

UACM

Universidad Autónoma
de la Ciudad de México

Nada humano me es ajeno

COLEGIO DE HUMANIDADES Y CIENCIA SOCIALES

LICENCIATURA EN COMUNICACIÓN Y CULTURA

**CUERPO, IDENTIDAD Y REDES SOCIALES. UN ANÁLISIS SOBRE EL
TRASTORNO DISMÓRFICO CORPORAL ENTRE JÓVENES DE LA CIUDAD DE
MÉXICO**

TRABAJO RECEPCIONAL

PARA OBTENER EL TÍTULO EN LICENCIATURA DE COMUNICACIÓN Y
CULTURA

PRESENTAN

CAMACHO LEMUS MARÍA FERNANDA

RÍOS JIMÉNEZ CITLALLI JARIZBETH

DIRECTORA

DRA. AÍDA ANALCO MARTÍNEZ

Ciudad de México, Noviembre 2025

SISTEMA BIBLIOTECARIO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE LA CIUDAD DE MÉXICO COORDINACIÓN ACADÉMICA

RESTRICCIONES DE USO PARA LAS TESIS DIGITALES

DERECHOS RESERVADOS[©]

La presente obra y cada uno de sus elementos está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor; por la Ley de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, así como lo dispuesto por el Estatuto General Orgánico de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México; del mismo modo por lo establecido en el Acuerdo por el cual se aprueba la Norma mediante la que se Modifican, Adicionan y Derogan Diversas Disposiciones del Estatuto Orgánico de la Universidad de la Ciudad de México, aprobado por el Consejo de Gobierno el 29 de enero de 2002, con el objeto de definir las atribuciones de las diferentes unidades que forman la estructura de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México como organismo público autónomo y lo establecido en el Reglamento de Titulación de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

Por lo que el uso de su contenido, así como cada una de las partes que lo integran y que están bajo la tutela de la Ley Federal de Derecho de Autor, obliga a quien haga uso de la presente obra a considerar que solo lo realizará si es para fines educativos, académicos, de investigación o informativos y se compromete a citar esta fuente, así como a su autor ó autores. Por lo tanto, queda prohibida su reproducción total o parcial y cualquier uso diferente a los ya mencionados, los cuales serán reclamados por el titular de los derechos y sancionados conforme a la legislación aplicable.

Agradecimientos

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a todas las personas que formaron parte de este proceso y que, de una u otra manera, contribuyeron a que esta tesis fuera posible, inspirándonos para seguir adelante. En primer lugar, agradecemos a nuestras familias, por su amor incondicional, paciencia y constante apoyo emocional, gracias por creer en nosotras incluso en los momentos en que nosotras mismas dudamos, nos sentimos cansadas y frustradas.

A nuestra directora de tesis, Aída Analco, le extendemos nuestra gratitud por guiarnos en este proceso, por su compromiso y por alentarnos a superarnos académica y personalmente, su acompañamiento fue clave para que esta Tesis saliera adelante.

Muchas gracias a la Universidad Autónoma De la Ciudad De México por permitirnos avanzar en nuestra carrera profesional

Finalmente, a nosotras mismas: por la perseverancia, por no rendirnos cuando todo parecía cuesta arriba, y por demostrarnos que juntas podíamos lograrlo. Esta tesis es testimonio de nuestro esfuerzo, nuestra sororidad y nuestro compromiso con lo que creemos.

Con gratitud y con amor lo logramos.

ÍNDICE

Introducción	5
Capítulo 1. Construcción del objeto de estudio	8
1.1 Objetivos generales y particulares	8
1.2 Preguntas generales y particulares	9
1.3 Justificación	9
1.4 Antecedentes y contexto	10
1.5 La dismorfia corporal	13
1.5.1 Causas de la dismorfia corporal	14
1.5.2 Síntomas	15
1.5.3 ¿Los jóvenes como población vulnerable?	16
1.5.4 Las redes sociales y la imagen corporal	18
1.6 Estado del arte	19
1.6.1 Redes sociales y la Salud Mental de los Adolescentes	20
1.6.2 Trastorno Dismórfico Corporal	21
1.6.3 Trastornos corporales	22
1.7 Ruta metodológica	26
1.8 Selección de muestra	31
Capítulo 2 Marco Teórico	32
2.1 El cuerpo como construcción simbólica	32
2.2 La identidad: entre la autopercepción y la hetero percepción	36
2.3 Los jóvenes: una aproximación	41
Capítulo 3 Perspectivas del cuerpo a través de los estándares de belleza	46
3.1 Las redes sociales y la imagen corporal	46
3.2 Estética corporal en los medios de comunicación y las redes sociales	48
3.3. Trastorno Dismórfico Corporal. Un acercamiento a la interacción y presentación del cuerpo entre usuarios	53
Capítulo 4. Aproximación al cuerpo a través de la cotidianidad	63
4.1 Hacia una definición del trastorno dismórfico corporal en la vida cotidiana de las personas	63
4.2 Cuerpo, comunicación, interacción en chicas y chicos con trastorno	65

4.3 Aproximación a chicas y chicos con trastorno de dismorfia corporal.....	69
4.3.1 Tania: “Tenía miedo a que me miraran como deforme”.....	70
4.3.2. Fabricio: “No me sentía lo suficientemente atractivo”.....	72
4.3.3. Dianey: “La gente me mira como si estuviera desfigurada”.....	74
4.3.4 Yamileth: “Me molesta que se me queden viendo”.....	75
4.3.5 Roberto: “Cuando tenía 16 años abusaron de mí”.....	76
Reflexiones finales.....	78
Fuentes Consultadas.....	82
Anexos 1 Resultados de la encuesta realizada sobre el Trastorno Dismórfico Corporal.....	90

Introducción

Esta investigación busca, entre otros objetivos, dar a conocer lo que es un trastorno dismórfico corporal, éste es un trastorno somatomorfo, que consiste en una preocupación fuera de lo normal, por algún defecto, pueda ser real o solo parte de la imaginación que es percibido en características físicas propias, es decir, aunque físicamente se muestre alguna característica en particular; si dicho defecto existe, la preocupación y ansiedad experimentada por esas personas es excesiva, ya que lo perciben de un modo exagerado (Dimsdale, 2024).

Al realizar un análisis sobre el tema, hemos notado que el principal problema es la preocupación obsesiva en el físico, por lo cual lo relacionamos con problemas de autoestima, ya sea que estos surjan desde la infancia o se desarrollen en la adolescencia, por los cambios físicos y emocionales que este proceso pueda traer, así también si las redes sociales actuales sea una causa de inquietud por toda la información que se viraliza en ellas, por ejemplo ver fotos de alguien más y notar alguna imperfección o virtud y compararla con uno mismo, así mismo las demás plataformas otorgan a lo visual y al cuerpo como objeto de consumo.

También nos interesa conocer lo que detona este trastorno, desde cuándo se descubrió o se dio a conocer, así como pueda derivar cualquier enfermedad como: causas, su desarrollo, síntomas y tratamiento. Al ser una enfermedad que apenas se está conociendo por la sociedad, ya que este trastorno no se descubrió recientemente, ya lleva varios años en investigación, por lo cual el nombre no es común a comparación de otros trastornos y puede haber una confusión o una extrañeza sobre el tema.

Recientemente se ha viralizado la enfermedad, se ha dado a conocer en diferentes plataformas de la internet como en *Tik Tok* por medio de videos, en grupos de Facebook que ayuda a comunicarse con los que padecen este trastorno, algunas investigaciones en Google y vídeos de experiencia en YouTube.

En este trabajo pretende examinar, lo ya mencionado, sobre el trastorno dismorfofóbico corporal, también se considera analizar el efecto de las redes sociales en los jóvenes y si éste tiene algún comportamiento en los jóvenes que derive trastornos u otros trastornos.

Las metodologías utilizadas en este programa fueron la cualitativa y cuantitativa, ya que se hicieron encuestas y entrevistas a las y los estudiantes de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México para saber cómo se sienten respecto a su cuerpo y poder identificar a quienes sufren trastorno dismórfico corporal. También se ubicó una página en Facebook que justo es para personas con este trastorno y se hizo un análisis de contenido sobre lo que postean las y los jóvenes que padecen este trastorno para poder comprender cuál es la idea que tienen sobre su cuerpo y cómo se relacionan con las demás personas. Asimismo, se analizó el papel de las redes sociales en cuanto a la interacción social enfatizando las imágenes culturales que se crean sobre el cuerpo juvenil.

La tesis está estructurada en cuatro capítulos. Dentro del capítulo 1 se presenta la construcción del objeto de estudio sobre la dismorfia corporal, como objetivos y preguntas generales de la investigación, antecedente, definición del trastorno, síntomas, más enfermedades relacionadas con el tema y una ruta metodológica sobre cómo se obtendrán resultados para complementar la información de este tema de investigación.

El capítulo 2 está compuesto por el marco teórico, en este apartado podremos encontrar un análisis del trastorno y algunos autores que hablan sobre el cuerpo, la identidad y los jóvenes que son las causas principales que se ven afectadas por la dismorfia.

Posteriormente, el capítulo 3 aborda las perspectivas del cuerpo a través de los estándares de belleza, como las redes sociales pueden tener un impacto positivo o negativo en los jóvenes así mismo como es la interacción entre usuarios con un trastorno.

El capítulo 4 de esta investigación muestra los resultados obtenidos de entrevista a personas que sufren el trastorno de la dismorfia corporal, cada persona fue entrevistada bajo su consentimiento y nos dio una pequeña historia de vida de cómo ha sido tratar con este trastorno, desde como se origino, hasta como han podido sobrellevarlo o superarlo

El principal objetivo de esta investigación fue acercarnos a las y los jóvenes que viven con trastorno dismórfico corporal, para poder entender sus trayectorias personales, cómo se perciben a sí mismos, cómo se relacionan con los demás y, sobre todo, comprender algunas de las múltiples batallas que enfrentan todos los días.

Las redes sociales y la aparición de los influencers, este trastorno ha ido en aumento, los filtros, las comparaciones y la presión por alcanzar ciertos estándares físicos han hecho que muchas personas se sientan menos, queriendo parecerse a quienes tienen más seguidores o aparentan una vida "perfecta". Esto ha llevado a muchos a recurrir a cirugías estéticas, botox, masajes reductores y otras prácticas para intentar alcanzar ese ideal.

Durante el desarrollo de este trabajo, tuvimos la oportunidad de entrevistar a personas que viven con este trastorno, y nos compartieron lo complicado que ha sido su proceso. Varios de ellos han acudido con psicólogos y psiquiatras, y aunque no todos están completamente sanos, han logrado avances importantes. Relatan que antes se sentían personas desagradables, evitaban verse al espejo y tenían pensamientos muy negativos sobre sí mismos, hoy, aunque la lucha continúa, muchos han aprendido a ver su proceso de una forma más positiva.

Capítulo 1. Construcción del objeto de estudio

El tema de la dismorfia corporal nos pareció un tema intrigante, ya que conocimos a una compañera en la universidad que padece de este trastorno¹, nos contaba que se sentía mal con su físico, siempre se sentía angustiada por las imperfecciones que le salían en el cuerpo, particularmente, en el rostro, cosas mínimas que la gente no notaba y ella sentía que era muy notable. El tema nos pareció interesante, también nos inquietó ya que no habíamos escuchado sobre dicho trastorno, lo que fuimos investigando en la red sobre el trastorno dismórfico, sus efectos, consecuencias y cómo se desarrollaba esta enfermedad, para conocer y entender un poco a nuestra compañera.

Al desconocer del tema se hicieron investigaciones sobre el trastorno para informarnos sobre lo que se debía hacer y qué no, asimismo nos integramos a varios grupos en Facebook con personas que utilizaban este medio para desahogarse y contar el cómo se sentían con la enfermedad, por ello surge intriga sobre la investigación y si las redes sociales que hoy en día son un medio importante para los jóvenes para comunicarse y si esto afectaba su salud mental provocando algún trastorno como la dismorfia corporal.

Por ello el motivo principal es conocer de esta enfermedad para que aquellas personas que los sufren pueden tener un apoyo, un medio para poder informarse y saber a dónde acudir para llevar un tratamiento, así como informar a la sociedad sobre esta enfermedad que aún causa extrañeza por ser una enfermedad poco conocida, así mismo también ayudar a prevenir y concientizar a las personas sobre la importancia de una salud mental y física para una vida plena.

1.1 Objetivos generales y particulares

Determinar el impacto que tienen las redes sociales en los jóvenes para que exista un trastorno mental como la Dismorfia corporal.

- Examinar cómo las redes sociales pueden afectar los cambios físicos de los jóvenes.
- Indagar si el cuerpo sufre alguna alteración a causa de las redes sociales
- Analizar si la identidad puede cambiar de acuerdo al entorno social en el que se encuentren

¹ En 1977, esta enfermedad se denominaba como “dismorfofobia”, pero se consideró que no era adecuado y en 1994 fue nombrado como “trastorno dismórfico corporal” (Secretaría de Salud, 2015)

- Identificar cuáles son las causas negativas que las redes sociales provocan a los adolescentes

1.2 Preguntas generales y particulares

- ¿Cómo se potencia la dismorfia corporal con las redes sociales en los jóvenes?
- ¿Cómo las redes sociales pueden afectar física y psicológicamente a los jóvenes?
- ¿El cuerpo puede verse alterado físicamente por las redes sociales?
- ¿De qué manera se ve afectada la identidad por las redes sociales?
- ¿Cuáles son las causas principales que afectan a una persona con Dismorfia corporal en las redes sociales?

1.3 Justificación

El tema es relevante para una investigación profunda, para brindar información tanto al que sufre este trastorno como a la sociedad, el desconocimiento de la enfermedad puede hacernos pensar que lo que experimentan las personas con dismorfia corporal es una exageración o un acto normal, cuando en realidad, esto tiene un gran impacto en su bienestar, las personas que padecen de este trastorno sienten constantemente inquietudes e inseguridades con su aspecto físico y quisiera cambiarlo, pero no se da la importancia de persona que todo el tiempo está pensando en esa parte de su cuerpo que no le agrada y hace lo posible por sentirse mejor con ello, llegando a un extremo de afectar su salud física, mental o provocar la muerte.

La dismorfia corporal es un trastorno que apenas se ha dado a conocer por los jóvenes, por lo cual hace más visible esta enfermedad y sus causas es el objetivo de este trabajo. El público objetivo son los jóvenes² de una edad de 12 a 29 años, según el Instituto Mexicano de la Juventud, menciona que ese es el rango de edad de un joven. Con el propósito de conocer más la dismorfia corporal, sus causas y consecuencias, con el fin de apoyar y brindar información para las personas que sufren este trastorno, así como qué efecto físico y de identidad tienen las redes

² “El concepto de juventud es el periodo de vida de una persona que se ubica entre la infancia y la adultez, que de acuerdo con la Ley del Instituto Mexicano de la Juventud (ImJuve) es entre los 12 y los 29 años” (ImJuve, 2017)

sociales en los mismos jóvenes y si este es un motivo del trastorno y si puede haber concesiones para el desarrollo de algún trastorno alimentario o físico.

Un variante de la Dismorfia corporal es una enfermedad llamada “selfitis”, que se basa en un trastorno somático, es decir en algo mental, donde una persona experimenta síntomas físicos que le causan angustia o preocupación, por ello la selfitis es una enfermedad de obsesión por tomarse fotos y publicarlas en redes sociales de manera compulsiva, se asocia con problemas de autoestima y para llenar un vacío con la necesidad de valoración social. Todas estas variantes de enfermedad con la identidad, autoestima se realizará una investigación para que haya resultados más concretos y se dé a conocer estos trastornos, además de darles la importancia que hoy en día no se les da a la salud mental. (Molina, 2015)

1.4 Antecedentes y contexto

El trastorno dismórfico corporal surge a raíz de experiencias de vida negativas, como burlas en la infancia, negligencia o abuso, ciertos rasgos de personalidad, como el perfeccionismo, presión social o expectativas de belleza, pueden tener otras afecciones de salud mental, como ansiedad o depresión.

El trastorno dismórfico corporal fue descrito por primera vez en 1891 por el médico italiano Enrico Morselli y según los expertos que lo han estudiado, afecta a entre el 1,7 y el 2,9% de la población, tanto a hombres como a mujeres. Aun así pasa desapercibido entre los especialistas y es subdiagnosticado o mal diagnosticado. (Ventas, 2022)

El Síndrome Dismórfico es un conjunto de características físicas que no son encontradas de manera frecuente en personas de la misma edad o de la misma etnia, sus causas pueden ser genéticas, ambientales o por efecto de medicamentos y drogas durante el embarazo. El término Síndrome Dismórfico se emplea para describir a un niño o un adulto cuyas características físicas, principalmente faciales, no son encontradas de manera frecuente en personas de la misma edad o con el mismo background étnico, algunas características son anormales en cualquier circunstancia, por ejemplo, el cierre prematuro de las suturas craneales, llamado Craniosinostosis. Una de las causas del Síndrome Dismórfico son múltiples inseguridades, pudiendo tener un origen genético, Alteraciones Cromosómicas, Alteraciones Génicas, multifactorial

(genes + ambiente) o por efecto de un teratógeno medicamentos, drogas o Infecciones durante el embarazo. (Lopez, 2016)

El diagnóstico del Síndrome Dismórfico lo da un genetista que hace un interrogatorio exhaustivo sobre los antecedentes heredofamiliares construyendo el árbol genealógico, investiga sobre antecedentes perinatales, personales patológicos y no patológicos del paciente, realiza una exploración física minuciosa para obtener información necesaria que le lleve a integrar un diagnóstico clínico. Incluso, puede requerirse tomar algunas fotografías médicas. Posteriormente, con ayuda de algunos estudios de laboratorio y gabinete según corresponda a cada caso y apoyado en recursos de citogenética, biología molecular, genética bioquímica, etc. Los Síndromes Dismórficos con causa genética o cromosómica es importante definir si se trata del primer caso en la familia o bien si corresponde a un patrón hereditario, a saber, autosómico dominante o recesivo, y las formas ligadas al cromosoma X. En estos casos como tal no se puede prevenir pero después del asesoramiento genético a la familia para cada caso en particular existen algunas medidas específicas para los riesgos de recurrencia. (Lopez, 2016)

El trastorno dismórfico es una enfermedad psiquiátrica que se manifiesta como una preocupación excesiva en la apariencia, derivada de una distorsión de la imagen corporal, generando sufrimiento en el individuo, que impide que pueda desenvolverse en el ámbito social, laboral y personal. En 1977 esta enfermedad se denominaba como “dismorfofobia” pero se consideró que no era adecuado y en 1994 fue nombrado como “trastorno dismórfico corporal”.

Cuando se llega a presentar esta enfermedad, se pueden generar otros trastornos como la anorexia y bulimia, vigorexia (obsesión en realizar ejercicio) y ortorexia (obsesión por comer solo alimentos considerados saludables por la persona). Las personas con este trastorno presentan principalmente preocupación en las siguientes áreas corporales: piel 60%, cabello 50% y nariz (aproximadamente 40%) y en algunas personas se observan cicatrices en la piel como consecuencia del arrancamiento de vello imaginario. (Secretaria de Salud, 2015)

Una persona con Selfitis puede llegar a tomar más de tres autorretratos por día y compartir la misma foto más de dos veces en diferentes redes sociales como

Instagram, Twitter y Facebook. También es identificativo del trastorno el hecho de que llegue a copiar poses de personas que obtuvieron mucha repercusión social en sus fotos, y puede llegar a presentar ansiedad y depresión si su selfie no obtuvo los likes (Molina, 2015)

No se conoce la manera de evitar el trastorno dismórfico corporal. Sin embargo, como el trastorno dismórfico corporal a menudo comienza en los primeros años de la adolescencia, identificar el trastorno temprano y empezar el tratamiento puede ayudar como por ejemplo la terapia cognitivo-conductual, que es la corrección de del hábito de lastimarse alguna parte del cuerpo, así mismo también la psicoterapia de elección que está orientada a los signos específicos de la dismorfia, como ayudarlos a exponerse a situaciones que le das miedo y en algunos pacientes pueden ser medicados con antidepresivos. (Phillips, 2023)

Componentes de la imagen corporal

La imagen corporal es parte de las percepciones de cada persona, como sus creencias, sentimientos y acciones que forman parte de la apariencia física, esto es la relación con tu cuerpo, el cómo te ves. Sin embargo estas se ven afectadas por la enorme presión social para verse de cierta manera, lo cual puede detonar inseguridades en cada persona, por no lograr verse como desea. Los cuatro aspectos de la imagen corporal incluyen: perceptivo, afectivo, cognitivo y de comportamiento. (Johnson, 2022)

Perceptivo: La imagen corporal perceptiva es como te ves a ti mismo, la forma en que visualizas a tu cuerpo, no siempre es una representación correcta de cómo realmente te ves, es una percepción, no una verdad objetiva.

Afectivo: Son los sentimientos respecto a tu cuerpo, especialmente la cantidad de satisfacción o insatisfacción que se experimente en base a la relación con su cuerpo, es tu imagen corporal afectiva, son las cosas que te gustan y las que no de tu apariencia. Estos sentimientos están influenciados por consumos sociales: a quién vemos en la televisión, en las películas, en las revistas y, más recientemente, en las redes sociales, es importante tomar una decisión consciente sobre los medios que consumes y el efecto que tienen, tanto positivo como negativo.

Cognitivo: Estos son los pensamientos y creencias que tienes sobre tu cuerpo, Muchas personas hacen cambios sobre su cuerpo y no están mentalmente satisfechas con el progreso, se deberían establecer metas positivas centradas en la salud, en lugar de estar basadas en estándares poco realistas.

De comportamiento: Esto es lo que se hace en relación con la imagen corporal, cuando una persona no le gusta como se ve, puede mostrar comportamientos destructivos, esto puede ser desde hábitos de ejercicios excesivo hasta una alimentación desordenada en un intento de cambiar la apariencia. (Johnson, 2022)

1.5 La dismorfia corporal

El Trastorno Dismórfico Corporal (TDC) es lo mismo que la Dismorfia corporal, son términos que se refieren a la misma condición de salud mental, el Trastorno Dismórfico Corporal es el nombre técnico y formal utilizado en terminos clinicos y diagnosticos de los Trastornos mentales (DSM-5) y la Dismorfia Corporal es el término comúnmente conocido para describir esta misma afección. (Hudak, 2021) Se caracteriza por la preocupación por defectos percibidos en la apariencia física los cuales no son evidentes o son levemente visibles a otras personas.

