

ESTIMADO LECTOR/A:

Gracias por descargar este artículo. El texto que está a punto de consultar es de acceso libre y gratuito gracias al trabajo y la colaboración desinteresada de un amplio colectivo de profesionales de nuestra disciplina.

Usted puede ayudarnos a incrementar la calidad y a mantener la libre difusión de los contenidos de esta revista a través de su afiliación a la asociación AIBR:

<http://www.aibr.org/antropologia/aibr/socios.php>

LA ASOCIACIÓN A AIBR LE PROPORCIONARÁ UNA SERIE DE **VENTAJAS Y PRIVILEGIOS**, ENTRE OTROS:

1. Recibir en su domicilio la revista impresa, en Europa y América (tres números anuales).
2. Derecho a voto en las asambleas de socios, así como a presentarse como candidato a la elección de su Junta Directiva.
3. Acceso al boletín de socios (tres números anuales), así como la información económica relativa a cuentas anuales de la asociación.
4. Beneficiarse de las reducciones de precio en congresos, cursos, libros y todos aquellos convenios a los que a nivel corporativo AIBR llegue con otras entidades (incluidos los congresos trianuales de la FAAEE).
5. Promoción gratuita, tanto a través de la revista electrónica como de la revista impresa, de aquellas publicaciones de las que sea autor y que estén registradas con ISBN. La difusión se realiza entre más de 6.700 antropólogos suscritos a la revista.
6. Cuenta de correo electrónico de la forma socio@aibr.org, para consultar a través de webmail o cualquier programa externo.
7. Promoción de los eventos que organice usted o su institución.
8. Opción a formar parte como miembro evaluador del consejo de la revista.

IMPORTE DE LA CUOTA ANUAL: ACTUALMENTE, LA CUOTA ANUAL ES DE **34 EUROS** PARA MIEMBROS INDIVIDUALES.

Su validez es de un año a partir del pago de la cuota. Por favor, revise la actualización de cuotas en nuestra web.

MEMBRESÍA INSTITUCIONAL Y DEPARTAMENTAL: Si usted representa a una institución o departamento universitario, compruebe cómo aprovechar al máximo la red de AIBR para su entidad: <http://entidades.aibr.org>

<http://www.aibr.org/antropologia/aibr/socios.php>

RESUMEN:

En este artículo presentaremos el análisis de una producción virtual de contenido controvertido, conocida con el nombre de “Pro-ana”, es decir a favor de la anorexia. Este material electrónico se caracteriza por compartir una visión de los Trastorno de la Conducta Alimentaria como posibles “estilos de vida”, en clara oposición a su entendimiento como conductas patológicas y perjudiciales para los sujetos que los padecen. En este trabajo proponemos investigar las dinámicas de funcionamiento, simbolización e incorporación de la propuesta Pro-ana; analizaremos las estrategias y los recursos simbólicos utilizados para dotar esta producción de un sentido propio, centrándonos en los dispositivos que permiten al paradigma Pro-ana de establecerse como un modelo explicativo alternativo al alcance de las usuarias de estas webs.

PALABRAS CLAVE:

Etnografía virtual, estilo de vida, Pro-ana, TCA.

SUMMARY:

In this paper we are presenting the analysis of a controversial content of the so called Pro-anorexia websites. These websites promote anorexia, and are characterized by sharing an interpretation of the Eating Disorders as “lifestyles”, in a clear opposition to understand them as pathologies or as dangerous practices. The paper aims to examine how these web sites work, especially in relation to the strategies and the symbolic constructions that are used to support Pro-anorexia. We focus on the original mechanisms that allow the Pro-ana paradigm to exist, and to make it accessible to their users networks as an alternative way to live.

KEY WORDS:

Virtual ethnography, lifestyle, Pro-ana, Eating Disorders.

RECEPCIÓN: 01.02.2010

ACEPTACIÓN: 15.04.2011

Cuando a mediados de los años 90 se empezó a utilizar el término Pro-ana (contracción de Pro-anorexia, a favor de la anorexia), esta expresión se refería a un conjunto de páginas personales inglesas (blogs) que expresaban cierto aprecio respecto a los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA), especialmente la anorexia. Hoy en día este término se refiere a un fenómeno de alcance internacional que ha llegado a su difusión a través de la circulación de un material electrónico muy variado (no sólo blogs sino páginas webs, videos en Youtube, foros y chat) y que se ha consolidado como medio de expresión de una auténtica ideología, la ideología “Pro ana”. Este tipo de producción virtual se caracteriza por proclamar una actitud de celebración y de defensa de las conductas anoréxicas en cuanto “estilos de vida”, en clara oposición a su entendimiento como patologías. Además de proporcionar información acerca de cómo llegar a tener un estilo de vida anoréxico (técnicas para adelgazar, vomitar, motivaciones para hacerlo etc.) estas webs facilitan también unos espacios de apoyo recíproco para las usuarias que desean compartir sus experiencias, todo ello en radical oposición a la estigmatización social que suele acompañar los casos de TCA. Debido a este carácter controvertido y a los diferentes usos que se pueden hacer de este material, el fenómeno Pro-ana ha ido imponiendo su interés a la comunidad de científicos que, en su gran mayoría, reconocen un nivel de peligrosidad en la difusión de tal material. El interés en los posibles efectos perjudiciales relacionados con la producción Pro-ana se ven perfectamente reflejados en la producción científica acerca de este tema, que prevalentemente se centra en evidenciar, evaluar, denunciar, tales consecuencias en la población de usuarias (Bardone-Cone y Cass, 2006, 2007; Wilson, Peebles et al, 2006; Harper, Sperry et al, 2008). Otros estudios, menos numerosos, se han dedicado, en cambio, a evidenciar las posibilidades de intercambio positivo ofrecidas a las usuarias de estas webs, desvinculándose de una actitud de prevención de los TCA que caracteriza los estudios precedentes (Dias, 2003; Regan Shade, 2003; Mulveen y Hepworth, 2006; Brotsky y Giles, 2007; Campos Rodríguez, 2007; Day y Keys, 2008).

Nuestro enfoque se sitúa al margen tanto de intenciones de denuncia como de apoyo al fenómeno analizado, y se centra en el examen de las estrategias que permiten que esta propuesta, en contradicción con el más básico instinto de sobrevivencia (el de nutrirse), se convierte en una experiencia al alcance de las usuarias y dotada de un sentido compartido. Nuestra aproximación consistirá por tanto en explorar los dispositivos activados en la elaboración del concepto de anorexia como un estilo de vida y de las dinámicas de creación de los referentes ideológicos y simbó-

licos que sustentan esta propuesta.

Debido a las características específicas de nuestro material y al planteamiento teórico que orienta nuestro trabajo, éste se ha fundamentado en una importante consideración de partida: la imposibilidad a utilizar la categoría patológica de anorexia como herramienta analítica. Resulta entonces necesaria una desvinculación teórica respecto a este paradigma hegemónico, primero visibilizando sus supuestos básicos, e ilustrando de qué manera limitarían nuestro análisis, para luego presentar nuestra propuesta para pensar la anorexia desde otra perspectiva.

1. La inevitabilidad del pensamiento médico.

Desde diferentes ámbitos de las Ciencias Sociales y, especialmente, desde el ya consolidado sector de la Antropología Médica, a partir de los años setenta se han ido cuestionando las asunciones implícitas en conceptos utilizados por el discurso médico científico (como por ejemplo el de enfermedad, cuerpo, ciertos diagnósticos específico etc..) como naturales, es decir neutros y objetivos (Wright y Treacher, 1982). Estas disciplinas han evidenciado cómo el discurso médico, al igual que cualquier otro sistema de saberes, no genera descubrimientos y verdades, sino estrategias de aproximación al evento que trata de explicar (Gaines y Hahn, 1985); por eso, sus producciones han de ser enmarcadas dentro de esta empresa hermenéutica para con la naturaleza humana y ser analizadas desde esta óptica (Good, Herrera et al, 1985). Según estos trabajos, el modelo médico ha construido su retórica identitaria basándose en la racionalidad y la científicidad de los eventos biológicos y en su capacidad de llegar a ellos sin alterar su naturaleza. Dentro del discurso médico los padecimientos se entienden como eventos patológicos objetivos, de naturaleza prevalentemente biológica/orgánica, que responden a leyes físicas universales explorable a partir de la aplicación del método científico positivista, eso es, la reconstrucción de las cadenas de causas efecto que llevan a que un evento ocurra. En base a esta manera de concebir las enfermedades, el modelo médico ha generado su estrategia de conocimiento que se fundamenta en la espoliación de los hechos que tienen que ver con la salud y la enfermedad respecto de todo fenómeno que no es atribuible a las dinámicas orgánicas que supuestamente rigen y determinan el desarrollo de las patologías (Eisenberg, 1981). La enfermedad entonces se plantea como algo que le ocurre al paciente, como una alteración de las funciones orgánicas o del equilibrio bio-fisiológico del cuerpo, que inscribe la patología en una dimensión pre-simbólica y pre-social desligándola tanto

del individuo que la padece, como del sistema de creencia que le otorga significado (Helman, 1984). Las aportaciones de los enfermos en el desarrollo de la patología se ven relegadas a la esfera de la mente (en oposición a la del cuerpo), lo efímero, lo cultural, y por lo tanto son reducidas a meras variables, interpretaciones culturales de un hecho exterior a ellas. Esta atribución de las enfermedades al rango de lo verdadero, entre otras cosas conlleva que la carga patológica asignada a tales malestares venga inscrita directamente en la naturaleza de las conductas. En los casos de TCA por ejemplo, que están relacionados con la adopción de ciertos comportamientos definidos perjudiciales (negación a comer, comer desmesuradamente, acciones purgativas y compensatorias etc. la dimensión enfermiza se atribuye directamente a las conductas adoptadas, de manera que todo tipo de significado producido en el desarrollo de la enfermedad, remite unívocamente a este estatuto patológico. En definitiva, pensar la anorexia desde el paradigma médico científico implica la reducción de las dinámicas significativas, de interpretación e incorporación de la realidad, a un mero mecanismo unidireccional que necesariamente conduce a enfermar de una determinada manera. Este enfoque nos impediría considerar las representaciones de la enfermedad que no coinciden con la biomédica (como es el caso de la producción Pro-ana) como dotadas de sentido, y los diferentes discursos acerca de la anorexia se verían despojados de cualquier significado propio y considerados como no relevantes en los procesos de configuración de las experiencias de enfermar. Además, como el material que proponemos analizar se caracteriza principalmente por un rechazo a la definición patológica de la anorexia, si utilizáramos este concepto como rejilla analítica, nos moveríamos constantemente en una dimensión de negación, tratando de investigar cómo se articula algo que, según nuestro paradigma de partida, no está dotado de sentido, eso es, la anorexia como posible estilo de vida. Creemos que de tal manera eludiríamos todo lo que constituye la eficacia productiva de estas webs, la riqueza estratégica, en definitiva la producción de algo distinto, todas cuestiones que desde el principio han sido el motor de la curiosidad investigadora que ha alimentado el presente trabajo.

En línea con cuanto hemos expuesto, proponemos servirnos de un concepto de anorexia que no responda a esas dinámicas dicotómicas que ven la acción del sujeto y sus capacidades de simbolización e incorporación de la realidad reducidas a meros procesos de adaptación y/o reproducción de cierto esquema patológico. Con este objetivo, planteamos, por un lado, romper con esa manera de concebir las acciones humanas y el papel del sujeto en ellas y, por otro, desvincularnos de la carga patoló-

gica contenida en la conceptualización de la anorexia como enfermedad, abriendo nuestra propuesta hacia la carga de complejidad implícita en el evento patológico.

