

Representaciones sociales a partir del uso de redes socio digitales en la construcción del cuerpo ideal de mujeres jóvenes universitarias en Chiapas durante la pandemia de covid-19

Carolina Ortiz Rivera, Ramón Abraham Mena Farrera, Guadalupe del Carmen Álvarez Gordillo y Elena Flores-Guillén*

Resumen

Desde la teoría y método de las representaciones sociales (Moscovici, 1979; Abric, 2001) se responde cómo se dinamiza la construcción del cuerpo ideal en las prácticas alimentarias desde los espacios virtuales de jóvenes universitarias del estado de Chiapas, México, durante el inicio del confinamiento por el virus SARS-COV-2. Es una investigación basada en los fundamentos de la antropología de la alimentación y la etnografía digital en las redes *WhatsApp* y *Facebook*.

En la investigación se identificaron las prácticas alimentarias modificadas por el ritmo de vida y el desapego familiar, así como el consumo de información, educación, entretenimiento y modelos de transformación de la construcción del cuerpo ideal por medio de las redes sociales.

Los resultados concluyen que antes y durante la pandemia se reestructuró la percepción del cuerpo ideal que las jóvenes universitarias tenían, al basar sus representaciones sociales en determinadas prácticas alimentarias y en la experiencia de uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC).

Palabras clave

Prácticas alimentarias ¶ Cuerpo ideal ¶ Jóvenes universitarias ¶ TIC ¶ Construcción del cuerpo ideal





Abstract

From the theory and method of social representations (Moscovici, 1979; Abric, 2001) this paper answered how the construction of the ideal body is dynamized in eating practices from the virtual spaces of young university students in the state of Chiapas during SARS-COV-2 confinement. The research is based on the anthropology of food and digital ethnography on the *WhatsApp* and *Facebook* networks.

* Investigadora. Colegio de la Frontera Sur, Chiapas, México (carolina.ortiz@estudianteposgrado.ecosur.mx) ¶ Investigador. Colegio de la Frontera Sur, Chiapas, México (rmena@ecosur.mx) ¶ Investigadora. Colegio de la Frontera Sur, Chiapas, México (galvarez@ecosur.mx) ¶ Investigadora. Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas, Chiapas, México (elena.flores@unicach.mx).

This paper pointed out the modified practices due to the pace of life and family detachment, as well as information consumption, education, entertainment, and models of transformation of the construction of the ideal body through social networks. The results conclude that before and during the pandemic, the perception of the ideal body among young college girls was restructured by basing their social representations on certain eating practices and on the experience of using Information and Communication Technologies (ICT).

Keywords

Eating practices  Ideal body  Young university students  ICT  Construction of the ideal body

Introducción

EL OBJETIVO de la investigación es comprender cómo las representaciones sociales dinamizan la construcción del cuerpo ideal en las prácticas alimentarias, las cuales se transforman en espacios virtuales y digitales usados por mujeres jóvenes universitarias, en el estado de Chiapas, México. En particular la investigación se realizó en el contexto de la pandemia de SARS-COV-2 en donde las repercusiones sanitarias de la COVID-19 obligaron a la humanidad a someterse a políticas globales de confinamiento que a su vez provocaron que las representaciones sociales fueran ordenadas, presentadas y reestructuradas a consecuencia del uso intensivo de dispositivos y servidores relacionados con las TIC a través de complejas redes de socialización digital administradas por el corporativo Meta, que agrupa a *Facebook*, *Instagram* y *WhatsApp*, entre otras muchas plataformas. Meta concentra en México el mayor porcentaje de cuentas, con las que los usuarios intercambian mensajes, fotos y vídeos producidos en tiempo real, las cuales permitieron el diseño y visualización de distintas métricas y proyecciones que sirven como instrumento en la toma unidireccional de decisiones, y proyecciones respaldadas con información que les permiten crear tendencias de consumo de bienes y servicios. Por tanto, Meta se constituye como un conjunto de redes sociales que influye todos los días nuestro ánimo social, económico y político dentro y fuera de los espacios digitales. En la pandemia, se fortaleció la influencia de lo digital como una parte imprescindible de las representaciones sociales del cuerpo, entre otros muchos espacios de influencia.

La teoría y método de las representaciones sociales aportan un espacio de análisis a la imagen del cuerpo ideal debido a que ofrece un marco analítico para el estudio de la comprensión de las prácticas alimentarias por medio de la intermediación de

las redes sociales digitales y el uso de TIC que las jóvenes estudiantes utilizaron en ambientes de interacción universitaria y familiar en la pandemia. Ante el distanciamiento social las redes fueron los medios donde se crearon lazos de significado y donde se fijaron las principales relaciones analíticas provenientes del contexto social en sus procesos de comunicación. Lo anterior en el marco de la pandemia de la COVID-19, la cual profundiza una sindemia¹ donde se relacionan los efectos de la pandemia con las comorbilidades propias de la población en México. Este confinamiento conllevó un replanteamiento de las prácticas y relaciones sociales en torno a la alimentación (Gaspar, Muñoz y Larrea, 2020).

En particular, este artículo desarrolla un enfoque desde la antropología de la alimentación y, como principal aporte, realiza un estudio comprensivo de la reformulación de las construcciones sociales de las prácticas alimentarias y el consumo de las TIC en un complejo escenario de salud pública y en pleno inicio de una campaña de confinamiento social que intenta detener los contagios de COVID-19 en todo el país.

La relación alimento-cuerpo ha sido abordada desde distintas disciplinas como la biología, psicología, historia, arte y antropología de la alimentación, destacando los estudios de Cáceres (2008), Posada (2015) y Ferrada (2019). La antropología lleva décadas afirmando que las prácticas alimentarias están condicionadas no sólo por factores biológicos, sino también sociales y culturales (Medina, 2004). Además, se explica desde fenómenos religiosos y políticos, es decir, desde todas las dimensiones (Valenzuela, 2012), de tal forma que la elección de los alimentos está ligada a las necesidades del cuerpo, pero también en gran medida a las que impone la sociedad.

Para Reischer y Koo (2004), el cuerpo se ha estudiado no sólo como símbolo, en el sentido de que es una vía de expresión, sino también como un medio de interacción social. Para entender estas cualidades del cuerpo joven, además de su carácter orgánico, se propone caracterizar las representaciones individuales y sociales en su contexto (Justo y Vizeu, 2013).

Desde los estudios de nutrición, se relaciona a la clásica posición biológica y sus dimensiones culturales y sociales (Macías, Quintero, Camacho y Sánchez, 2009) poniéndose en relación la función bio-psico-social de las personas (Contreras y Gracia, 2005). Otros aportes los ofrecen los estudios feministas que postulan a la noción del cuerpo, en donde Lamas (1994, p. 4) sostiene que “culturalmente se les otorgan nuevos significados a diversos aspectos corporales, hasta las reformulaciones políticas que controlan y regulan los cuerpos”. Estos enfoques permiten construir una perspectiva diferente a la que ofrecen las ciencias médicas, la cual sigue teniendo una importante influencia en este tipo de estudios.

