

Universidad de Belgrano

Facultad de Humanidades

Licenciatura en Psicología



Comparación social en redes sociales, y su relación con el desarrollo de inseguridad corporal y conductas autolesivas en mujeres adolescentes.

Alumno: Jaeger, Julieta

ID: 000-18-2966

Tutor: Valeria Arostegui

Firma:

Índice

Agradecimientos	2
Resumen	3
Introducción	4
Planteamiento del problema	4
Pregunta de investigación	5
Antecedentes	5
Estado del Arte	8
Marco teórico	13
Objetivos	19
General	19
Específicos	19
Hipótesis	19
Metodología	19
Instrumento de recolección de datos: la entrevista semiestructurada	21
Desarrollo: esquema temático y preguntas guía	21
Validación del instrumento (prueba piloto)	23
Resultados	23
Capítulo 1. Mecanismos de comparación social en redes sociales	24
Capítulo 2. Manifestaciones de la inseguridad corporal y las conductas autolesivas	26
Capítulo 3. Relación entre inseguridad corporal y conductas autolesivas	28
Discusión	30
Contrastación de la Hipótesis de Investigación	31
Conclusiones	32
Bibliografía	34
Anexos	40
Anexo - Prueba Piloto -	40
Anexo 1: Entrevista Profesional 1 -	42
Anexo 2: Entrevista Profesional 2 -	46
Anexo 3: Entrevista Profesional 3 -	49
Anexo 4: Entrevista Profesional 4 -	51
Anexo 5: Entrevista Profesional 5 -	55
Anexo 6 - Consentimiento Informado	57

Agradecimientos

Quisiera expresar mi profundo agradecimiento a mi tutora, por su rigurosidad académica, su guía experta y su acompañamiento a lo largo de todo el proceso de investigación; sus observaciones fueron fundamentales para alcanzar el nivel exigido en este trabajo.

A la Universidad de Belgrano y su cuerpo docente, por la excelencia en la formación y por brindarme las herramientas necesarias para mi desarrollo profesional.

Asimismo, a las profesionales de la salud mental que participaron de las entrevistas, por su generosidad al brindarme su tiempo y compartir su invaluable experiencia clínica, haciendo posible este estudio.

A mis padres, Andrea y Guillermo, por su apoyo incondicional, por inculcarme el valor del esfuerzo y por haberme brindado las bases y oportunidades para alcanzar esta meta. A mi hermano Francisco, por su presencia y respaldo a lo largo de los años.

A mis amistades más cercanas y compañeros de la carrera, por su lealtad, por sus palabras de aliento, por acompañarme en el día a día en este camino, brindando su compañía incondicional y haciendo más ameno este proceso de tanta exigencia académica.

Comparación social en redes sociales, y su relación con el desarrollo de inseguridad corporal y conductas autolesivas en mujeres adolescentes.

Resumen

La presente investigación se propone analizar la relación entre la comparación social en plataformas virtuales (Instagram y TikTok), el desarrollo de inseguridad corporal y la manifestación de conductas autolesivas no suicidas en mujeres adolescentes de 13 a 18 años, desde la perspectiva de profesionales de la salud mental. El estudio se enmarca en un diseño cualitativo con un enfoque fenomenológico-hermenéutico.

Para la recolección de datos, se realizaron entrevistas semiestructuradas a una muestra intencional de cinco psicólogas con experiencia en la clínica con adolescentes. Los resultados evidencian un consenso total respecto a que las redes sociales se han consolidado como el lugar primordial de socialización y construcción identitaria en esta etapa.

El 80% de la muestra advierte que interiorizar sin cuestionar los ideales estéticos hegemónicos e irreales genera un profundo conflicto, que quiebra el autoconcepto y provoca inseguridad corporal, manifestada en aislamiento y conductas de restricción.

A su vez, las especialistas coinciden en conceptualizar a las autolesiones como un recurso disfuncional de regulación emocional frente a la imposibilidad de tramitar la angustia a través de la palabra.

Se concluye que, aunque el algoritmo potencia y acelera el sufrimiento, lastimarse a uno mismo no es una consecuencia directa de la tecnología. Eso ocurre, sobre todo, cuando falla el sostén afectivo primario y no hay marco simbólico familiar contenedor que dé sentido a lo que le pasa.

Palabras clave: Adolescencia, Autolesiones no suicidas, Comparación social, Inseguridad corporal, Redes sociales.

Introducción

Hoy en día, las redes sociales, y los medios masivos de comunicación, como agentes de socialización, son esenciales para la expresión y formación de la identidad durante la adolescencia (Chala y Matoma, 2013). Plataformas como Instagram y TikTok además de permitir que los usuarios compartan contenidos, también fomentan dinámicas de comparación social (Festinger, 1957), donde la exposición a modelos de belleza y estilos de vida idealizados se refleja directamente en la autoimagen y la autoestima corporal de sus usuarias (Pedalino y Camerini, 2022; Conte et al., 2025).