2. Nuestra propuesta: repensando la anorexia.

En primera instancia, y siguiendo a diferentes autores (Gracia Arnaiz y Comelles, 2007) proponemos frente a la idea de anorexia como “conducta¹ patológica” su entendimiento en cuanto “práctica cultural” específica de un determinado contexto socio cultural. De tal manera tratamos de reinscribir los comportamientos anoréxicos, en su totalidad, en el dominio de lo cultural, es decir entenderlos en cuanto que producciones sociales situadas y contextualizadas, reposicionando el significado de la enfermedad en el espacio de la experiencia. Pensando la anorexia de esta manera, el significado de esas prácticas no será entendido como un antecedente de la acción, es decir no remitirá a unas actividades de reflexión, simbolización, representación que preceden y determinan la acción, sino que se construirá y cobrará vida y sentido en la misma experiencia de enfermar. En nuestra aproximación la anorexia será algo que el sujeto anoréxico hace, no que padece, en una compleja relación entre sus vivencias subjetivas, los procesos culturales a los que está expuesto y las fuerzas socio políticas que se manifiestan en la inmediatez de la experiencia (Pizza, 2007). Por un lado trataremos de devolver al enfermo su rol en los procesos de significación, de manera que la anorexia no será, como diría Scheper Hughes, “un encuentro fortuito con la naturaleza” (Scheper Hughes, 1990) sino que será algo construido, interpretado, vivido por el sujeto que la experimenta dentro de un espacio relacional expuesto a ciertas fuerzas sociales. Por otro lado, trataremos de acercarnos al análisis de estas fuerzas socio políticas desarticulando la relación aparentemente muy sencilla y lineal que la idea patológica de anorexia construye entre los factores culturales (esencializados y reducidos a las presiones sociales acerca del cuerpo delgado) y el desarrollo de la enfermedad. En nuestro planteamiento consideraremos tanto los cánones estéticos normativos como las mismas herramientas de codificación de la enfermedad como categorías que afectan en la determinación de las maneras de enfermar,

1. El término conducta procede de la psicología e indica un conjunto de acciones con que un ser vivo responde a una determinada situación, acciones que siempre son observable y objetivamente medibles. El concepto de conducta tiene ínsito en su planteamiento la consideración de la acción realizada por el sujeto como una respuesta a un estímulo externo, únicamente sometida “a un determinismo exterior y mecánico” (Bourdieu, 2002: 75). Además, las conductas se elaboran y desarrollan en un contexto que, aunque aspire a definirse como social, realmente se trata como un espacio puramente individual.

sin considerarlos como fuerzas que llegan a reproducirse mecánicamente.

Para deshacernos de la carga patológica inscrita en la definición biomédica de anorexia, nos hemos apoyado en un concepto acuñado por el autor francés Jacques Maître que propone pensar la anorexia, en vez de como una enfermedad, como una de las “*façons anorectiques d’être au monde*” (Maître, 1999), eso es, una de las “*formas anorécticas*² de estar en el mundo”: “Anorexia designa, para mí, una manera particular de estar en el mundo, no una enfermedad. Efectivamente, el sitio que le otorga la sociedad depende de las referencias ideológicas e institucionales, como es evidente en el caso en que resulte radicalmente revalorizada como una *performance religiosa*”³ (Maître, 1999: 5). Utilizando este concepto podemos alejarnos de la etiología dominante y ver en la voluntad del sujeto de moldear el propio cuerpo según los cánones de belleza y de delgadez, en vez que el elemento determinante y definitorio de la condición anoréctica, una de las maneras para concretar lo que el sujeto plantea como un auténtico proyecto existencial. La propuesta del autor lleva a que nos centremos en el no-comer como la revelación de una estrategia subjetiva más amplia y que investiguemos en el análisis de la significación que la anorexia tiene para el sujeto, teniendo en cuenta los procesos sociales que determinan los significados compartidos acerca del no-comer. Al considerar la anorexia como una forma de vivir, un modo de hacer experiencia de la vida, cobrará significado analizarla en cuanto “*estilo de vida*” de algunos sujetos en particular, y a la vez resultaría necesario indagar en su modelación por parte de las categorías que hacen que sea posible la existencia de ese estilo de vida.

Otro concepto inspirador para nosotros, en la empresa de pensar la anorexia al margen del discurso biomédico, fue la noción de “*Tecnologías del Yo*” (de ahora en adelante TdY) acuñada por Foucault (1990). El concepto de “*TdY*” es una herramienta analítica que el filósofo francés utiliza en el estudio de los procesos a través de los cuales se han desarrollado las diferentes formas de subjetividad a lo largo de la historia. Este término se refiere a cierto tipo de estrategias que uno establece consigo mismo, basadas en técnicas de auto transformación: “*permiten a los individuos efectuar, solos o con ayuda de otros, cierto número de operaciones*

2. El autor usa a propósito el término “*anoréctico*”, más antiguo y menos popular que al de dominio común (“*anoréxico*”), justamente para subrayar, incluso en la maneras de nombrar, su distancia respecto a la forma dominante de entender la anorexia como una patología.

3. En el original: “*Anorexie*” désigne, pour moi, une façon particulière d’être au monde, non une maladie. En effet, la place que lui donne la société dépend des références idéologiques et institutionnelles, comme on le voit bien dans le cas où elle se trouve radicalement valorisée au titre des performances religieuses”.

sobre el cuerpo y su alma, sus pensamientos, sus conductas, su manera de ser es decir, transformarse con el fin de alcanzar cierto estado de felicidad, de pureza, de sabiduría, de perfección o de inmortalidad” (1990: 48). Las “TdY” son, por lo tanto, acciones que el sujeto dirige hacia sí mismo, para explorarse, conocerse, evaluarse, tomándose a sí mismo como “objeto de conocimiento y campo de acción” (1990: 41). Estas tecnologías tienen como objetivo principal el de transformar al sujeto que las emprende en el sujeto que ellos mismos esperan ser; es decir, que hay un proyecto existencial que informa estas prácticas transformadoras. En nuestro caso, pensar el no-comer y las prácticas anoréxicas como una “TdY” nos permite pensarlos, en línea con lo que propone Maître, como un conjunto de herramientas prácticas que el sujeto desarrolla o se impone en la apelación a un proyecto existencial, que hace de trasfondo motivacional a estas estrategias corporales. De esta manera entenderíamos las prácticas anoréxicas como parte de un esfuerzo “ético” mediante las cuales el sujeto se va construyendo a sí mismo como resultado de su proyecto de creación y modificación de sí mismo. Asimismo, en la óptica de nuestro estudio, resulta muy interesante la revalorización de la dimensión práctica de las acciones intrínseca al concepto de “TdY”. En su presentación del concepto, Foucault hace claramente hincapié en lo que llama “epimeleia”, como elemento básico en las “TdY: ”Hay que comprender que esa aplicación a uno mismo no requiere simplemente una actitud general, una atención difusa. El término “epimeleia” no designa simplemente una preocupación, sino todo un conjunto de ocupaciones; es de epimeleia de lo que se habla para designar las actividades del amo de casa, las tareas del príncipe que vela por sus súbditos, los cuidados que deben dedicarse a un enfermo.” (Foucault 1987b:49). Pensar el no-comer de esta manera supone pensarlo como conjunto de prácticas específicas que adquiere significado en su desarrollo material, es decir que se define y configura mediante cierto trabajo concreto y específico llevado a cabo por el sujeto. Este enfoque sugiere la importancia de investigar en ese trabajo específico y concreto emprendido por el sujeto, individuando los pequeños mecanismos técnicos, las complejas estrategias corporales y mentales mediante las cuales este estilo de vida se configura y genera un cambio que no es únicamente físico y estético, sino que es simbólico también: “Es que el punto al que se atiende en estas prácticas de uno mismo es aquel en que los males del cuerpo y del alma pueden comunicarse entre ellos e intercambiar sus malestares [] conviene corregir el alma si se quiere que el cuerpo no la domine y rectificar el cuerpo si se quiere que ella conserve el completo dominio de sí misma” (Foucault 1987b:56).

Cuando Foucault está hablando de cómo plantearse el examen de la sexualidad tal como la concebimos hoy en día, escribe: “Se trata pues de considerar con seriedad esos dispositivos y de invertir la dirección de análisis; más que de una represión generalizada y de una ignorancia medida con el patrón de lo que suponemos saber, hay que partir de esos mecanismos positivos, productores de saber, multiplicadores de discursos, inductores de placer y generadores de poder [] En suma, se trata de definir las estrategias inmanentes en tal voluntad de saber.” (Foucault 1987a: 92). En nuestro trabajo nos dejaremos guiar por esta sugerencia metodológica, planteando desarrollar una investigación en positivo, buscando y explorando aquellos dispositivos que permiten entender la anorexia como un estilo de vida. En este trabajo nos centraremos principalmente en la exploración de tres ámbitos: el discurso definitorio de las prácticas restrictivas como estilo de vida; el tipo de relación que uno debe tener con respecto a su proyecto de construcción de un estilo de vida anoréxico y finalmente las prácticas distintivas que corresponde a ese estilo de vida.

Antes de presentar algunas reflexiones, creemos necesario ofrecer una breve contextualización del material Pro-ana existente en Internet, así como unas indicaciones sobre la metodología utilizada para la realización de este estudio.

La difusión de las webs Pro-ana se enmarca en un fenómeno más amplio de colectivos de enfermos que recurren a la red en busca de una atención diferente a la que encuentran en los contextos socio-sanitarios. La proliferación de este tipo de webs ha sido señalada por diferentes estudios (Fox, Ward et al, 2005) y ponen de manifiesto la capacidad que tiene Internet de proporcionar ciertas ventajas a las personas que experimentan condiciones de malestar, aislamiento y estigmatización social.

Los afectados por TCA, hasta hace unos veinte años sólo disponían de las consultas médicas o psicológicas como canal de comunicación de su malestar (Brotsky y Giles, 2007). Más recientemente, se han desarrollado numerosas webs con el fin de cubrir este vacío y acoger las demandas de los enfermos que padecen estos trastornos (Walstrom, 2000; Laksmana, 2002; Chesley, Alberts et al., 2003; Lyons, Mehl et al., 2006). La falta de una relación cara-cara y el anonimato que caracterizan las comunidades virtuales, son algunas de las ventajas más relevantes que permiten limitar los inconvenientes propios de una enfermedad estigmatizada y que afecta directamente a la imagen corporal del enfermo (el caso de la anorexia, la obesidad, el SIDA, entre otras patologías). Si bien, como ya hemos señalado, es posible incluir el uso de las webs Pro-ana dentro de este fenómeno general, es preciso sin embargo reconocer algunas especificidades.

Efectivamente, dentro de las comunidades de enfermos que se juntan en Internet, la Pro-ana es la única que no se reconoce en cuanto tal, es decir, que construye su identidad a partir del rechazo a su definición como población enferma. Además, las webs Pro-ana son el único caso en el que no existe una realidad parecida fuera de su dimensión virtual y por tanto esta comunidad cobra vida única y exclusivamente en el ciberespacio. Por esto, creemos que la exploración de este material puede ofrecer información de extremo interés, permitiéndonos acceder a un modo diferente de hacer experiencia de la anorexia, proporcionándonos las herramientas para investigar en cómo esta visión se construye simbólicamente y, por lo mismo, ofreciéndonos un recurso imprescindible para estudiar una comunidad que no existe sino como comunidad virtual.