No obstante, en esta investigación, es posible entender al *cuerpo real*, como el que es otorgado desde el nacimiento, configurando una imagen corporal única y original que se vuelve una representación consciente ante los demás, que a su vez tiene sus particularidades y es diferente (Cornejo, 2019). Para la sociedad occidental, el cuerpo está en constante vigilancia ante la reformulación de controles y regulaciones en cada contexto sociocultural y, al mismo tiempo, es algo que generó el confinamiento por la COVID-19 ante la difusión de prescripciones dietéticas y que fomentó un control y responsabilidad individual de los cuerpos (Gaspar, Muñoz y Larrea, 2020). Como consecuencia de esta presión social, surge una preocupación ante la búsqueda de un *cuerpo ideal*, es decir, “se vuelve una construcción simbólica, no una realidad en sí misma, que difiere según sociedades” (Barberousse, 2009; Valenzuela, 2012). El cuerpo, como mecanismo del poder y control, se construye desde la educación y la salud reforzadas por cómo los medios de comunicación definen el cuerpo ideal. En “la biología se configuran como dispositivo de poder que construye el cuerpo padrón, normal o ideal (blanco, heterosexual, saludable y sin discapacidad alguna) y localiza otros cuerpos como las excepciones, las anomalías, los extravagantes, o los enfermos” (Orozco, 2019, p.2). En la medicina se realizan mediciones como el índice de masa corporal, que definen a una persona desnutrida, normal o con sobrepeso y obesidad. En México, en 2013 se declaró la obesidad como una enfermedad y problema de salud pública, ya que el 75.2% de las personas mayores de 20 años padecen sobrepeso y obesidad (ENSANUT, 2018). Por tanto, desde las ciencias se asocia el peso corporal bajo, la delgadez, con lo saludable, y se propone la relación dieta y ejercicio como solución. El cuerpo ideal es entonces blanco, heterosexual, saludable y sin discapacidad alguna; esto se reflejará en éxito social, familiar y profesional.

Mientras tanto, los regímenes de alimentación y los estilos de vida comienzan a presentar importantes cambios (Bezares *et al.*, 2014) que se configuran en la construcción de un ideal (Marín, 2013). Ante esta búsqueda, las mujeres se encuentran atrapadas entre la aceptación social asociada a la belleza y, al no conseguir este ideal, se genera insatisfacción e inseguridad corporal (De la Morena, 2019).

Estudios como el de Valenzuela (2012) delimitan que las juventudes comparten buena parte de la problemática alimentaria asociada al sobrepeso, obesidad, bulimia o anorexia (Escobar y Pico, 2013), en comparación con otros grupos sociodemográficos, lo que permite caracterizar el contexto universitario y analizar la construcción simbólica en las mujeres que reciben una instrucción educativa y universitaria; su alimentación, la salud, el arte o estética del cuerpo, y cómo la pandemia redefinió la relación entre la comida y el ideal corporal.

Prácticas alimentarias de estudiantes universitarias en el contexto de la COVID-19

El estado del arte retoma a la antropología de la alimentación y el significado que da al hecho alimentario, el cual es determinado por factores sociales, culturales y económicos. Mintz (1996), plantea cómo los humanos le dan un significado externo e interno a los alimentos, es decir, las actividades domésticas diarias o condiciones ambientales intervienen en la elección y disponibilidad de los alimentos, de tal forma que vuelven familiares o íntimas las condiciones de ese contexto.

El desarrollo de las ciencias de la nutrición, y la difusión de información sobre la alimentación, ha tenido impacto en las percepciones de las *prácticas alimentarias*² y, en consecuencia, se le atribuye al grupo de mujeres jóvenes, como población objetivo de las redes de mercado de productos de belleza o adelgazantes, viéndose cambios significativos en el comportamiento de las *conductas alimentarias*.³ Estos cambios se pueden explicar a partir de las creencias conductuales, es decir, el juicio que se considera como efecto positivo o negativo, el consumo de ciertos alimentos, creencias de control, que son aquellos factores que facilitan o dificultan la implementación de una conducta de alimentación saludable, y las creencias normativas, entendidas como la percepción de la presión social con relación a la alimentación (Sánchez *et al.*, 2019).

Ante este panorama, el contexto universitario se vuelve un espacio donde acontecen cambios en los estudiantes, ante la migración estudiantil interna, o lo que algunos autores llaman “migración por estudios de nivel superior”, que consiste en un cambio de residencia con el objetivo de lograr una formación profesional, lo que implica el cruce de un estado o municipio a otro, principalmente en el interior del país (Salas *et al.*, 2016). Este traslado requerirá una nueva cotidianeidad, y estas nuevas experiencias conducirán a abandonar o adaptarse a nuevas formas de alimentación, sin olvidar que sucede por su función biopsicosocial (López y Vacio, 2020). Los factores que intervienen en estas nuevas adaptaciones específicamente en las prácticas alimentarias son: tiempo —aquellos que trabajan para sostenerse económicamente—, economía, falta de conocimiento en la cocina —en su mayoría varones, relacionados con los roles de género culturalmente construidos— y, finalmente, el desapego de la figura materna ligada a sentimientos de nostalgia (De la Fuente, 2017).

Sin embargo, el contexto incierto que experimentan las jóvenes universitarias del sur y sureste de México, debido a la pandemia producto de la COVID-19, ha puesto en aislamiento temporal a toda la población estudiantil en México⁴ y, por lo tanto, ha pausado las actividades escolares en todos los niveles. Este hecho,

indudablemente afectó al estilo de vida de la comunidad en general, incluido lo relacionado con la alimentación (Hidalgo *et al.*, 2021). El cierre de las instituciones educativas inauguró, para un sector de la población, un tiempo en el que la educación se empezó a impartir de manera virtual (Carabelli, 2020); esto trajo una mayor carga de trabajo para las universitarias, quienes experimentaron diversas emociones como estrés, preocupación, ansiedad, cansancio, enojo (Vergara *et al.*, 2020) y buscaron mitigar el estrés con la comida (Salmerón, 2020). Las consecuencias de estos cambios se relacionan con la selección y compra de alimentos, probablemente de baja calidad nutricional, que contienen una mayor densidad energética —además de más azúcar, sodio y grasas saturadas—, mismos que podrían impactar en problemáticas como el sobrepeso y la obesidad (Reyes y Oyola, 2020).

La crisis en salud, que provocó el aislamiento social y físico producto de la pandemia, ha tenido impactos únicos e individuales en la situación nutricional antes, durante y después de esta emergencia sanitaria, ya que en las experiencias de las jóvenes generó cambios significativos en sus prácticas alimentarias que reforzaron estrategias muy concretas en esa búsqueda del ideal corporal.

Construcción del cuerpo ideal en tiempos de confinamiento por la covid-19

Las sociedades han experimentado, en las dos primeras décadas del siglo XXI, la necesidad de reconocernos como una sociedad altamente intercomunicada y dependiente de un estilo de interacción con cualidades informativas particulares, materializadas en la gestión de la inconmensurabilidad de mensajes en formatos de texto, audio y vídeos digitales, los cuales están caracterizados por dos cualidades: se trata de comunicaciones instantáneas y efímeras. Los datos digitales depositados en internet irrumpen en todo momento en los asuntos cotidianos de la existencia y llenan de sentido, y sinsentido, nuestras actividades en el ámbito personal, incluido el que tiene que ver con la educación. En México, los resultados estadísticos levantados en abril de 2022, durante la emergencia por COVID-19, muestran que la pandemia incentivó un uso mayor de distintas herramientas digitales en todos los niveles, pasando de 73.1 millones de usuarios en 2018 a 88.6 millones en 2021. La penetración de estas herramientas y el uso de las TIC aumentó en la escuela, cuando fue necesario hacer los trabajos por internet, incrementándose también el uso de dispositivos móviles para el acceso de redes sociales y mensajerías instantáneas. Así, el 95.4% del alumnado entra a internet mediante un teléfono celular y el 42% a través de una computadora, y el 90% de las personas lo usan con mayor frecuencia en la hora de la comida (AIMX, 2022). En tanto las poblaciones universitarias, identificadas como nativas digitales —por ser nacidas en el siglo XXI— anclan sus