La inquietud por la apariencia debe provocar una angustia clínica significativa o un deterioro en el desempeño social, laboral, académico, o de otros aspectos funcionales y en ciertos momentos durante el trastorno, los pacientes despliegan conducta repetitiva y excesiva, por ejemplo mirarse mucho al espejo, comparar su apariencia con la de otras personas en respuesta a su preocupación por la apariencia. El diagnóstico se basa en la anamnesis. El tratamiento consiste en fármacos (específicamente, ISRS o clomipramina), psicoterapia (específicamente, terapia cognitivo-conductual), o ambos. (Phillips, 2023)

El trastorno dismórfico corporal comienza habitualmente en la adolescencia y puede ser algo más frecuente entre las mujeres, ya que en un estudio con 188 sujetos fueron evaluados y 93 (49%) eran mujeres y 95 (51%) eran hombres, las mujeres mostraron mayor preocupación excesiva por sus caderas, a su peso, disimular con maquillaje y a presentar bulimia nerviosa, por lo que los hombres mostraron más preocupación por su complexión y genitales y por ambos tasas de depresión.

(Phillips, 1997) Aunque ambos géneros pueden verse gravemente afectados, las mujeres presentan una prevalencia ligeramente mayor en estudios clínicos. No obstante, en contextos específicos (como el de la dismorfia muscular), los hombres pueden verse más afectados. En un momento dado, alrededor del 1,7 a 2,9% de las personas padece el trastorno. (Phillips, 2023)

En el 90% de los pacientes la preocupación excesiva es suscitada por rasgos de su cara, cabello, facciones, usualmente más de uno a la vez, y tales áreas pueden cambiar a lo largo del tiempo, si dicho defecto existe la preocupación y ansiedad experimentada por esas personas es excesiva, ya que lo perciben de un modo exagerado. Sin embargo, la persona puede pasar horas al día tratando de corregirla en este caso con filtros para mejorar su persona o creer que la mejoraron, además la persona puede hacerse muchos procedimientos cosméticos o ejercitarse en exceso.

Muchos de los síntomas de la dismorfia corporal son: pensamientos obsesivos sobre los defectos percibidos, ansiedad, baja autoestima, comparaciones obsesivas con los demás, sentimientos de inferioridad, perfeccionismo, mirarse en el espejo constantemente, rituales de belleza. Vivimos en una sociedad donde la belleza es uno de los aspectos más importantes, hoy en día se considera normal estar preocupados excesivamente por la apariencia física e incluso llegar a someternos a tratamientos de estética, dietas, o excesivas rutinas de ejercicios.(Berrios G.E., 2010)

1.5.1. Causas de la dismorfia corporal

Específicamente no se sabe las causas de la Dismorfia Corporal, puede ser una combinación de problemas de antecedentes familiares del trastorno, experiencias negativas sobre el cuerpo o la imagen sobre uno más o algún desequilibrio con la serotonina.

Los investigadores no saben con seguridad cuáles son las causas del Trastorno Dismórfico Corporal (TDC) sin embargo, es posible que ciertos factores desempeñan un papel importante:

- Diferencias cerebrales. Los cambios físicos en la forma del cerebro y cómo funciona pueden desempeñar un papel importante entre las causas del Trastorno Dismórfico Corporal.

- Antecedentes familiares. Algunos estudios demuestran que el Trastorno Dismorfofóbico Corporal es más común en las personas cuya madre, padre o hermanos también tienen TDC o trastorno obsesivo compulsivo.
- Experiencias en la infancia. Las situaciones o eventos que ocurrieron en tu infancia pueden hacerte más propensa a desarrollar Dismorfia Corporal. Por ejemplo, las personas que sufren burlas por sus cuerpos, cuyas familias se centran en el valor de sus hijos por su apariencia física o que fueron víctimas de abuso durante la infancia pueden ser más propensas a desarrollar Dismorfia Corporal. (Oficina para la salud de la mujer, 2021)

1.5.2 Síntomas

Los síntomas de una enfermedad es todo lo que una persona experimenta o siente, con los síntomas del trastorno dismórfico corporal incluyen las siguientes causas:

- Estar preocupada por defectos físicos menores o imaginarios, que los demás no suelen notar
- Creer fuertemente que tienes un defecto en tu apariencia que te hace poco agraciada o deforme
- Tener mucha ansiedad y estrés por el defecto percibido y pasar mucho tiempo enfocándose en él
- Quejarse frecuentemente de la piel
- Comprobar tu apariencia en un espejo y arreglarte excesivamente
- Ocultar la imperfección percibida
- Comparar constantemente tu apariencia con los demás a un punto que se convierte en tu mayor preocupación
- Buscar la aprobación de otros constantemente sobre cómo luces y no creerles cuando halagan tu apariencia
- Hacerse una cirugía estética pero no estar contenta con el resultado obtenido. (Oficina para la salud de la mujer, 2021)

La preocupación por tu apariencia, los pensamientos excesivos y los comportamientos repetitivos pueden ser indeseables, ser difíciles de controlar y

consumirse tanto tiempo que pueden causar una gran aflicción o problemas en tu vida social, trabajo, escuela u otras áreas de funcionamiento.

Los pacientes con TDC, están preocupados con la idea de que algún aspecto de su apariencia es poco atractivo, un documento de una Universidad en Chile llamado Trastorno Dismórfico Corporal escrito por Mauricio Sandoval, en el departamento de dermatología realizó un estudio en el que se menciona entre los síntomas dermatológicos se incluyen las preocupaciones por las arrugas, manchas, marcas vasculares, acné, poros dilatados, cicatrices, rojeces, excesivo vello, verrugas. Así mismo hace resalta que una serie de pacientes con Trastorno Dismorfofóbico Corporal analizados hasta el momento con 200 pacientes, las áreas con más preocupación es en la piel con un 60%, el cabello con un 50% y la nariz con un 40%, aunque virtualmente cualquier parte del cuerpo puede ser una preocupación, es en lo que en una revisión de 100 casos se encontró que en promedio los pacientes con el trastorno tenían preocupación de 5 a 7 partes del cuerpo. (Sandoval, 2009, pp 245)

1.5.3 ¿Los jóvenes como población vulnerable?

En México viven 31.2 millones de jóvenes, los cuales tienen una edad entre 15 y 29 años, en cuestión a la ubicación geográfica de las personas jóvenes, se encontró que el 52.9% de los jóvenes en México radican en 8 entidades federativas, entre ellas está la Ciudad de México, en la cual nos enfocaremos para realizar el análisis de los perfiles de los jóvenes. (UNFPA, 2021)

La recopilación de datos de los jóvenes ayudará para que el análisis y los resultados sean más precisos, también es pertinente conocer cuántas personas sufren algún trastorno alimentario, por ejemplo en la página del Gobierno de la Ciudad de México alude a que en México cada año se registran cerca de 20 mil casos de anorexia y bulimia, siendo la población de entre 15 y 19 años de edad la población más afectada. En el caso de la anorexia es un trastorno de conducta alimentaria que causa que las personas pierdan más peso de lo que se considera saludable para su edad y estatura así se lo menciona la Secretaria de salud. (Secretaria de Salud, 2017)

Por otra parte, la Comisión de Salud, menciona que los detonantes son la presión social, los medios de comunicación y las redes sociales que muestran a personas delgadas como sinónimo de fama o éxito, lo que incide en el comportamiento de jóvenes. Además se informa que en los últimos 20 años los desórdenes alimentarios aumentaron 300% en México. Bernal Camarena destacó que en México hay 22 mil casos anuales de trastornos alimenticios, principalmente en jóvenes entre 13 y 18 años, entre ellas destaca la anorexia nerviosa, la bulimia y comer compulsivamente, que esto afecta en proporción de 9 a 1 afectando más a las mujeres que los hombres. (Cámara de Diputados, 2019)

Hasta 10 por ciento de las mexicanas tiene algún grado de trastorno en su conducta alimentaria y el uno por ciento tendrá afectaciones severas. Estas perturbaciones tienen la mayor tasa de mortalidad que cualquier enfermedad mental; se calcula que el 10 por ciento de los jóvenes con anorexia y el 17 por ciento con bulimia han intentado suicidarse. (Cámara de Diputados, 2019)

Los trastornos en los últimos años se han intensificado como ya se mencionó, por una presión social, por tener un cuerpo estilizado, la dismorfia corporal también se ha intensificado, aunque no es una enfermedad reciente, este trastorno se está dando a conocer, la dismorfia corporal se inicia durante los inicios de la juventud y puede ser más frecuente en mujeres, alrededor del 2% al 3% de las personas sufren este trastorno, así lo señala la página de Manual MSD. (Phillips. 2023)

Un estudio realizado por la Asociación de Internet MX (Amipci) del Estudio sobre los hábitos de personas usuarias de internet en México 2022, encontró que en el 2021 habían 88.6 millones de internautas, considerando que en los últimos dos años hubo una pandemia y estas cifras debieron haber aumentado, ya que muchas personas estaban resguardadas, trabajaban y estudian desde casa por lo que tenían acceso a internet, además el género que tuvo más apropiación del internet fue el sexo femenino con un 51.8% y los hombres en 48.2% y el rango de edad varía pero la mayoría son de 25 a 34 años. (ENDUTIH, 2022)

Los resultados arrojan que el acceso a internet puede variar en lugar y tipo de conexión, es decir desde donde más se conecta la gente es desde su casa, con un

95.8%, el segundo lugar está desde el celular con un 66.70% y en cualquier lugar con un 46.7%, el tipo de red que más se usa es de ambas, con wifi fijo y con datos del celular, con un 66.1%, sin mencionar que el celular se ha convertido en el principal punto de acceso a internet con un 95.4%, dejando en segundo lugar a la computadora con un 42%. Esto quiere decir que las personas pueden conectarse desde cualquier lado y con el tipo de red que sea, siendo el celular el medio más usual y a la mano que tienen las personas, así mismo lo hacen cuando se encuentran en su hogar, ya sea por comodidad, seguridad o tiempo libre (Asociación de Internet, 2022)

1.5.4 Las redes sociales y la imagen corporal

El aumento del tiempo dedicado al uso de las redes sociales está relacionado con la sensación de aislamiento del mundo real, lo que puede contribuir al desarrollo de trastornos mentales, el uso de las redes sociales como Instagram, Facebook, Twitter y YouTube es un hábito relativamente reciente, por lo que todavía se está tratando de comprender los efectos de esta nueva forma de interacción social en diferentes poblaciones.

Se sabe que muchas publicaciones refuerzan el narcisismo, el nivel de vida, el consumo y el estado, por lo que han contribuido a una mayor prevalencia de diversos trastornos psiquiátricos, incluidos los síntomas depresivos, la ansiedad y la baja autoestima, vale la pena mencionar la exposición de las personas al ciberacoso, una práctica que se ha multiplicado en las redes sociales, el anonimato y la falta de privacidad y seguridad contribuyen a la propagación de la violencia, lo que empeora la salud mental de la persona afectada.

El uso de las redes sociales también puede afectar negativamente a los adolescentes, al distraerlos, interrumpir su sueño y exponerlos al hostigamiento, a la propagación de rumores, a las opiniones poco realistas sobre la vida de otras personas y a la presión de grupo.

Otros estudios también han observado vínculos entre los altos niveles de uso de redes sociales y los síntomas de depresión o ansiedad. Un estudio realizado en 2016 con más de 450 adolescentes determinó que un mayor uso de las redes sociales, el uso durante la noche y la inversión emocional en estas, como sentirse

molesto cuando no se puede iniciar sesión, se relacionaban con una peor calidad de sueño y niveles más elevados de ansiedad y depresión. (Izaguirre, s.f)

El trastorno dismórfico corporal (TDC) se ha agudizado en los últimos años con lo que se ha denominado la dismorfia del selfie, un fenómeno que lleva a quienes lo padecen a compararse con sus propias autofotos retocadas y modificadas con filtros, generalmente compartidas en redes sociales. Esa búsqueda de la perfección comparándose con rostros y cuerpos que no son reales es crítica en la adolescencia. Según este estudio menciona que afecta al 2% de la población, como lo señalaron los investigadores de Boston Medical Center (BMC). (Mateus, 2022)

La imagen que se tiende a proyectar en redes sociales, como Instagram o Snapchat, se encuentra muy alejada de la realidad. Hablamos de la obsesión por el culto al cuerpo y de una imagen de perfección que puede convertirse en un factor de presión, sobre todo en el caso de las adolescentes. Claramente influyen en su identidad, teniendo en cuenta que esta etapa es determinante para encontrarse a uno mismo y definirse como persona. (Canal Salud, 2022)

Utilizaremos la red social de facebook, ya que contamos con un grupo de ayuda en donde se expresan día a día en cómo se sienten, en este mismo los mismos integrantes del grupo de facebook se ayudan entre sí platicando su misma situación o comentando cómo es que superaron este proceso, incluso muchas veces quedan de verse para salir, tomar algo y poder platicar en forma de superación para ambas personas, de igual forma existen personas que ya están bien física y mentalmente y solo están en el grupo de facebook para poder seguir apoyando a la gente a superar este trastorno.

1.6 Estado del arte

Este trabajo de investigación sobre el Trastorno Dismórfico Corporal está basado para investigar a fondo sobre esta enfermedad que afecta a muchos jóvenes principalmente en cambios físicos, emocionales y psicológicos en los que se pueden ver enfrentados. Por ello es relevante que se haga una investigación profunda sobre dicho trastorno, en los que nos basamos en investigar y tratar los temas que se relacionan con ello como las redes sociales, la salud mental, tipos de trastornos,

para desarrollar el tema un poco más y que el tema de la dismorfia no solo quede más claro si no que pueda ayudar a futuras personas que lo necesiten.

1.6.1 Redes sociales y la Salud Mental de los jóvenes

Los adolescentes están pasando mucho tiempo en las redes sociales y en línea: 45% de los adolescentes admite usar el internet “casi constantemente.” desafortunadamente, todo este tiempo que pasan en sus celulares puede afectar negativamente a su salud mental, por ejemplo, estudios demuestran que estudiantes de octavo grado que pasan 10 horas o más a la semana en redes sociales son 56% más probables de reportar no ser felices que aquellos estudiantes que pasan menos tiempo en línea y las redes sociales como Snapchat, Instagram, Twitter y Facebook están asociadas con mayor ansiedad, depresión, soledad, peor sueño y una imagen corporal negativa.(Sivanesan, 2024)

Las redes sociales y “encajar”. La razón por la cual las redes sociales son populares es porque son sociales, los adolescentes están en un punto de sus vidas donde quieren expandir sus círculos sociales y crecer sus amistades y las redes sociales proporcionan una manera fácil de hacer esto, pueden platicar y compartir cosas con sus amigos, así como mantener un ‘perfil’ en línea. Muchos adolescentes consideran que tener una presencia fuerte en las redes sociales es esencial para su estatus social y para “encajar” especialmente cuando perciben que todos los demás están en las redes sociales también.

Pero el intentar encajar puede venir a un costo: según una encuesta del Pew Research Center, 29% de los adolescentes siente ‘mucho’ presión para verse bien en las redes sociales y 28% siente ‘alguna’ presión para encajar socialmente.

Ejemplos de estrés causado por las redes sociales:

- Sentirse excluido: ver publicaciones o ‘posts’ sobre eventos a los cuales no fueron invitados
- Miedo de perderse de algo: el miedo de no estar al tanto de lo que pasa en las redes sociales porque no se estaba en línea
- Presión de caerle bien a otros: sentir que se necesita publicar cosas positivas o atractivas sobre uno mismo para conseguir ‘likes’/‘me gusta’ y comentarios de amigos

- Sentirse sin poder: cuando otros publican cosas sobre uno mismo y no poder cambiar o controlarlo
- Incomodidad debido a altos niveles de comunicación: sentir que un amigo, compañero o su pareja quiere mensajear más de lo que ellos están cómodos mensajando. (Salud mental de los niños y adolescentes, s,f)

Las selfies y la autoestima: Las niñas adolescentes en particular sufren de ansiedad y baja autoestima causadas por las redes sociales mientras se esfuerzan para tomarse la “selfie” (foto de sí misma) perfecta. Casi la mitad de las adolescentes admite que las redes sociales las hace sentirse mal sobre sí mismas debido a estándares de belleza poco realistas. Muchas adolescentes están empezando a usar aplicaciones digitales para retocar sus fotos y ver fotos retocadas constantemente en las redes sociales puede dañar su autoestima y distorsionar su imagen corporal: los estándares imposibles de belleza están haciendo que se vuelvan insatisfechas con su cuerpo natural. (Salud mental de los niños y adolescentes, s,f)

1.6.2 Trastorno Dismórfico Corporal

Es una enfermedad psiquiátrica que se manifiesta como una preocupación excesiva por la apariencia, que se deriva de una distorsión de la imagen corporal, generando un sufrimiento en el individuo, que impide el desenvolverse en el ámbito social, laboral y personal. En el año de 1977 esta enfermedad se denominaba como dismorfia pero se consideró que no era adecuada y hasta el año 1994 fue nombrado como “Trastorno dismórfico corporal”.

Cuando esta enfermedad se presenta pueden presentarse otros trastornos como la anorexia³, bulimia, vigorexia⁴ y ortorexia⁵. Las personas con este trastorno presentan preocupación en áreas del cuerpo como: la piel (60%), el cabello (50%) y

³ La anorexia es un trastorno de alimentación que hace que las personas pesen menos de lo que se considera saludable para su edad y estatura, generalmente por una pérdida excesiva de peso. (MedlinePlus, 2024)

⁴ La vigorexia o dismorfia muscular es la obsesión de realizar ejercicio una alteración de la imagen corporal por la que el paciente presenta una preocupación excesiva hacia su cuerpo. (Cultura física y deporte, 2016)

⁵La ortorexia es un trastorno de la conducta alimentaria que consiste en la obsesión por la comida sana. (Sanches-Mongue, 2024)

la nariz (40%), en algunas personas se observan cicatrices en la piel como consecuencia del arrancamiento de vello imaginario. Esto puede provocar que una persona llegue a someterse a diferentes cirugías plásticas con el fin de hacer cambios corporales. Se desconocen las causas por las cuales se llega a presentar este trastorno y el tratamiento consiste en terapias cognitivo-conductual, en grupo y medicamentos. (Secretaría de salud, 2015)

1.6.3 Trastornos corporales

Dismorfia Corporal, Nuevo Trastorno de Gimnasio

Las consecuencias de este padecimiento incluyen angustia crónica, deterioro de las relaciones sociales y de la actividad profesional, y abuso de esteroides anabólicos en la Ciudad de México. La excesiva preocupación en hombres y mujeres por mantener una figura delgada o musculosa ha propiciado que surjan infinidad de gimnasios en ciudades importantes del país, pero también, que diversos investigadores estudien este fenómeno.

Rosalía Vázquez Arévalo, investigadora de la Facultad de Estudios Superiores (FES) Iztacala, de la UNAM, expuso que en 1993 un equipo de la Escuela de Medicina de la Universidad de Harvard, describió en una muestra de 108 varones que practican la halterofilia sentimientos de ineptitud o incompetencia. Además la encuesta reveló que estas personas tenían la sensación de carecer de atractivo físico y de fracasar constantemente. No obstante, en un principio, el grupo bautizó este trastorno con el nombre de complejo de Adonis y, posteriormente, con el de vigorexia. (Círculo, 2015)

En un artículo publicado a finales de 1997 en la revista *Psychosomatics*, el mismo equipo propuso los criterios para diagnosticar esa alteración, a la que luego denominó trastorno dismórfico corporal, como se le conoce actualmente, explicó la experta en un comunicado. A diferencia de los sujetos con trastorno dismórfico corporal, que suelen estar preocupados por una parte específica de su cuerpo (ojos, nariz, boca y piel, entre otras), las personas con dismorfia muscular tienen una inquietud patológica por su cuerpo en general.

De manera particular, dijo, por la musculatura, están obsesionadas por lucir grandes y musculosas, por eso no salen del gimnasio. Mencionó que aún no hay estudios concluyentes ni información epidemiológica o clínica que permita ubicar la dismorfia

muscular en la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-10) , o en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-IV) , pero se conoce que afecta más a los hombres que a las mujeres.

Las consecuencias incluyen angustia crónica, deterioro de las relaciones sociales y de la actividad profesional, y abuso de esteroides anabólicos. Aunque no se cuenta con información sólida y veraz, hay indicios que la dismorfia muscular y el consumo de esteroides anabólicos se han incrementado en el país, en especial en los estados del norte, por la influencia estadounidense. (Círculo, 2015)

Dismorfia Corporal y la Alexitimia.

La falta de humor, estallar repentinamente, falta de conexión emocional y las relaciones interpersonales distantes o dependientes son rasgos asociados con Alexitimia. Se destaca a los alexitímicos porque tienden a establecer estilos de apego evitativo, rechazan la intimidad, dificultades para depender de los demás, 40 falta de confianza y resistencia hacia la aceptación de los defectos de ellos y de los demás. Las personas alexitímicas no pueden expresar sus emociones porque las desconoce su propio interior y tampoco las reconoce en los demás. La rigidez dentro de la comunicación corporal y las escasas mímicas faciales son señaladas como rasgos que caracterizan la Alexitimia.

Dentro de un estudio realizado con mujeres que presentaban niveles altos de preocupación dismórfica, se observa que estas tienen más dificultades con algunos elementos afectivos de la alexitimia, como puede ser identificar o expresar una emoción. La relación más consistente fue entre Trastorno Dismórfico Corporal y Dificultad para Identificar Sentimientos, este resultado se ajusta a las especulaciones de la regulación del afecto en los trastornos de la imagen corporal. Por otro lado se encontró en una investigación realizada a estudiantes una correlación positiva entre alexitimia y trastornos de la conducta alimentaria. (Fernandez, 2017, pp 40)

Trastorno alucinatorio de subtipo somático.

El término delirio somático se usa cuando alguien tiene la creencia firme pero falsa de que padece alguna afección médica o un defecto médico físico. La creencia del individuo puede extenderse a la apariencia externa. Con el tiempo, y con una fuerte creencia, tales individuos son incapaces de diferenciar entre la realidad y la

imaginación. Es esta firmeza en tales creencias falsas lo que da como resultado la mayoría de los síntomas de los delirios somáticos.