Para la realización de este trabajo hemos seleccionado 51 páginas webs que cumplieran con los únicos requisitos de estar redactadas en español y expresar su afinidad con la ideología Pro-ana. La observación y el análisis de este material se desarrolló a lo largo de un año (enero 2008-enero 2009) y ha consistido en un análisis del contenido sin interacción con las participantes en las webs, según la metodología recogida en el manual utilizado como referencia (Hine, 2004). El listado de webs se encuentra en un apartado al final del artículo y a ellas nos referiremos en el texto con su numeración.

Es importante remarcar que este trabajo no aspira a investigar directamente a los sujetos participantes en estas webs, sus motivaciones reales, su afiliación comprometida con el discurso aquí compartido. El material analizado nos proporciona un conjunto de “textos” donde lo que se expresa es un discurso voluntario y, evidentemente, sesgado por la temática de las webs a través de las cuales este discurso se difunde. Creemos importante tener en cuenta estas especificidades, así como también, considerar la diferente tipología de escritos que se presentan simultáneamente y plantear diferentes estrategias analíticas al respecto. Nuestro material consta básicamente de dos tipos de textos; por un lado, un conjunto de escritos estereotipados o provenientes de secciones temáticas que se repiten invariadas en todas las webs analizadas y, por otro lado, contamos con las aportaciones personales que coinciden con los Post de las Blogger y los comentarios de las usuarias.

Los textos estereotipados,⁴ representan la producción donde se hace

4. Con este término nos referimos a una serie de textos que se encuentran y circulan en las diferentes Webs con un formato casi siempre idéntico o por lo menos muy similar. Estos textos se suelen reagrupar en 4 apartados fundamentales que son los más difundidos: “Ser Ana es”, “Frases”, “Thinspiration” y los “Tips”. El apartado de “Ser Ana” está dedicado a la explicitación y exaltación de aspectos que supuestamente caracterizan a un sujeto que elige para sí, un estilo de vida anoréxico. La sección “Frases”

más explícita cierta labor de definición de la ideología Pro-ana y han representado una importante fuente de información para este trabajo. El contenido de estos textos consta prevalentemente de enunciaciones que expresan un “deber ser” (por ejemplo cuál sería la forma de entender la anorexia como un estilo de vida, cuál sería la manera de vivir según este estilo de vida etc.); son textos que vamos a considerar como enunciación de unas indicaciones sobre cómo las usuarias tienen que actuar, sin poder indagar en el impacto real que éstos tienen en la cotidianidad de las mismas. Lo que en cambio nos permite este material es investigar en las estructuras simbólicas que se producen a través de estos textos, el funcionamiento de las estrategias narrativas y las motivaciones que las sustentan. Con respecto al otro tipo de textos, (aportaciones directas de las participantes) éstos han sido considerados como un tipo de testimonios más “directos” sobre las vivencias de las usuarias, aunque siempre teniendo en cuenta el filtro impuesto por el contexto de producción así como las estrategias narrativas a la cual ineludiblemente están sujetos por las temáticas de las webs.

3. “Esto no es una enfermedad, es un estilo de vida”: los usos del discurso médico.

El elemento que con más evidencia caracteriza a las páginas Pro-ana es la intención de plasmar un discurso acerca de los TCA diferente al que sostiene la gestión patológica de las prácticas anoréxicas. Para ello, se proporcionan referencias alternativas para pensar la anorexia, especialmente en relación a la naturaleza perjudicial de los comportamientos restrictivos y purgativos y a la caracterización del sujeto anoréxico como sujeto débil.

Como ya señalamos antes, en todas las páginas Pro ana hay una

contiene un elenco de expresiones particularmente sugestivas y seductoras, que tienen como objetivo declarado el refuerzo de la dedicación de las usuarias respecto al plan de adelgazamiento y de asunción del estilo de vida anoréxico. El apartado de las “Thinspiration” (unión de las palabras “thin” delgado e “inspiration”, inspiración) consiste básicamente en fotos de modelos o partes de cuerpo extremadamente delgados, que deberían “inspirar” a las usuarias en el logro de su adelgazamiento. La sección de los Tips (trucos) es la más conocida de estas webs porque es aquí donde aparecen todos los consejos sobre cómo perder peso, incluyendo las explicaciones más detalladas sobre las técnicas de purgación cuales auto inducción del vómito, abuso de laxantes y diurético o ejercicio excesivo. Un último elemento, que aunque no corresponda a un apartado específico pero sí es una constante en estas webs, es la presencia o la referencia a las dos figuras que encarnan simbólicamente los trastornos de la anorexia y la bulimia, conocidas como Ana y Mía. Para más claridad en la presentación del material de investigación, siempre que esta información haya sido disponible para la autora, se indicará el apartado de proveniencia de la cita, en una nota a pié de página.

clara y explícita declaración de la anorexia como un estilo de vida, es decir, como una elección voluntaria al alcance del sujeto que no la percibe como una condición perjudicial padecida, sino como una manera de gestionar la propia relación con el cuerpo y la comida. Aquí algunas declaraciones extraídas de las webs analizadas:

“Aclaro, ana y mía no son enfermedades, son estilos de vida que muchas princesas y príncipes tomamos, vamos cambiando nuestra forma de vivir, no es ninguna enfermedad” (45)⁵

“Soy anoréxica por que me gusta...Por que lo elegí y por que yo y las demás princesas tenemos el derecho” (13) ⁶⁷

Este planteamiento de la anorexia como elección, cuenta con una visión de estos comportamientos como completamente ajustables a la voluntad del sujeto que los elige, en clara oposición a su entendimiento en cuanto patología. Para confirmar esta asunción, las usuarias subrayan constantemente la importancia y la necesidad de ser capaces, en cada momento, de dominar estas prácticas, actitud que otra vez marca una clara distinción entre un estilo de vida y una enfermedad.

En este sentido se proponen tener siempre presente el objetivo final de la adopción de este estilo de vida, recordándose recíprocamente que, una vez conseguida la meta final (por ejemplo el alcance de un peso ideal), es necesario abandonar definitivamente la rutina restrictiva, como emerge en estas citas:

“Cuando llegues a tu meta detente: queremos ser princesas no unas enfermas” (6)⁸

“Bueh.. q les puedo decir, hoy estoy un poco estresada, con un humor no muy agradable... pero voy bajando de peso de nuevo y no pienso detenerme... al menos hasta llegar a mi meta ;o) tampoco hasta desaparecer” (18)

5. Los términos Ana y Mía se utilizan para referirse respectivamente a la anorexia y la bulimia, entendidas como personificaciones de estos trastornos.

6. En la manera de referir las citas hemos elegido la opción de dejar el texto tal como aparecía en las páginas, modificando los fragmentos únicamente en el caso en que la versión original podría generar algún problema de comprensión para el lector de este trabajo.

7. Estas dos citas pertenecen a un tipo de texto muy difundido en las páginas Pro-ana que consiste en un “Aviso” donde se declaran las intenciones generales de las webs y su afiliación a la ideología Pro-ana.

8. Perteneció a la sección “Tips”.

En la lectura de estos ejemplos, aparece con bastante claridad la reivindicación de un rol activo por parte del sujeto anoréxico en la gestión de sus deseos y su cuerpo. A diferencia de la idea del enfermo que cae víctima de sus obsesiones con la delgadez, el sujeto al que apelan estas webs se caracteriza por calidades claramente opuestas, como, por ejemplo, la fuerza de voluntad, la determinación, el autocontrol y la perseverancia. A través de la elección de este estilo de vida, las usuarias de las webs pretenden definirse como sujetos capacitados para elaborar concientemente una solución a la propia condición de insatisfacción personal, y en el compromiso con esta solución, pretenden construirse como sujetos especiales y poderosos:

“Recuerda que todos pueden comer, pero que se requiere una fuerza superior para dejar de comer y para resistir la profana tentación” (17)⁹

Aunque se reconozca esta caracterización en cuanto elección libre y voluntaria, también nos encontramos con diferentes denuncias de las usuarias respecto a las presiones sociales acerca del cuerpo, desvelando cómo la anorexia se interpreta también como una manera para no defraudar ciertas expectativas compartidas socialmente:

”[]la sociedad es hipócrita, todos hablan de lo malas que son ana y mia, pero jamás piensan lo que ocasionan cuando le dicen a alguien “Gordo, panzón, barriguitas, gordito” tratan de disimularlo pero vean la televisión, el día que modelos REALES aparezcan en un comercial, en una serie de televisión, una novela COMO PROTAGONISTAS, algún papel importante en una película, ese día la sociedad habrá cambiado, tienen diciendo que no permitirán modelos esqueléticas hace casi 20 años creo, pero no hacen nada! [] cuando bajas de peso hay chavos tras de ti, lo cual me cala mas por qe te das cuenta de lo superficial qe es el mundo, así qe no me vengan con eso de animo, kierete así, el fisiko no importa, si todos en silencio te gritan, adelgaza, a las gordas nadie las kiere, wakala una gorda, qe asko me das, etc, o no es verdad, dejen la hipocresía de lado y acepten la realidad, con una gorda jamás saldrían, para esta sociedad nunca se es suficientemente delgada, las personas normales no están siquiera cerca d entrar a un casting” (35)

9. Pertenece a la sección “Frases”.

En este caso, más que una reivindicación de estos comportamientos como una libre elección, se evidencia la tentativa de liberar al sujeto que adopta estas prácticas de la estigmatización social que les tacha de responsables individuales a la hora de desarrollar estos trastornos.

Si se asume que la anorexia no es una enfermedad, sino que es una manera que el sujeto elige para gestionar su cuerpo y para obtener un resultado concreto, entonces estos comportamientos no necesitan de una gestión médica; en efecto, en las webs Pro-ana se testimonia y alimenta una gran desconfianza con respecto al trabajo hecho por los médicos así como un rechazo claro a acudir a ellos:

“No me apetece ir al médico paso ke me vea así de gorda y de mal paso que me vuelva a dar una charla, se mi p*** enfermedad y se que nunca me voy a currar así ke para que hacer terapia no creo ke pueda dejar de rezar en el baño llevo 7 años haciéndolo porque iba a cambiar si hasta ke no pierda peso y llegue a 35 no seré feliz así ke solo me toca perder peso” (12).

En consonancia con esta aproximación y con la revalorización del sujeto que emprende el camino Pro-ana, en estos espacios se promueve una actitud totalmente opuesta a la medicalización de las conductas, que es la celebración de las prácticas anoréxicas:

“Ser ana es: sentir o escuchar crujir tu pancita y sentirte orgullosa de ser ana; despertar y mirarte las ojeras y alegrarte por qué es signo de qué estás bajando de peso; ser feliz al final del día porque no comiste nada”(20)¹⁰.