referentes sociodigitales en la arritmia del tiempo y la ubicuidad del espacio, sosteniendo dinámicas y estrategias en la red de internet desde múltiples plataformas. El 18° Estudio sobre los Hábitos de Personas Usuarías de Internet en México 2022 (AIMX, 2022) reporta que el número de cuentas en redes sociales ha aumentado significativamente entre los usuarios de internet. Meta aumentó su presencia e influencia en México y sus subscriptores agrupan al 83.1% de personas conectadas a la red de *Facebook*, 34.2% a *Instagram* y 87.9% a *WhatsApp*, siendo las tres redes sociales con mayor uso. Meta influye en el 88.4% de la mensajería instantánea, el 87.2% en el acceso a redes sociales y el 72% en el consumo de música y películas. Todas ellas representan el mayor uso que se le da a la red y son las que tienen una mayor penetración. Los datos anteriores consolidan la influencia que tienen las redes sociales, a través del uso de las TIC como plataformas, y el acceso a contenidos digitales mediante dispositivos y espacios relacionados con los medios de consumo cultural. Las plataformas digitales y las TIC son una dupla que orienta el uso del tiempo y espacio, aumentado su utilización de una forma masiva que se acelera sobre todo a raíz del confinamiento de la pandemia por COVID-19, entre los años 2020 y 2022, periodo en el que la humanidad recreó los espacios de encuentro y priorizó las esferas de contacto humano en la red, donde se construyó, habitó y replanteó la forma de consolidar las subjetividades de los espacios familiar, escolar y laboral. Lo anterior contextualiza la influencia que el contenido en redes tiene para promover los ideales de lo que socialmente representa lo femenino a través de publicidad, por ejemplo, sobre moda, reforzando de tal manera la dicotomía de lo aceptable y lo inaceptable e incidiendo en la modificación de la imagen corporal o el cuerpo real (Behar, 2010). El mensaje publicitario es, por tanto, informativo y persuasivo a la vez (Pellicer, 2018) y hace eco de esta preocupación social por la relación entre los alimentos y el cuerpo ideal.

El cuerpo femenino se ha reformulado en las redes sociales hacia el concepto de delgadez, pero se traduce y actualiza también a otros ámbitos de la vida; incluso existe un discurso médico donde se propone regular el modelo corporal, creando así inconformidades en la población juvenil y generando métodos, principalmente en el control de peso, algunas veces poco recomendados, así como el uso de técnicas que tienen que ver con tratamientos estéticos. Esta relación entre el cuerpo real y la construcción de un cuerpo ideal ha estado centrada en la presión social que se ejerce sobre las mujeres, especialmente las más jóvenes, y donde sin duda la alimentación y los medios de comunicación juegan un papel central, siempre bajo discursos normativos y regulatorios. Ante este fenómeno, se ha seleccionado la teoría de las representaciones sociales para mostrar los resultados de esta investigación.

Representaciones sociales en el estudio del cuerpo ideal

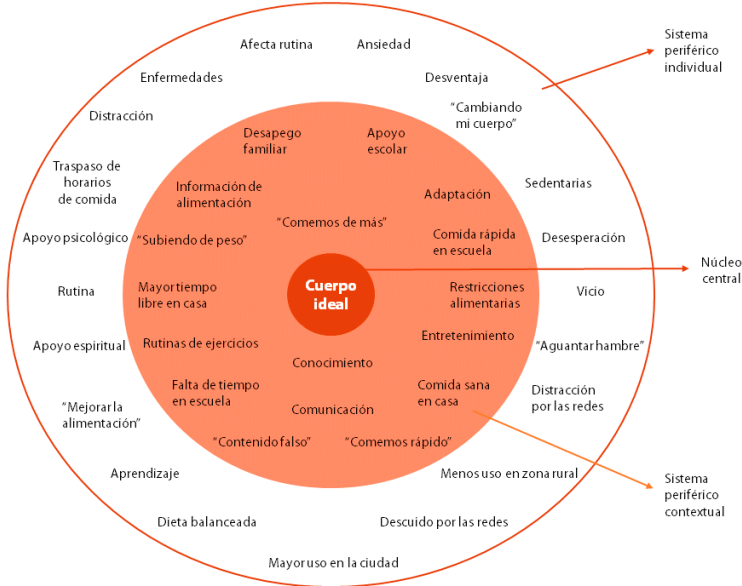
Para abordar el fenómeno antes presentado, esta investigación se apoyó teóricamente en Moscovici (1979), quien define las representaciones sociales como “sistemas cognitivos con una lógica y lenguajes propios en sistema de valores, ideas y prácticas” (1979, p. 6), constituyendo también una manera específica de entender y comunicar la realidad. Una de las funciones que se describen es que una realidad extraña se puede convertir en algo familiar y propiciar la comunicación entre grupos de personas, además de promover el pensamiento colectivo y la reflexividad de los grupos. Mora señala que las representaciones sociales son “una modalidad particular del conocimiento, cuya función es la elaboración de los comportamientos y la comunicación entre los individuos” (1979, p. 7). Es decir, este conocimiento parte del sentido común, son elaboradas socialmente, y parten de experiencias concretas. Para Moscovici las características que cumplen incluyen el ser dinámicas, modificables, tienen que ver con el aquí y el ahora, y se nutren de lenguajes y discursos.

Jean-Claude Abric (2001), quien a su vez retoma gran parte del análisis de los trabajos de Moscovici, plantea que las representaciones sociales poseen un núcleo central y una red de sentidos periféricos, es decir, se organizan alrededor de un centro; este elemento es fundamental, ya que le da significación a la representación; además garantiza dos funciones esenciales: una *generadora*, cuyos elementos toman un sentido o un valor; y una *organizadora*, que estabiliza y unifica la representación y crea lazos entre los elementos. Por lo que será el elemento más estable y resistente al cambio a partir de un consenso social, además de constituirse por elementos normativos, históricos, sociológicos e ideológicos (Romeu *et al.*, 2011). Al mismo tiempo, se encuentran los sistemas periféricos, que se organizan alrededor del núcleo y cuya función está dependiendo de éste; en estos sistemas están retenidas las informaciones, juicios respecto al objeto, creencias, estereotipos y valores, asociados a las características individuales y en el contexto inmediato.

Para Jean-Claude Abric (2001) los sistemas periféricos se encuentran jerarquizados, es decir, los sistemas más próximos al núcleo son los que le dan significado a la representación de forma contextual y los más distantes aclaran y justifican esta significación de forma individualizada. Por tanto, para estos autores, el sentido que le dan a las representaciones sociales son estos dobles sistemas, que aparecen de forma rígida y estable porque se determinan por un núcleo anclado en las normativas y valores compartidos por los miembros de un grupo, pero a la vez son flexibles y movibles porque se alimentan de las experiencias, las prácticas sociales y las relaciones de los individuos en un contexto específico.