¿Qué son los delirios?

Las personas con delirios a menudo experimentan condiciones imaginarias. En su mayoría, imaginan situaciones rutinarias que son posibles en la vida real. En raras ocasiones, uno puede imaginar sucesos extraños como ver extraterrestres o fantasmas en los alrededores. Las personas que sufren delirios se niegan a aceptar la falacia de sus creencias. A veces, el delirio puede ser el resultado de los síntomas de otras condiciones psicóticas. Para confirmar la presencia de un trastorno delirante, la persona debe experimentar al menos un tipo de delirio durante más de un mes. (United we care, 2022)

La Vigorexia.

La vigorexia o también llamada dismorfia muscular es un trastorno de la conducta en el que el individuo desarrolla una falsa percepción de cuerpo lo que afecta que exceda del ejercicio físico, incluso consumir anabólicos con el objetivo de conseguir mejores resultados. (Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte, 2016)

La vigorexia, normalmente afecta más a los hombres, ya que los varones muy rara vez le pasa esto a las mujeres pueden tener un trastorno dismorfia muscular, esto hace que tengan una idea de su cuerpo que no es suficiente grande o musculoso , los pacientes con este trastorno pueden muchas veces referirse a su cuerpo como desagradable, feo o grotesco ya que no les gusta como se ven. (BBC News Mundo. 2015) Cuando padecen este trastorno empiezan a ver en sí mismo una complexión que es la que no desean, lo que los motiva a seguir en el gym pero aun así ante sus ojos no es suficiente los cambios que puedan llegar a lograr, lo que pueden llegar a ser más grandes y musculosos que la mayoría de la gente.

Muchas personas que sufren de vigorexia pueden tener síntomas como esforzarse mucho por el gimnasio, entrenar compulsivamente, usar esteroides anabólicos, observarse mucho cuando están frente al espejo, depresión, manías, ataques de irritabilidad, etc. (BBC News Mundo, 2015)

Hay muchos tipos de trastornos, entre ellos, uno de los más populares hoy en día es la dismorfia en el gym, o dismorfia muscular, que es similar al TDC, ya que las personas que van al gimnasio tienen el sueño de poder llegar a ser muy musculosos. Sin embargo, hay personas que, a pesar de que se les ve el trabajo en los músculos, ellos siguen viéndose como una persona débil o que no ha hecho nada por su cuerpo.

Fatorexia

La mayoría de las personas saben qué es la anorexia y las consecuencias desastrosas para la salud que esta enfermedad puede provocar. Pero al mismo tiempo desconocemos la enfermedad opuesta, la Fatorexia, se trata de la falsa percepción de la imagen corporal y el peso. Según los profesionales, este tipo de personas distorsiona la realidad viéndose en el peso ideal cuando en realidad su peso no es saludable, se tiene sobrepeso, o incluso se padece obesidad.

¿Cuáles son los síntomas de la Fatorexia?

Los expertos avisan que las personas que padecen fatorexia sí llegan a ser conscientes de su gordura pero sin embargo no están dispuestas a aceptarla, negando su propia realidad y la necesidad de afrontar este problema.

Según los propios expertos, estos serían algunos de los síntomas que podrían llevar a indicar que una persona estaría en condición de padecer esta condición:

- Llevar malos hábitos alimenticios: Suele comer varias veces a la semana comida basura, se excede en productos procesados y productos altamente azucarados.
- No mirarse al espejo de cuerpo entero: Evita usar espejos que muestran todo el cuerpo, en cambio utilizan espejos pequeños en los que solo se le ve la cara.
- Llevar ropa holgada y muchos accesorios: La ropa holgada es algo común en este tipo de personas. Además lleva muchos accesorios para desviar la atención de quienes le miran.
- No pesarse: Este tipo de personas desconoce su peso y no tiene el más mínimo interés por subirse a una báscula.

- Su entorno siempre exagera: suele ignorar a quienes le avisan de que tiene más peso de lo que debería o simplemente su respuesta es que los demás exageran. (Redacción, 2016)

1.7 Ruta metodológica

La metodología es el proceso que se usan para alcanzar un objetivo por la que se rige una investigación, Taylor Bogdan menciona que la metodología es el modo de enfocarse en los problemas y buscar una respuesta, los intereses que se tenga nos llevan a utilizar una u otra metodología. La metodología cualitativa se trata de una recolección de datos descriptivos, palabras y conductas que las personas que están dominando la investigación su tema es “el estudio fenomenológico de la vida social”, esta metodología cualitativa es meramente una investigación que produce datos descriptivos, como las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable (Bogdan., 1984)

Con base en esto se realizaron entrevistas semi estructuradas a personas que sufren este trastorno. Una entrevista es una técnica de investigación cualitativa que consiste en hacer preguntas para conversar con los encuestados y recopilar datos sobre un tema, las entrevistas cumplen la misma función que los grupos focales y a las encuestas cuando se trata de reunir información del mercado objetivo, pero son totalmente diferentes en su funcionamiento.

Las entrevistas semi estructuradas se definen como una herramienta de investigación que son extremadamente rígidas en sus operaciones y permiten muy poco o ningún margen para incitar a los participantes a obtener y analizar resultados. Por lo tanto, también se le conoce como una entrevista estandarizada y tiene un enfoque cuantitativa. Las preguntas en esta entrevista se decidieron previamente de acuerdo con el detalle de la información requerida. (Ortega, 2023)

La encuesta es una técnica que se lleva a cabo mediante la aplicación de un cuestionario a un grupo de personas, las encuestas proporcionan información sobre las opiniones, actitudes y comportamientos de los ciudadanos. La encuesta se aplica ante la necesidad de probar una hipótesis o descubrir una solución a un

problema, e identificar e interpretar, de la manera más metódica posible, un conjunto de testimonios que puedan cumplir con el propósito establecido. (QuestionPro. s.f)

Con base en esto se aplicó una encuesta a 6 personas que cuenten con dismorfia corporal, primero se entrevistó a un grupo para obtener resultados generales sobre la enfermedad y los que la padecen, por ejemplo, edades, género, si sufre algún trastorno, a qué edad empezó o si tiene algún tratamiento, todo esto para datos del trabajo, si son los jóvenes los que padecen más esta enfermedad, a que edad se empieza a desarrollar, en qué genero es mas propenso si hombres o mujeres o no hay distinción. También se entrevistaron a tres mujeres y tres hombres para conocer a detalle su trastorno, obtener resultados favorables con respecto a la dismorfia corporal.

Los perfiles de los entrevistados debe ser de acuerdo con todas las características del trastorno de la dismorfia corporal, que se preocupan excesivamente por su físico, ya sea bajando de peso en el gym, maquillándose para ocultar alguna imperfección, viéndose en el espejo continuamente, sometándose a cirugías plásticas, cuidando lo que comen, etc. Para obtener datos más generales se realizaron estas preguntas para conocer datos generales de los jóvenes. Como la edad, a qué se deben sus trastornos y cómo tratan este trastorno.

Guía de entrevista

Datos generales

- 1 ¿Con qué género te identificas?
- 2 ¿Cuántos años tienes?
- 3 ¿Cuál es tu ocupación?
4. ¿Cuál es tu grado de estudios?

Identidad

- 1¿Cómo definirías tu personalidad?
- 2¿Cómo te describirías físicamente?
- 3 ¿Qué valoras de tu persona?
4. ¿Crees que deberías cambiar algunas actitudes contigo mism@?

Heteropercepción

- 1 ¿Qué es lo que observas de la gente?
- 2 ¿Cómo crees que te ve un hombre o una mujer?
- 3 ¿Te consideras una persona atractiva?
- 4 ¿Crees que a las personas les importa el físico?
- 5 ¿De qué manera influye la opinión de los demás en tu personalidad o tu físico?

Cuerpo

- 1 ¿Qué partes te gustan más de tu cuerpo?
- 2 ¿Cuál es tu proceso de arreglo corporal?
- 3 ¿Qué no te gusta de tu cuerpo?
- 4 ¿Qué cambiarías y por qué?
- 5 ¿Modificaste alguna parte de tu cuerpo por algún estereotipo?

Redes sociales

- 1 ¿Qué redes sociales utilizas? ¿Cuánto tiempo y qué haces?
- 2 ¿Subes fotos? ¿Qué tipo de fotos tuyas subes a las redes sociales?
- 3 ¿Usas filtros? ¿qué clase de filtros?, ¿para resaltar algo en específico?
- 4 ¿Las redes sociales te han hecho sentirte insegura de ti mism@?
- 5 ¿Prefieres hablar con las personas por redes sociales o personalmente?

Trastorno dismorfofóbico

- 1 ¿Cómo definirías el trastorno dismorfofóbico corporal?
- 2 ¿Cómo sabías que tenías este trastorno y cómo fue el proceso?
- 3 ¿A raíz de la dismorfia corporal tu personalidad se vio afectada?
- 4 ¿Qué tipo de ayuda profesional has recibido?
- 5 ¿Consideras que este trastorno es un impedimento para poder socializar con los demás?

Cuestionario con personas que tienen Dismorfia corporal

1. ¿Con qué género te identificas?
2. ¿Cuántos años tienes?
3. ¿De qué delegación eres?
4. ¿A qué te dedicas?
5. ¿Cómo definirías a la dismorfia corporal?

6. ¿Cuánto tiempo llevas con este trastorno?
7. ¿Recibes algún tratamiento psicológico?
8. ¿Cómo te percibes a ti mism@?
9. ¿Qué es para ti el cuerpo?
10. ¿Realizas alguna actividad física? ¿cual?
11. ¿Qué redes sociales usas?
12. ¿Las redes sociales te han hecho sentir inseguro de ti mismo?
13. ¿Usas filtros, cuáles y por qué?
14. ¿Haces algo para mejorar tu aspecto físico?
15. ¿Si pudieras cambiar algo de tu físico lo harías? ¿qué sería?
16. ¿Qué le dirías a una persona que sufre este trastorno?
17. Opiniones

Cuestionario para personas que no tienen Dismorfia corporal

1. ¿Con qué género te identificas?
 - a. Hombre
 - b. Mujer
 - c. Otro
2. ¿Qué edad tienes?
3. ¿A qué te dedicas?
 - a. Estudio
 - b. Trabajo
 - c. Ambas
 - d. Nada
4. ¿Qué estudiaste? ¿por qué?
5. ¿A qué delegación perteneces?
6. ¿Con quién vives?
 - a. Solo
 - b. Papás
 - c. Un familiar
 - d. Amigos
 - e. Otro
7. ¿Qué redes sociales utilizas constantemente?
 - a. Instagram

- b. Facebook
 - c. Tik tok
 - d. Otra
8. ¿Qué tipo de fotos te gusta tomarte?
- a. Con filtro
 - b. Sin filtro
 - c. Cuerpo entero
 - d. Algunas partes del cuerpo
 - e. Solo el rostro
9. ¿Las redes sociales te han hecho sentir incómodo? ¿por qué? ¿de qué manera?
10. ¿Qué es para ti el cuerpo?
11. ¿Cómo definirías tu cuerpo?
12. ¿Realizas alguna actividad física? ¿Cuál?
13. ¿Qué haces para sentirte bien contigo mismo?
14. ¿Alguna vez te has sentido mal con tu cuerpo? ¿de qué forma?
15. ¿Hay algo en específico que no te agrade de tu cuerpo?
- a. Nariz
 - b. Boca
 - c. Ojos
 - d. Orejas
 - e. Cabello
 - f. Pies
 - g. Manos
 - h. Rodillas o codos
 - i. Color de piel
 - j. Complexión
16. ¿Qué te gusta más de tu cuerpo?
- a. Cuerpo
 - b. Cabello
 - c. Boca
 - d. Ojos
 - e. Nariz

- f. Voz
 - g. Manos
 - h. Pies
 - i. Color de piel
 - j. orejas
17. ¿Dedicas mucho tiempo en arreglarte? ¿Cuánto y por qué?
18. ¿Conoces a alguien que sufra trastorno dismorfofóbico corporal?
19. ¿Sabes que es la Dismorfia corporal?
20. Comentarios

1.8 Selección de muestra

La investigación de este trabajo se realizó con jóvenes de un rango de edad entre 15 a 25 años. Según datos de febrero de 2022, la mayor parte de los usuarios de Instagram (67,1%) en México tenía entre 18 y 34 años y Facebook según datos de febrero de 2022, la mayor parte de los usuarios de Facebook (54,6%) en México tenía entre 18 y 34 años de edad durante el periodo analizado.

El perfil de las personas que nos apoyaron con las encuestas fue un público específico, ya que son jóvenes adultos, ya que son más propensos a sufrir algún trastorno con base en las redes sociales, además que crecieron con todos estos estándares de belleza, que a lo largo de su adolescencia sufrieron cambios en su cuerpo que los hacían sentir y su autoestima bajaba, así también el poder de las redes sociales provocan estos trastornos. (Statista, 2023)

Para esta investigación se aplicó un cuestionario a 29 personas, 19 mujeres y 8 hombres, asimismo, se realizaron 6 entrevistas, 3 hombres y 3 mujeres y se hizo análisis de contenido de la página “Trastorno Dismorfofóbico corporal” de facebook, que lleva trabajando desde el 22 marzo del 2010 hasta la actualidad.

Capítulo 2 Marco Teórico

Es fundamental para la investigación que en este apartado se identifiquen fuentes primarias y secundarias que pueda sustentar a la investigación, para organizar ideas o conceptos que son palabras claves y se puede aplicar con algún antecedente o bases teóricas. Se trabajará con conceptos sobre el cuerpo cómo una construcción simbólica, es decir no cómo es el cuerpo de una forma biológica, sino el simbolismo que tiene el cuerpo ante los demás, la misma sociedad le asigna una posición al cuerpo, el individuo puede expresarse a través de él, puede pertenecer a una sociedad y por medio del cuerpo poner una posición o relación con el mundo.

La identidad es algo que cada persona desarrolla con el paso del tiempo, a lo largo de su crecimiento, cuando convive con un grupo de personas que tienen una cultura, costumbres, ideas, esto puede influenciar para que la identidad de ese individuo pueda desenvolverse, dentro del mismo grupo o de otro, la identidad es lo que nos hace diferentes de los demás.

2.1 El cuerpo como construcción simbólica

“Las representaciones sociales le asignan al cuerpo una posición determinada dentro del simbolismo general de la sociedad.” (Le Breton, 2002, pp. 13) El cuerpo no es solo la parte física de un ser vivo, también a lo largo del tiempo ha estado asociada con el alma, la personalidad, la identidad y el comportamiento, el cuerpo es una construcción simbólica, no una realidad en sí mismo. Es decir que el individuo se representa mediante una serie de expresiones como gestos, posturas, tono de voz así como su posición y relación con el mundo, esto pasa con la influencia de la sociedad o el lugar en el que se desenvuelve. En los últimos años la apariencia de una persona es de suma importancia, los individuos buscan darle una representación del cuerpo que la sociedad apruebe, la idea de un cuerpo estilizado, en el caso de las mujeres verse más esbeltas, más femeninas, que resalta el maquillaje, salir bien en las fotos, que no se noten imperfecciones como los vellos del cuerpo, los granitos, alguna marca etc.

El cuerpo no solo se ha convertido en el medio para movernos de un lado a otro, sino también es una forma de representación social : en cómo debemos vestirnos o

cómo debemos lucir físicamente para ser aceptados. Lo que aún no se termina de enter es que aunque biológicamente los cuerpos puedan parecer iguales claramente sabemos que no lo son, debemos reconocer que cada cuerpo es diferente incluso hablando de color de ojos, cabello, color de labios etc. Existen algunos que tendrán las espaldas más anchas, piernas más delgadas, ojos grandes o chicos, el cabello negro, castaño o rubio.

El cuerpo dice Raúl Parrao como envoltura del alma, como recinto donde se albergan los sentimientos, las emociones, el cuerpo es un diario abierto que guarda una historia. Es un instrumento que lanza al espacio vibraciones, ondas musicales que le permiten expresar todas las emociones humanas. (Parrao en Hidalgo, 2015, pp. 180).

El coreógrafo Raúl Parrao alude a que el cuerpo es solo el medio por el cual nosotros andamos día a día, que cada cuerpo es diferente, aunque físicamente tengan los mismos rasgos, el cuerpo alberga lo que cada persona es, podría decirse que su identidad, lo que nos distingue de las demás personas, los sentimientos, la forma de ser y pensar. Cada ser humano es diferente, todos tienen una historia, una personalidad que los hace diferentes de los demás, el cuerpo es lo que nos permite movernos, para trabajar, para salir con la familia, con los amigos o la pareja, el transporte que lleva el alma de cada uno.

Así mencionó Le Breton “El cuerpo es una construcción simbólica, no una realidad en sí mismo.” (Le Breton, 2002, pp. 13) Mejor dicho, las representaciones sociales le asignan al cuerpo un lugar dentro del simbolismo general de la sociedad, una significación que le otorgamos a cada cuerpo, la imagen del cuerpo es una imagen de sí mismos, como ya mencionamos anteriormente. Cada cuerpo está en una sociedad en particular, en la que se desarrolla una representación del cuerpo, el cuerpo moderno busca adaptarse o pertenecer a un grupo en el pueda sentirse seguro, que la forma de vestir, hablar, pensar o comportarse sea igual que el de las demás personas, adoptan un hábito corporal dependiendo de las sociedades.

Los individuos buscan pertenecer a una sociedad, a un grupo donde sean aceptados y se sientan cómodos, sin embargo las representaciones sociales se han vuelto muy importantes, el pertenecer o sentirse de una sociedad que no está en el

país en el que radicas se ha popularizado, es decir, hoy en día la cultura coreana se ha puesto de moda, la música, sus costumbres, rutinas de belleza han llegado a jóvenes que se sienten identificados o solo por gusto. Los jóvenes no solo se ha involucrado con la música, sino con aspectos de su físico, en ser muy muy delgados, que las facciones sean más finas, el tono de su piel e incluso la alimentación que llevan, esta apropiación de patrones es inquietante, el querer cambiar tu cuerpo por una moda o una cultura que no es perteneciente a tu país de origen, que no es “biólogicamente” igual, puede llegar una inconformidad por querer ser blanco, delgado y alto como un coreano, pero qué pasa si el joven es de origen mexicano, sus raíces son ser de cuerpo robusto, una piel morena, una nariz chata, chaparrito, entonces el joven se siente frustrado con su cuerpo por tener estas complexiones y no las de un coreano, lo cual puede hacer algún procedimiento para lograr apropiarse de una representación cultural que no va de acuerdo con su físico.

Algo que podemos darle suma importancia es lo que menciona la autora Rocío Hidalgo destaca que:

En la actualidad hay una sobrevaloración del cuerpo en una observación más física que se confronta con la de ese otro en una competencia a veces desmedida en donde se puede comprometer casi la vida. Si hace unas décadas el estatus se medía por un apellido de abolengo, después se suplantó por el dinero, ahora ya no es suficiente, para aspirar a este último, se debe contar con un cuerpo “apto” para transitar por los espacios sociales que lo marcan como un “requisito” indispensable. (Hidalgo, 2015, pp. 185).

Es como lo que mencionamos con Le Breton el cuerpo es una construcción simbólica, es cruel saber que en la actualidad tu posición económica, familiar o que tu físico defina lo que eres, sin importar, tus estudios, qué tan bueno seas en lo que haces o saber hacer, si no tiene la complexión que la sociedad define como “adecuada” no eres bien visto. Pero a qué llamamos que un cuerpo sea “adecuado”, que en el caso de las mujeres tengas grandes senos y las caderas anchas, que seas de tez blanca, ojos claros, figura esbelta, todos estos requisitos que la misma sociedad ha impuesto y se ha “normalizado” para ser aceptado, definir un significado al cuerpo, aunque eso signifique cambiar tu seguridad, el sentirse

cómoda, que por utilizar cierto tipo de ropa eres bonita, elegante o apropiada para tal lugar.

Es brutal que como sociedad se haya llegado al punto de darle más valor al estatus económico, el que vistas bien para que puedas ser tomado en cuenta y además tener un buen físico para que se te considere un prospecto presentable para dicha sociedad, sin importar tus capacidades intelectuales, la experiencia o el valor que se tiene por ser un ser humano. La apariencia que muchas veces ejerce la sociedad en como debes ser físicamente podría ser el causante de enfermedades alimentarias, mentales y culturales, el buscar pertenecer a un grupo y ser aceptado en todos los sentidos para poder socializar y no ser el excluido de un grupo, solo porque estas a la moda, por que no tienes buen apellido o porque tu cuerpo no es lo suficientemente bonito para poder ser alguien.

“El cuerpo es un vehículo y un fin para estar en el mundo, el cuerpo es un “espacio expresivo”, dice Merleau- Ponty, y origen de los otros, es el que otorga la significación al espacio exterior para que exista ante nuestros ojos.” (Hidalgo, 2015, pp. 177). El cuerpo es una representación social, pero asimismo tiene una expresión ante la misma sociedad, es lo que hace que los seres humanos seamos iguales, pero incluso cada cuerpo es diferente, ya sea por color de piel, compleción, rasgos de cada uno de sus países de origen, formas de vestir, etc. El cuerpo también es la forma de movernos a cualquier lado, hacer una rutina, lo que más nos guste, pero también el cuerpo es la representación de nuestra identidad, de lo que somos, porque lo adecuamos y vestimos como más nos sentimos cómodos y como nos gusta, haciendo una expresión hacia la sociedad.

Somos un cuerpo todo el tiempo y sin embargo, lo percibimos fragmentado cuando algún dolor o enfermedad nos sorprende literalmente, es cuando tomamos conciencia de él, y no es porque la conciencia esté separada, que esté en “algún otro lugar” si no porque hemos aprendido una división imaginaria, muy difícil de desarraigar, pues actúa como evidencia o creencia (Hidalgo, 2015, pp. 160).

Estamos tan metidos en la rutina que no nos percatamos de nuestro cuerpo hasta que nos ocurre algo, por ejemplo cuando estamos bien, comemos de todo lo que se nos antoja, pero nos enfermamos del estómago, extraños cuando podíamos comer cualquier cosa sin temor a que doliera o devolver la comida, en un caso más extremo, si alguien tuviera un accidente y por ello pierde alguna extremidad de su cuerpo hasta ese momento le daría el valor a esa parte de su cuerpo que perdió y se pone a pensar en cuanto no la valoro, o como era su vida antes de que le ocurriera eso.