Simultáneamente a su celebración como práctica generadora de distinción positiva, se produce la idealización de la anorexia como estrategia que activa cambios referentes a todos los aspectos de la vida de las usuarias, y no sólo a su conformación física. Muchas de las problemáticas que las participantes testimonian experimentar en la vida diaria, se ven relacionadas directamente con el exceso de peso, de forma que la estilización de la figura se ve sobreestimada en su importancia y termina siendo interpretada como elemento clave para la solución a la condición de mal estar general de las usuarias:

“Mi peso lo condicionaba todo me hacía odiarme e inhibía aún más

10. Pertenecce al apartado “Ser Ana es”.

mi ya tímida personalidad..No tenía opinión propia [] y entonces llegó Ana. Me devolvió la vida, me dio la posibilidad de ser alguien, de ser yo misma, de volver a creer en mi, de darme cuenta que podía agradar a los demás, que podía agradarme a mi. [] Ana me demostró que podía tomar las riendas, cambiar todo lo que no me gustaba en vez de sumirme en la inutilidad de la autocompasión y el odio” (38).

Aunque el punto de referencia declarado en estas webs es siempre la negación de cualquier carga patológica de estas conductas alimenticias, frecuentemente las usuarias recurren a referencias producidas en el campo médico. Un ejemplo evidente es el continuo deslizamiento hacia el repudiado concepto de enfermedad:

“Todo el mundo tiene su derecho a opinar sobre este estilo de vida... pero no es plan de ir por aquí insultándome. Ya se lo que soy, pero que lo recuerden, cada día me ponen mas enferma aun” (10).

“No intento de ninguna manera convencer a nadie de que adquiera un desorden alimenticio mediante esta página, simplemente intento que las personas que tienen un estilo de vida dedicado a la anorexia y la bulimia tengan un lugar para sentirse comprendidas y apoyadas” (50)¹¹.

También es bastante habitual que en estas webs se proporcionen explicaciones de los trastornos de la alimentación al puro estilo médico, claramente extraídas de contextos de carácter científico-divulgativo¹². Como ponen de manifiesto estos ejemplos, las usuarias de las webs manejan con extrema familiaridad las pautas diagnósticas biomédicas de los trastornos; la misma diferenciación entre anoréxicas, bulímicas y sus múltiples sub-categorías presente en las codificaciones de la última edición del Manual de Diagnósticos y Estadísticos de los trastornos mentales, el DSM IV (American Psychiatric Association, 2000)(máxima expresión de la normalización biomédica) opera como estructurante de la clasificación de las webs según diferentes ámbitos (Tips para anoréxicas, Tips para bulímicas).

Resaltando el carácter controvertido de la compatibilidad entre estos dos conceptos (enfermedad y estilo de vida), la literatura acerca del tema ha definido como paradójica su presencia simultanea en los espacios Pro-

11. Esta cita pertenece a un texto de “Aviso”.

12. Wikipedia, Webs de ayuda de enfermos, Webs en contra de la anorexia.

ana (Fox, Ward, O'Rourke, 2005). Más que paradójica, esta convivencia parece ser una respuesta estratégica legítima a la crisis de significados que conlleva la experiencia del padecimiento de un TCA. Guiados en esto por las reflexiones de Good (2006), creemos que el individuo moderno no piensa en términos excluyentes en los diferentes modelos explicativos a su disposición, sino que acude a ellos, indistintamente, según sus diferentes exigencias. Los dos modelos de interpretación de las conductas anoréxicas coexisten en estos espacios, operando según una relación jerárquica que es opuesta a la que normalmente rige la producción de saberes sobre el cuerpo en nuestra sociedad. Así como el paradigma biomédico ha ido acaparando e invisibilizando las aportaciones provenientes desde otros campos de conocimiento (Comelles, 2003; Menéndez, 1978), lo mismo ocurre en estas webs, pero en una relación de poder invertida. El paradigma Pro-ana se establece como el dominante y en una continua oscilación entre el reconocimiento-desconocimiento del modelo médico, se apoya instrumentalmente en este paradigma, construyéndolo como marginal y no renunciando, de tal forma, a funcionar como eje referencial de las conductas Pro-ana.

4. “Lo que hoy parece un sacrificio, terminará siendo el mayor logro de tu vida”: el substrato místico religioso.

Otro importante recurso desplegado para encuadrar las prácticas anoréxicas dentro de un marco conceptual ajeno al de la biomedicina, es la utilización de recursos simbólicos que remiten a un substrato temático y motivacional de índole religiosa. Hasta la actualidad, son numerosos los estudios que han relacionado la imposición del auto ayuno con finalidades místicas, con los episodios más recientes de anorexia nerviosa (Bell, 1985; Bynum, 1987; Lester, 1994; Banks, 1996). El reconocimiento de esta correlación, especialmente en lo que se refiera a una misma gestión del cuerpo (Maître, 2001), nos lleva a plantear la utilidad de realizar un examen de los símbolos culturales a través de los cuales esta actitud ascética es expresada por parte de los sujetos que participan en estas webs, tratando de reconstruir con cuales finalidades.

El objetivo principal de este trabajo de codificación en clave religiosa es, en nuestra opinión, el de trascender la interpretación intuitiva del no-comer como práctica dirigida exclusivamente al adelgazamiento y hacer de esas conductas la manifestación de un proyecto que se propone

empeñar al sujeto en una empresa de transformación de sí mismo en un ser mejor.

Uno de los recursos principales es la exposición de la ideología Proana a través de analogías religiosas. La analogía fundamental consiste en la presentación de la anorexia y la bulimia bajo las apariencias de dos divinidades (Ana y Mía) y el planteamiento de la adopción de las prácticas restrictivas en términos de afiliación a su culto. Ana¹³ representa un personaje imaginario que en su figura reúne las características definitorias de la anorexia y, por ende, del estilo de vida anoréxico que las usuarias aspiran a adquirir.

“Ser ana es: ser fuerte; tener una meta; [] sacrificar tu hambre para tener un cuerpo ideal; despertar cada día y saber que tu meta de hoy es no comer; enfrentarnos a las bestias que nos rodean cuando se dan cuenta de lo que somos; no ser totalmente aceptadas entre al sociedad, pero sentirnos bien con nosotras mismas; [] tener un gran secreto; [] saber que cuando necesitas ayuda tienes muchísimas amigas en la red que te apoyan; ser esclava de la báscula y de la cinta métrica; [] ser ana es un estilo de vida” (8).

En su síntesis simbólica Ana facilita el reconocimiento de estos rasgos definitorios y la identificación de las usuarias con los patrones que ella representa (entre ellas se llaman “anas”) a la vez que funciona como un ideal a alcanzar. Al igual que las místicas medievales, las usuarias testimonian la necesidad constante de reforzar la dedicación hacia el propio proyecto existencial, inspirándose en la figura de Ana y en lo que ella representa. Es habitual encontrar en estas páginas unas secciones dedicadas explícitamente a la potenciación de las expectativas y los deseos acerca del resultado de la adopción de este estilo de vida, denominadas “Thinspiration”. Mediante la visión-adoración de estas imágenes de cuerpos híper-delgados y de la lectura de frases emblemáticas, las usuarias de las webs se proponen alimentar sus anhelos para conseguir ese cuerpo, en un esfuerzo por recrear constantemente el empeño y la determinación necesarios para llevar a cabo el proyecto de ayuno. La figura de Ana cumple también con otra función, que la ve parte de una estrategia muy importante de gestión del malestar tanto físico como emocional que se desarrolla junto con la adopción de tales prácticas. Situando la anorexia fuera del sujeto enfermo (por tanto en clara contradicción con la

13. La mayoría de los textos se centran en definir y/o utilizar este elemento simbólico, mucho más presente y desarrollado que el personaje ficticio de “Mía”.

fuerte reivindicación de la anorexia como una elección del sujeto que hemos visto anteriormente), la figura de Ana permite cierto ejercicio de objetivación de la patología y consiente al sujeto de posicionarse, respecto a la adopción de estas prácticas, de una manera que se le suele negar. Efectivamente, en los casos de TCA, los enfermos suelen estar expuestos a un proceso de culpabilización del padecimiento de la enfermedad (Gracia Arnaz y Comelles, 2007) que los hace responsables del mismo. De esta manera, la figura de Ana parece servir para desvincular al usuario de este sentido de culpabilidad y de la estigmatización social, depositando fuera de él, en otro ser, la responsabilidad del padecimiento de la enfermedad:

“Ana es sagrada y si te eligió es porque sabe que vos sos especial, que tenés más habilidades que todos los demás en este mundo de hipócritas” (17).

“Pienso en mi chiqui recuerdo que delira por mis huesitos, y si se me notan mucho mejor..(aunque aclaro, no lo hago por el, ana me eligió) (20¹⁴).

Esta caracterización de nuestro material, podría conducirnos a pensar que la atribución de esta especie de aura sagrada a la personificación de la anorexia sea una propiedad intrínseca a toda producción Pro-ana. Sin embargo, no creemos que sea posible formular una conclusión tan categórica al respecto. En los blogs que analizamos, no siempre se produce una aceptación explícita de esta dimensión religiosa y, más allá de la presencia de estos textos preestablecidos, no disponemos de mucha más información. No teniendo la posibilidad de comprobar el compromiso real de las usuarias con esos textos, es muy difícil afirmar que este aparato simbólico además de existir (esto es incuestionable) funcione como una estructura de tipo religioso en la percepción de las prácticas restrictivas. Sin embargo, lo que sí nuestro material nos permite reconocer es el uso distintivo e intencionado del estratagema de la personificación de la anorexia. Precisamente el manejo tan difundido de este elemento simbólico, más que su interpretación en cuanto elemento pseudo religioso, hace que sea posible hablar del fenómeno Pro-ana en términos homogéneos.

14. Es importante aclarar aquí que, no obstante esta maneras de referirse a Ana haya sido la más difundida en nuestro material de investigación, también nos hemos encontrado con unos pocos casos donde se negaba abiertamente la aceptación de tal creencia. Este post es un ejemplo: “Porque la verdad yo no creo en Ana y Mía o whatever. Cuales diosas ni que chingadas. Yo sólo uso la etiqueta “ana” y “mía” para hacer un poco menos ruidoso eso de anorexia y bulimia, que me suena muy feo pero que le voy a hacer. Para mí, ana y mía no existen Ana y Mía somos nosotras haciéndonos daño ”(21).

Ana es parte de una metáfora narrativa, y ha de ser entendida como recurso simbólico a disposición de esta comunidad de usuarias. Pensar la anorexia como emanación de un ser exterior, permite que el sujeto no se perciba como artífice directo de su mismo sufrimiento proporcionando, de alguna manera, una estructura interpretativa que da sentido a su dolor. Si seguimos en esto las reflexiones de Good sobre el dolor crónico y la aplicamos al caso de Ana, veremos cómo su conceptualización cumple exactamente con la necesidad humana de buscar una motivación a todo tipo de experiencia particularmente dolorosa y reiterada. Este proceso coincide, según el autor, con la reacción humana a la fuerza des-objetivante que el dolor ejerce sobre el mundo del "sentido común" (Good, 2006); esta reacción se concreta en la imposición, al mismo dolor, de formas de objetivación (Scarry, 1990). En nuestro caso, a la destrucción de la estructura objetiva del mundo, que cabe suponer sea impulsada por el sufrimiento agudo de estas prácticas (Good, 2006), las usuarias replican con el esfuerzo para equiparse de la estructura simbólica necesaria para la reconstrucción del mundo de significados, que en estas webs en gran parte se articula alrededor de la figura de Ana. Más adelante veremos con más detalle que tipo de gestión del dolor se propone en estas webs.