Por lo que las representaciones sociales del cuerpo ideal devienen de la conceptualización colectiva bajo el discurso de la modificación de las prácticas alimentarias del cuerpo real y de la adopción de elementos que ofrece la publicidad en ámbitos digitales, las cuales se han visto modificadas en el actual contexto de la COVID-19, y que han ocasionado en las jóvenes una búsqueda de estrategias pertinentes ante este cambio de conductas alimentarias, a través de prácticas de autocuidado como el ejercicio en casa o el consumo de alimentos sanos que favorecen una salud óptima, y ante una constante reflexividad de los mensajes publicitarios en las redes sociales. Para la operativización de las categorías de análisis en la investigación se pudieron ubicar los sistemas periféricos —contextual e individual—, tal y como se observa en el Esquema 1.

Esquema 1. Ubicación de categorías de análisis a partir de un esquema de prácticas alimentarias y su relación en los ámbitos digitales



Fuente: Elaboración propia.

Dicho esquema sintetiza todas las representaciones sociales sistematizadas producto de la investigación, pero en este artículo únicamente se presentarán las representaciones relacionadas con las prácticas alimentarias en la construcción del cuerpo ideal que tengan una relación con el consumo de prácticas en los ámbitos digitales.

Un breve recorrido metodológico en ámbitos digitales

Esta investigación intenta develar cómo construyen las jóvenes el cuerpo ideal en un ambiente donde prevalece el uso y consumo de las TIC, y cómo influye en su alimentación pre y postpandemia. Por eso en este punto se vuelve necesario comprender los factores socioculturales involucrados desde la antropología de la alimentación, así como las prácticas y comportamientos que actúan sobre la imagen corporal. Con este propósito, es importante partir del uso de las herramientas metodológicas cualitativas, dando énfasis a los significados, expresiones e interpretaciones de la realidad de los actores sociales (Denzin y Lincoln, 2012), ya que se necesitan conocer los comportamientos alimentarios ocurridos previo a la pandemia y cómo ésta se involucra en las nuevas prácticas alimentarias. De esta forma, se privilegia “la forma de acercarse a la realidad que se propone mostrar cómo las personas construyen la realidad social y ofrece una perspectiva más cercana a los seres humanos” (Mejía, 2011).

Por tratarse de un estudio realizado durante un periodo de aislamiento físico y social total, producto de la pandemia COVID-19, se utilizó como técnica de obtención de datos la *etnografía virtual*,⁵ siendo una técnica que permite la exploración de los usuarios en internet, donde basta con tener acceso a la red y delimitar los espacios de análisis en los que los sujetos se están desarrollando. Así, este método permite analizar las interrelaciones entre las tecnologías y la vida cotidiana de las personas en cualquier espacio (Ruiz y Aguirre, 2015). Ante la situación actual, autores como De Moraes Prata *et al.*, (2020) y Carangui-Minchala *et al.* (2021) hacen uso de las aportaciones que las herramientas *online* ofrecen ante investigaciones de corte exploratorio, en temas de la COVID-19, con el uso de las redes sociales y la alimentación. De esta forma se recopiló información a través de las herramientas *online* —*WhatsApp*, llamadas telefónicas y perfiles de *Facebook*—; se realizaron 18 entrevistas semiestructuradas, con consentimiento informado a través de medios y formatos digitales, a jóvenes estudiantes universitarias de entre 19 y 21 años de nivel licenciatura de 6 universidades públicas del estado de Chiapas; además, ellas aceptaron ser contactos de las redes de *Facebook* y *WhatsApp* sobre las cuales se realizó un análisis de contenido textual y fotográfico a través de los perfiles de las entrevistadas. Para este estudio, se diseñó una guía de entrevistas semiestructuradas, a partir de siete categorías *a priori*: performatividad, violencia corporal, imagen corporal, prácticas alimentarias, vigilancia corporal, consumo de TIC y estereotipos en la red, mismas que permitieron el análisis pertinente en relación con la construcción del cuerpo ideal en mujeres jóvenes universitarias. Los ejes analíticos que resultaron en este proceso,

cimentados en la antropología de la alimentación, fueron las prácticas alimentarias y el consumo de TIC.

La selección de las entrevistadas se efectuó a partir del método de bola de nieve, en seis universidades, iniciando con el contacto de dos estudiantes: una de la Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas (UNICACH), y la otra de una universidad en San Cristóbal de Las Casas (SCLC), Chiapas. La mayoría de las participantes eran mujeres del área de Salud y Ciencias Sociales, lo que permitió analizar cómo se construye el cuerpo ideal de forma diversa. Además, por tratarse de una universidad ubicada en la capital del estado, fue posible encontrar la presencia de estudiantes de diferentes localidades de la región. El número de entrevistas estuvo dado bajo saturación teórica.

En una primera etapa, se realizaron dieciocho entrevistas semiestructuradas a mujeres jóvenes universitarias anónimas, y bajo consentimiento informado, para dar respuesta a los siguientes apartados orientadores: el significado de ser mujer universitaria en la actualidad, el cuerpo antes y después de la COVID-19, qué lugar tienen las redes sociales en su vida y, por último, la vida cotidiana. Asimismo, con el análisis de cada uno de los perfiles de *Facebook* de las jóvenes, se pudo corroborar la información obtenida en las entrevistas vía llamadas telefónicas con el comportamiento *online* en los perfiles, de modo que permitiera un mayor acercamiento; algo similar a lo que para la etnografía tradicional supondría el contacto cara a cara.

Representaciones de las prácticas alimentarias en la construcción del cuerpo ideal

El logro más destacado de la investigación fue realizarla en un momento crítico en donde el confinamiento social y las medidas de restricciones sanitarias evitaron todo contacto. La investigación en espacios digitales por supuesto tuvo limitaciones, pero también logros metodológicos, ya que permitió comprender cómo se reestructuró la percepción del cuerpo ideal de las jóvenes universitarias, quienes, en la pandemia, basaron sus representaciones sociales a través de las prácticas alimentarias por medio de redes sociales y uso de las TIC. Para lograrlo se realizó una estrategia teórica metodológica en donde se reconoce al cuerpo ideal como el núcleo organizador de la representación social de la alimentación (Esquema 1), donde el nivel informativo representa un conocimiento que implica la construcción de las jóvenes universitarias en el que anclaron diversos espacios de la vida cotidiana. Uno de los principales hallazgos de la investigación se dio alrededor del consumo de información en las redes sociales, las cuales son ubicadas en el sistema periférico individual

y, por otra parte, de la alimentación, que representa la parte esencial de la rutina diaria, así como todas las demás prácticas ubicadas en el sistema periférico individual. La representación social del cuerpo ideal tuvo una importante modificación en las jóvenes universitarias, que refieren al acto de comer como la práctica central y vital alrededor de la cual giran las actividades y circunstancias que se presentan a lo largo del día. Reconocen al acto de comer como un proceso complejo, de orden, que marca tiempos y espacios de socialización, en donde se ven implicados los recursos disponibles del entorno, entre ellos los de su preferencia alimentaria (Marín, 2013, p. 45), tal y como lo explica la siguiente narrativa:

[...] me levanto y todo eso, me preparo mi desayuno para poder ir a la escuela; podría ser quesadilla o alguna variedad de frutas y cortarlas y llevarlos; a veces cuando no me dan ganas, trato de comprarme algo que sea como tacos, o una galleta o un yogurt, y dentro de mi casa, cuando descanso, pues tomo mi desayuno; pueden ser huevitos, té, porque té no puede faltar en la mesa, y en la tarde pues podría ser... A veces manda a comprar comida por fuera mi mamá o se prepara en casa y ya en las noches es pan y café, o se compra cena; bueno, yo no es muy común que cene, sólo mis hermanos. (18 años, San Cristóbal de Las Casas, Desarrollo Humano)