“El cuerpo parece algo evidente, pero nada es, finalmente, más inaprensible que él. Nunca es un dato indiscutible, si no el efecto de una construcción social y cultural”. (Le Breton, 2002, pp. 14) Estamos acostumbrados a seguir normas de moda a través de lo social y cultura ya sé por que desde pequeños nos acostumbraron así o por qué lo vemos con novelas, series, modelos etc. Muchas veces incluso acudimos a doctores plásticos para que puedan modificar y moldear el cuerpo que nos gusta ya que no es como nosotros lo queremos, nunca estamos cómodos con lo que somos por qué los cuerpos siempre están cambiando de forma y de moda. Todo el tiempo se actualizan las modas. Los jóvenes se desesperan muchas veces de no poder estar en tendencia ya que nunca se sabe cuando comenzará una nueva moda y cuándo terminará, muchas veces en un mismo día se puede acabar esa misma tendencia de labios grandes, cambiar el color de piel, ser china, lacia, ponerte pestañas postizas, pecas etc.

Los jóvenes nunca llegan a tender que cada persona es distinta y que a pesar de las operaciones, ejercicios o que pasen por procesos distintos de bella llegarán a ser iguales a su ídolo o la persona que para ellos es aceptable y se ve bien. Todo esto es parte de la construcción social que tenemos y nunca ha cambiado incluso desde siglos anteriores en donde la moda era tener cinturas pequeñas con un corcel, las hacía desmayar, tener hambre, pasar calor y sobre todo dolor.

2.2 La identidad: entre la autopercepción y la hetero percepción

Cuando un individuo no se siente seguro con un grupo de personas, que sienta que no encaja por su forma de pensar, actuar o vestir, se cree que hay algo más en uno mismo, pero Bauman menciona que la identidad es lo que nos hace ser uno mismo.

Pensamos en la identidad cuando no estamos seguros del lugar al que pertenecemos; es decir, cuando no estamos seguros de cómo situarnos en la evidente variedad de estilos y pautas de comportamiento y hacer que la gente que nos rodea acepte esa situación como correcta y apropiada, a fin de que ambas partes sepan cómo actuar en presencia de la otra (Bauman, 2003, pp.3).

Como individuos somos únicos y diferentes de las personas que nos rodean, ya sean familiares, amigos, compañeros o conocidos, pero también tenemos cosas en común con la gente que está cerca de nosotros, la identidad se construye desde las opiniones, sentimientos o preferencias, al igual que influye el contexto cultural en el que nos desenvolvemos. El cuestionarnos de nuestra identidad cuando estamos con alguien más o una situación diferente, un lugar que no conocemos puede hacernos sentir inseguros de quienes somos. Cuando expresamos opiniones o alguna idea que a la otra persona no le parece es normal sentirnos inseguros habrá gente que acepte nuestra forma de actuar o pensar y habrá otras que no lo aprueben, eso es lo que nos hace tener una identidad, los que nos diferencia.

La identidad se construye con las vivencias que cada uno tiene durante su vida, también es un poco de las identidades de las personas que se rodea, ya que hay una influencia, pero como saber que la identidad que se tiene está bien o como debe de prevalecer para no verla afectada para mal.

“Pronto se dejó ver que el verdadero problema no es cómo construir la identidad, sino cómo preservarla.” (Bauman, 2003, pp.6) La identidad es lo que le da sentido a nuestro propio ser, la imagen que tenemos de sí mismo, esta no desaparece, sufre modificaciones en distintas etapas de la vida, las diversas situaciones en las que se puede estar envuelto puede hacer que esta identidad cambie de alguna manera, con la muerte de algún ser querido, un nuevo amor, una nueva etapa escolar o laboral. Lo fundamental de la identidad es que como individuos seamos únicos, que ésta no se vea corrompida por alguna circunstancia que pueda perjudicar a las personas que lo rodean o a sí mismo.

Pero también la identidad se trata de que:

No basta que las personas se perciban como distintas bajo algún aspecto. También tienen que ser percibidas y reconocidas como tales. Toda identidad (individual o colectiva) requiere la sanción del reconocimiento social para que exista social y públicamente (Giménez, 1997, pp.3).

Es decir que la autoidentificación de una persona debe ser reconocida para poder fundar su identidad del individuo, la persona que desee una identidad debe ser reconocida por los demás para que dicha identidad pueda ser reconocida y así sentirse dentro de un grupo a lo que veníamos diciendo con Bauman respecto a sentirnos seguros en algún lugar o con alguna persona, para que nuestra identidad se sienta correcta y apropiada para poder desenvolvernos en cualquier momento.

La identidad como ya se ha mencionado es lo que define como único a cada ser humano, por ello busca una aprobación ante los demás, que si su forma de pensar sea la correcta o la de vestir sea la de moda.

“La identidad implica la percepción de ser idéntico a sí mismo a través del tiempo, del espacio y de la diversidad de las situaciones.” (Giménez, 1997, pp. 13) La identidad de las personas debe ser estable y responsable consigo mismos, así este comportamiento remite en la interacción con los demás, ya que las demás personas esperan de cada persona tenga una estabilidad en la identidad que emitimos habitualmente de uno mismo. Si bien es cierto continuamente nuestra identidad puede tener un cambio pero no debe ser un cambio que afecte de manera perjudicial a sí mismo y a las personas que conviven con él.

Claro que esta en un debido tiempo puede cambiar con alguna circunstancia que afecte el sentir de las personas, tal como un niño está construyendo su identidad rodeando de más niños de su edad, en la que comparte gustos e ideas, puede ser de alguna película infantil que sea la sensación y por la cual tengan un tema de conversación, pero cuando el niño crece define sus gustos, cambian sus ideales, tal vez las películas infantiles ya no le gusten y vea más de acción o de terror y claro que esto tendría una influencia en sus gustos y su forma de pensar, en formar parte de una identidad donde prefiere la adrenalina, el suspenso, los colores que se relacionan con el terror como el negro o rojo y es lo que conforma la identidad de una persona y por que se puede modificar.

“La identidad se incorporó a la mentalidad y la práctica modernas ataviada desde el inicio como una tarea individual. Correspondía al individuo encontrar un escape de la incertidumbre.” (Bauman, 2003, pp. 5) Muchas veces los jóvenes tratan de buscar su propia identidad a través de gustos comunes ya sea grupos socioculturales en donde comparten algo en común. Esto hace que los jóvenes puedan encontrar un escape y se sientan cómodos con gente que tiene gustos similares a los suyos, van creando su propia perspectiva de la vida y así van creando una identidad y dejan de sentirse confundidos o fuera de serie. Ya que si no encuentran ningún grupo en común pueden sentirse raros o que no encajan en ningún sitio y esto puede afectar aún más el definir su propia identidad.

Esta misma la pueden ir creando con base a lo que ven en televisión, las redes sociales, famosos que ven y que creen que esos están en tendencia. Quieren parecerse a ellos atrás de operaciones, ejercicios, copian sus mismas características, su forma de hablar, la manera en la que se visten.

Las televisoras, redes sociales, medios de comunicación suelen aprovechar muchas veces la fuente que son los jóvenes para poder crear marketing o vender productos para que los jóvenes se parezcan aún más a sus ídolos. Los jóvenes a corta edad creen que es lo mejor para ellos o ven desde su escuela o distintos grupos lo que es popular para poder ser tendencia ellos también. Las redes sociales crean muchos conflictos con las tendencias ya que muchas veces todo esto es falso, son solo filtros o ediciones que en la vida real no pueden obtener ni siquiera con operaciones.

Si bien es cierto que la identidad “sigue siendo el problema”, no es “el problema que fue a lo largo de toda la modernidad”. A decir verdad, si el “problema moderno de la identidad” era cómo construirla y mantenerla sólida y estable, el “problema posmoderno de la identidad” es en lo fundamental cómo evitar la fijación y mantener vigentes las opciones (Bauman, 2003, pp. 3).

Los jóvenes hoy en día siempre quieren sentirse cómodos con el cuerpo que está de moda, con las cosas que están en tendencia pero de este es un problema ya que no está bien definido lo que quieren y lo que realmente son, cuando algo pasa de moda la gente comienza a juzgarlo si es algo que ya no está en tendencia y tienes que cambiar completamente toda tu identidad para volver a estar en tendencia con la

sociedad y este es un problema de la modernidad de hoy en día. Muchas veces ni siquiera nos sentimos cómodos con nosotros mismos pero el estar a la moda los hace sentir bien, los hace sentir seguros de ellos mismos y el mismo círculo social en el que ellos viven los hace sentir que eso es bueno, seguir tendencias, estar cambiando tu cuerpo a cada momento, seguir a las famosas en redes sociales para seguir permaneciendo en esa burbuja de seguridad que a ellos les crea. Las personas que tienen este TDC no llegan a visualizar el efecto que le están haciendo a su cuerpo, no son capaces de pensar en lo caro que puede ser, solo quieren ser parte de la tendencia o incluso pueden arriesgar su vida con tratamientos que no conocen, muchas veces no los investigan de la manera correcta y solo por ser más barato, más cómodo y fácil acuden a tratamientos baratos que pueden afectarse a ellos mismos.

“La auto-identificación de un actor debe disfrutar de un reconocimiento intersubjetivo para poder fundar la identidad de la persona”. (Gimenez, 1997, pp. 3) Las personas hoy en día nunca terminan de definir una identidad solo se basan en lo que dice la sociedad es por eso importante conocerte, saber lo que te gusta y lo que no te gusta, conocerte y saber definir una identificación personal. Tenemos que priorizar esto ya que a través de esto uno conoce su identidad y no busca nada de modas o eventos que están de moda para poder sentirse bien con las demás personas.

Desde esta perspectiva se puede decir que la identidad no es más que la representación que tienen los agentes (individuos o grupos) de su posición (distintiva) en el espacio social, y de su relación con otros agentes (individuos o grupos) que ocupan la misma posición o posiciones diferenciadas en el mismo espacio. (Gimenez, 1997, pp. 18)

La identidad va de la mano con grupos socioculturales en donde nos sentimos identificados, en donde el ser humano va creando un sentido de pertenencia único en donde crea su propio ser. El venir en grupo ayuda a que todos definirán las personas que son, sus gustos, simbologías, valores, tradiciones, etc. Existen muchos tipos de identidad en donde estas van muy de la mano con la cultura y la identidad.

La mayoría de los adolescentes en la etapa de desarrollo y crecimiento buscan ser parte de grupos en donde todos tengan los mismos gustos o incluso mismos pensamientos esto es parte de la vida normal para empezar a desarrollarte como persona sin embargo hay gente que siempre quiere seguir los mismos pasos de otras personas como famosos, celebridades, cantantes etc, nunca llegan a encontrarse estables o felices. Esto pasa incluso con famosos se sienten confundidos con su realidad, muchos famosos también han tenido TDC, como por ejemplo: Robert Pattinson, Ed Sheeran, Chris Pratt. La revista News mundo nos menciona que el TDC entre las mujeres es muy normal sin embargo el de los hombres siempre pasa desapercibido ya que normalmente las mujeres son las que se preocupan más por su físico y esto es gracias a las redes sociales, los famosos también quieren cambiar su aspecto ya que los fans les dicen que no se ven bien, que están gordos, que se ven demacrados, etc. Estos famosos comienzan a creer que es verdad y empiezan a desarrollar este TDC. Aquí comienza la comparación con otros famosos, las competencias e incluso existe una lucha entre ellos mismos con sus pensamientos.

2.3 Los Jóvenes: Una aproximación

Se definen a los jóvenes aquellas personas que se ubica entre la infancia y la adultez, que de acuerdo a la Ley del Instituto Mexicano de la Juventud (Imjuve), es entre los 12 a los 29 años (ImJuve, 2017), en esta etapa hay muchos cambios físicos, psicológicos, emocionales y sociales, en el cual están expuestos a constantes cambios durante esa edad. Rossana Reguillo en Emergencias culturales habla sobre los conceptos de joven, las culturas juveniles refieren a la manera en que las experiencias sociales de los jóvenes son expresadas colectivamente mediante la construcción de estilos de vida distintos.

“La "edad" adquiere a través de estos procesos una densidad que no se agota en el referente biológico y que asume valencias distintas no sólo entre diferentes sociedades, sino en el interior de una misma sociedad al establecer diferencias principalmente en función de los lugares sociales que los jóvenes ocupan en la sociedad. La edad, aunque referente importante, no es una categoría "cerrada" y "transparente". (Reguillo, 2000. pp. 26)

Las experiencias que los seres humanos adquieren a lo largo de su vida son por las vivencias, lo que quiere decir Reguillo es que la edad no es algo que se termina y que tiene un valor entre la sociedad, lo que la hace más significativa es lo que se obtiene conforme a la edad, una etapa de la vida o una época en la historia. Además de que cada sociedad le puede dar valor diferente a los jóvenes, en algunos países los jóvenes a cierta edad, deben tener una familia, negocios o terrenos. Posiblemente no sea la etapa con más cambios, pero seguramente es en la que los jóvenes no saben que hacer, como sentirse, como actuar, considerando que antes de la adolescencia está la infancia en cual pasas a la etapa de cambios físicos, emocionales, responsabilidades, etcétera. Después de esta etapa pasas a vida adulta donde entra la parte de ser más responsable, un adulto con ciertas obligaciones, etcétera.

“Cuando muchos jóvenes se integraron a las guerrillas y a los movimientos de resistencia, en distintas partes del continente, fueron pensados como "guerrilleros " o " subversivos ". Al igual que en la década anterior, El discurso del poder aludió a la manipulación a que eran sometidos "los jóvenes", por causa de su "inocencia" y enorme "nobleza", como atributos "naturales" aprovechados por oscuros intereses internacionales. (Reguillo, 2000. pp. 20)

Si bien es cierto que la etapa de la juventud en donde más crédulos son, ya que se pasa del cambio de la “inocencia” que es la parte de la infancia para pasar a la adolescencia donde la mayoría de los jóvenes piensan que pueden comerse al mundo, están dejando de ser, actuar y pensar como niños para adentrarse un poco más a lo que es la vida adulta

“ Pensar a los jóvenes es una tarea que se inscribe en el necesario debate sobre el horizonte de futuro. Si como ha dicho Garcia Canclini (1999) en la inevitabilidad globalizadora aparecen "interrupciones" que ponen en cuestión su relato homogéneo, tal vez la pregunta por los jóvenes ayude a visualizar caminos alternos.” (Reguillo, 2000. pp.47)

La discusión hasta aquí planteada tiene un doble objetivo: de un lado, reconocer las fortalezas y debilidades en el conocimiento producido en torno a los jóvenes, como

condición reflexiva para comprender con creatividad y rigor los cambios que, en el siglo que arranca, están experimentando las culturas juveniles; de otro lado, se trata de sentar las bases para replantear un conjunto de conceptos, estrategias metodológicas, análisis empíricos e interpretaciones que se abordan a partir del siguiente capítulo..

La construcción cultural de la categoría "joven", al igual que otras "calificaciones" sociales (mujeres e indígenas, entre otros) se encuentra en fase aguda de recomposición, lo que de ninguna manera significa que ha permanecido hasta hoy inmutable. Lo que resulta Indudable es que vivimos una época de aceleración de los procesos, lo que provoca una crisis en los sistemas para pensar y nombrar el mundo. (Reguillo, 2000. pp.49)

La construcción cultural de la categoría "joven" es un cambio con su físico, su voz, sus gustos, su manera de ser es una recomposición de lo que seremos y queremos ser, la época en la que vivimos se basa en las redes sociales y la mayoría de las veces ahí creamos nuestra personalidad o quizá en la escuela, con amigos, con las personas que convivimos etc.

“Los jóvenes en tanto categoría social construida no tienen una existencia autónoma, es decir al margen del resto social, se encuentran inmersos en la red de relaciones y de interacciones sociales múltiples y complejas.” (Reguillo, 2000. pp. 29)

Con base en esto, los jóvenes y las redes sociales son uno mismo ya que pasan mucho tiempo pensando en qué cambios pueden tener, comparando con el resto de la sociedad y delimitando su propia belleza. Todos los adolescentes sufren etapas en las que no saben quienes son, a donde pertenecen o cuales son sus gustos. Las redes sociales les ayudan a conocerse para saber qué es lo que quieren ser, sin embargo existen personas que nunca llegan a definir la clase de personas que son y constantemente sufren cambios para los cuales no se sienten seguros con ellos mismos, siguen modas que en meses incluso días cambian y ellos tienen que cambiar su físico y la forma de ser.

“La producción y comunicación de la cultura no se renueva sólo desde los creadores. También en ese punto hay un cambio de época. A diferencia de los tiempos en los que la idealización romántica y el vanguardismo atribuían a los artistas el gran papel de la innovación, en la actualidad esa función está más repartida. Y más competida: al punto de dudar de que algunos actores sean indispensables en el proceso de generación y transmisión.” (Reguillo, 2000. pp. 11)

Se trabajó la noción de cuerpo desde una perspectiva simbólica con Le Breton, el cuerpo no solo es el medio con el que nos movemos de un lado a otro, si no que cada uno es distinto en la forma de expresarse, con gestos, posturas, tono de voz y la forma en que se relacionan con el mundo. Bauman nos habla de que nuestra identidad es lo que nos hace uno mismo, habrá ciertas similitudes con las demás personas que piensen o actúen igual a uno mismo, ya que nuestra identidad se construye con las vivencias. Por otro lado, Reguillo destacó que la edad adquiere un valor significativo con el paso de los años. El cuerpo y la identidad están relacionados desde el momento en el que se desarrolla la identidad personal y social de una persona.

La imagen corporal de cada persona es la percepción que se tiene del propio cuerpo, lo que también hace referencia a los sentimientos, emociones que se experimentan respecto al cuerpo, lo que cada uno siente.

En este capítulo nos enfocamos en poder ver la identidad de cada una de las personas, como es que logramos a través del tiempo poder definir quienes somos y qué queremos llegar a ser. Las redes sociales ayudaron mucho para poder ver las diversas formas en las que viven las personas y de ahí definir quienes somos, atravesamos etapas difíciles como encontrar nuestra propia identidad a nivel personal e individual, así mismo también encontrar un balance con nuestra imagen corporal en la sociedad actual, esto lo podemos hacer con ayuda de amigos, familia, personas que vamos conociendo con el tiempo nos ayudan para poder descubrir lo que nos gusta, lo que no nos gusta y nuestra personalidad. Todo lo que vemos en la televisión, redes sociales y revistas también nos ayuda a revelar nuestro propio ser. En este capítulo también nos enfocamos en la autopercepción y la heteropercepción, si bien, sabemos que cuando no nos sentimos seguros o que

encajamos en algún grupo de personas ya sea por la forma de vestir, hablar, pensar también estamos definiendo lo que queremos para poder sentirnos seguros de donde estamos y sobre todo con quien. Hablar del cuerpo con una persona que sufre o ha sufrido de dismorfia corporal puede ser un tema sensible de sobrellevar ya que no se encuentra a gusto con lo que ve en el espejo, ya que hoy en día las expectativas sociales se ha vuelto algo importante dentro de la sociedad y de los jóvenes, el encajar en un mundo moderno, pertenecer a un grupo en cual, más jóvenes de su edad están en sintonía y puede pertenecer, así tener una identidad dentro de círculo y con la que están a gusto.

En la página del INEGI los estados con mayor acceso a internet en 2024 fueron Sonora (91.3%), Quintana Roo (90.7%) y Baja California Sur (90.4%). Estas entidades destacan por tener una mayor proporción de personas que utilizan internet, lo que se relaciona con una mejor infraestructura tecnológica y cobertura en sus áreas urbanas y turísticas. (ENDUTIH. 2022)

Este acceso elevado a internet no solo refleja el desarrollo tecnológico de estas regiones, sino que también abre oportunidades para que las personas puedan tener acceso a las redes sociales a corta edad y aquí comienza una de las razones del por qué las redes sociales afectan junto con el trastorno dismórfico, ya que, comienzan a ver famosos, influencers y personas que influyen en su vida diaria.

En 2024, el grupo de edad que más utilizó internet fue el de 18 a 24 años, con 97.0 por ciento. Siguieron los de 12 a 17 y de 25 a 34 años, ambos con 95.1 por ciento. Después vino el grupo de 35 a 44 años, con 92.3 por ciento. Los que reportaron menos uso de internet fueron los de 55 a 64 años y 65 años y más, con 71.0 y 42.1 %, respectivamente. (ENDUTIH. 2022)

Capítulo 3. Perspectivas del cuerpo a través de los estándares de belleza.

En este capítulo se realizará un análisis sobre las redes sociales, lo que se publica en ellas con respecto a la imagen corporal de cada individuo, personas famosas o del medio que pueden llevar a tener un impacto en la vida de muchas personas, en especial de adolescentes en el proceso de cambios físicos. La imagen corporal es la percepción y el sentir de cada persona respecto a su propio cuerpo, es la representación del cuerpo que cada persona construye en su mente, la apariencia física no es lo mismo que la imagen corporal, ya que personas con una apariencia física alejada de los estándares de belleza pueden sentirse bien con su imagen corporal, al igual que personas socialmente valoradas como bellas pueden no sentirse así. La imagen corporal es algo creado por el ser humano. (Reyes & Reyes, 2023)

Así mismo las redes sociales son plataformas digitales formadas por comunidades de individuos, con intereses o actividades en común, las redes sociales permiten el contacto entre personas y funcionan como un medio para comunicarse e intercambiar información. (Concepto, 2024). En este capítulo se hablará de los diversos panoramas del cuerpo en los estándares de belleza que la sociedad misma ha impuesto para pertenecer a un grupo estilizado o lo que la gente definiría a su gusto como “perfecto”.

3.1 Las redes sociales y la imagen corporal

Las redes sociales son plataformas que permiten la interacción social entre varios usuarios, estos pueden ser tanto personas como organizaciones. (Correduría Inteligente, 2025). La mayoría de las personas que utilizan redes sociales, han utilizado alguna vez algún filtro, esto puede deberse a una falta de inseguridad consigo mismos, pueden utilizar infinidad de filtros hasta llegar a ser irreconocibles. Cuando tienen contacto con alguna persona causan el famoso ‘phishing’ en donde pueden llegar a robar fotos de personas atractivas y hacerse pasar por ellas, todo esto puede deberse a la inseguridad que llegan a sentir por las redes sociales. Mucho del contenido que las personas suben a sus redes sociales no es la realidad en la que están habitualmente, es decir que puede estar sucediendo algo en su vida personal pero en redes sociales se muestra otra cosa, de eso se trata el contenido que vemos día a día, vemos lo que cada individuo quiere que veamos.