Otro elemento importante donde se centran muchos de los esfuerzos redefinitorios producidos en estas webs es la práctica restrictiva por excelencia: el no comer. Intuitivamente, la ventaja mayor del ayuno es la pérdida drástica y rápida de peso, producida especialmente durante los primeros días de la dieta. Sin embargo, el material que tenemos a disposición no revela un tratamiento directo de esta temática. Aún así, cabe suponer que estas previsiones de pérdida de peso afecten las expectativas de las aspirantes y que el interés profuso en la justificación de esta práctica está correlacionado con esta misma necesidad de ayunar. La constatación de que el ayuno es una técnica corporal imprescindible y la conciencia del sufrimiento corporal que conlleva, quizás sean las motivaciones que hacen de trasfondo a las necesidades de investir las prácticas ayunadoras de una potencia y un significado que va más allá de una simple reducción de la ingesta. En nuestra opinión, mediante la lectura en clave mística de la privación de la comida, se trata de crear cierta predisposición positiva hacia la adopción de estas prácticas, entre otras cosas, otorgándoles unas capacidades maravillosas que trascienden el valor del simple rechazo a los alimentos¹⁵:

15. Una vez más recordamos que, debido a la naturaleza del material que estamos manejando, resulta imposible identificar cuál es el impacto real de estos textos, es decir cuántas personas realmente experimenten el ayuno según los patrones que aquí se proponen, y con qué consecuencias. El ayuno se presenta

“Los beneficios del ayuno no sólo los obtendrá nuestro cuerpo, eliminando las toxinas, bajando peso y fortaleciendo nuestro sistemas defensivos, devolviéndonos vitalidad, sino que también nuestra psique saldrá beneficiada” (3).

“Ha sido un ayuno difícil, complicado, y más por que hay demasiada gente encima pero bueno sigo con mi dieta, con esta sensación de paz y de ”bienestar tan grande” (21).

A través de textos como éstos, el ayuno va configurándose como una estrategia corporal productora de modificaciones que atañen al sujeto en su integridad, y no únicamente en su imagen corporal; el esfuerzo que esta práctica tan extrema supone se plantea como recompensada por un beneficio global del ayunador, que experimentará sentimientos de bienestar general y de paz interior, gracias a la privación de la comida.

Ayunar, según emerge en los textos, supone una exposición del sujeto a un proceso extraordinario de modificación, casi prodigioso, conllevando una exaltación del valor del ayunador y de su robustez en desafiarse a sí mismo que parece oponerse directamente a la imagen habitual del enfermo de anorexia. Aquí, el que emerge es un sujeto que se descubre como fuerte y poderoso en su proyecto de ayuno y que, no sólo rechaza la definición de sujeto frágil que se le imputa, sino que reclama la atribución de unas connotaciones que hacen de él, un sujeto superior a los demás:

“El animal tiende a huir del peligro. Pero nosotras no, somos diferentes: No comemos, por que dominamos la naturaleza humana” (6).

“Recuerda que todos pueden comer, pero que se requiere una fuerza superior para dejar de comer y para resistir la profana tentación”¹⁶(17).

El renunciar a comer es prueba de la potencia y la determinación que pertenece al sujeto ayunador y a la vez alimenta el mismo proceso de creación de esa superioridad:

En consonancia con el caso de las místicas de la Edad Media, el ayuno es una técnica para llegar a un objetivo, pero a la vez es en sí mismo el

a nuestro análisis como una práctica enunciada, construida discursivamente según unos patrones que intentaremos analizar, sin ninguna referencia práctica en relación a su uso, a excepción de algún comentario que las participantes hacen sobre sus experiencias y tentativas de ayuno.

16. Las dos citas pertenecen al apartado de “Frases”.

indicador de un sujeto superior, dotado de una fuerza de voluntad y una capacidad de lucha que lo distinga positivamente respecto a los demás.

La necesidad de desafiar la exigencia de comer se nutre también de un complejo juego simbólico que va definiendo la comida como el gran enemigo de las usuarias.

“La comida? La relacionamos de la siguiente manera: comida=grasa, grasa=el enemigo”(6).

Se produce, pues, una asociación entre la comida y la corrupción, de manera que lo que ha sido introducido de forma descontrolada, es decir lo que ha pasado esos márgenes del cuerpo tan problemáticos y tan expuestos a las impuridades (Douglas, 1996: 194) requiere de unas acciones de gestión caracterizadas por una carga simbólica importante. Estas actividades se entienden y se presentan como “reglas de purificación” y tienen como objetivo el restablecimiento de cierto orden descompensado por la sobre ingesta incontrolada (1996: 23), principalmente a través de la eliminación ritual de lo que ha sido introducido en exceso. Aquí, la comida es lo impuro, lo que es ajeno al cuerpo y a la vez lo inadecuado, lo peligroso para el equilibrio del individuo, asumiendo finalmente la connotación de algo inmoral. Mediante diferentes asociaciones entre los objetos y lugares que marcan estas prácticas de purificación y lo sagrado, en estas webs se pretende caracterizar estos actos de purgación como unos rituales de liberación respecto a la corrupción y a la culpa que conlleva el hecho de comer:

“El baño es mi confesionario sagrado. Me arrodillaré ante la taza del baño y haré penitencia por mis pecados, que son muchos [] Al jalar la cadena lavaré estos pecados [] Me confesaré todos los días, si no lo hago, habrá un acto de castigo”¹⁷.

Este valor de las técnicas purgativas como actos capaces de liberar las usuarias de sus sentimientos de culpabilidad se ven perfectamente reflejados en una intervención bastante representativa de una usuaria de estas webs en su blog personal:

“Después me tomé un vaso de leche y una galleta integral y eso no lo vomité!!Pero no sabéis lo mal que me sentía! era como si fuera una cerda asquerosa, como si pesara 1000 kilos [] pero bueno hoy he

17. Pertenece a un texto estereotipado conocido como “La oración de Mía”.

vuelto con Mía, la verdad es que no puedo soportar ese sentimiento de culpa de comer..así que he vuelto a la normalidad” (32).

Moviéndonos en una similitud que ya Freud había evidenciado (Freud 1963 [1907]), interpretamos esta definición como una manera de enriquecer estos actos con una dimensión simbólica importante, para convertirlos en elementos indispensables en la realización del hipotético sujeto anoréxico. Las ceremonias rituales en el mundo religioso y las técnicas purgativas en las Webs Pro-ana parecen ser investidas de un valor identitario parecido, constituyéndose ambos como actos fundantes de una realidad específica, a la vez que como mecanismos que testimonian y alimentan el sentido de pertenencia al grupo.

La resistencia a las tentaciones, además que mediante la alimentación del horror a la comida, se fomenta también a través de una estrategia de continuo desplazamiento del momento de gratificación hacia el futuro, generando la inscripción del auto ayuno a una lógica de sacrificio y aguante:

“No sucumbas ante la tentación. Esa porción de tarta no va a hacerte más feliz y en cambio ser perfecta sí. Imagínate, son dos minutos comiendo tarta y la vida pagando las consecuencias; o no comer nada y ser perfecta y agradecerle a Ana toda la vida por haberte ayudado a resistir a la tentación” (14)¹⁸.

“Yo cuando pensaba eso pensaba en lo maravillosa que podía ser un día, en la recompensa que me daría mi hambre en unos meses, años, en algún tiempo simplemente” (6).

Simultáneamente, el no comer se inviste de una función de redención, de emancipación del sujeto respecto a su condición negativa de partida, apuntando como objetivo de la estrategia el alcance de un estatus de “perfección”:

“Esta es mi vida, y esta soy yo...y sin importar cualquier obstáculo yo seguiré caminando hacia la PERFECCIÓN” (45).

“Esta semana es de exámenes en la Uni y la verdad es q se me hace bastante difícil ayunar y estudiar [] pero ahí voy, mis deseos por bajar de peso son mayores, y mi fuerza d voluntad está al límite, estoy cansada de siempre verme igual en el espejo [] se acabó...quiero

18. Estas citas pertenecen al apartado de las “Frasas”.

llegar a mi meta, dejar de subir y bajar de peso a cada rato.... quiero ser perfecta” (18).

La búsqueda de la perfección es otro elemento que permite construir un paralelismo entre el mundo Pro-anorexia y la tradición mística del auto ayuno. Como señala Rampling (1985), la lucha por la perfección es una motivación que ayunadoras muy diferentes por características propias y contextos histórico-sociales, han reconocido como fundamento del propio comportamiento restrictivo. Por ejemplo, Santa Catalina da Siena practicaba esta tensión: “Hacer un esfuerzo supremo para erradicar ese “amor de sí” desde tu corazón e introducir, en su lugar, este santo ”odio de sí mismo”. Este es el camino real mediante el cual abandonamos definitivamente la mediocridad y que nos conduce sin fracasos a la suma de la perfección¹⁹” (Rampling 1985: 91).

En ambas aproximaciones (la ascética y la Pro-ana), la empresa de consecución del estatus de perfección parece coincidir con un proceso de gradual acercamiento a la divinidad; el objetivo final es la apropiación de un modelo de sujeto ideal, perfecto: Díos en el caso de las místicas medievales y Ana en el caso de nuestras webs:

“La razón del ayuno no es tener el estómago vacío..Es entrar en la presencia de Ana”(42).

La pretensión de crear un sujeto que aspira a la perfección y su exposición a prácticas excepcionalmente duras, necesita de cierta estructuración de la percepción del padecimiento y malestar, así como de la generación de cierta predisposición positiva hacia ella. La propuesta es la de una aceptación resignada al dolor y al sufrimiento, que se presentan como sentimientos inevitables en la lucha que cada usuario está invitado a emprender en contra de sus necesidades básicas de nutrición, en una lógica totalmente extraña a la de la voluntad hedonista supuestamente intrínseca al sujeto moderno:

“Tomaste una decisión y no vas a parar; el dolor es necesario, sobre todo el dolor del hambre, eso te asegura que eres fuerte y puedes soportar cualquier cosa” (16).

19. En el original: “Make a supreme effort to root that self-love from your heart and to plant in its place this holy self-hatred. This is the royal road by which we turn out back on mediocrity, and which leads us without fail to the summit of perfection”.

Otra vez en consonancia con el caso de las místicas católicas²⁰ y, en general, con una perspectiva ascética²¹, en estas webs se fomenta una actitud de aceptación del sacrificio y de idealización del mismo. La persona que participa de este sacrificio parece elevarse a un estadio de gracia y/ o salir de un estado de pecado, exactamente como señalaban Hubert y Mauss indicando como consecuencia de la participación en un ritual de este tipo, la transformación moral de la persona que lo hace.²²

Además que necesario, el dolor se plantea como un sentimiento que, en vez de debilitar al sujeto ayunador, lo hace más vigoroso y lo ayuda a encauzar ese sentimiento hacia una dirección que es elegida y, por lo tanto, dominada por el sujeto:

“Como olvidarse del hambre? Un dolor se quita con otro dolor: agarra una gomita de goma y pégate en la mano cada vez que tengas hambre. Tengo amigos a quienes este truco les funciona de maravilla” (3)²³.

A pesar del esfuerzo para guiar la percepción del dolor hacía una forma positiva de entenderlo, también emerge su dimensión más dura, que connota el proceso de adelgazamiento como una tarea difícil y atormentada para el sujeto que la emprende:

“Muchas veces es difícil ser ana, seguir si el hambre te grita que no puedes, es difícil, pesado, muchas veces doloroso” (6).