El estudio evidenció que las prácticas alimentarias se transforman desde los primeros meses de vida universitaria, ya que esta investigación se cruza con la política de confinamiento voluntario producto de la COVID-19, hecho que provocó en las jóvenes diversas representaciones sobre la alimentación. En un principio las jóvenes entrevistadas coinciden en que la pandemia ha marcado un antes y un después en sus trayectorias universitarias, y eso provoca una recreación de la representación que tiene el cuerpo real y virtual en el confinamiento. El estar en casa se traduce en el discurso con la cognición “comemos más”, experiencia que representa ansiedad, cambios en el cuerpo, desesperación y que tratan de solucionar con la aplicación de aquellas restricciones alimentarias que les permitan un mayor control en sus comidas y una suerte de tranquilidad emocional. Lo anterior se puede observar con claridad en las siguientes narrativas:

Ok. Antes, cuando iba a la escuela... Para empezar, entro a las siete de la mañana, y entonces no me gusta desayunar temprano, no me da hambre [...] entonces venía desayunando como a las 10:30 de la mañana; compraba, por ejemplo, una [bolsa de] Sabritas, o una galleta para aguantar hasta las 2:00 de la tarde y almorzábamos como a las 4:00 o 5:00 de la tarde, y por las noches casi no cenaba, no me gusta cenar. Eso era antes, ahorita en la cuarentena desayuno como a las 9:00, 10:00 de la mañana. Si me da hambre, agarro

un poquito de cereal y me lo como; a veces que suben por ejemplo postres, así que están vendiendo... A veces pido, a veces no, y en las noches estoy cenando más de lo que cenaba [...] no me da tiempo ni de ensayar, ni de practicar, ni nada y, la verdad, sí siento que estando así me da un poquito de ansiedad y me da mucha hambre, entonces como y sí siento que está cambiando mi cuerpo. (20 años, Campeche, Educación Especial)

Las representaciones del cuerpo están transversalizadas por las construcciones de género y los mandatos de lo que debe de comer, y lo que no, así como por la corporeidad que la sociedad espera de las mujeres y la práctica alimenticia que se ve resignificada en el ingreso a la universidad, el uso de las redes sociales y, por supuesto, el confinamiento que obligó a las jóvenes a interactuar por medio de las TIC en las redes. En las redes se reproducen a todas horas distintos discursos y prácticas de las jóvenes que llegan a experimentar de forma positiva o negativa el tema de la alimentación sana y el bombardeo de productos ultraprocesados, así como los estilos de vida que observan en internet. Si bien la alimentación es una de las principales fuentes para la salud, acompañada de la actividad física, cuando ambas se disocian, se deja ver la preocupación por “subir de peso”, ya que esta cuestión está relacionada, de una forma en la que distintos estereotipos se asocian a su imagen corporal, con prácticas, discursos y acciones que prejuzgan y rechazan a personas con obesidad y, por otro lado, con una normativa que premia a distintos estereotipos relacionados con el éxito que alcanza la persona que porta un cuerpo esbelto, exponiendo a las jóvenes a constantes contradicciones sobre el papel de la mujer en el rol de las prácticas alimentarias (Foucault, 2008). Algunos testimonios así lo expresan: “[...] siento que ya estoy subiendo de peso...” (21 años, Tuxtla, Nutrición 2). “[...] no, de que como más, si siento que como más pero, como te digo, a veces como le balanceo, entonces le voy así manteniendo” (21 años, Tuxtla, Pedagogía 1). “[...] porque ya sea que como mucho o, por los horarios, ahorita se podría decir que me levanto un poquito más tarde que me levantaría un día normal, entonces llevo horarios de comida diferente y como un poquito más” (20 años, Arriaga, Nutrición 1). “[...] ahorita que estamos en cuarentena, me da más hambre y me la paso comiendo” (21 años, Tuxtla, Nutrición 1).

Hablar de las prácticas alimentarias en contextos cotidianos como la cocina —espacio de la socialización y reproducción de prácticas alimenticias al interior de los hogares— fue complejo en esta investigación, ya que el confinamiento impidió una observación y reflexión en campo. Sin embargo, las referencias del ritmo de vida que las mujeres universitarias reportan sin duda que les aleja de este espacio y dan cuenta de cómo las prácticas alimentarias se vuelven sólo un acto o necesidad a la hora de comer, y es entonces donde se pierde la carga histórica y cultural (Marín, 2013,

p. 40). Sumado a esto, el uso de las redes sociales dinamiza lo que sucede en estos espacios en donde la socialización con otros en la red, o el consumo de productos culturales, sustituye el cuidado y el tiempo de preparación de la comida, el modo en el que se dedica tiempo a comer o a ver películas. En resumen, hay una transformación del espacio y tiempo que le dedican las jóvenes al acto de alimentarse. Así, las jóvenes comentan: “[...] sí, me enseñó mi mamá, o lo que en su tiempo me enseñó, si no me acordé bien, ya lo repasaba en las redes sociales, en *YouTube*” (21 años, Frontera Comalapa, Nutrición). “Pues mientras como, me pongo a ver una serie o una película” (20 años, Tapachula, Nutrición).

Representaciones del uso de las redes sociales mediante las TIC en la pandemia y la construcción del cuerpo ideal

Imágenes, estilos de vida, modas, productos alimenticios, recetas y lugares son difundidos a todas horas por distintas redes sociales a través de las TIC y representan, para muchas jóvenes universitarias, el principal distractor que dinamiza el acto de comer, mismo que genera desventajas en su alimentación. Los resultados de esta investigación muestran cómo la representación social del cuerpo ideal es transformada mediante una disociación de las prácticas alimentarias mediadas para alcanzar la imagen virtual del cuerpo, de su estilo de vida, y de cómo es que vive su práctica alimentaria en la pandemia, la cual está relacionada por una continua dependencia del uso del celular y la conexión a múltiples redes sociales, como lo demuestra el siguiente testimonio:

De repente sí estoy en el celular. Como nos llaman la atención porque a mi mamá no le gusta, antes no lo hacía, pero ahorita tengo esa manía de andar con el celular o a veces estoy viendo tele, cuando está la tele encendida, y a veces en los desayunos no tengo el celular ya sólo estoy enfocada a la comida. (21 años, Tuxtla, Nutrición 1)

La representación del cuerpo ideal en las redes sociales se relaciona casi en automático con la alimentación. Los espacios virtuales de convivencia, distracción, educación y socialización son hoy sitios que llegan a generar desconfianza por las contradicciones que muestran entre la alimentación y la salud. La red es el referente, la tendencia, la moda y la guía de la transformación de hábitos alimenticios, mediante la exposición incontrolable de videos en donde presentan recetas con altos contenidos de azúcares o productos altamente procesados. Por ejemplo, los memes, como parte de una cultura juvenil llaman la atención, aparecen ligados a páginas de productos ultraprocesados junto con la recreación de cuerpos ideales

que consumen estos productos, constituyendo una plena contradicción en temas de salud. Así, una de las estudiantes comenta: “Cuando son postres sí, ya uso lo que es *YouTube* [...]. Ahorita, realmente, como estamos en la sociedad que son factores importantes el uso de las tecnologías y la alimentación, por lo mismo descuidamos nuestra alimentación” (21 años, Tuxtla, Pedagogía 1). Otra joven comenta:

En su mayoría lo utilizo para ver memes y otras [veces] para ver información; a veces veo que comparten información, pero no tiendo a irme a lo primero que veo porque a veces veo que muchas veces se comparte; así que siempre lo que hago es irme al *link* o la publicación original y ya veo que la publicación tiene dos o tres años o que ni siquiera es en tu país, traen información acá. (21 años, Frontera Comalapa, Nutrición)