Las redes sociales son tan impactantes y forman parte de la vida privada de cada uno que es muy fácil tener la atención de cada usuario, por ejemplo a la hora de que alguna persona con muchos seguidores o famosa vende o promociona algún producto por medio de redes sociales por ser parte de una tendencia o estar igual que esa persona se consume el producto promocionado.

Anteriormente, la publicidad que manejan en las redes sociales solo tenía un filtro que era ser una persona blanca y delgada, sin embargo, hoy en día presenta diversos cuerpos, tonalidades de piel, diferentes complexiones para poder diversificar y argumentar que no solo existe un solo estándar de belleza.

La mayoría de las veces a pesar de que el mundo trata de que aceptemos a todos por lo que somos y no por su apariencia existen usuarios que a través de los comentarios generan discursos de odio , discriminacion y/o gordofobia hacia las y los modelos.

El discurso de odio online, para el que se ha acuñado la expresión de ciberodio, añade una serie de particularidades que lo convierten en un fenómeno descontrolado con un potencial de daño aún mayor. En primer lugar, la sobreabundancia comunicativa. Por medio de internet y las redes sociales, la comunicación de mensajes que antes estaban limitados al ámbito privado, se ha convertido en pública de manera absolutamente masiva. En segundo lugar, la descentralización de la comunicación, que “democratiza” las comunicaciones, en el sentido de que cualquiera puede emitir un mensaje con un enorme potencial de audiencia. El efecto multiplicador de las redes sociales permite convertir un determinado mensaje en un fenómeno de transmisión exponencial, dando lugar a lo que se denomina metafóricamente como “visualizaciones” (injuve, 2019)

Las personas en redes sociales en su mayoría sufren de dismorfia corporal gracias a los usuarios que sin pensar promueven discursos de odio, esto tiene gran influencia hacia la personas, ya que las hacen pensar que su discurso de odio tiene sentido y por algo lo comenta. Aquí es donde comienzan las inseguridades y es cuando quieren mejorar o buscar a quien parecerse para que la sociedad misma los acepte.

3.2 Estética corporal en los medios de comunicación y las redes sociales



Filter Drop (Palacios, 2021)

FilterDrop: se creó como una extensión de todo para la belleza. Llevo casi diez años trabajando en esta industria y con esta campaña he cambiado la forma en que se ve en Internet. Hace seis meses hablé con la ASA sobre el daño de estos filtros, ya que sentía que debía haber directrices más estrictas sobre cómo se anuncian los productos y los cosméticos en línea. Sentía que contenía la respiración cada vez que se me informaba de que este caso se avanzaba para su consideración a cada nivel. (Palacios, 2021)

La mayoría de las publicidades de belleza hacen retoques para que la audiencia crea que utilizando los productos que promocionan la piel se verá idéntica que la de la modelo, sin embargo, en la mayoría de los casos todas las fotos tienen photoshop.

Se adjuntan fotos de un influencer que promueve la salud a través del gym, publicidad de maquillaje, ropa y una influencer que se considera es la más famosa junto con su familia, en hacerse procedimientos quirúrgicos a través de lo que esté de moda en las redes sociales.

Este tipo de estereotipos además de que son muy difíciles de conseguir por qué se necesita mucha dedicación, esfuerzo y sobre todo dinero son los principales medios

en donde los usuarios se comienzan a comparar y creen que como tienen millones de seguidores ser así es lo que debemos ser para ser aceptados en la sociedad.

Actualmente en los negocios de ropa, moda, cosméticos y todos estos medios ya no se les exige tanto a las modelos tener medidas exactas, sin embargo, las famosas que son delgadas, con un rostro estéticamente agradable, sin ninguna imperfección son las que más seguidores, comentarios, compartidos tienen.

Existen muchos tipos de filtros para poder llegar a verse como las modelos que nosotros presentamos en la parte de arriba, ya que, todos estos tipos de embellecedores son una farsa, te muestran como te verías con un tipo de ojo diferente, te lo alarga, te cambian de color la pupila, te hacen ver unas pestañas más largas. Otros te alinean la nariz, si tienes dientes amarillos te los hace blancos, te afilan el rostro, etc.



Filtros (Santaella, 2021)

Podemos identificar como los filtros te hacen los ojos más grandes, te cambian el color de ojos, de piel, se te aliza y estiliza el rostro, algunos filtros incluso te agregan color a la piel y así como este ejemplo podemos ver como el rostro cambia en un 50%. La mayoría de las veces utilizan los filtros para poder quitar alguna imperfección que podamos tener en el rostro como en el ejemplo de abajo en donde se ve que la modelo tiene un problema de acné y con los filtros le ayudan a disminuir esas imperfecciones. (Santaella, 2021)

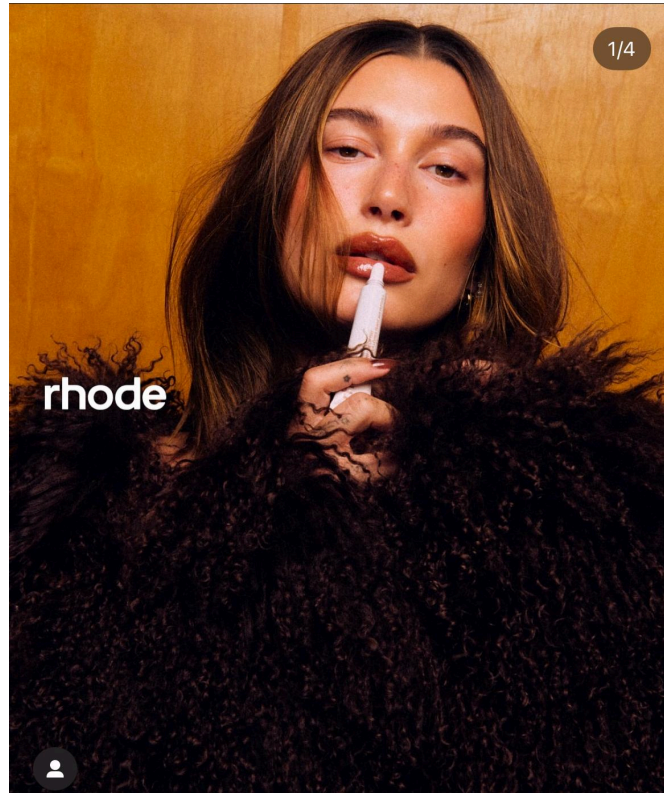


Filtros (Palacios, 2021)

La mayoría de las fotos que venden productos y que se utiliza una modelo, detrás de toda esa perfección existe el photoshop. En Instagram, Facebook y otras redes sociales para poder quitarle la lonjita, imperfecciones que no nos agraden lo editan en estas aplicaciones que tienen la función de quitar todo lo malo que vemos en nosotros mismos, No aceptamos nuestra realidad.

Cuando llegan a salir a la calle, las personas ya no pueden tener los filtros con los que salen en las redes sociales, ya no pueden usar photoshop, aclararse la piel, la

mayoría de veces los filtros en nosotros son tan fuertes que no se puede reconocer a la persona cuando la vemos en persona y esto es lo que causa tantas inseguridades en las personas incluso la muerte por no aceptarse uno mismo. (Palacios, 2021)



(Instagram, s. f.)



(Instagram, s. f.)



(Instagram, s. f.-b)

3.3. Trastorno Dismórfico Corporal. Un acercamiento a la interacción y presentación del cuerpo entre usuarios

En este apartado se recaba información de los usuarios a través de los años en una página de Facebook, toda la información presentada será para ver cómo han ido actualizando las formas de expresión o de ayuda con las personas que tienen dismorfia corporal. Tomamos publicaciones de personas que hayan sufrido este trastorno y cómo se expresan en esta página para sentirse acompañados y comprendidos, se analizaron más de 30 publicaciones y se eligieron las publicaciones más importantes sobre el tema, ya que era un dato para analizar sobre el trastorno. La página se encuentra en Facebook y se llama Trastorno Dismórfico Corporal (Dismorfofobia), creada hace más de 15 años, el 22 de marzo del 2010. Es importante hacer este recorrido de la historia de la página ya que podemos analizar cómo se ha ido desarrollando y la comunicación a través de los años, además de que explicaremos cómo la comunicación entre ellos ha ido cambiando y sobre todo el apoyo que se ha visto a través de los años.

A pesar de que la dinámica siempre ha sido la misma el grupo de facebook en donde trabajamos llamada Trastorno Dismórfico Corporal ha perdido mucha actividad en cuestión a los usuarios, por ejemplo, antes existía más apoyo y más interacción que ahora en 2024, actualmente las personas que publican en la página ya no interactúan y si lo hacen lo hacen todo de manera personal, es decir, se mandan mensaje privado o por video llamada.

Desde los inicios del grupo existe mucho apoyo en cuestión a psicólogos, sesiones por Zoom o grupos de ayuda de manera física, los psicólogos siempre están tratando de poder interactuar para apoyar a los usuarios del mismo.

Las y los usuarios normalmente suben sesiones de fotos profesionales, tratan de subir fotos en donde imitan poses famosos y siempre al subir las fotos hacen la misma pregunta: ¿Cómo me veo? ¿Les doy asco? después de esas preguntas empiezan a explicar cómo se sienten, si ya son usuarios activos expresan su día a día, los usuarios nuevos normalmente empiezan con comentarios basicos, sin subir ninguna foto, despues de eso al tomar confianza por parte del grupo proceden a

subir alguna foto de ellos describiendo el cómo se perciben y muchas veces el que están haciendo para poder mejorar su aspecto físico.

El análisis que nosotras hicimos nos ayuda a poder ver cómo es que los usuarios siempre hacen la misma acción, subir una publicación de que son nuevos usuarios un poco de cómo se sienten y después de algunos días proceden a subir una foto de ellos. Como mencionamos anteriormente la dinámica siempre ha sido la misma, a pesar de los años no ha cambiado nada, quizá, por qué le dan un vistazo a la página para poder ver como se presentan los otros usuarios y con base en esto ellos hacen lo mismo.

Los comentarios que se hacen son comentarios de apoyo en donde muchas veces los demás se identifican, donde comentan su proceso, cómo lo vivieron y cómo pueden superarlo, se dan consejos de ayuda y como mencionamos anteriormente muchas veces todo esto pasa a través de los mensajes privados.

Además existen otros comentarios para poder subir el autoestima mencionando que la persona es físicamente atractiva, marcando sus rasgos y mencionando que les gusta de la persona. Otros usuarios que es muy raro que los encontráramos pero no fue imposible se despiden del grupo diciendo que no superaron totalmente la dismorfia pero que ya pueden trabajar con su peso, su físico y sobre todo verse en el espejo ya no es difícil para ellos. Básicamente se despiden del grupo, agregan su mejor foto y describen cómo se sintieron al principio y como se sienten actualmente, todos los cambios que tuvieron y cómo es que pudieron sobrellevar esta situación, además, agregan algunos tips de autoayuda para las personas que aún están en procesos difíciles.

En cuestión a los likes y los comentarios las publicaciones que más tienen reacciones son publicaciones de usuarios que ya son muy conocidos en el mismo grupo, los usuarios nuevos o no frecuentes normalmente no tienen tantas interacciones o incluso desconocemos si otros usuarios se ponen en contacto con estos mismos a través de mensajes privados.

Nombre : Trastorno Dismórfico Corporal (Dismorfofobia)

Miembros: 1.9 millones de usuarios (hay que ir actualizando el dato y ver cuántos miembros se integran con el tiempo, pongan fechas de consulta y número de usuarios)

Se creó : 22 de marzo de 2010

Este grupo, es un grupo privado al que pertenecen más de 1.9 millones de usuarios, cuenta con psicólogos que te pueden ayudar de manera privada ya sea por medio de Zoom o por un mensaje en las redes sociales que publican, el grupo cuenta con otro grupo de ayuda en Whatsapp para que todos los días puedas publicar cómo te sientes, las reglas de este grupo son muy específicas ya que te explican que debes ser amable y sobre todo paciente con las personas nuevas. Además, cuenta con diferentes link para que puedas conocer más sobre este trastorno y cuenta con un foro de debate y autoayuda que se abre solo en fechas específicas.

2010: Los inicios de la página

Desde 2010 las personas con este trastorno utilizan la misma táctica para poder expresarse, suben una foto de ellos y se expresan del cómo se sienten, la mayoría de ellos son personas físicamente agraciados, que hacen ejercicio y que por el análisis que hemos visto en los diferentes años siempre están bien vestidos y arreglados.



Melo Tony

En mi casa no hay espejos. Están pintados o escondidos. No sé si salgo de casa bien conjuntado, pero evito gastar horas contemplandome.



Sol Cha

Depende del día. Hay momentos en que paso todo el día mirándome los defectos sin poder salir del espejo y, otros días en que si veo un reflejo en un vidrio, puedo llegar a pasar días tirada en la cama llorando

2019: La profesionalización de las fotografías

Las fotografías que suben a partir de este año en su mayoría son fotografías de estudio, la mayoría de las personas con dismorfia corporal tratan de subir su autoestima tomándose fotos con profesionales para poder editar las cosas que no les agradan, aquí los comentarios siempre son con usuarios que se sienten igual o peor que la persona que está publicando la imagen, los comentarios del 2019 eran interacciones de apoyo de manera pública, es decir, se podía ver como desde los mensajes se ayudaban entre ellos haciendo videollamadas o se comentaban entre ellos que podían mandar mensaje por privado para poder hablar todos los días.



Robin Green

No se si soy el único pero uso rara vez los espejos, solo para cosas básicas como lavarme los dientes o peinarme, no obstante en la algunas ocasiones siento que me veo muy bien y que soy atractivo, en cambio si me tomo una fotografía salgo horrible.

2022: En plena pandemia

Por motivos de la pandemia mucha gente comenzó a tener más inseguridades, aquí la gente ya no subía sus fotos y si las subía las subía con cubrebocas ya que para ellos tener el cubrebocas les causaba seguridad pues no se podía ver bien el rostro y muchos mencionan que les empezó a subir el autoestima el pensar que la gente

no los juzgaría. Para algunos el taparse el rostro fue un beneficio pero para otros el estar encerrados viéndose todo el tiempo en el espejo les causó aún más daños ya que se sentían mal al no poder salir a hacer ejercicio o las actividades que normalmente eran cotidianas para ellos. En la época de la pandemia los comentarios de los usuarios cuando subían alguna foto eran más ya que la gente al no poder salir pasaba más tiempo en redes sociales y era más fácil que las personas se pudieran comunicar por este medio.



Mirei MJ

Tuve una época muy mala en la que espolvoreaba polvos de talco en el espejo para no verme nítidamente... 🙄

2024: El año de esta investigación

Actualmente la forma en la que siguen interactuando en este grupo es la misma desde hace 14 años ya que la mayoría de las personas suben fotografías profesionales y en la parte de arriba expresan cómo se sienten o cómo se sintieron en su día a día, actualmente no hay tantas interacciones con otras personas recibiendo apoyo de los usuarios, hay publicaciones que llegan a tener más comentarios que otros pero es muy raro que todo el grupo llegue a unirse para poder hacer comentarios asertivos o de apoyo en las fotos.

Aunque se perdió mucho la interacción desde la pandemia las personas que siguen publicando su foto para poder sentirse seguras o que otras personas con sus mismas inseguridades los apoyen ha disminuido demasiado, ya no hay ninguna interacción por parte de los usuarios la interacción mínima que ellos tienen es un like y quizá un comentario en donde digan que lo apoyan, no sabemos el por qué está página con tantos usuarios dejó de interactuar como lo hacían anteriormente.



Está es una publicación que se realizó en el grupo de facebook de la dismorfia corporal donde un miembro público de manera privada para que no podamos indagar más sobre el, comento como se sentía y que necesitaba un consejo, de manera inmediata 5 usuarios más lo apoyaron dándole consejos de ánimo y otros comentarios sobre que ellos se sentían de la misma forma, así es exactamente como este grupo de facebook se maneja para que siempre que te sientas mal, con bajo autoestima, triste, etc. Puedes realizar un comentario y de manera inmediata alguien está ahí para poder darte un consejo.



Miembro anónimo  Autor

Es muy feo, ni maquillada abro la cámara, sólo para ver mi peinado pero sé que no me gusta lo que veo 🙄



Javier Ojeda

Karla lo peor de todo esto es que eres tan agraciada físicamente , eres muy bonita, no me explico dejasele a uno que está feo pero entiendo que no con decirte esto va a cambiar tu manera de verte.. mucho éxito y que nos recuperemos

Mujer (Aproximadamente 26 años)

“Hola, esta es la primera vez que publico, soy Jessica, y tengo dismorfia además de depresión, ansiedad. Quiero compartir mi sentir con ustedes. Mi vida ha sido una lucha, por fin logré el inicio de mi cambio y me encontré con mis límites. Me marcó muy fuerte cuando un dermatólogo me dijo que yo tenía los rasgos "más masculinos que pueden haber", me sentí horrible y tapé los espejos de toda mi casa por mucho tiempo. Obviamente al dr. le mandé una queja.... Lamentablemente no fue la última vez que sufrí discriminación y palabras de odio de médicos, pero eso lo dejo para otra ocasión...He luchado por mi amor propio ya que las cirugías son muy costosas, incluso entré en un curso de modelaje para mejorar mi imagen, pero... (Mujer, 26 años,)

Yo soy pintora y en la universidad mi prof de dibujo me pidió modelar, esa etapa de mi vida que prefería no saber de mi apariencia acepté e ignoré esa pintura, unos años después que he hecho cambios me volvieron a retratar, hace unas semanas fui a ver la pintura y fue terrible para mí, ¿acaso no podía hacerme ver bien aunque fuera mentira?, ¿no pudo idealizarme?, gracias por permitirme desahogarme, sé que hay algunas cosas que no menciono en mi relato pero por ahora no puedo, si mi comentario es malo u ofensivo pueden retirarlo. Saludos.”

Hombre,sin foto, no se sabe la edad

“Quisiera preguntar algo que me llama la atención y creanme amigos que lo digo sin ningún prejuicio, solo lo destacó como algo que me gustaría saber y es lo siguiente: ¿Como hacen para tolerar verse en fotos? veo que mucha gente que comenta y está en el grupo tiene en su foto de perfil una foto real de su persona, fotos de de cerca (y que por otro lado son fotos de personas absolutamente normales :)) y la verdad que es algo que yo no podría hacer, hace años que no me saco una foto así por obvias razones, siempre le escapó a las fotos o videos, selfies menos que menos, solo me tomo fotos cuando es extremadamente obligatorio, no en otro caso; no puedo tolerar verme en una foto, me causa mucho dolor a mi, pero veo que la mayoría no tiene problemas en poner sus fotos en sus perfiles, como se explica eso cuando el querer ocultarse es parte del trastorno?.

Déjenme repetirles que pregunto esto sin malas intenciones, se que cada caso es particular y único, pero es algo que me llama la atención y quería comentarlo.”



17 jun 2022 · 🧑

Ayer me mire sin querer en un espejo fue lo peor q pudo pasarme me empecé a mirar y me vi horrible un asco hacia años q no me miraba a un espejo me viejo arrugado cansado y aunque me dicen q estoy bien q no soy feo como hago para creerle si el espejo no miente y aquí estoy con más ganas de morirme q de vivir



7

5 comentarios

Hoy me mire al espejo y ame mi físico, pero me tome fotos con mi cel y me odie, cual dice la verdad el espejo o la cámara ?



6

29 comentarios

Solo siento que doy asco, estoy podrida. No hay días buenos últimamente



7

4 comentarios

Hola chicos, han sido días bien difíciles. Desde la pandemia he tenido muchos ataques de ansiedad y por ende mi trastorno dismórfico empeora. Me da vergüenza salir a la calle o ver a mis amigos, me siento menos y peor aún recibo críticas de mi mamá de si estoy muy fuerte o muy flaca o si estoy subiendo de peso, nunca es suficiente nada de como me veo, ya no sé ni a quién veo en el espejo 😞. tengo ataques de ansiedad muy fuertes cuando estoy entre mucha gente o con mucho ruido y sobre todo las luces me generan ansiedad y nadie (ni mi esposo) lo entienden y termino siendo la mala que siempre se siente mal, que siempre arruina todo. me siento tan cansada de luchar. Necesitaba sacarlo, decirlo y también desearía gritarlo y no puedo.

hola vengo a contarles mi caso actualmente no puedo salir a ningún sitio me da asco mi físico todo me da ganas de matarme o no se no quiero sentirme de esa manera aunque intento encontrar algo bueno de mí no puedo tengo la necesidad de encontrar muchos defectos y trato de arreglarlo pero dsp encuentro más y más ,no me puedo sacar la mascarilla por inseguridad y la verdad no quiero sentirme así



A partir de las imágenes mostradas de algunas personas famosas y de personas comunes hablando de cómo se sienten por medio de una red social, se puede analizar que hay una cuestión de preocupación con respecto al tema del cuerpo y cómo se siente cada individuo con ello, no hay una conformidad consigo mismos y posiblemente con su identidad. En los comentarios de la página de Facebook podemos observar cómo las personas no se sienten a gusto con lo que ven en el espejo a tal grado de no salir de sus hogares por sentir asco de sí mismo, lo cual muchas personas comentan que sienten igual, otras en forma de apoyo comentan cosas positivas para hacer sentir mejor al usuario, de tal forma que podemos analizar que entre ellos mismo hay un grupo donde pueden expresarse con toda

libertad con personas que entienden el sentir de esa persona y que asimismo se apoyan.

La comunidad y la comunicación en el grupo de Facebook “Trastorno Dismórfico Corporal (Dismorfofobia)” en donde se trabajó Ha perdido mucha interacción a través de los años sin embargo cuando interactúan en el grupo siguen mencionando que lo que ven en las redes sociales es algo que les afecta en su día a día.

La pandemia para ellos fue su época de seguridad como mencionamos anteriormente todo era a través de las redes sociales, usábamos cubrebocas que cubría el 70% de nuestro rostro y todo esto los hacía sentir mejor, pues pensaban que nadie los podía juzgar, los espejos fue la mayor controversia existente pues nadie quiere verse al espejo y ver que envejece un día más, que ahora hay una arruga, un grano, una nueva imperfección.