Esta ambivalencia del dolor, como algo que aflige y a la vez alivia y refuerza al sujeto que lo experimenta, se aprecia también en los diferentes relatos acerca de las técnicas de purgación practicadas por las usuarias. Aquí presentamos dos intervenciones de usuarios que muestran muy bien esta ambivalencia; ambos están hablando acerca de la sobre ingesta voraz que acaban de sufrir, en los dos casos seguida por una purgación:

“Me siento mal, muy mal. Terrible, simplemente fatal. Físicamente y

20. Un tratamiento parecido del dolor, lo encontramos en las historias de las místicas medievales, donde son numerosos los testimonios de auto-imposición del sufrimiento corporal, como en el caso ya citado, y para este tema bastante emblemático, de Catalina de Siena (Bell 1985).

21. “Mediante la aceptación paciente y resignada del dolor se amortiguan nuestras pasiones” (Méndez,1990).

22. “El sacrificio es un acto religioso que, por la consagración de una víctima, modifica el estado de la personal moral que lo realiza o de determinados objetos por los cuales dicha persona se interesa” (Mauss, 1970:155).

23. Esta cita pertenece al apartado de los “Tips”.

mentalmente. Hoy ha sido día de atracón. Soy una basura. Maldita bulimia, déjame ir. Será que algún día pueda ser feliz? Me odio, me odio, me odio. Me doy asco, vómitos, laxantes, mañana ayuno. Para qué??" (28).

“Este fin de semana he tenido una aventura con ella (con Mía) una relación de lo más pasional, mi estomago esta full de comer y vomitar, 3 atracones fueron los que nos unieron estos 2 días!! Los primeros 2 los ame, parece ser que todo salió!!”(24).

A través de la experimentación del dolor que estas prácticas conllevan se pueden desencadenar tanto sentimientos de malestar y angustia como de alegría, euforia y felicidad. Es importante en este sentido dejar espacio a lo que Maître llama ”estadios alterados de la conciencia” que se ven reflejados en los lapsos de exaltación total, y de celebración de la dedición al proyecto de adelgazamiento y se traducen en declaraciones de profunda felicidad y satisfacción en la participación al mismo, como testimonian estos ejemplos:

“ana me dio ánimos de estar bien conmigo y que nadie me puede hacer daño mientras yo sepa que soy perfecta cada día. Eso realmente me hace sentir poderosa”(30).

“Estoy súper feliz, he bajado dos kilos nada fácil pero lo he logrado.. pero aún me faltan muchíssssssssiiiiiiiiimooooooooos que agobiante..pero por lo pronto estoy súper animada y no pienso parar jamás. Hoy ando bloqueada por la felicidad” (44).

Sin esta tensión mística hacia la liberación de la culpa y de la comida entendida como pecado, se tacharía de insensato e irracional bien el aguantar el dolor aquí celebrado, bien la co-presencia de éste con sentimientos de euforia y felicidad. Además que en clave mística, consideramos necesario encuadrar estas maneras de plantear la percepción del dolor como parte de la propuesta de unos usos del cuerpo dirigidos a la restauración, por parte de los sujetos, del sentido de sus acciones y de su presencia en el mundo, como nos sugiere Le Breton: “La experiencia de los límites analizada aquí obliga a considerar el hombre más allá de una simple aspiración a la felicidad, a la plenitud personal, lejos del cálculo o del ahorro. Al contrario nos enfrenta con la demanda brutal del dolor o de la muerte para existir” (Le Breton, 2006: 167). En nuestra opinión es así

como tenemos que entender esta tensión hacia el dolor, hacia el sufrimiento auto-impuesto al propio cuerpo, como una manera de establecer una relación con el mundo, una forma constante de jugar con los límites para reconfirmar la propia presencia y sentirse vivos. Son ejemplos los fragmentos siguientes, en los que las redactoras recuerdan con nostalgia los momentos en que podían saborear ese dolor que viene de la falta de alimentos, un dolor que le reconfirmaba su presencia, su estar vivas:

“Me siento insípida, aburrida, gorda, asquerosa. A veces incluso extraño esas noches de tensión, amanecidas y ojeras, por lo menos me hacían sentir más viva” (29).

“Ha pasado más de un año desde que me empecé a preocupar por mi físico, por lo que como, por mi cuerpo, tantas cosas que han pasado y esto sigue vivo en mí, tantas mentiras, tantas críticas, tantos vómitos, tantos días sin comer, son cosas que pasan por alguna razón...quisiera sentir todo ese dolor de nuevo, pelear con la gente por contradecirme en tomar mi propia decisión de este estilo de vida.” (45).

5. “Nadie dijo que fuera fácil ser una princesa”: el estilo de vida anoréxico y la estructuración de la experiencia.

Además de elaborar cierto discurso acerca del estilo de vida anoréxico y de proponer unos referentes simbólicos alternativos para poder entender la anorexia de esta manera, también se proporcionan unas herramientas para ilustrar, ya no sólo como se piensa la anorexia, sino cómo se debería llevar a cabo, en la práctica, un estilo de vida anoréxico. Presentaremos ahora el análisis de algunos de los dispositivos reguladores de la conducta que se elaboran con el fin de orientar todo tipo de actividad de las usuarias, tanto técnicas como mentales, hacia el desarrollo de un auténtico estilo de vida anoréxico. Esta parte de nuestro trabajo está basada principalmente en el análisis del apartado de “Tips” (trucos) presente en todas las webs analizadas. El objetivo principal de estos textos parece ser el de proporcionar un esquema de comportamiento de referencia que permita desarrollar algunas habilidades indispensables para un hipotético sujeto anoréxico. A la vez, estos textos apuntan hacia la conversión de aquellas conductas específicas en una más amplia actitud existencial del sujeto mismo, a través de la estructuración de las mismas formas de percepción de las usuarias.

La región de la experiencia que más se problematiza en relación a la adopción de unas conductas restrictivas de la alimentación, es el ámbito de las relaciones con el propio cuerpo. Más concretamente, lo que se propone es conseguir una regulación del cuerpo mediante su sumisión a unas normas de comportamiento específicas que hagan del él, un instrumento sometido a la voluntad del sujeto. El punto de partida de todo este discurso es el reconocimiento y la aceptación del papel que la imagen corporal posee en nuestra sociedad:

“Cuando aceptan a la rubia en lugar de aceptar a la gordita que sabe entrar en los sistemas del pentágono?[] Todo en esta vida es el aspecto, acéptenlo todo, hasta en los clasificados pone ”se busca mujer entre los 20 y tanto años con ”buena presencia” vamos no se engañen, claro que nosotras tomamos una solución radical, es cierto, pero al menos no tapamos el sol con un dedo diciendo ”no importa ser feo, Dios te ama” (18).

En ese mismo cuerpo donde se condensan las expectativas individuales y sociales, así como las frustraciones que derivan del no cumplimiento de ambas, también se dan las posibilidades para invertir esa condición de inadecuación y convertir esa insatisfacción en éxito. Esto parece ser posible a través de una apuesta clara en las capacidades transformadoras brindadas por el cuerpo y en las posibilidades de moldearlo según las exigencias personales.

“Todas podemos!!! El cambio está en nosotras! recuerden que no es imposible! unamos fuerzas, mantengamos la determinación y disciplina! se puede...” (28).

La obtención de tal vínculo de posesión con el propio cuerpo se plantea como el resultado de un esfuerzo que pretende expandirse a empeñar el sujeto en la totalidad de sus acciones y de su implicación en muchas y diferentes tareas, todas orientadas a generar esta misma actitud. Según cuanto hemos podido analizar, la autoridad sobre el propio cuerpo se pretende construir a partir de un trabajo técnico de apropiación de una rutina anoréxica y, por otro lado, a través de una serie de ejercicios mentales orientados a fomentar la auto-percepción de sí mismo en cuanto representante de este estilo de vida.

5.1 La rutina anoréxica.

“Cuando tengas hambre prepara comida nada mejor que olerla y entretenerte cerca de la comida; cuando hagas comida haz algo que no te guste, eres alérgica o has que sepa feo, ponle jabón o mucha sal así que aunque quieras no podrás comerla” (1).

“Prueba la comida y escúpela. Repítelo cuantas veces necesites para calmar la ansiedad” (5).

Estos son sólo algunos de los consejos muy numerosos, de tipo técnico, que se proponen como ejemplos a seguir, modelos a reproducir para obviar la comida. Sin embargo, lejos de limitarse a indicaciones de evitación de la comida, estos ejemplos parecen recordar las pruebas prácticas de conocimiento de sí de las que hablaba Foucault, que no tenían como finalidad practicar la renuncia por sí misma, sino “hacer(se) capaz de prescindir de lo superfluo, construyendo sobre uno mismo una soberanía que no depende de su presencia o su ausencia” (Foucault, 1987b).

“Salís a caminar sola: nubes, la brisa en la cara, flores, árboles, sol, luna y estrellas. Esas son las cosas que Ana te muestra para ayudarte a entender que la vida es hermosa sin comida, que el sol sigue ahí aunque no comas: para ayudarte a entender que las cosas imprescindibles se quedan, LO INNECESARIO SE VA (como la grasa y la comida y todo lo demás q no necesitamos)²⁴”(14).

Controlar la comida se propone como una estrategia más para controlar el propio cuerpo a través de un dominio total de las fronteras entre el interior y el exterior, entre lo que entra y lo que sale, lo que engorda y lo que no. En la misma línea, la exigencia de comprobar insistentemente el aporte calórico de las tomas así como las propias medidas y pesos, para supervisar constantemente la ingesta y el tamaño del propio cuerpo:

“Lo primero fijarse muy bien en las calorías de los alimentos y no meterse nada en la boca sin saber cuantas calorías tiene” (9).

24. Pertenece a un apartado que se llama “Diez claves para un ayuno exitoso”. En realidad, aunque en la página no aparezca la referencia específica de esta cita, sabemos que este fragmento pertenece a un libro muy famoso en el mundo Pro-ana latino americano que todavía no ha sido publicado en España; este libro es la autobiografía de una chica argentina que ha sufrido de trastornos de la alimentación y que hoy es la representante de una campaña de prevención contra la anorexia y la bulimia. La escritora se llama Cielo Latini y el libro que ha escrito se titula “Abhzurda”.

“Me levanto me peso, me llego al curro y me peso. Me peso antes de dormir..No paro de pesarme”(39).

Estos textos apuntan a la creación y el fomento de una relación especialmente obsesiva con la comida, que aparece como otra estrategia más para generar control, pero esta vez no sólo acerca del cuerpo sino también en relación al estado anímico y emocional. Efectivamente, obsesionarse con la comida permite centrar las propias angustias y ansiedad en algo concreto, logrando encuadrar estos temores dentro de una estructura bien definida, haciendo que sea aparentemente más fácil su control. En la “Carta de Ana”²⁵ aparece un pasaje en el que se intenta explicar esta concentración, en su figura, de gran parte de las problemáticas de las usuarias:

“En la escuela, tu mente vaga, le doy algo en que pensar. Relata tus calorías durante el día [...] Lleno tu mente de pensamiento sobre la comida, el peso, las calorías, y cosas sobre las que vale la pena pensar [...] Yo hago posible que tu dejes de pensar cosas que te estresan. Pensamientos de rabia, tristeza, desesperación, y soledad cesan porque yo me los llevo y lleno tu cabeza con la metódica cuenta de calorías. Yo me llevo tu lucha por encajar con los chicos de tu edad, tu lucha por complacer a tus padres, tu lucha por complacer a los demás” (6).