Es claro que la asociación del cuerpo ideal, la alimentación y los modelos de vida basados en el consumo de productos industrializados constituye una vertiginosa experiencia digital que las jóvenes universitarias viven. La contradicción en los mensajes que encuentran en las redes sociales involucra a la población universitaria a distintos niveles, en donde la convivencia pasa de darse en los espacios reales a desarrollarse uno solo, el espacio virtual, en donde se mezclan las actividades escolar, familiar, laboral y cualquier otra que se exprese en la red. Así vemos que esa mezcla entre la vida real y la vida ficticia se aprecia en los siguientes tres relatos que presentan el uso de internet y sus aplicaciones:

En *Facebook* creo que normalmente se encuentra casi de toda información: vídeos acerca de un cantante o de algún... Por ejemplo, hace poquito vi unos vídeos que me sirvieron para mi escuela, en *WhatsApp* pues pura tarea y en *Messenger* pues a mis amigos. (18 años, SCLC, Desarrollo Humano)

Otra compañera comenta: “*Facebook*, más que nada, por el ocio como entretenimiento y *WhatsApp* para platicar con mi familiar, con mis amigos, para comunicarme más que nada, tanto con maestros, familiares, con mis compañeros” (20 años, Tapachula, Nutrición).

Las redes sociales son para las jóvenes entrevistadas el principal espacio con una mayor interacción humana. Para ellas las redes con mayor uso son *Facebook* y *WhatsApp*, lo cual coincide con lo reportado en el 18° Estudio sobre los Hábitos de Personas Usuarías de Internet en México 2022, cuyo levantamiento coincide con el tiempo en que esta investigación se realiza. En el estudio se reporta que ambas redes son medios para informarse y comunicar estilos de vida, que se han convertido en espacios cotidianos a través de los cuales se desarrolla el proceso de

socialización desde lo digital. Para algunas jóvenes, la representación de la red es específicamente de distracción e informativo: “Facebook sólo sería un ratito sólo como para distraerme y ya; no soy tan apegada a las redes sociales” (20 años, Tuxtla, Nutrición). Otra mujer asegura:

Para mí las TIC me son de mucha utilidad para manejo digamos de la información por lo regular más académica; lo utilizo más para hacer investigaciones de la escuela. En algunos casos pocas veces uso las redes sociales como el *Facebook* y ya, o sea es lo que más uso por así decirlo, pero muy poco. (21 años, Huixtla, Pedagogía)

También es determinante el uso de las redes sociales y el tipo de retroalimentación que de estas reciben, ya que podría ser beneficioso o perjudicial para algunas de ellas, en tanto el espacio digital restringe o apertura espacios para la socialización y el uso del tiempo libre.

Cuando tengo saldo o megas casi la mayoría entro, bueno en *Instagram* a veces te dan ideas por ejemplo hay una página que es de “psicología para nadie” y a veces te dan información (...) pero no le dedico mucho porque siento que me va a afectar o me van a sacar otras cosas, o sea sacar cosas que es mentira cuando la realidad es otra. (18 años, San Cristóbal de Las Casas, Desarrollo Humano)

Aunque las redes sociales tienen un mayor uso y acceso en zonas urbanas, para muchas de las jóvenes las experiencias relacionadas con pasar largos tiempos “conectadas a la red” las asocian como el principal distractor que retrasa sus actividades diarias.

Cuando estoy en la ciudad como cuatro a cinco horas y cuando estoy en casa, por ejemplo, pues como ahorita, ya acabo mis tareas y todo eso, entonces rara vez lo uso porque mis padres no me dejan estar activa en eso, porque me dicen que busque otro pasatiempo, que eso es un vicio, y todo eso... Entonces, cuando llego acá, pues rara vez me conecto. (20 años, Amatenango, Pedagogía)

Por otro lado, para aquellas jóvenes universitarias que proceden de algunas zonas rurales del estado de Chiapas, las redes están relacionadas con el distanciamiento de amistades y compañeras de universidad, en tanto para las jóvenes que proceden de las zonas urbanas, el uso cotidiano del acceso constante e ininterrumpido a internet les permite diversificar las actividades propias del ambiente universitario actual relacionadas con el contacto digital para las actividades escolares, sociales y

de entretenimiento. A continuación, se presenta la experiencia de dos universitarias, cuya procedencia es de dos comunidades rurales de Chiapas, que narran el inicio de su trayectoria digital:

Cuando me fui [de mi comunidad] a Tuxtla, ahora que me acuerdo, y me da mucha risa, yo no sabía ni prender una computadora [...] hasta mis 18 años aprendí a usar una computadora, a usar *Power Point*, *Word*, porque pues acá [en la comunidad] ni señal teníamos. Yo te digo que mi primer celular fue casi a los 15 años y todavía no podía usar *WhatsApp*, *Facebook*, *Messenger*, *Twitter* y todo eso hasta que me fui a la ciudad. (20 años, Amatenango, Pedagogía)

A medida que las jóvenes hacen uso de las redes sociales para diversas actividades, como la socialización entre amigos, familiares y maestros, entre otras, las TIC también están siendo un espacio para la construcción de su representación del cuerpo ideal, ya que estos medios sirven de guía cuando se trata de temas de alimentación y cuidado del cuerpo, reconociendo el tipo de información que se genera en redes. Una estudiante comenta: “A veces en este... Hace poco descargué la famosa *Tik Tok* y ahí hay vídeos de sesiones de ejercicio y he sacado algunas de ahí” (20 años, Tuxtla, Pedagogía). Y otra asegura: “Pues sigo algunas páginas [para saber] cómo sanar tu cuerpo, y aparece información sobre alimentación, ejercicio; en tus tiempos libres qué hacer cuando estás sola y todo eso” (20 años, Amatenango, Pedagogía).

En las redes sociales, como por ejemplo *Facebook* e *Instagram*, la audiencia comparte estilos de vida con intereses en belleza y moda. Ante este panorama las mujeres pueden ser más vulnerables a los comentarios o valoraciones que los demás hacen a través de los perfiles en las redes.

A veces no nos gusta cómo nos vemos, cómo nos vestimos, y pues es bonito hablar de nosotras, de la alimentación y chance ahí te deja ir algún ejemplo o alguna chispita de reaccionar y hacer cambios, más que nada en las redes sociales, porque en esta cuarentena casi la mayoría está usando las redes sociales para distraerse, cuando pues puede haber ciertas actividades que puedes realizar en casa. (21 años, Tuxtla, Pedagogía)

Conclusiones

Desde el enfoque de la antropología de la alimentación, las prácticas han sido trasladadas por la presencia de la COVID-19, que ha marcado la vida universitaria de las jóvenes que participaron en este estudio. Así, los discursos evidenciaron que la alimentación fue un tema central en el confinamiento, afectando de manera directa

o indirecta a la alimentación, la salud, la estética y el autocuidado a través de las redes sociales, ya que implica que sus funciones y actividades den un giro hacia las redes sociales digitales en internet.

