



Experiencias relacionadas al cuidado y la exhibición del aspecto físico en redes sociales de mujeres jóvenes

Sabrina Cárdenas Torres¹

1 División de Ciencias de la Salud/Departamento de Psicología. s.cardenas.torres@ugto.mx

A lo largo del tiempo, se ha vinculado a las mujeres al cuidado del aspecto físico, lo cual las ha llevado a generar una serie de conductas e ideas acerca de cómo deben cuidar y lucir su apariencia física, aunque esto pudiera perjudicar su salud tanto física como psicológica. Actualmente las mujeres son las principales usuarias a nivel mundial de las redes sociales y es través de estas que se tiene la opción de exhibir, compartir y promocionar el propio aspecto físico, así como el cuidado que se hace de él, por lo que resulta importante conocer y contextualizar cuándo y quiénes las motivan a cuidar y compartir en redes sociales contenido relacionado a su aspecto físico y cómo esto se ve reflejado en su persona. Con el objetivo de describir cuáles son las experiencias que tienen las mujeres con respecto al cuidado de su aspecto físico y la exhibición de este en redes sociales, se eligió una aproximación cualitativa en donde a través de cuatro entrevistas semiestructuradas y la recolección de datos visuales, de cuatro mujeres en un rango de edad de veintiuno a veintitrés años, utilizando como criterio de inclusión que las participantes hayan compartido contenido audiovisual en la red social Instagram, se describieron sus experiencias en torno a las variables anteriormente presentadas. Las entrevistas se llevaron a cabo de forma individual y virtual a través de la plataforma Microsoft Teams, de acuerdo con los horarios disponibles de las participantes. Como técnica de análisis de datos, se utilizó el análisis del discurso y de datos visuales, en el software ATLAS. ti. Entre los principales resultados, se encontró que se tiene una percepción tanto positiva como negativa de las redes sociales. Se destaca el papel de la familia en la enseñanza de hábitos relacionados al cuidado del aspecto físico, así mismo se identifica a los amigos como el motivo principal para abrir una red social y comenzar a subir contenido relacionado a su aspecto físico. Se identifica el periodo de la adolescencia como una etapa importante para la comparación entre el aspecto físico y las redes sociales de sus compañeras de clase, las cuales las motivaban a cambiar sus hábitos personales para mejorar su propia apariencia física. Como conclusión se logra percibir en las entrevistadas que el proceso de comparación de su aspecto físico no termina en la adolescencia y continua hasta la actualidad, pero a través de las celebridades que siguen en redes sociales, las cuales las motivan a buscar alternativas que se ajusten a sus propios recursos (físicos, psicológicos o económicos) para cuidar su aspecto físico y poder encajar en aquellos estándares de belleza que se relacionan con las características físicas que consideran bellas en una mujer. A pesar de que, si se percibe un cambio positivo entre la idea actual y la que tenían en la adolescencia sobre su aspecto físico, aún se le da una importancia y atención elevada al cuidado y al contenido que publican relacionado a este.