Los consejos presentes en las webs, no se limitan únicamente a fomentar o estructurar la práctica del no comer, sino que pretenden extenderse a un ámbito más vasto de las acciones de las usuarias. Aquí algunos ejemplos:

“Cuando salgas con amigos trata de verlos en lugares que no sean exclusivos para comer como restaurantes ya que sería ilógico que se citen en un restaurante y tu ya vayas comida no?; Sólo usa ropa apretada para recordarte lo gorda que estas pero fuera usa ropa holgada así nadie vera que estas adelgazando”(1).

“Come muy lento, mastica cada bocado por lo menos 25 veces, así parecerá que todo el tiempo estas con algo en la boca; Platica con las personas que se encuentran en la mesa, así pondrán más atención en lo que les cuentas y nadie notara lo que comes” (10)²⁶.

25. La “Carta de Ana” es un texto muy difundido en estas webs en el cual se simula una conversación entre Ana y las usuarias de las webs.

26. Estas citas pertenecen al apartado de “Tips”.

Las actividades propuestas son muy amplias y se refieren a los diferentes ámbitos en los que las usuarias de las webs se ven involucradas en la vida cotidiana (en la escuela, con la familia, con sus amigos, además de situaciones en las que la comida es la protagonista principal). Esta característica del material podría estar relacionada, como ya hemos señalado, con la voluntad de orientar y organizar la existencia entera de las usuarias alrededor del eje principal del proyecto de ayuno, así como también, ser el resultado del sesgo debido a la misma temática de las webs. En cualquier caso, como nuestro material no nos permite ahondar en este asunto, lo que sí podemos, es señalar como, además de la indicación de las acciones a cumplir, también se divisa cierto esfuerzo producido en la intención de transformar esas actividades en una manera más general de hacer experiencia de la propia realidad. Estas acciones, una vez aprendidas mecánicamente, deberían ir inscribiéndose en los cuerpos de las usuarias, en un proceso de apropiación de esos usos del cuerpo:

“Un hábito se crea después de 21 días repitiendo la misma actividad...Yo tengo 23 días con esto, y a decir verdad me siento más fuerte que cuando empecé, ya no tengo que repetirme todo el tiempo ¡ya es parte del día, no sólo sé que no lo debo comer, sé que no lo quiero comer!” (4).

Un ejemplo claro de esta tendencia a la incorporación de ciertas prácticas nos la ofrecen, una vez más, los casos de las técnicas de purgación. Las descripciones que encontramos en relación a estos temas son extensas y ricas en detalles, y tienen como objetivo facilitar a las usuarias una especie de sumario para la ejecución perfecta de dichas purgas:

“Toma agua media hora antes de comer, y toma un trago entre cada bocado, toma suficiente pero no demasiada agua o de cualquier bebida en tu comida, esto ayudará a que la comida salga más fácilmente; No te arrodilles frente a la taza. Quédate de pie inclinada hacia delante, es mucho más sencillo que salga así la comida” (6).

La precisión en la exposición de las técnicas purgativas proporciona a las usuarias una guía de aprendizaje meticuloso, además de funcionar como mecanismo de creación de un dominio total sobre estas técnicas. Estos gestos se decomponen hasta su más pequeño fragmento para que a través de su continua y rigurosa repetición, sean memorizadas antes y metabolizadas después, por parte de las usuarias:

“Las primeras dos o tres veces con Mía no sale casi nada. Ya luego se va adquiriendo experiencia y a veces hasta el mismo cuerpo te lo pide” (14).

5.2 Los ejercicios mentales.

Junto con el trabajo de modificación de las actividades diarias de las usuarias y de la incorporación de esos cambios, se trata de fomentar un intenso trabajo de reflexión y aceptación de esos cambios en la intención de crear una especie de disposición interior del sujeto hacia su estilo de vida. Una dieta adelgazante, incluso la más estricta, tiene como propósito único la estilización del cuerpo y, por tanto, está pensada y organizada para que su impacto modificador se centre en este objetivo. En el caso ofrecido por estas webs en cambio, las condiciones a las que el sujeto se tiene que ajustar son evidentemente distintas. Según se plantea, la adopción de un estilo de vida anoréxico es un proceso impracticable sin una participación total del sujeto y sin un moldeamiento no sólo de su cuerpo sino también de sus actitudes, predisposiciones y deseos. Es básicamente por esta razón que una dieta habitual no tiene por qué convencer al destinatario para que establezca un vínculo especial con su régimen, mientras que la propuesta Pro-ana sí necesita de este esfuerzo persuasivo. La puesta en marcha de un estilo de vida anoréxico presupone un compromiso integral del sujeto en la realización de tal proyecto y simultáneamente (y otra vez en disonancia con una dieta habitual) se plantea y percibe como generadora de un resultado mucho más amplio para el sujeto: eso es, la adquisición de una condición existencial anhelada. En este sentido es preciso persuadir a las usuarias, haciendo hincapié en los resultados futuros, inclinando el sujeto hacia al desarrollo de ciertos deseos, induciéndole en el incremento de ciertas expectativas sobre su empresa. Se trata en el fondo de crear y alimentar cierta “sintonía” entre el ayunador y su régimen de ayuno, disciplinando el sujeto pero a la vez seduciéndole, en la intención de reformar el cuerpo para “llegar al alma” (Foucault, 1976: 100). Parte de esta labor de convencimiento se consigue a través de la activación de dispositivos y procesos que pretenden ir más allá de una recepción pasiva de este tipo de estímulos, y que consiste en un trabajo de auto persuasión que el ayunador es impulsado a desarrollar:

“Inspírate. Si ya llevas un buen ritmo de comer comida saludable, y no quieres salirte, puedes colocar letreros en distintos lugares de tu casa (incluyendo el refrigerador y la despensa) con mensajes como

“Nada sabe mejor que la sensación de estar delgada”, “No te dejes vencer por una simple galleta” (8).

“Estas son algunas frases que me ayudan mucho cuando tengo algún ataque de ansiedad (¡Como los odio!) Así que si un día sufres uno, detente, respira, piensa que ese dolor en tu estomago, hambre que sientes es una señal de que lo estas haciendo muy bien!, lo estas logrando y estas adelgazando, si esto no es suficiente, lee algunas de estas frase: Nunca se es demasiado delgada; Delgada es igual a perfecta; Las personas gordas no son felices.” (50)²⁷.

Otra parte de esta tarea de auto persuasión se logra haciendo que las usuarias se sometan a un trabajo imaginario que implica una continua proyección de los sujetos (figurativa y emocional) en la última etapa del proceso de transformación, cuando la construcción del sujeto anoréxico será terminada y el cuerpo se habrá conformado según sus exigencias estéticas. Es como una invitación a saborear con anticipación el triunfo que vendrá junto con el alcance de la meta final:

“Tu estomago, trasero, piernas y todo en general será mas delgado. Otras chicas querrán lucir como tu. Lucirás como modelo y destacarás en todas partes. Si eres delgada tienes mejor trato... ¿o no? La gente hablará de lo delgada que eres. Cualquier ropa se te verá bien!!!”(5).

Este esfuerzo imaginativo aviva y absolutiza el deseo en la medida en que lo refuerza constantemente, haciendo de ello el eje motivacional que sostiene a las chicas, la fuerza esencial que alimenta su empresa.

Finalmente, el sujeto que se apresta a emprender esta “carrera anoréxica” no sólo se tiene que apoderar de tales prácticas en cuanto agente, en cuanto realizador de tales actos, sino que tiene que hacerlo en cuanto “sujeto moral de sus acciones” (Foucault, 1976) ateniéndose al código normativo y, a la vez, adquiriendo cierta actitud hacia sí mismo que le lleve a “conducirse” de por sí solo. Así, los sujetos que acuden a estas webs son llamados a llevar a cabo un “trabajo ético”, además de técnico, durante el aprendizaje de las prácticas ayunadoras, para que ellos mismos se transformen y se conformen no sólo con una conducta específica sino con un modo de ser. Otro ejemplo de ejercicio mental y ético al cual es preciso que se someta el sujeto anoréxico, y que se relaciona con el tema

27. Estas citas pertenecen a los apartados de las “Frases” y “Tips”.

del control que hemos evidenciado antes, es el de mantener una vigilancia constante sobre sus propio actos. La propuesta es muy similar a un examen de conciencia católico y consiste en el revisar, al final de día, todo lo que se ha hecho y averiguar si ha sido un comportamiento conforme a las normas del código anoréxico:

“Agarra una agendota y escribe que comiste y cuantas calorías tienen cada cosa. Al final del día suma todo al principio del día siguiente, ponte un límite de calorías siempre menos del día anterior” (3)²⁸.

Este ejercicio obliga a los sujetos a mantener una actitud de alerta y de supervisión respecto a su realización, y es una manera también para reafirmarse en lo que ellos mismos se proponen hacer. Esta evaluación de las acciones comporta una apropiación más intensa de los preceptos y las normas a través de un esfuerzo reflexivo que gradualmente integra estas conductas en la vida cotidiana. El mismo esfuerzo reflexivo se les pide en el momento en que se requiere que organicen las motivaciones que le han empujado hacia ese estilo de vida en forma de lista y que lean y releen este texto constantemente a lo largo del día. Es claramente una herramienta enderezada hacia el hacer más concretos los deseos, alimentarlos y revitalizar constantemente las motivaciones hacia el objetivo a alcanzar:

“Haz una lista de las razones para las cuales quieres adelgazar y llévala contigo para que la leas siempre que te de hambre. También puedes poner fotos de gordas para que pienses en lo que no quieres ser” (10).

6. Algunas reflexiones finales.

Con este trabajo hemos pretendido examinar la producción Pro-ana a partir de la exploración de sus dinámicas internas de funcionamiento, tratando de entender los dispositivos que permiten su existencia como red de referencia de una comunidad de enfermas o aspirantes a enfermar. Nuestra aproximación ha mostrado como el tipo de información proporcionada en estas webs trasciende ampliamente el conjunto de consejos sobre cómo adelgazar y purgarse, destacando como sus diferentes contenidos se enmarquen dentro de un proyecto más complejo de elaboración y establecimiento de lo que hemos definido un “discurso alternativo” acerca de los TCA.

28. Esta cita pertenece al apartado de los “Tips”.

Lo que apareció con evidencia en nuestro análisis fue el esfuerzo para elaborar un lenguaje simbólico alternativo, unas nuevas referencias iconográficas, lingüísticas etc. para construir aquella red de significados indispensable para poder hablar de los TCA desde un punto de vista no-patológico.

Este discurso alternativo, según cuanto hemos analizado, se desarrolla a partir de la denuncia declarada de las limitaciones del modelo médico para entender estas patologías y, a la vez, de la insatisfacción con el entorno socio-cultural, especialmente respecto a la percepción generalizada de estas patologías. Esta producción se caracteriza, por tanto, no sólo como un intento de traspasar los términos interpretativos impuestos por la biomedicina a la experiencia de los TCA, sino también, como acto reivindicativo de un valor diferente para estas conductas, unánimemente consideradas sintomáticas de un sujeto débil y superficial. Las webs Pro-ana se utilizan pues, también para canalizar esta insatisfacción respecto a la visión dominante de los TCA, ofreciendo un espacio para la elaboración de una interpretación “otra”, en la clara tentativa de conferir autoridad y credibilidad tanto al sujeto que las emprende, como a las mismas prácticas alimentarias, entendidas como resultado de su libre elección.