En el confinamiento, la rutina se centró en los hogares, hecho que ha causado una mayor preocupación por la estética del cuerpo, refiriéndose principalmente al sobrepeso y obesidad, situación que sucedía ya desde la alimentación pre-confinamiento. En la universidad, el tiempo era el detonante de los malos hábitos; el ritmo de horarios de clases no les permite tener horas suficientes, y ellas reconocen cómo optan por comidas de alta densidad energética, al ser platillos de fácil acceso, o provocando el traspaso de comidas, teniendo como consecuencia horas de ayuno. Este reajuste entre no tener suficiente tiempo, al tener más tiempo en los hogares, reconfigura las prácticas alimentarias. Otra de las condiciones ambientales, de la que nos habla Mintz (1996), es el desapego de la familia de jóvenes que salen de sus municipios para acceder a la universidad en el estado, lo cual rompe con un vínculo familiar que les genera independencia y que se vuelve difícil de reconstruir.

Por otra parte, a pesar del distanciamiento físico, producto de la COVID-19, se recrearon formas de comunicación, aumentando el uso en su experiencia digital y convirtiendo a internet, principalmente las redes sociales, en parte de la vida cotidiana (Fonseca *et al*, 2013, p. 4), pues su uso se ha vuelto indispensable, dado que el seguimiento académico se empezó a hacer a través de plataformas digitales, lo que causó sedentarismo y, como consecuencia, aumento de peso. Así, esto se transformará en una carga de preocupación, ya que constituye un cambio indeseable en la imagen corporal. Algunas reconocen a las redes como distracción, cuando se encuentran en la universidad en zonas urbanas, a diferencia del uso que se da en zonas rurales.

La representación del cuerpo ideal en las mujeres jóvenes universitarias del sureste de México que participaron en la investigación nos permite observar la tensión que en la pandemia se experimentó; la reflexión y comprensión del cuerpo inacabado, siempre en revisión y transformación constante, y la ansiedad, búsqueda de aceptación y cambios en las rutinas que los parámetros presentan en las redes sociales que comparten las jóvenes universitarias. Sin duda, las redes presentan una continua imposición del cuerpo ideal, donde éste se interna en un campo de ejercicio de poder, a partir de los discursos, normas y concepciones de belleza para la construcción de la representación del cuerpo ideal que se refleja en imágenes, vídeos, y en la aceptación de la propia imagen expuesta en la red.

Aunque la influencia de la publicidad no provoca en ellas cambios directos en el cuerpo, las redes están cargadas de prejuicios e imaginarios que llegan a ser simbólicos, donde se interpreta desde las posturas, gestos, ropa, etc., ya que no creen ciega-

mente todo lo visto en redes y consideran que esos cuerpos están llenos de intencionalidades. En temas de alimentación, reconocen que hay mensajes contradictorios sobre una alimentación sana, algunos incitan a cambios de hábitos que ponen en riesgo la salud, como las dietas falaces (Duarte *et al.*, 2015). Estas plataformas digitales para algunos autores funcionan como constructoras de realidades, donde muchas veces se opera desde una lógica heteropatriarcal, aumentando las desigualdades de género (Montenegro y Pujol, 2012, citados en Astudillo *et al.*, 2020). Ante estas condiciones, el cuerpo ideal se construye en torno a la relación entre el espacio de las redes sociales y las prácticas alimentarias. Así, los resultados de esta investigación ofrecen pistas para considerar que ante la pandemia de COVID-19 asistimos a nuevas dinámicas que hacen que se reformule la representación del cuerpo ideal de las mujeres ubicado en el núcleo central de las representaciones sociales a través de impactos sobre el consumo, las rutinas, las restricciones, el acceso a comida sana por parte del sistema periférico y la presión sobre el uso intensivo y penetración de información que las redes sociales ejercen en el sistema periférico individual. Esta tensión es negociada por el colectivo de jóvenes universitarias al momento que ellas hacen uso de la red y reciben como respuestas comentarios, juicios, *likes* o *hate* en relación a lo que ellas comparten en las redes, a las cuales consideran como calificación de aceptación, rechazo o indiferencia ante lo que ellas consideran importante para la socialización, entre dinámicas, rutinas y restricciones propias de la movilidad real y una excesiva sociabilidad digital, que provocó un estrés y una ansiedad que las jóvenes experimentaron en su vida cotidiana durante y tras el confinamiento. Entre la pandemia de COVID-19, la infodemia, los problemas de salud pública causados por el sobrepeso, la obesidad, la diabetes y las adicciones a redes, existen muchos retos a enfrentar en diferentes niveles políticos y sociales, comunitarios e individuales, donde los cuerpos y las identidades luchan por reconocerse más reales y menos ideales; nuestra tarea hacia el futuro es seguir conociéndonos y reconociéndonos en las transformaciones del cuerpo ideal, fuera y dentro de la red de internet.

Notas

1. En medicina antropológica, al fenómeno en el que dos o más epidemias actúan de forma simultánea en una población, con características sociales comunes, e interactúan entre sí a nivel biológico, psicológico y social, se le denomina *sin-demia* o *epidemia sinérgica*.
2. “Constituyen un sistema cultural en el cual estamos inmersos y nos permiten identificar qué es comida y qué no lo es, y legitima unos alimentos sobre otros” (Fischler, 2010).
3. Comportamiento relacionado con los hábitos alimenticios, integrado por conductas particulares desde la selección, preparación y consumo de alimentos (Troncoso y Amaya, 2009).
4. El gobierno de México decreta el estado de emergencia sanitaria y ordena el confinamiento para aquellas actividades no esenciales a partir del 30 de marzo de 2020. Su publicación se realiza en el Diario Oficial de la Federación y tiene como objeto mitigar la dispersión y transmisión del virus SARS-COV-2 (de la Federación, D.O. 2020). En esta fase 1 del protocolo se suspenden clases en todos los niveles esperando que se queden en sus casas 40 millones de mexicanas y mexicanos.
5. “Una etnografía de internet puede observar con detalles las formas en las que se experimenta el uso de una tecnología” (Hine, 2000, p. 13).

Referencias

- Abric, J. (2001). Las representaciones sociales: aspectos teóricos. En J. Abric (Dir.). *Prácticas sociales y representaciones*. Ediciones Coyoacán.
- Asociación de Internet mx [AIMX] (2022). *18° Estudio sobre los hábitos de los usuarios de internet en México 2018*. Movilidad en el usuario de internet mexicano. Hábitos de Internet. <https://www.asociaciondeinternet.mx/estudios/habitos-de-internet>
- Astudillo, P., Figueroa, V. y Cifuentes, F. (2020). Navegando entre mujeres: La etnografía digital y sus aportes a las investigaciones feministas. *Investigaciones Feministas*, 11(2), 239-249.
- Barberousse, T. (2009). Cuerpo, feminidad y consumo: el caso de jóvenes universitarias. *Revista de Ciencias Sociales*, I-II (123-124), 79-92.
- Behar, R. (2010). La construcción cultural del cuerpo: El paradigma de los trastornos de la conducta alimentaria. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 48(4), 319-334.
- Bezares, V., Márquez, S., Molinero, O., Jiménez, A. y Bacardi, M. (2014). Estilos de vida de las mujeres de Ocuilapa de Juárez, Ocozocoautla, Chiapas. *CienciaUAT*, 8(2), 54-61.
- Carabelli, P. (2020). Response to the COVID-19 Outbreak: Virtual Teaching Time [Respuesta al brote de COVID-19: tiempo de enseñanza virtual]. *InterCambios. Dilemas y Transiciones de La Educación Superior*, 7(2), 189-198. <https://dx.doi.org/10.2916/inter.7.2.16>
- Cáceres, M. (2008). El cuerpo deseado y el cuerpo vivido. La apropiación de los discursos mediáticos y la identidad de género. *Cuadernos de Información y Comunicación*, 13, 195-212.
- Carangui-Minchala., García Herrera., Erazo Álvarez (2021). Ausentismo estudiantil a encuentros virtuales en tiempos de pandemia COVID-19. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 1-197. doi: <http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v6i3.1309>
- Contreras, J. y Gracia, M. (2005). *Alimentación y Cultura: perspectivas antropológicas*. Ariel.
- Cornejo, S. (2019). Cuerpo, imagen e identidad. Una relación (im)perfecta. *Cuadernos del Centro de Estudios de Diseño y Comunicación*, 58, 157-177.
- De la Fuente, V. (2017). *De la comunidad a la ciudad: las prácticas alimentarias de estudiantes migrantes en San Cristóbal de Las Casas, Chiapas*. [Tesis de maestría El Colegio de la Frontera Sur]. México.
- De la Federación, D. O. (2020). *Diario oficial de la federación*. Congreso de la Unión.