Capítulo 4. Aproximación del cuerpo a través de la cotidianidad

Este capítulo consiste principalmente en tener una cercanía con los jóvenes que pueden sufrir este trastorno o conocen de él, se realizará una encuesta a personas del mismo rango de edad que tiene como objetivo el trabajo, esto con preguntas más generales sobre donde viven, que estudian, si trabajan, cómo se sienten con su cuerpo, con las redes sociales, si conocen el trastorno, etcétera.

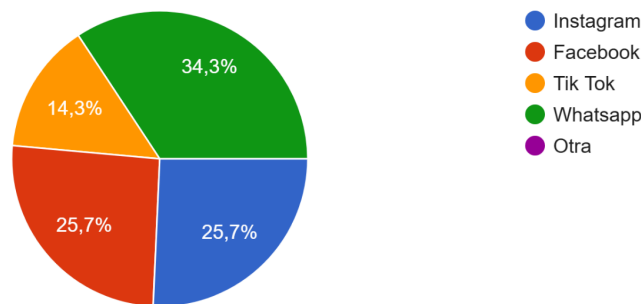
Esto será desde una página de Facebook por parte de la UACM en la cual hay estudiantes con aproximadamente el rango de edad que se menciona anteriormente, con el fin de conocer más sobre los jóvenes, sus inquietudes y cotidianidades.

4.1 Hacia una definición del trastorno dismórfico corporal en la vida cotidiana de las personas

Se aplicó una encuesta a 35 personas en el periodo de trabajo de campo de enero 2025, las respuestas obtenidas del cuestionario como datos generales con un 60% siendo mujeres y un 40% hombres, con un rango de edad de 18 a 30 años, la diferencia de edad que existe en las encuestas es porque se realizó el test en la página de Facebook donde se encuentran estudiantes de la UACM en la cual la edad puede variar mucho. La mitad de los entrevistados se dedican a trabajar, otra parte a estudiar y una minoría del 14% estudia y trabaja, asimismo considerando que la UACM plantel San Lorenzo Tezonco cuenta con estudiantes de todas las delegaciones, en primer lugar con un 37% es Iztapalapa, con un 25% Benito Juárez y con 22% la alcaldía Tláhuac, dejando a las demás delegaciones como minoría, así mismo una parte vive con un familiar y la otra parte con su familia.

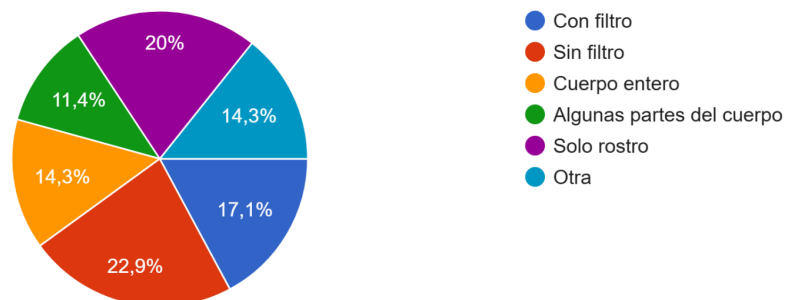
¿Qué redes sociales utilizas constantemente?

35 respuestas



¿Qué tipo de fotos te gusta tomarte?

35 respuestas

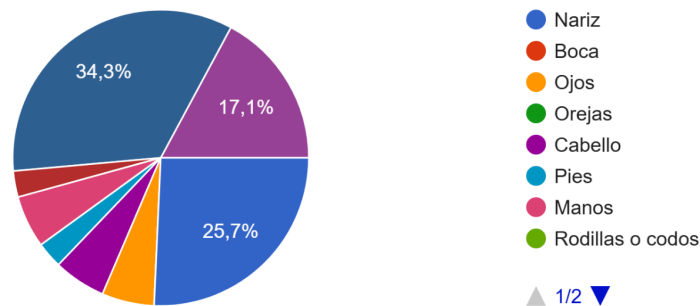


Se les preguntó si en algún momento las redes sociales los habían hecho sentir incómodos a lo cual contestaron que, si en su mayoría porque no se identifican con los demás, las inseguridades que sienten por sus imperfecciones físicas, los videos sobre moda o sus vidas perfectas, por los estándares de belleza, así como lo que le llamamos “memes” como forma de burla sobre el cuerpo o la facción que alguien más pueda tener. por esta razón una de las siguientes preguntas fue el ¿qué es para ti cuerpo? a lo que hubo comentarios positivos como, algo hermoso, un cúmulo de músculos, algo vital, es vida, una herramienta y presentación, una maravilla, una parte de nuestra identidad, lo que nos diferencia uno del otro, etcétera. Pero en cuando tocó definir el cuerpo de uno mismo habian mas comentarios negativos haciendo referencia a que son desproporcionado, llenito, rebelde, feo, cero atractivo, casi perfecto. A lo que una parte de estas personas no realiza actividad física, la

otra mitad puede variar en las actividades que realiza, pero con el fin de que es por salud y por mejor aspecto físico.

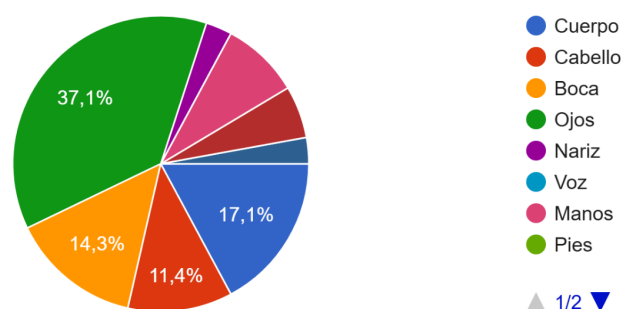
¿Hay algo en específico que no te agrade de tu cuerpo?

35 respuestas



¿Qué te gusta más de tu cuerpo?

35 respuestas



En las anteriores gráficas podemos observar cómo está la parte positiva de lo que les gusta de su cuerpo y lo que no. En su mayoría saben que es la dismorfia corporal, otros la confunden con algún problema alimenticio y en tercera con muy pocos dicen que no saben que es la dismorfia, En una de las preguntas que se le hizo a los entrevistados de cuanto tiempo aproximado tardan en arreglarse y como mínimo de tiempo ponen media hora hasta 2 o 3 horas en arreglarse, dependiendo el tiempo, la ocupación o lo que necesite para sentirse bien con sí mismo.

4.2 Cuerpo, comunicación, interacción en chicas y chicos con trastorno

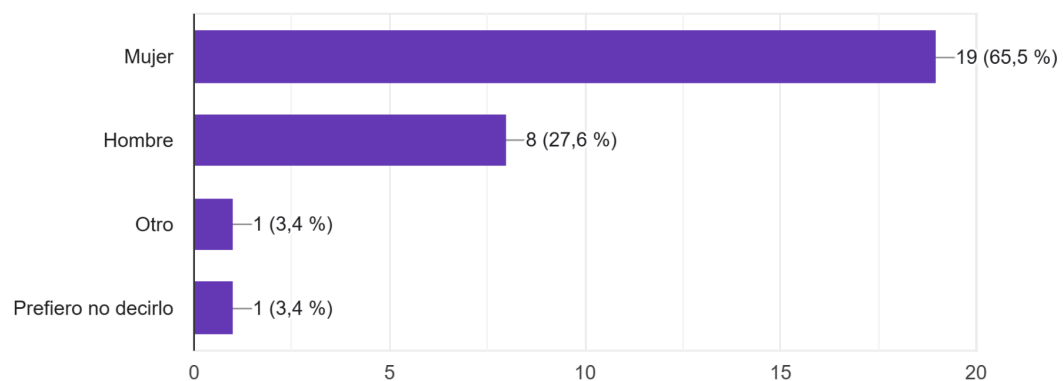
En las preguntas sociodemográficas observamos que son un total de 29 personas en donde el 65% son mujeres, el 27% hombres y los otros 3.4% se dividen entre personas que prefieren no decirlo. Están en un rango de edad entre los 17 años a

los 40, hay diferentes delegaciones pero la mayoría con un 17% son de la delegación Magdalena Contreras, las otras delegaciones se dividen 3.1% entre Xochimilco, Coyoacán, Iztapalapa, etc.

Identificamos que la mayoría de ellos trabajan ya que es un 34.5% , el 31% son estudiantes, el 27.6% trabajan y estudian, y el otro 6.9% se dedica a otra cosa.

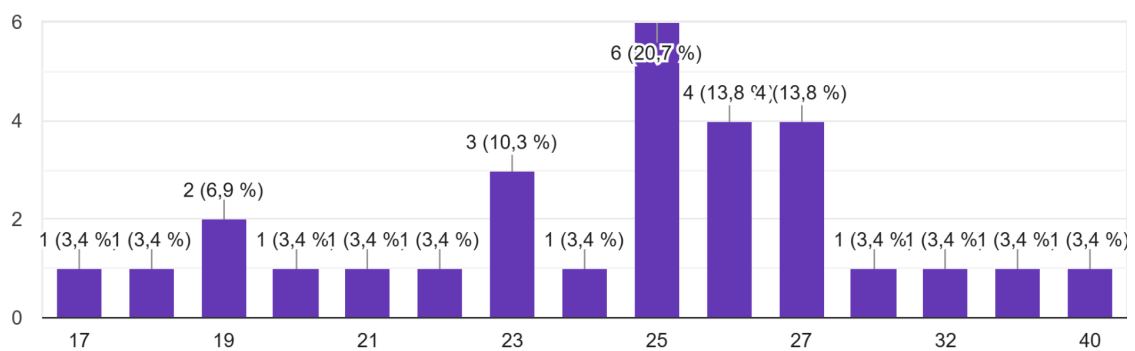
¿Con qué género te identificas?

29 respuestas



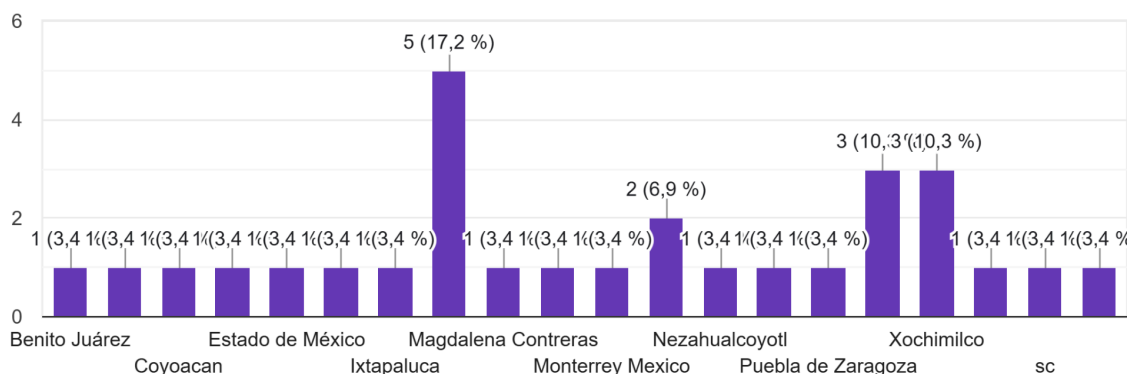
¿Cuántos años tienes?

29 respuestas



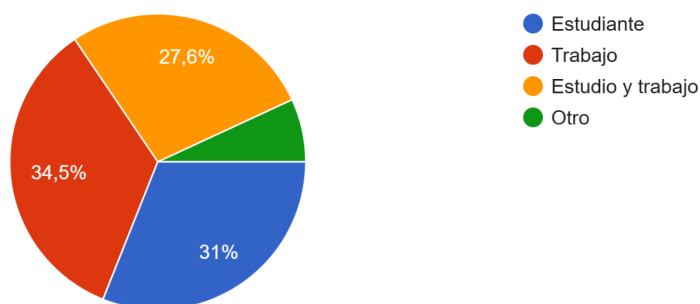
¿De qué delegación eres?

29 respuestas



¿A qué te dedicas?

29 respuestas



La mayoría de los entrevistados llevan más de 10 años con este trastorno , algunos mencionan que empezaron a definirlo acompañado de otros trastornos como es la conducta alimentaria, después de vivir este proceso tan largo casi el 90% decidió ir a terapia pero en algunos casos nos mencionan que no les gusto la terapia ya que sentían que los profesionales no los entendían, uno de ellos menciona que la dismorfia corporal es como el insomnio por qué ahí comienza la raíz del miedo en donde lo primero para las personas es sentir el rechazo por ellos mismos y después es el miedo a la vigilia. Además de ir al psicólogo en su mayoría todos comenzaron a ir al psicólogo, les dieron medicamento y comenzaron a llevar este proceso, desafortunadamente muchos desertaron sin embargo otros llevan más de 10 años yendo.

La percepción de casi todos es muy similar si no es que igual, todos tienen los mismos pensamientos. Las primeras palabras que mencionan son que se consideran personas “Feas”, “Deformes” y “Se ven con odio”.

Otros nos dan mucha más información mencionando que se observan como si fueran un bicho en donde las personas la están viendo con una lupa, todos los días observa su piel y busca un nuevo defecto en ella, todo para esa persona es odio, se siente como basura, sus facciones la hacen sentir asquerosa, la forma de hablar, de observar a las personas como si fuera una persona deforme. Todos estos sentimientos hacen que se quiera aislar, que no le guste convivir con la gente y que se la pase encerrada en su cuarto, le es muy difícil convivir incluso con su familia. Otras personas nos mencionaron que odian que las observen mucho pues su pensamiento principal es “Me encontré un defecto”. Las redes sociales han afectado en un 100% a todos los entrevistados, uno de los principales conflictos son los filtros.

Nos mencionan que las redes sociales siempre están llenas de gente hermosa, que tiene pieles y cuerpos perfectos, esto hace que todos se comparen unos para inspirarse y otros para poder ver que pueden cambiar para parecerse a los famosos que están en tendencia. Gracias al apoyo de los psicólogos y psiquiatras que acompañan en el proceso a los entrevistados, algunos como proceso de mejoramiento han decidido dejar las redes sociales por su salud mental. Todos en su mayoría están familiarizados con Instagram, Facebook y Tik Tok, por este medio comienzan a usar los filtros de estas redes sociales.

El embellecer su rostro los hace sentir más seguros de sí mismos, el no ver su piel con acné o con algún otro defecto que puedan tener. Otros nos mencionan que prefieren luchar con la realidad y poder trabajar en cómo son, tomándose fotos en algunos muy definidos por costumbre ya que para ellos es difícil hacerlo de otra manera ya que si no lo toman de un ángulo en donde esta persona es favorecida se siente mal.

El 90% de las personas entrevistadas realizan alguna actividad física para poder sentirse mejor, querer parecer a alguna figura pública que vieron en las redes sociales, también, muy importante todos cuidan su alimentación, ya que para ellos

es primordial cuidar de ellos para poder verse mejor. Practican box, van al gym, otros nadan y por último también practican yoga para poder tranquilizarse.

Para ellos el cuerpo es una herramienta que te permite realizar cosas y actividades, otros nunca pensaron en la idea de que era el cuerpo y cómo funciona en nuestras vidas, nos mencionan que es la carta de presentación que te pueda ayudar abrir puertas, si eres una persona guapa podrás tener todo lo que quieres y necesitas con tu belleza, el templo que va mejorando con ayuda del ejercicio, otros solo ven el cuerpo de manera sexual.

El cuerpo de muchos también es comparado con el de los famosos y nos menciona que lo ven asqueroso, sin embargo, el cuerpo de todos los demás lo ven como algo muy bonito.

Con toda esta información todos nos comentaron que se harán o se harían una cirugía cambiando su rostro drásticamente, con operaciones de senos, glúteos y quitándose grasa del cuerpo. Solamente tres personas mencionaron que no harían nada, no son felices con las personas que son pero tampoco les gustaría realizar ninguna operación.

Mencionan que si pudieran ayudar a alguien que tiene esta dismorfia los llevarán al psicólogo, psiquiatra y sobre todo trabajan de la mano con ellos para que no pasaran por todo el sufrimiento de este trastorno. “Necesitan autocompasión, aceptación pero sobre todo ejercicios prácticos para generar la neuroplasticidad y desaparecer ese miedo que sentimos por ver nuestros rostros ”.

Las personas agradecieron el que se permita que hagamos una tesis del trastorno corporal, lo estamos investigando, ya que nadie sabe mucho, no hay tanta información sobre esto o quizá muchas veces lo llegan a confundir con otros trastornos que sí son más conocidos.

4.3 Aproximación a chicas y chicos con trastorno de dismorfia corporal

En este apartado se presentan los resultados de las entrevistas realizadas a chicas y chicos con trastorno de dismorfia corporal, se hace un acercamiento más profundo a lo que las personas entrevistadas experimentan en la vida cotidiana y la forma en que perciben su cuerpo y cómo se relacionan con las demás personas. Se realizaron 5 entrevistas a 3 mujeres y 2 hombres entre los 25 y 37 años , los pudimos contactar a través de un grupo de facebook llamado ‘Trastorno

Dismorfobico Corporal (Dismorfofobia) Estas personas nos dieron la autorización para poder utilizar sus nombres reales sin seudónimos ya que se sintieron con la completa confianza de poder darnos su nombre, sin embargo, por cuestiones de privacidad, se han utilizado seudónimos para los testimonios presentados en este trabajo.

Iniciamos las entrevistas preguntándoles cómo estaban, cómo se sentían y agradeciéndoles la oportunidad de que nos brindaron sus testimonios ya que se nos complicó bastante que alguien nos dejará entrevistarlos porque no se sentían cómodos, después de esto empezamos a realizar la entrevista con preguntas iniciales sobre su infancia, su proceso de adolescencia, su momento de quiebre y si es que en diferentes casos existió alguna recuperación.

A continuación, se presentan las historias de las y los entrevistados como un acercamiento a la forma en cómo viven el trastorno dismórfico corporal, se ha tratado de respetar la manera en cómo se expresó cada entrevistador y se trabajaron los testimonios como relatos personales y biográficos que sirven también para dejar que sean sus voces quienes cuenten sus historias y experiencias.

4.3.1 Tania: “Tenía miedo a que me miraran como deforme”

Tania es ingeniera, tiene 32 años, hace dos años que vive en Monterrey, Nuevo León. Creció con su familia: papás y 3 hermanos, una hermana y dos hermanos, Tania es la tercera.

Describe su infancia como algo bueno, dice que tuvo una bonita infancia, durante sus 29 años todo fue muy bien. Algo que recuerda es que la educaron de una manera perfeccionista, se le exigía más a ella, tenía que sacar buenas calificaciones, para ser la familia perfecta, la mujer perfecta, la ingeniera perfecta, lo cual hizo que ella misma se exigiera mucho.

Se realizó una rinoplastia que al inicio le gustaba mucho, pero al paso de los meses empezó a ver cambios en la nariz que ya no la hacían sentir bien, el doctor le dijo que sin problema podía arreglarla pero no le dijo de los efectos secundarios que podrían traer, que fue inflamación y una cicatrización fea. Se realizó dos retoques más cada 6 meses.

El psicólogo con el que estaba no la hacía sentir bien con lo que le decía, sentía que estaba colapsando con él hasta que cambió de psicólogo y durante sesiones, donde se detectó que sufrió dismorfia corporal. Tania había escuchado de la dismorfia pero no pensó que ella sufriera eso, hasta que su psicólogo le dijo que él no la veía como ella se percibía.

El momento de quiebre

Llegó un momento en el que ella se veía en el espejo y no podía creer que toda la vida iba a estar con esa cara, con esa nariz, lloraba y no se sentía a gusto consigo misma, parecía que ella se enfocaba en sentirse fea y se tomaba fotos como para sentirse así, como un ciclo.

Llegó a salir con chicos, uno le dijo que le gustaba mucho su nariz cosa que la hizo sentir mal porque para ella era su peor defecto. Aparentaba que no le importaba o que no tenía inseguridades.

Esto afectó su trabajo y su vida cotidiana, en momentos depresivos se la pasaba llorando, se sentía como perdida, se desahogaba con su jefe y él fue quien le ayudó a conseguir a su actual psicólogo.

No tenía ganas de salir pero si salía, por el miedo a que la miraran como deforme, ella no quería que la vieran. Incluso perdió su estilo de vestir porque no se sentía a gusto de como se le veía la ropa, su esencia, su actitud cambió pero no quería salir con nadie por temor a que la vieran a la cara. En su momento no podía verse en el espejo porque se sentía muy muy mal con ella misma

La recuperación

Ahorita se siente bien y ya no pasa tanto tiempo pensando en eso, trata de enfocarse haciendo otras cosas además ya no presta mucha atención a su nariz. Se va al gym, medita, escucha podcast, trabaja y se dedica a su hijo, el hacer una rutina para hacer como batallas ganadas y mantener su mente ocupada.

Las redes que utiliza con más frecuencia son Facebook e Instagram. Postea sus fotos y se daba cuenta cuando ella estaba mal por cómo veía su cara y hoy en día

pública pero ya no le afecta tanto como al inicio de su trastorno. Así mismo, las fotos de redes sociales de los famosos o de otras personas la hacían sentir mal y era algo en lo que ella se fijaba mucho, específicamente en su nariz.

Hoy en día ya se toma fotos, ya no le incomoda después de la cirugía que se realizó se siente mejor y se toma fotos, de repente hay algunas que no la hacen sentir bien pero ya no le afecta tanto como antes, que hasta se obligaba a tomarse fotos a ver que tan fea era su nariz para sentirse “mal” con ella misma”.

La relación con su familia cambió, aunque recibió apoyo y habla con ellos bien, no convive mucho con ellos porque se fue a vivir a Monterrey.

Ha tenido algunas recaídas pero conforme pasa el tiempo y con terapia, ya no son tan fuertes como al inicio, así que mantiene sus rutinas para no volver a obsesionarse con la imagen, que ella piensa, de su cuerpo.

Tania dice que le da mucha pena hablarlo, el hacer un círculo con personas con las que no te da pena hablar, el escuchar comentarios positivos y realistas de personas que uno estima, encontrar a un buen psicólogo, son algunas de las formas en cómo las personas que padecen trastorno de dismorfia corporal pueden superarlo.

