzada negativamente con herramientas que utilizan para evaluar su cuerpo como la balanza, cuando esta les muestra una disminución en el peso, dándoles una respuesta a sus miedos e inquietudes.

De igual manera su comportamiento se ve reforzado cuando son apoyados e incentivados a promover la anorexia por los grupos de participantes de las páginas virtuales intercambiando trucos y conocimientos que les permitan seguir ejerciendo su estilo de vida.

Luego de haber analizado cada una de las categorías trabajadas, es posible identificar que la anorexia nerviosa no discrimina género, edad ni condición social. Adicionalmente fue posible conocer los estilos de vida de las personas participantes de las páginas virtuales, sus comportamientos, pensamientos, prácticas y sentimientos que los identifican a diario y los distinguen de otros estilos de vida.

Es pertinente resaltar que en el trascurso de la investigación se evidenció que para los participantes de las páginas virtuales no existe ninguna diferencia de tipo conceptual entre anorexia y estilos de vida, ya que para ellos estos dos términos son analogías que describen su forma de pensar, sentir y hacer las cosas dentro de su forma de vivir.

Finalmente de acuerdo con los resultados obtenidos, el análisis realizado y la categorización hecha inicialmente se logró obtener un cuadro de nuevas categorías (ver tabla 2). Donde se identifican categorías como: (anorexia-comida-tipos de anoréxico y actividades), a través del cual se pretende generar nuevas investigaciones que retomen el presente estudio y los datos novedosos encontrados en el desarrollo de la investigación.

Tabla 2. Cuadro de Categorías Finales.

| Categoría | Subcategoría | Comentarios |
|---------------------|--|---|
| Anorexia | Religión Estilos de vida | Mandamientos Creencias Perfección gustos, pensamientos, comportamientos |
| Comida | Sentimientos | Miedo (fantasma) Culpabilidad Dolor |
| Tipos de anoréxicos | Mujer/hombre gancho Mujer/hombre salpicón | Satisfacción de lucir ropa vieja y suelta Características de ser humano Reflejarse como frutas Disfrazados de animales |
| Actividades | Dietas Elaboración de paginas que promuevan la anorexia | Ingerir lento- falsa llenura Foros, chat, blogs |

REFERENCIAS

- Barlow, D. (2006). *Psicopatología*. España: Thomson
- Davison, (2004). *Psicología de la conducta anormal*. (2da edición): México
- Gismero, E. (1996). *Habilidades Sociales y Anorexia Nerviosa*, Publicación de la Universidad Pontificia Comillas: Madrid
- Martin, I. (2001). *Acción e Ideología. Psicología Social desde Centro América*. El Salvador: Talleres Gráficos UCA
- Ministerio de Educación Nacional, Organización Panamericana de Salud (1997). *Lineamientos para la educación en estilos de vida saludables*. Programa educativo institucional. Bogotá, D.C.
- Morales, J. (1999). *Psicología social*. Madrid: Mc Graw-Hill.
- Pichot, P. (1994). *DSM - IV: Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos*; Barcelona: Masson
- Posada, J., Gómez, F. & Gómez, C. (2003). *Ministerio de la Protección Social. Estudio Nacional De Salud Mental*. Colombia
- Restrepo, H. (2001). *Promoción de la salud: como construir vida saludable*. Bogotá, D.C.: Médica Panamericana
- Rivalora, M. & Penna, F. (2006). *Los factores socioculturales y su relación con los trastornos alimentarios e imagen corporal*. *Revista intercontinental de Psicología y Educación*, (8): Universidad Intercontinental.