Estas dinámicas son especialmente cruciales en mujeres adolescentes, quienes se encuentran en una etapa vital de formación de la identidad, etapa que es particularmente sensible a juicios de valor y las normas culturales relacionadas con el cuerpo.

A partir de esta problemática, esta investigación sugiere estudiar la relación entre los procesos de comparación social en redes sociales con el desarrollo de sentimientos de inseguridad corporal y la aparición de conductas autolesivas e inseguridad corporal en mujeres de entre 13 a 18 años residentes en Buenos Aires. En este contexto, la investigación aborda un problema contemporáneo con cada vez más repercusiones e impacto social y psicológico, con el objetivo de comprender cómo los entornos digitales afectan en la percepción del cuerpo y la salud mental durante la adolescencia.

Además, se intenta aportar evidencia empírica del contexto argentino, donde son escasos los antecedentes que incluyan las mismas dimensiones de análisis.

Comprender esta relación entre la comparación social en redes sociales (Instagram/TikTok), y su impacto en la inseguridad corporal y las conductas autolesivas no suicidas en mujeres adolescentes posibilitará fortalecer las estrategias de prevención, orientación y acompañamiento clínico orientadas a promover un uso más responsable y saludable de redes sociales, así como una construcción positiva de la imagen corporal en las jóvenes.

Planteamiento del problema

En la actualidad, redes sociales como Instagram y TikTok no funcionan únicamente como plataformas de entretenimiento y diversión, sino también como los principales entornos de socialización y construcción de identidad durante la adolescencia. Estos entornos imponen un flujo constante de imágenes que son retocadas y manipuladas por filtros que distorsionan la realidad. El estar expuesto de manera continua a modelos idealizados afecta directamente en los procesos de comparación social.

En Buenos Aires, esta situación se vuelve particular al ocurrir dentro de una cultura que ha estado centrada en la imagen a lo largo de la historia, donde la exigencia estética y la

estandarización de la belleza han llegado a ser indicadores determinantes de estatus y pertenencia.

Los procesos de comparación social bajo estas condiciones pueden conducir a la aparición de cuadros de inseguridad corporal y en la emergencia de conductas autolesivas no suicidas como forma de afrontar la frustración emocional.

Por este motivo, resulta relevante investigar en la perspectiva de los expertos, para comprender de qué manera el consumo de contenido efímero y visual está alterando la percepción del padecimiento subjetivo y la relación con el propio cuerpo.

Pregunta de investigación

¿Cómo influye la comparación social de características corporales a través de plataformas como Instagram y TikTok en el desarrollo de sentimientos de inseguridad corporal y conductas autolesivas en adolescentes mujeres entre 13 y 18 años de Buenos Aires, según la perspectiva de los especialistas en salud mental?

Antecedentes

Esta sección analiza los principales conceptos que fundamentan esta investigación, desde las teorías clásicas de la cognición social hasta el análisis de los entornos digitales actuales.

El concepto de **comparación social** fue presentado en primer lugar por Leon Festinger (1954), quien postuló la teoría de que los seres humanos tienen un impulso por evaluar sus propias opiniones y capacidades. Según lo que dice el autor, cuando no existen estándares objetivos o físicos, las personas tienden a evaluarse por medio de la comparación con otros, especialmente con aquellos que perciben como similares.

A partir de lo planteado, se han identificado dos procesos fundamentales, por un lado, la comparación social descendente propuesta por Wills (1981), que sucede cuando una persona se compara con individuos que se encuentran en una situación de desventaja para proteger su autoestima. En cambio, la comparación social ascendente se produce cuando una persona se compara con otras que considera superiores en algún aspecto. Este último tipo de comparación, tiende a derivar en sentimientos de insatisfacción y autocrítica. Esta diferenciación es especialmente importante para comprender la comparación cuando el atributo que se evalúa es la imagen corporal.

Por ese motivo, el Modelo de Influencia Tripartita de Thompson, Heinberg, Altabe y Tantleff-Dunn (1999) es fundamental para comprender el fenómeno. Esta perspectiva teórica sostiene que el malestar con la propia imagen no surge de forma aislada, sino como resultado de un proceso de socialización donde el sujeto internaliza los estímulos provenientes del entorno sociocultural. Específicamente, sostiene que la insatisfacción con el cuerpo se desarrolla a partir de la influencia de tres fuentes principales: los pares, la familia y los medios de comunicación, a los que hoy se agregan las redes sociales. Desde este modelo, es posible entender cómo distintos factores del entorno contribuyen en la construcción de la percepción que el individuo tiene sobre su propio cuerpo. El impacto de estos tres factores no es directo; el modelo explica que la internalización del ideal de belleza y la comparación social funcionarían como variables mediadoras críticas. De este modo, la comparación funcionaría como el proceso psicológico a través del cual se procesan e internalizan estos ideales estéticos, lo que convierte la presión externa de los tres entornos en inseguridad subjetiva y una evaluación negativa de la propia imagen corporal.