Comentarios de Tania

Gracias por darme este cierre en donde me ayudas a poder saber quien soy y qué es lo que quiero, gracias por qué el trastorno no es tan conocido quizá sí sabemos que existe pero no es como el bullying o quizá un trastorno por alimentación , muchas personas no saben que existe o que lo tienen y el que hagas una tesis ayudará a mucha gente para poder saber qué pasa con ellos.

4.3.2. Fabricio: “No me sentía lo suficientemente atractivo”.

Fabricio trabaja en desarrollar procesos en línea y tiene 27 años, actualmente reside en la Ciudad de México, creció con sus padres y 2 hermanos hombres, de niño le gustaba dibujar y jugar videojuegos. Describe su infancia como triste, fea, recibía mucho bullying además de que era muy enfermizo físicamente por ser un niño chaparrito y delgado, lo empujaban y principalmente por tener sus ojos saltones le

hacían mucha burla desde el kinder. También por parte de su hermano y sus tíos le hacían comentarios sobre sus ojos, desde los 10 años se empezó alejar más de las personas por las burlas y comentarios negativos de su físico.

El diagnóstico lo recibió apenas un año por medio de su psicóloga, acude con ella cada quince días, en el test que le realizó salió que tenía todos los síntomas del Trastorno dismórfico corporal.

Momento de quiebre

En la escuela y con la pareja que tenía se sentía muy juzgado, se sentía insuficiente para pertenecer a un grupo o que su novia estaba con él por otros motivos y desconfiaba, hasta que cambió de psicóloga y se sintió mejor. Llevó tratamiento psiquiátrico, ya que tenía ataques de ansiedad muy fuertes y llegó a ser medicado, porque los dedos se le acalambraron.

Mencionó que sus relaciones de pareja el mismo las sabotearon ya que era muy inseguro, agresivo verbalmente, muy celoso por lo mismo de que no se sentía a gusto consigo mismo, así como ideas de que ya no le gustaba o no lo querían porque lo trataban así, con lo cual era mera autopercepción y desde ahí se dio cuenta que algo andaba mal con él. Sentía que sus parejas miraban a otros y se compraba con ellos. Lo cual esta enfermedad llegó afectar su trabajo, escuela y relaciones con las demás personas, volviéndolo más selectivo con sus amistades y parejas.

Dejó de ir a ciertos eventos y se alejaba de amigos, porque podían ser superficiales y hasta el mismo menciona que eran demasiado atractivos sus amistades como para que él pudiera pertenecer a ese círculo de amigos y él se sentía inseguro o juzgado

Actualmente usa redes sociales como Instagram, Facebook y Youtube, a veces toma se toma fotos y de repente puede afectar tomarse fotos, al punto de recaer, pero hay días en los que le es indiferente si sale bien o no.

La terapia lo ha ayudado para no perder el control, lo que la psicóloga le dice que las personas no solo están con él por su físico, sino porque lo quiere y por ella ve algo en él, el tener más confianza consigo mismo.

Sus amigos son muy pocos ya que no le gusta que sean muy fijados en la apariencia, con gente superficial evita no convivir con ella para evitar comentarios y sentirse mal.

Sus papás, saben lo que le pasa, en especial su mamá es más atenta con él y con su trastorno, lo apoya moralmente. Solo hay días en los que se siente mal pero no ya como al inicio que empezaba con el trastorno.

4.3.3. Dianey: “La gente me mira como si estuviera desfigurada”

Dianey tiene 25 años, tiene un negocio propio y es estudiante, vive en la CDMX, en Tlalnepantla, vive con sus papás y un hermano menor.

Dianey menciona que desde pequeña sufrió bullying en la escuela ya que nunca fue una persona de altos recursos, muchas veces tenía que ver qué podía comer con el poco dinero que le daba su familia o esperar que alguno de sus amigos le pudiera regalar lo que ya no quisieran. Dianey nos comenta que solo le gustaba estar en el patio acostada.

Ella desde muy joven acude al psicólogo, la psicóloga fue quien le diagnosticó el trastorno.

El momento de quiebre

Como desde muy niña ella tuvo inseguridades tanto por la economía como por su físico, todo comenzó en la preparatoria. Su madre le compró por primera vez un celular, ahí fue cuando ella empezó a relacionarse con más gente, empezó a ver que su ropa, físico y aspecto eran muy diferentes a lo que ella estaba acostumbrada, comenzó a subir fotos y fue cuando existió una comparación profunda y cuando ella ya no pudo más. Incluso nos menciona que muchas veces quiso suicidarse.

Nunca ha tenido pareja y el estar con hombres independiente a su familia le da asco y miedo. Diana estudia todo de manera remota ya que así no le afecta estar en comparación con sus distintos compañeros y todo lo hace a través de Zoom.

No le gusta su cuerpo entonces evita todas las actividades que sean posibles, cuando era niña le gustaba mucho bailar, intentó ir a academias pero se requieren distintos atuendos con los que ella no se siente cómoda.

Utiliza Facebook, Instagram y Twitter . Considera que el postear todo el tiempo su rostro hará que se acostumbren a ya no verle los defectos.

Su familia apoya a Dianey en todas las decisiones que ella toma pero hay veces en las que ve cómo se desesperan por las actitudes que ella suele tomar.

Ha tenido recaídas muy fuertes pero su psicóloga siempre estará para ayudarla.

Comentarios de Dianey

Me hubiera gustado que fuera de manera presencial pero desafortunadamente no me siento preparada ya que hablar sobre esto con personas frente a frente me crea demasiadas inseguridades, agradezco el tiempo que tuviste conmigo y sobre todo la paciencia ya que me tome mucho tiempo para poder contestar cada una de las preguntas y sobre todo por que nunca me interrumpiste. Te agradezco.

4.3.4 Yamileth: “Me molesta que se me queden viendo”

Yamileth tiene 27 años, es estudiante y vive en CDMX. Xochimilco. Vive solo con su madre.

Su infancia la recuerda como lo mejor posible, fue una vida muy difícil, golpes, gritos, abuso por parte de sus padrastros, es un poco complicado y no le gustó partir desde aquí ya que es un momento de quiebre. De niño le encantaba jugar fútbol, para no estar en la casa se iba todos los días a jugar.

Tiene fobia social siempre pensó que debido a eso no se veía como era y no se aceptaba, no se sacaba fotos. Hasta que su psiquiatra le dijo que también lo padecía. Un día una chica rubia bonita lo besó en una discoteca, él siempre se consideraba el más feo del mundo pero siempre había situaciones así y se dio cuenta que no era como se veía en las fotos y espejo.

Momento de quiebre

Nunca existió un momento de quiebre puntual, considero que todos los días me afecta y es por igual. Le molesta mucho que se le queden viendo, siente mucha inseguridad respecto a ello. Solo ha tenido una novia, terminaron porque decía que se inventaba todo este tipo de situaciones para llamar la atención. Se sentía feliz, a pesar de los malos comentarios que siempre recibía de ella, era la única persona que lo amaba además de su familia.

Todo el tiempo pasa pensando en su aspecto físico, al lado de su escritorio tiene un espejo y todo el tiempo se está viendo. Le gusta utilizar Facebook, Instagram, Twitter, Tik Tok. Le gusta tomarme fotos sin ropa.

4.3.5 Roberto "Cuando tenía 16 años abusaron de mí"

Roberto es estudiante de ingeniería, tiene 25 años y toda la vida ha vivido en la Ciudad de México, en Lomas Estrella, vive con sus papás y su abuelita, es hijo único.

Describe su infancia buena ya que siempre fue una persona feliz, como es hijo único siempre le han dado todo lo que ha querido y necesitado. Le encanta el fútbol americano, desde niño me lo llevaban cada domingo a jugar y entrenar, eso es lo que le gustaba hacer de niño. Podía pasar toda la tarde jugando.

Siempre fue una persona excesivamente delgada. No se considera feo pero como era muy flaco ese era su problema, cuando tenía 16 años abusaron de él, fue muy fuerte porque hasta el día de hoy solo se lo ha contado a personas muy íntimas incluyéndome, aunque no tiene ningún problema de que lo ocupemos en nuestra tesis quiso contárselo porque lo hizo sentir libre y que pudo dejar de ocultar su dolor.

El momento de quiebre

El que abusaran de él detonó también este trastorno, el que le hicieran bullying influyó a que se metiera el gym y no se sabe si fue bueno o malo pero detonó a que le detectaron la dismorfia corporal, actualmente está en una época en donde creció muchísimo en el gym, tiene muchas mujeres que le ruegan, tiene atención y todo lo que un hombre puede pedir pero la dismorfia corporal no le ayuda, lo hace sentir

inseguro y débil a pesar de que se considera alguien fuerte y guapo, no sabe cómo explicarlo.

Todos los días es mi momento de quiebre creo estar tranquilo pero de repente vienen los pensamientos de que debo hacer más ejercicio para verme mejor, debo mejorar mi alimentación y sobre todo verse bien en las redes sociales.

Es una persona insegura pero eso solo lo saben las personas más cercanas a él, puede fingir con las otras personas que nadie lo merece y que puede ser mejor que todos ellos.

Todo el tiempo Roberto piensa que el estar subiendo todo a sus redes sociales le ayuda mucho a mejorar su autoestima por qué le comentan demasiadas mujeres y eso le ayuda. El verse en un espejo mejora su perspectiva de que tiene que mejorar para bien, si ve un defecto es momento de ir al gym para poder mejorarlo.

Le encanta instagram, el subir fotos de él en redes sociales le ayuda a todo el tiempo estar mejorando.

Podemos notar que los testimonios vinculados con las personas encuestadas, son personas que han tenido este trastorno con él que su historia de vida ha sido muy diferente que al de las demás personas, en cuestión algo más crítico consigo mismos, con su cuerpo, su forma de ser y relacionarse. Así mismo estas personas que sufren el trastorno están con una lucha interna en sentirse bien, no dejarse caer y que sus pensamientos no los invadan de una forma negativa haciéndolos sentir mal con alguna inseguridad de su cuerpo con la que no están conforme.

En la entrevista algo que las personas con el trastorno tienen en común, es que tiene un problema con las fotografías y las redes sociales, al ser un medio en el que se muestran físicamente como son y por el mismo pueden ver a más personas, este puede ser un factor en cómo se sienten al ver una foto de alguien mas que está “conforme con su cuerpo”, así mismo de la inconformidad que sienten para relacionarse con los demás.

Reflexiones finales

El trastorno dismórfico corporal es una enfermedad causada por inseguridades que muchas personas sufren a lo largo de su vida, ya sea por comentarios negativos de sus familias y amigos, bullying, algunas malformaciones, incluso como lo hemos visto a lo largo del trabajo por medio de redes sociales, en especial con las que hay más actividad en fotografía y estamos expuestos a cualquier comentario de alguna red social como lo es instagram, facebook, twitter, etc.

Este trastorno a lo largo de todo este tiempo afectó demasiado con la llegada de los influencers y los filtros, hasta ahora tenemos claro que es lo que más ha afectado a la gente, las comparaciones que siempre existen con alguien que por tener demasiados seguidores tenemos el pensamiento de que es mejor que nosotros. Queremos ser como ellos, igualarlos e incluso mejorarnos más a través de cirugías, botox, arreglos con masajes, etc.

Pudimos entrevistar a varias personas y cada una de ellas nos explicó lo difícil que ha sido su vida con este trastorno, muchos de ellos van al psicólogo y al psiquiatra, han tenido mucho mejoramiento pues ya no tienen los mismos pensamientos de antes, sus pensamientos eran de que ellos eran personas asquerosas, difíciles de ver, no podían verse al espejo y a pesar de que hay personas que aun no están totalmente sanas siguen luchando contra este trastorno. El ejercicio en su mayoría también ayudó a la autoestima de estas personas pues el ver cómo va mejorando su cuerpo les hacía sentir más feliz, sin embargo, algunos otros el hacer ejercicio les creó otros trastornos en donde ellos ya no eran capaces de poder ver los cambios notorios en ellos, por lo cual se explotaban en su máximo sentido.

Las redes sociales hoy en día se han convertido en una herramienta muy importante para cada persona, es el medio de comunicación que facilita la interacción entre personas por medio de internet. Por las redes sociales podemos platicar con personas o saber sus actividades, no obstante esto se ha convertido en algo que a muchas personas puede afectar físicamente y psicológicamente, por lo superficial que a veces las redes sociales pueden llegar a ser, como plataformas en las que depende su interacción por medio de fotos, ya que hay personas que físicamente no se sienten a gusto con su físico o algo en particular que los hace sentir

incómodos. En la actualidad una de las plataformas como lo es Instagram se basa en subir solo fotografías o post de fotos para mostrarse ante dicha red, lo que en consecuencia varios usuarios no se sienten a la altura de las plataformas por no formar parte de un grupo social o de un estereotipo que se ha convertido en una moda. A pesar de que existen los filtros hay personas que saben que esa no es su realidad y tratan de evitar todo tipo de fotos, vídeos e incluso muchas veces se alejan de la realidad para poder evitar salir en fotografías grupales. En la etapa del covid muchos mencionaron que por primera vez se sintieron bien consigo mismos, nadie les podía ver el rostro, salir a la calle sin sentir que alguien los veía era algo que les gustaba y con eso se sentían cómodos. Las redes sociales nos han permitido que se nos juzgue a través de una pantalla sin sentirte mal, sienten que pueden tener el poder de marcar tus defectos o incluso muchas veces aun que estes bien físicamente si muchas personas comienzan a decir que tienes la nariz chueca lo crees, este es el poder que nos han dado las redes sociales y nosotros como personas permitimos que nos afectan los comentarios de las personas que no nos conocen.

La autopercepción de cada individuo, es la representación no solo física sino mental y consciente que cada persona tiene de sí mismo, la construcción de la identidad se construye con las relaciones personales que tiene día con día, la interacción que se forma con un grupo para formar su identidad, con quien se siente parte de un grupo. Por lo cual es muy importante la autopercepción que cada uno tiene de sí mismo, no solo por la construcción de su identidad y poder relacionarse con más personas que piensen igual que uno mismo, si no también por la opinión misma que uno construye, sabe de lo que puede ser capaz, de lo que vale y como es el mismo sin tener que buscar encajar en un grupo donde su identidad se vea afectada.

Sabemos que cuando comienza la adolescencia esto es difícil ya que nos encontramos en búsqueda del saber ¿Quiénes somos? ¿A que pertenecemos? y muchas veces nos preguntamos cuál es nuestro fin y buscamos la definición de nuestra identidad, al pasar el tiempo comenzamos a descubrir nuestros gustos, maneras de pensar, idealizaciones que comenzamos a tener, nuestra forma de pensar y es ahí cuando descubrimos que es lo que queremos.

En las y los entrevistados pudimos analizar que ellas y ellos querían seguir con un patrón cambiante, es decir, cada que los famosos, influencers o personas que estuvieran a la moda cambian de look, de pensamiento, de vestimenta los

entrevistados querían hacer lo mismo, para poder sentirse mejor, en este caso comienzan las comparaciones, el por que ella es más delgada, tiene la nariz mas linda, los labios más gruesos, etc. Todo esto hace importante la autopercepción que tiene cada persona de sí mismo.

La investigación fue bastante compleja ya que las fuentes de información son escasas, lo cual dificulta que hubiera una claridad con la información, pero esto ayudó a mejorar la investigación sobre un tema, así mismo el comprender el trastorno y ser más empáticos con las personas que sufren algún trastorno, si bien la información sobre qué era la enfermedad, los síntomas, posibles causas del trastorno y un tratamiento estaba en la red, pero no era lo mismo que escuchar a las personas que se entrevistaron platicarnos sobre lo difícil que era tener dismorfia corporal.

Así mismo la recopilación de datos nos ayudó para poder completar la información que faltaba en algunos apartados, así como verlo desde la perspectiva de otros autores que hablaban del cuerpo, la identidad, redes sociales, de jóvenes para poder hacer una comparación o entenderlo desde la perspectiva no solo desde las personas entrevistadas, si no de un sociólogo o investigador que se adentró en investigar sobre el tema.

Existe un grupo en facebook que fue el que nos acompañó todo este tiempo a nuestras investigaciones, gracias a esto y a las personas del mismo grupo que nos ayudaron con sus testimonios.

Una de las herramientas que la carrera nos enseñó y que pusimos en práctica para este trabajo fue las metodologías cuantitativas y cualitativas ya que nos ayudaron en todo momento para poder analizar a profundidad al trastorno y a las personas que lo sufrían, por medio de análisis de redes sociales, de páginas de Internet, estudios y por las entrevistas que se realizaron a las personas con este trastorno.

La investigación pudiera profundizar en el proceso que atraviesa cada persona con el trastorno dismorfofóbico corporal. Así mismo el ¿cómo ha sido su proceso psicológico?, ¿La terapia psicológica es la única opción para el tratamiento?, ¿Las redes sociales afectan o benefician a los jóvenes hoy en día? Enfatizar en cómo las

redes sociales se vuelven la causa principal de porque las personas se sienten inseguras y por qué sucede esto?.

Fuentes consultadas

Asociación de Internet Mx. (Mayo, 2022). 18° Estudio sobre los hábitos de personas Usuaris de Internet en México 2022. The Competitive Intelligence Unit. Recuperado de <https://www.asociaciondeinternet.mx/>

Bauman, Z. (2003). De peregrino a turista, una breve historia de identidad. En S. H. Gay, Cuestiones de Identidad Cultural (pág. 14). Buenos Aires: Amorrortu.

BBC News Mundo. (2015, 21 septiembre). Vigorexia, cuando la obsesión por volverse cada vez más musculoso se convierte en enfermedad. BBC News Mundo. Recuperado de https://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/09/150921_salud_vigorexia_dismorfia_muscular_ig

BBC News Mundo. (2022, marzo 21). Dismorfia corporal: *“Pasaba el día durmiendo y levantándome para mirarme en el espejo, hasta que mis padres me lo sacaron del cuarto”*. BBC. obtenido de: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-59705907>

Berrios G.E., K. C.-S. (marzo de 2010). *Avances psicológicos* . Obtenido de <https://www.avancepsicologos.com/como-saber-si-tengo-trastorno-dismorfico-corporal/>

Bogdan., S. T. (1984). *Introducción a los métodos cualitativos de la investigación*. Barcelona: Paidós.

Camara de diputados. (2019). En los últimos 20 años, anorexia y y bulimia crecieron 300 por ciento en México. Boletín N°2583. Recuperado de <http://www5.diputados.gob.mx/index.php/esl/Comunicacion/Boletines/2019/Octubre/27/2583-En-los-ultimos-20-anos-anorexia-y-bulimia-crecieron-300-por-ciento-en-Mexico#:~:text=Hasta%2010%20por%20ciento%20de,por%20ciento%20tendr%C3%A1%20afectaciones%20severas>

Canal Salud. (septiembre, 2022). Cómo afectan las redes sociales a los jóvenes. Canal Salud IMQ. Recuperado de <https://canalsalud.imq.es/blog/como-afectan-redes-sociales-jovenes>

Círculo. (septiembre, 2015). Dismorfia corporal, nuevo trastorno de gimnasio. Vanguardiamx. Recuperado de <https://vanguardia.com.mx/circulo/2864951-dismorfia-corporal-nuevo-transtorno-de-gimnasio-JXVG2864951>

Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte. (agosto, 2016). ¿Qué es la vigorexia o dismorfia muscular? Gobierno de México. Recuperado de <https://www.gob.mx/conade/prensa/que-es-la-vigorexia-o-dismorfia-muscular>

Concepto. (agosto, 2024). Redes sociales. Equipo editorial, Etecé. Recuperado de <https://concepto.de/redes-sociales/>

Correduría Inteligente. (enero, 2025) Redes sociales: definición y características. MPM Insurance Software Solutions. Recuperado de <https://www.mpmsoftware.com/latam/blog/redes-sociales-definicion-y-caracteristicas-latam/#:~:text=Las%20redes%20sociales%20son%20una,Y%20cu%C3%A1les%20son%20sus%20caracter%C3%ADsticas>

Cultura física y deporte (25 agosto, 2016) ¿Que es la vigorexia o dismorfia muscular?. Gobierno de México. Recuperado de <https://www.gob.mx/conade/prensa/que-es-la-vigorexia-o-dismorfia-muscular#:~:text=%2D%20La%20vigorexia%20o%20dismorfia%20muscular,el%20objetivo%20de%20verse%20mejor.>

Dismdale, Joel E. (Julio 2024). Trastorno somatomorfo. Universidad de California, San Diego: Manual MSD. Recuperado de <https://www.msmanuals.com/es/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/trastornos-som%C3%A1ticos-y-trastornos-relacionados/trastorno-somatomorfo>

Encuesta nacional sobre disponibilidad y uso de tecnologías de la información en los hogares (ENDUTIH) 2021. (2022, 4 julio). INEGI. Recuperado 8 de agosto de 2025, de https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2022/OtrTemEcon/ENDUTIH_21.pdf

Fernandez, Fernandez Hector Alejandro, (noviembre 2017), Dismorfia muscular y Alexitimia en hombres universitarios, Tesis para obtener un grado en ciencias. Monterrey Nuevo León, pp 40. Obtenido de <http://eprints.uanl.mx/20192/1/1080313988.pdf>

Giménez, G. (1997). Materiales para una teoría de las identidades sociales. En G. Giménez. San Andrés Totoltepec: Sociales de la UNAM.