Nuestra investigación ha puesto de manifiesto que todos los recursos empleados en las webs se movilizan dentro de una empresa que supera el objetivo de la difusión de una rutina anoréxica o bulímica y que apunta a una apropiación, por parte de las usuarias, de una actitud general con respecto a su manera de experimentar el mundo. Este proyecto pasa por una regularización severa del cuerpo y su sometimiento a las voluntades del sujeto y por la sintonización de los deseos, las expectativas, las necesidades de las usuarias con el modelo de éxito ofrecido por el estilo de vida anoréxico. A la necesidad de cierto grado de persuasión respecto al proyecto existencial, se debe el trabajo de inspiración, reafirmación y realimentación persistente de las motivaciones personales al que constantemente están invitadas las usuarias de las webs, remarcando una vez más la importante diferencia que existe entre la propuesta Pro-ana y cualquier tipo de dieta adelgazante, independientemente de lo estricta que ésta pueda llegar a ser. Como se ha revelado durante nuestra investigación, lo que se alimenta es un refuerzo constante de la dedición al proyecto Pro-ana, en una búsqueda continua de la propia voluntad detrás de cada actividad llevada a cabo en la cotidianidad y de su necesaria relación con el objetivo del estilo Pro-ana.

Finalmente, estas reflexiones ponen de manifiesto como en las webs Pro-ana no sólo se invita a que se aprendan técnicas purgativas o dietas

desregladas, sino que se ofrecen a las participantes, una auténtica “identidad”, un posicionamiento legítimo con respecto a la experiencia del propio cuerpo y de su enfermedad en alternativa a la percepción social y la valoración negativa de tales prácticas, además que un lugar a salvo respecto a la estigmatización social de la que se declaran víctimas²⁹

Elenco de webs analizadas³⁰.

- 1 <http://proanagirl.blogspot.com>
- 2 <http://enamorana.blogspot.com/>
- 3 <http://princesitadeanymia.blogdiario.com/>
- 4 <http://theprincessbook.blogspot.com>
- 5 <http://bienvenidasamimundosumundo.blogspot.com>
- 6 <http://www.galeon.com/sadprincez>
- 7 <http://princessdeporcelana.blogspot.com/>
- 8 <http://freasyprincessana.blogspot.com/>
- 9 <http://anymiaforeverandever.blogspot.com>
- 10 <http://pro-anymia.blogspot.com/>
- 11 <http://princess8i8.blogspot.com/>
- 12 <http://pensamientotriste.blogspot.com>
- 13 <http://myimmortalwound.blogspot.com/>
- 14 <http://princesitasana.blogspot.com/>
- 15 <http://anymiasiempre.blogspot.com/>
- 16 <http://princesaanymia.blogdiario.com>
- 17 <http://eldiariodekristel.blogspot.com/>
- 18 <http://amigasanymia.blogspot.com>
- 19 <http://annawords.blogdiario.com/>
- 20 <http://newprincessquierolaperfeccion.blogspot.com/>
- 21 <http://annaluccia.blogspot.com/>
- 22 <http://mecomooamimisma.blogdiario.com/>
- 23 <http://princesaenformacion.blogspot.com>
- 24 <http://braulizitoprince.blogspot.com/>
- 25 <http://anaquerida.blogspot.com/>
- 26 <http://ojosquecambiandecOLOR.blogspot.com>
- 27 <http://jess-regresoatusbrazos.blogspot.com/>
- 28 <http://absurdacenicientah.blogspot.com/>

29. Este artículo ha sido posible gracias a la financiación del programa predoctoral JAE-PRE del CSIC y del Grupo de Estudios de Población y Sociedad (GEPS).

30. Muchas de las webs analizadas en este estudio han sido borradas debido a su contenido controvertido y por tanto no están actualmente disponibles para su consulta.

- 29 <http://elblogdeunaprincesa.blogspot.com/>
 30 <http://superificiial.blogspot.com/>
 31 <http://sknnyprincess.blogspot.com/>
 32 <http://princesitaporsiempre.blogspot.com/>
 33 <http://elsecretomundodeana.blogspot.com/>
 34 <http://princesacanu.blogspot.com/>
 35 <http://princezamorada.blogspot.com/>
 36 <http://www.yoproana.blogspot.com/>
 37 <http://principperfecto.blogspot.com/>
 38 <http://anahastaloshuesos.blogspot.com>
 39 <http://conmigomimeyo.blogspot.com>
 40 <http://skynnybitchsalwayswin.blogdiario.com>
 41 <http://Pro-anasiempre.blogspot.com>
 42 <http://princessrs.skyrock.com>
 43 <http://solsinbrillo.blogspot.com>
 44 <http://princesaconalaskristal.blogspot.com>
 45 <http://anymialasmejoresamigas.blogspot.com>
 46 <http://princesaburbujas.blogspot.com>
 47 <http://40kilos.blogspot.com/>
 48 <http://misprincesitasdecarameloanymia.blogspot.com/>
 49 <http://carrerasanymia.blogspot.com>
 50 www.freewebs.com/anaporsiempre
 51 <http://princ3sa-bela2007.blogspot.com>

Referencias bibliográficas

- American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-IV*. Washington: American Psychiatric Association.
- Banks, C. G. (1996). There is not fat in heaven: religious asceticism and the meaning of anorexia nervosa. *Ethos* 24(1): 107-135.
- Bardone-Cone, A. y K. Cass (2006). Investigating the impact of pro-Anorexia Websites: a pilot study. *European Eating Disorders Review* 14: 256-262.
- Bardone-Cone, A. y K. Cass (2007). What does viewing a Pro-Anorexia Website do? An experimental examination of Websites exposure and moderating effects. *International Journal of Eating Disorders* 40(6): 537-548.
- Bell, R. (1985). *Holy Anorexia*. Chicago, University of Chicago Press.
- Bourdieu, P. (2002). *El sentido práctico*. Madrid: Siglo XXI.
- Brotsky, S. y D. Giles (2007). Inside the "Pro-ana" community: a covert online participant observation. *Eating Disorders* 15(2): 93-109.

- Bynum, C. (1987). *Holy feast and holy fast. The religious significance of food to medieval women*. Berkeley, Los Angeles, London: University of California Press.
- Campos Rodríguez, J. M. (2007). Anorexia, bulimia e Internet. Aproximación al fenómeno Pro-ana y Mía desde la teoría subcultural. *Frenia VII*: 127-144.
- Chesley, E., J.D. Albert, et al. (2003). "Pro or con? Anorexia nervosa and the internet." *Journal of Adolescent Health* 32(2): 123-124.
- Day, K. y T. Keys (2008). Starving in cyberspace: a discourse analysis of pro-eating-disorder websites. *Journal of Gender Studies* 17(1): 1-15.
- Dias, K. (2003). The Ana Sanctuary: Women's Pro-Anorexia narratives in cyberspace. *Journal of Women's studies* 4(2): 31-45.
- Eisenberg, L. K., Arthur (1981). *The relevance of social science for medicine*. Dordrech: Reidel Publishing Company.
- Foucault, M. (1976). *Historia de la sexualidad II. El uso de los placeres*. Madrid: Siglo XXI Editores.
- Foucault, M. (1987a). *Historia de la sexualidad I. La voluntad del saber*. Madrid: Siglo XXI Editores.
- Foucault, M. (1987b). *Historia de la sexualidad III. La inquietud de sí*. Madrid: Siglo XXI Editores.
- Foucault, M. (1990). *Tecnologías del yo y otros textos afines*. Barcelona, Ediciones Paidós.
- Fox, N.,K. Ward, et al. (2005). "Pro-Anorexia, weight-loss drugs and the internet: an "anti-recovery" explanatory model of anorexia". *Sociology of Health and Illness*: 27(7): 944-971.
- Freud, S. (1963 [1907]). *Obsessive acts and religious practices. Character and culture*. New York: C. Books.
- Good, B. J. (2006). *Narrare la malattia. Lo sguardo antropologico sul rapporto medico-paziente*. Torino: Einaudi Editore.
- Gracia Arnaiz, M. I. y J. Comelles (2007). *No comerás. Narrativas sobre comida, cuerpo y género en el nuevo milenio*. Barcelona: Icaria.
- Harper, K., S. Sperry, et al. (2008). Viewership of Pro-Eating Disorder Websites: Association with Body image and Eating Disturbances. *International Journal of Eating Disorders* 41(92): 92-95.
- Helman, C. (1984). *Culture, health and illness*. Bristol London Boston: Wright PSG.
- Hine, C. (2004). *Etnografía virtual*. Barcelona: UOC.
- Laksmana, T. (2002). "Eating disorders and the Internet: the therapeutic possibilities." *Perspectives in Psychology*: 35-41.
- Le Breton, D. (2006). Antropología de los límites: de las incisiones corporales a los comportamientos de riesgo. En *Cuerpo y medicina. Textos y contextos*. Muñoz González y López García, Eds. Cáceres: Cicon.
- Lester, R. (1994). The (dis)embodied self in anorexia nerviosa. *Social Science and medicine* 44(4): 479-489.

- Lyons, E., M., R. Mehel, et al. (2006). "Pro-anorexics and recovering anorexics differ in their linguistic Internet self-presentation." *Journal of psychosomatic Research* 60: 253-256.
- Maître, J. (1999). *Façon anorectiques d'être au monde: anorexie mystique et anorexie mentale*. Socio-Anthropologie 5.
- Maître, J. (2001). Anorexies religieuses. Anorexie mentale. *Revue française de psychanalyse* 65: 1551-1560.
- Méndez, J. M. (1990). *Valores estéticos y ascéticos*. Madrid:Estudios de axiología.
- Mulveen, R. y J. Hepworth (2006). An interpretative phenomenological analysis of participation in a Pro-anorexia Internet site and its relationship with disordered eating. *Journal of Health Psychology* 11(2): 283-296.
- Pizza, G. (2007). *Antropologia Medica. Saperi, pratiche e politiche del corpo*. Roma: Carocci.
- Ramplng, D. (1985). Ascetic ideals and anorexia nervosa. *Journal of psychiatric research* 19(2/3): 89-94.
- Regan Shade, L. (2003). *Weborexics: the ethical issues surrounding Pro-ana Websites*. Conferencia presentada en *Computer Ethics-Philosophical Enquiry*, Boston, 2003.
- Scarry, E. (1990). *La sofferenza del corpo*. Bologna, Il Mulino.
- Scheper Hughes, N. (1990). Three proposition for a critically applied medical anthropology. *Social Science and Medicine* 30(2): 189-197.
- Walstrom, M.K (2000). "You know, who's the thinnest?: Combating surveillance and creating safety in coping with eating disorders online" *Cyber Psychology and Behaviour* 3(5): 761-783.
- Wilson, J., R. Peebles, et al. (2006). Surfing for thinness: a pilot study of pro-eating disorder web site usage in adolescents with eating disorders. *Paediatrics* 118(6): 1635-1643.
- Wright, P. y A. Treacher Eds (1982). *The problem of medical knowledge. Examining the social construction of medicine*. Edinburgh University Press.