- De la Morena, P. (2019). *Cánones de belleza de la mujer occidental desde una perspectiva de género*. [Trabajo fin de grado Universidad de Jaén, Departamento de Humanidades y Ciencias de la Educación]. España.
- De Moraes Prata G., Ruiz Pascua M., Begueria, A., Anadon S., Barba Martinez A., Larrea-Killinger (2020). Comer en tiempos de confinamiento: Gestión de la alimentación, disciplina y placer. *Periferia, Revista de recerca i formació en antropologia*, 25(2), 63-73. <https://doi.org/10.5565/rev/periferia.764>
- Denzin, N. K., y Lincoln, Y. S. (2012). *El campo de la investigación cualitativa: manual de investigación cualitativa*, I. Gedisa.
- Duarte, C., Ramos, D., Latorre, Á., y Gonzáles, P. (2015). Factores relacionados con las prácticas alimentarias de estudiantes de tres universidades de Bogotá. *Revista de Salud Pública*, 17(176), 925-937.
- Escobar, M. P. y Pico, M. E. (2013). Autocuidado de la salud en jóvenes universitarios Manizales, 2010-2011. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 31(2), 178-186.
- Ferrada, J. (2019). Sobre la noción de cuerpo en Maurice Merleau-Ponty. *Cinta de Moebio*, 65, 159-166. <https://doi.org/10.4067/S0717-554X2019000200159>
- Fischler, C. (2010). Gastronomía y gastro-anomía. Sabiduría del cuerpo y crisis biocultural de la alimentación moderna. *Gazeta de Antropología*, 26(1), 1-19.
- Fonseca, L., Hernández, N. y Vargas, M. (2013). Facebook: Una experiencia universitaria. *Paakat: Revista de Tecnología y Sociedad*, (5), 2-7.
- Foucault, M. (2008). *Historia de la sexualidad 1: la voluntad de saber*. Segunda edición. Siglo XXI.
- Gaspar, M.C, Muñoz, A. y Larrea C. (2020). ¿Cómo definiría la alimentación saludable? Representaciones sociales de dietistas y jóvenes laicas brasileñas, francesas y españolas. *Apetito*, 153.
- Hidalgo, M. J., Fechner, D. C., Martínez, R. A., Lezcano, C. A., Miño, E. G., Obregón, L. y Pellerano, R. G. (2021). *Hábitos alimenticios de los jóvenes en tiempos de aislamiento social preventivo y obligatorio. Extensionismo, Innovación y Transferencia Tecnológica. Claves para el desarrollo*. Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas. 7.
- Hine, C. (2000). *Etnografía Virtual*. Sage.
- Justo, A. M. y Vizeu, B. (2013). Cuerpo y cognición social. *Liberabit*, 19(1), 21-32.
- Lamas, M. (1994). Cuerpo: diferencia sexual y género. *Debate feminista*, 10.
- López, A. y Vacío, M. Á. (2020). La etapa universitaria y su relación con el sobrepeso y la obesidad. *Revista Digital Universitaria*, 21(5), 9.

- Macias, A., Quintero, M., Camacho, E. y Sánchez, J. M. (2009). La tridimensionalidad del concepto de nutrición: su relación con la educación para la salud. *Revista Chilena de Nutrición*, 36(4), 1129-1135.
- Marín, A. D. (2013). *Estado nutricional y cultura alimentaria en Dzutóh, Yucatán: una mirada desde el género*. [Tesis de doctorado, El Colegio de la Frontera Sur]. San Cristóbal de Las Casas, Chiapas.
- Marín, Y. (2019). Problematicando el discurso biológico sobre el cuerpo y género, y su influencia en las prácticas de enseñanza de la biología. *Revista Estudios Feministas*, 27.
- Medina, F. (2004). *La antropología de la alimentación en España*. [Tesis de doctorado Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas, Centro de Estudios Superiores de México y Centroamérica].
- Mejía, J. (2011). Problemas centrales del análisis de datos cualitativos. *Revista Latinoamericana de Metodología de la Investigación Social*, 1(h1), 47-60.
- Mintz, S. (1996). *Tasting food, tasting freedom*. Beacon Press.
- Mora, M. (2002). La teoría de las representaciones sociales de Serge Moscovici. *Athenea Digital*, (2), 1-25.
- Moscovici, S. (1979). *El psicoanálisis, su imagen y su público*. Heamul.
- Pellicer, M. (2018). ¿Por qué una publicidad ética? Las campañas más polémicas. *Vivat Academia. Revista de Comunicación*, (142), 97-108.
- Posada, L. (2015). Las mujeres son cuerpo: reflexiones feministas. *Investigaciones Feministas*, Vol. 6, 108-121.
- Reyes, S. y Oyola, M. (2020). Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes de una universidad pública. *Revista Chilena de Nutrición*, 47(1), 67-72.
- Reischer, E. y Koo, K. (2004). The body beautiful: symbolism and agency in the social world. *Annual Review of Anthropology*, 33, 297-317.
- Romeu, V., Piñón, M. y Cerón, C. (2011). Contenido y organización de la representación del cuerpo femenino: Análisis de caso. *Razón y palabra*, (75), 47.
- Ruiz, M. R. y Aguirre, G. (2015). Etnografía virtual, un acercamiento al método y a sus aplicaciones. *Estudios sobre las Culturas Contemporáneas*, 21(41), 67-96.
- Salas, B., De San Jorge, X., Beverido, P. y Carmona, Y. (2016). La migración interna en estudiantes universitarios ¿Un riesgo para el consumo de drogas? *Cien-ciauat*, 10(2), 2-10.
- Salmerón, R. M. (2020). *Alimentación y nutrición en tiempos de COVID-19*. Síntesis.
- Sánchez, J., Martínez, A., Nazar, G., Mosso, C. y Del Muro, L. (2019). Creencias alimentarias en estudiantes universitarios mexicanos: Una aproximación cualitativa. *Revista Chilena de Nutrición*, 46(6), 727-734.

- Troncoso, C. y Amaya, J. P. (2009). Factores sociales en las conductas alimentarias de estudiantes universitarios. *Revista Chilena de Nutrición*, 36(8), 2-8.
- Valenzuela, M. (2012). *Cuerpo y alimentación de los jóvenes. Las prácticas de control de la imagen corporal en un grupo de universitarios de Hermosillo Sonora*. [Tesis de maestría. Hermosillo, Sonora, Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo, A.C.].
- Vergara, A., Díaz, M., Lobato, M. F. y Ayala, M. R. (2020). Cambios en el comportamiento alimentario en la era del COVID-19. *Revista Latinoamericana De Investigación Social*, 3(1), 27-30.