Hidalgo Rocio Mireya, S. H. (2015). *Habitando cuerpos habitados. Imaginarios y proceso creativo*. Ciudad de México: INAH

Hudak Robert. (2021). Trastorno dismórfico corporal: criterios del DMS-5 y características clínicas. Instituto de Psicofarmacología. Recuperado de <https://psicofarmacologia.com/trastorno-obsesivo-compulsivo/trastorno-dismorfico-corporal-criterios-del-dsm-5-y-caracteristicas-clinicas#:~:text=Criterios%20del%20DSM%2D5:%20preocupaci%C3%B3n%20por%20uno%20o,o%20parecen%20sin%20importancia%20a%20otras%20personas.>

Instagram.(s.f.).Hailey Bieber. Obtenido de: <https://www.instagram.com/p/DCZk2Joxsx/?igsh=MXh3Njg4encwNzM2MA%3D3D>

Instagram.(s.f.). Kylie Jenner. Obtenido de: https://www.instagram.com/p/DELSzn_S1FG/?igsh=MWc5Y213YXFoczlrMQ%3D%3D

Instagram.(s.f.-b). Carlos belcast. Obtenido de: <https://www.instagram.com/p/DD5mP7wsJSc/?igsh=MTNmeDF1eGImNWWhycg%3D%3D>

Instituto Mexicano de la Juventud (ImJuve). (30 de octubre del 2017). ¿Qué es ser joven?. México: Gobierno de México. Recuperado de <https://www.gob.mx/imjuve/articulos/que-es-ser-joven>

Izaguirre, V. (s. f.). *EL USO DE LAS REDES SOCIALES*. Scribd. Obteido de <https://es.scribd.com/document/658733139/EL-USO-DE-LAS-REDES-SOCIALES#:~:text=sociales%20y%20los%20s%C3%ADntomas%20de%20depresi%C3%B3n%20o,se%20relacionaban%20con%20una%20peor%20calidad%20de>

Johnson, Monica. (febrero, 2022). Los 4 componentes de la imagen corporal. Psychology Today. Recuperado de <https://www.psychologytoday.com/mx/blog/los-4-componentes-de-la-imagen-corporal>

Katherine, Philips. Anne (junio de 2021). Manual MSD. Obtenido de <https://www.msmanuals.com/es-mx/hogar/trastornos-de-la-salud-mental/trastorno-obsesivo-compulsivo-y-trastornos-relacionados/trastorno-dism%C3%B3rfico-corporal#:~:text=El%20trastorno%20dism%C3%B3rfico%20corporal%20se,las%20personas%20sufren%20el%20trastor>

La Tercera. (2021, octubre 14). *“Me siento fea”, “Me veo gordo”: pandemia aumentó la disconformidad con el cuerpo y en los casos más graves la dismorfia como trastorno mental.* Obtenido de: <https://www.latercera.com/que-pasa/noticia/me-siento-fea-me-veo-gordo-pandemia-aumento-la-disconformidad-con-el-cuerpo-y-en-los-casos-mas-graves-la-dismorfia-como-trastorno-mental/WR3DR4KIGVBA3FBAELC2HQLRPA/>

Le Bretón, D. L. (2002). Antropología del Cuerpo y Modernidad. Buenos Aires: Nueva Visión.

López Uriarte, Arely. (febrero, 2016). Síndrome dismórfico: características físicas poco frecuentes. TopDoctors. Recuperado de <https://www.topdoctors.mx/articulos-medicos/sindrome-dismorfico-caracteristicas-fisicas-poco-frecuentes/>

Mayo Clinic. (2022, febrero 26). Los adolescentes y el uso de los medios sociales: ¿cuál es la repercusión?. La salud de adolescentes y pre adolescentes. Recuperado de: <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/tween-and-teen-health/in-depth/teens-and-social-media-use/art-20474437>

Mayoclinic. (2022, diciembre 13). *Trastorno dismórfico corporal.* obtenido de: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/body-dysmorphic-disorder/symptoms-causes/syc-20353938>

Mateus Campos, Felipe. (agosto, 2022). La dismorfia de selfie: los usuarios compran con sus propias imágenes retocadas en redes sociales. 20 Bits. Recuperado de <https://www.20minutos.es/tecnologia/aplicaciones/la-dismorfia-del-selfie-los-usuarios-se-comparan-con-sus-propias-imagenes-retocadas-en-redes-sociales-5042860/>

MedelinePlus (5, abril 2024) Anorexia, Biblioteca Nacional de Medicina. Recuperado de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000362.htm>

Molina, Xavier. (8 octubre, 2015). La farsa de la selfitis: sacarse selfies no es un trastorno mental. Portal de Psicología y Mente. Recuperado de <https://psicologiymente.com/clinica/selfitis-sacarse-fotos-trastorno>

Moncayo Palacios David Fernando. (2016). Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Facultad de Medicina. *Sintomatología de Dismorfia Muscular y Relación con Antropometría en usuarios del gimnasio de la Puce*. Obtenido el 20 de mayo en: <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/11185/TESIS%20DISMORFIA%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Oficina para la salud de la mujer. (17 febrero, 2021) OASH, Trastorno Dismorfico Corporal. Recuperado de <https://espanol.womenshealth.gov/mental-health/mental-health-conditions/body-dysmorphic-disorder#:~:text=%C2%BFQui%C3%A9nes%20tienen%20riesgo%20de%20TDC.trastorno%20dism%C3%B3rfico%20corporal%2C%20entre%20ellos:&text=Una%20madre%2C%20padre%20o%20hermano,o%20un%20trastorno%20de%20ansiedad>

Ortega, Cristina. (2023, 6 febrero). ¿Qué es una entrevista estructurada, semiestructurada y no estructurada? QuestionPro. <https://www.questionpro.com/blog/es/entrevista-estructurada-y-no-estructurada/>

Palacios, Gabriel. (2021, febrero 5). Las mujeres se unen al desafío #FilterDrop en Instagram y comparten 22 rostros sin filtrar para luchar contra el retoque digital en los anuncios de belleza. *Bored Panda*. <https://www.boredpanda.es/influencers-desafio-filterdrop/>

Phillips, K. A. (2021). *Manual MSD*. Obtenido de <https://www.msmanuals.com/es-mx/professional/trastornos-psiqui%C3%A1tricos/trastorno-obsesivo-compulsivo-y-trastornos-relacionados/trastorno-dism%C3%B3rfico-corporal>

Phillips, K. A., y Diaz, S. F. (1997). Gender Differences in Body Dysmorphic Disorder. *The Journal Of Nervous And Mental Disease*, 185(9), 570-577. Obtenido de <https://doi.org/10.1097/00005053-199709000-00006>

Phillips, Katharine Anne. (junio 2023). Trastorno dismórfico corporal. Manual MSD. Recuperado de <https://www.msmanuals.com/es/professional/trastornos-psiqui%C3%A1tricos/trastorno-obsesivo-compulsivo-y-trastornos-relacionados/trastorno-dism%C3%B3rfico-corporal>

QuestionPro. (s.f). ¿Qué es una entrevista estructurada, semiestructurada y no estructurada?. QuestionPro. Recuperado de <https://www.questionpro.com/es/una-encuesta.html>

Redacción. (octubre, 2016). La Fatoresia o falta de percepción real. Outlet Salud. Recuperado de <https://www.outletasalud.com/blog/la-fatoresia/>

Reguillo Cruz, Rossana. (2000). Entre la insumisión y la obediencia biopolítica de las culturas juveniles. (Norma) Emergencia de culturas juveniles estrategias del desencanto (pp 1-34). Buenos Aires.

Reyes, E., & Reyes, E. (2023, 31 agosto). ¿Qué es la imagen corporal?. NB Psicología, tu Centro de Psicología en Moncloa, Collado Villalba, Torreldones y Pozuelo. NB Psicología, Tu Clínica En Moncloa y En Collado Villalba. Recuperado de <https://nbpsicologia.es/que-es-la-imagen-corporal/>

Salud mental de los niños y adolescentes. (s,f). Redes sociales y la salud mental de los adolescentes. Wellness Everyday. Recuperado de <https://wellnesseveryday.venturacounty.gov/es/salud-mental-ninos-adolescentes/redes-sociales-salud-mental-adolescentes>

Sánchez-Monge, María. (18 marzo, 2024). *Ortorexia*. CuídatePlus. Recuperado de <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psiquiatricas/ortorexia.html>

Santaella, Carmen. (11 marzo 2021). Gracie Philips, la modelo que reivindica la realidad vs. un filtro “que te cambia la cara.” ¡HOLA! <https://www.hola.com/fashion/belleza/2021031171192/gracia-philips-modelo-filtros-falsos-instagram/>

Secretaría de salud. (enero, 2017). Anorexia un trastorno de conducta alimentaria. Gobierno de México. Recuperado de <https://www.gob.mx/salud/articulos/29920>

Secretaría de Salud. (2015, noviembre 3). Gobierno de México. Trastorno dismórfico corporal. Obtenido de: <https://www.gob.mx/salud/articulos/trastorno-dismorfico-corporal>

Sandoval, Mauricio. (2009). Trastorno dimórfobico corporal. Pontifica Universidad Católica de Chile. Revista Chilena Dermatol. Recuperado de https://www.sochiderm.org/web/revista/25_3/5.pdf

Secretaría de Salud. (3 de Noviembre 2015). Trastorno Dismórfico Corporal. México: Gobierno de México. Recuperado de <https://www.gob.mx/salud/articulos/trastorno-dismorfico-corporal#:~:text=Es%20una%20enfermedad%20psiqui%C3%A1trica%20que,%C3%A1mbito%20social%2C%20laboral%20y%20personal>

Secretaría de Salud. (noviembre, 2015). Trastorno dismórfico corporal. Gobierno de México. Recuperado de <https://www.gob.mx/salud/articulos/trastorno-dismorfico-corporal>

Sivanesan Krish, (Julio, 2024). El impacto de las redes sociales en los adolescentes: actualizaciones de 2024 que todo padre debe conocer. Study International. Recuperado de <https://studyinternational.com/news/social-media-impact-on-teens/>

Statista (octubre 2023). Usuarios de Instagram en México por edad 2023 Statista. Recuperado de Statista. <https://es.statista.com/estadisticas/1075549/instagram-usuarios-mexico-edad/>

Trastorno dismórfico corporal - *síntomas y causas* - Mayo Clinic. (2022, 13 diciembre).

<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/body-dysmorphic-disorders/symptoms-causes/syc-20353938#:~:text=Los%20signos%20y%20s%C3%ADntomas%20del,te%20hace%20feo%20o%20deforme>

Trastorno dismórfico corporal - *Síntomas y causas* - Mayo Clinic. (s. f.-b).
<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/body-dysmorphic-disorder/symptoms-causes/syc-20353938>

Trastorno dismórfico corporal. (s.f). Síntomas del Trastorno dismórfico corporal. Mayo Clinic. Recuperado de
<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/body-dysmorphic-disorder/symptoms-causes/syc-20353938>

UNFPA México. (2021, Julio 15). Adolescencia y Juventud. Obtenido en:
<https://mexico.unfpa.org/es/topics/adolescencia-y-juventud>

United Nations. (s. f.). Juventud | Naciones Unidas.
<https://www.un.org/es/global-issues/youth#:~:text=No%20existe%20una%20definici%C3%B3n%20internacional.entre%2015%20y%2024%20a%C3%B1os>

United we care. (mayo, 2022). Trastorno delirante somático: como tratar los delirios somáticos. United we care. Recuperado de
<https://www.unitedwecare.com/es/trastorno-delirante-somatico-como-tratar-los-delirios-somaticos/>

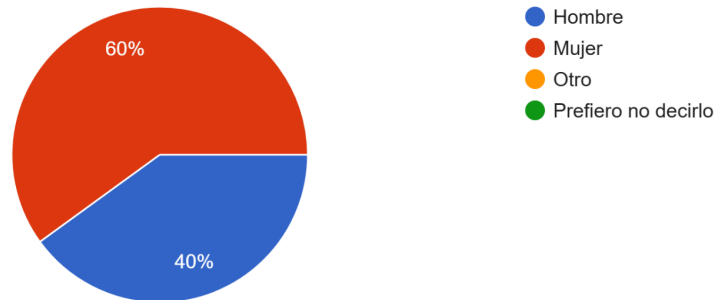
Ventas, Leire. (21 marzo, 2022). Dismorfia corporal: “Pasaba el día durmiendo y levantándome para mirarme en el espejo, hasta que mis padres me los sacaron del cuarto”. BBC News Mundo. Recuperado de
<https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-59705907>

Anexos 1 Resultados de la encuesta realizada sobre el Trastorno Dismórfico Corporal.

Definición del trastorno en la vida cotidiana de las personas

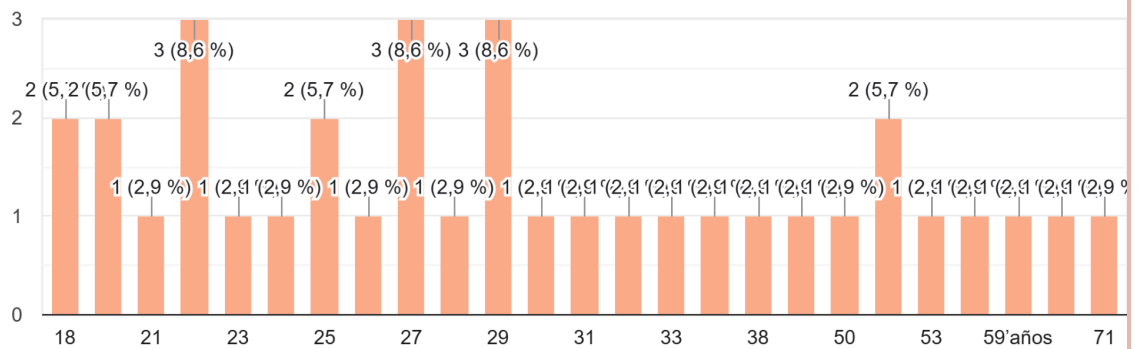
¿Con qué genero te identificas?

35 respuestas



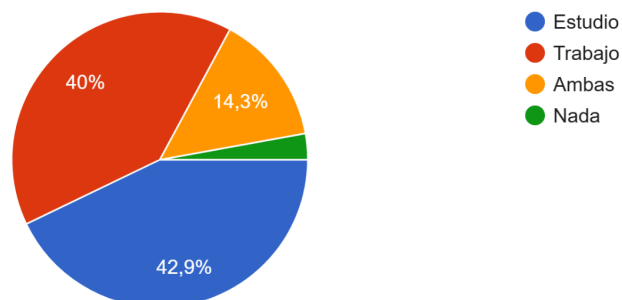
¿Qué edad tienes?

35 respuestas



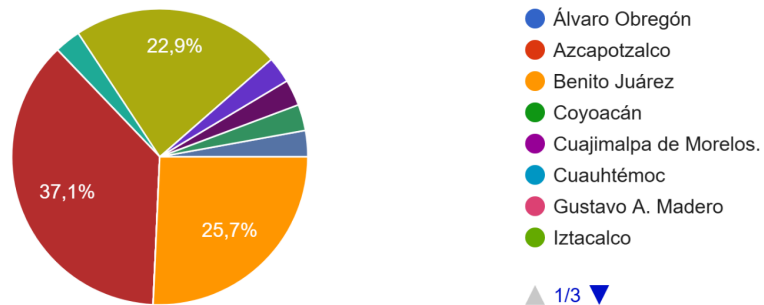
¿A qué te dedicas?

35 respuestas



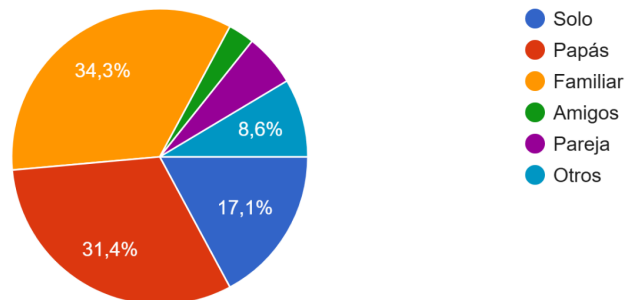
¿A qué delegación perteneces?

35 respuestas



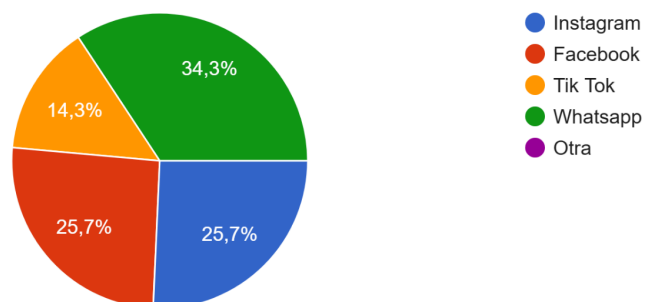
¿Con quien vives?

35 respuestas



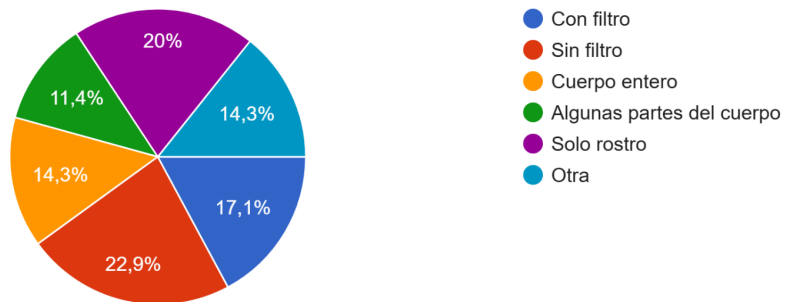
¿Qué redes sociales utilizas constantemente?

35 respuestas



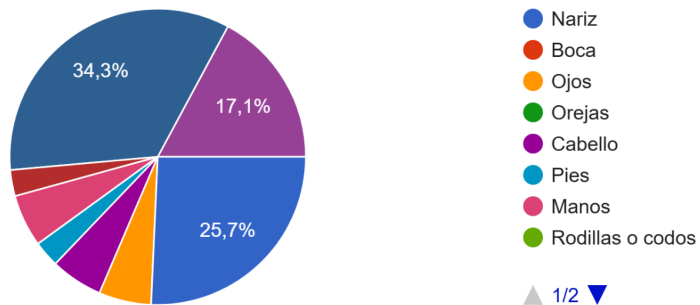
¿Qué tipo de fotos te gusta tomarte?

35 respuestas



¿Hay algo en específico que no te agrade de tu cuerpo?

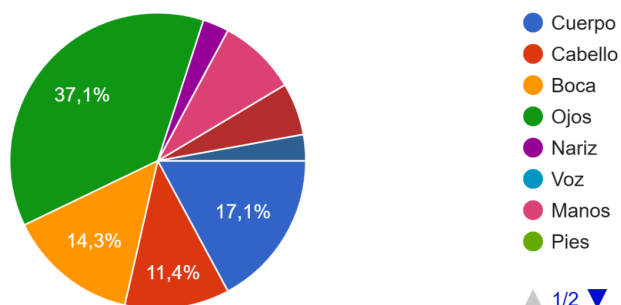
35 respuestas



▲ 1/2 ▼

¿Qué te gusta más de tu cuerpo?

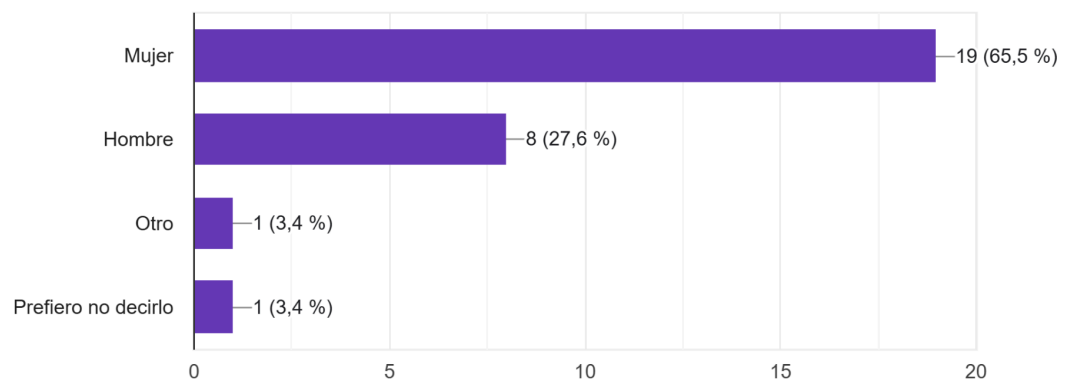
35 respuestas



▲ 1/2 ▼

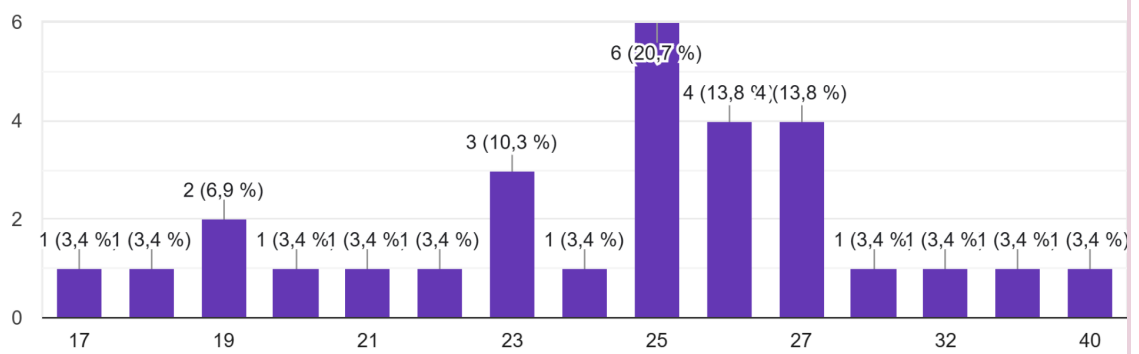
¿Con qué género te identificas?

29 respuestas



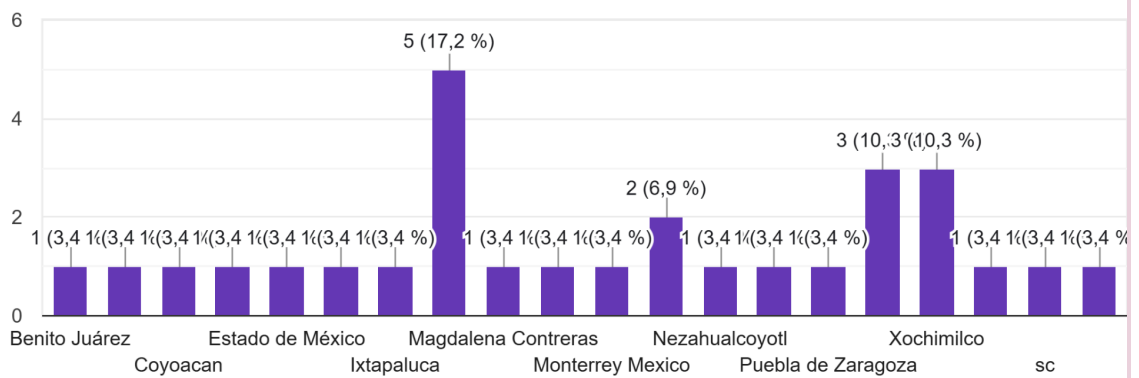
¿Cuántos años tienes?

29 respuestas



¿De qué delegación eres?

29 respuestas



¿A qué te dedicas?

29 respuestas