En relación con esta dinámica, el proceso de comparación social también se traslada al ámbito digital, como resultado de una transformación estructural en el modo de habitar internet. El surgimiento de la Web 2.0 (O'Reilly, 2005) representó el paso de una red estática a una plataforma participativa, donde el usuario dejó de ser un espectador pasivo para convertirse en un prosumidor activo, estableciendo las condiciones para que la construcción de la identidad personal comenzara a mediar a través de la creación y publicación de contenido propio.

Boyd y Ellison (2007), conceptualizan a las redes sociales como “servicios basados en la red que permiten a los individuos construir un perfil público o semipúblico, articular una lista de otros usuarios con los que comparten una conexión y recorren dichos vínculos”. En este contexto, el “perfil” deja de ser un simple registro de datos para convertirse en una representación digital del yo, la cual es editada estratégicamente para la mirada ajena.

Para la población adolescente, estas plataformas no serían solo herramientas de comunicación, sino que funcionan como “públicos en red” donde se negocia la identidad. Danah Boyd (2014) señala que la socialización digital de los jóvenes está marcada por el “colapso de contextos”, un fenómeno donde diversas audiencias (familiares, pares y desconocidos) coexisten en un mismo espacio. En este escenario, esta falta de segmentación obliga al adolescente a una vigilancia constante de su imagen, intensificando los procesos de comparación social ascendente descritos anteriormente, donde la aprobación o el rechazo se miden a través de métricas visibles y cuantificables como los likes y comentarios.

A partir de la importancia que adquiere lo visual en estos entornos, la presencia de la imagen en las plataformas digitales impacta profundamente en la subjetividad femenina, configurando las condiciones para la emergencia de la inseguridad o insatisfacción corporal.

Para comprender esto se debe abordar el constructo de **imagen corporal** que según Schilder (1935) no debe entenderse como un registro biológico fiel de la anatomía, sino como una estructura mental y socialmente construida: el “cuadro de nuestro propio cuerpo” que formamos en nuestra mente. El modelo de la discrepancia del yo de Higgins en 1987, sugiere que el malestar psicológico surge de la distancia entre el “yo real” y el “yo ideal”. Cuando la brecha entre ambos es amplia, el sujeto experimenta sentimientos de insuficiencia y ansiedad, núcleos centrales de la **inseguridad corporal**.

Asimismo, la Teoría de la Objetivación de Fredrickson y Roberts en 1997, permite analizar la experiencia femenina al postular que, ante la presión de una cultura que evalúa el cuerpo de las mujeres como un objeto, las jóvenes desarrollan una vigilancia corporal constante. Esta auto-objetivación implica que la adolescente adopta la mirada del observador externo como su propio estándar de juicio, monitoreando permanentemente su apariencia. Como consecuencia, el cuerpo deja de ser el centro de la vivencia sensitiva para convertirse en un objeto que debe ser corregido y editado.

La consolidación de la inseguridad corporal se podría explicar también por la internalización del ideal estético. Según Thompson y Stice (2001), el factor de riesgo crítico no es solo la exposición a las imágenes, sino el grado en que la joven acepta esos ideales como metas personales legítimas. Este proceso activa lo que Cash (2011) denomina “esquemas de inversión en la imagen corporal”, donde la valía personal queda condicionado casi exclusivamente al estándar físico. Bajo este paradigma, la adolescente recurre a conductas de chequeo constante o evitación social, perpetuando un ciclo de vulnerabilidad emocional que, en sus expresiones más agudas, puede derivar en conductas de riesgo.

Cuando la insatisfacción corporal y el malestar emocional derivados de los procesos de comparación alcanzan niveles de intensidad intolerables, el cuerpo puede transformarse en el escenario de respuestas conductuales extremas.

Las **autolesiones no suicidas** según Nock y Prinstein (2004) definidas como el “daño directo y deliberado a los tejidos corporales sin intención letal”, cumplen cuatro funciones principales, destacando la regulación emocional negativa, como el acto físico de dañarse busca reducir un estado de angustia, vacío o auto-odio que la joven no puede procesar verbalmente.

La vinculación directa entre la imagen corporal y la autolesión ha sido estudiada por investigadores como Muehlenkamp y Brausch (2012). Según sus hallazgos, la insatisfacción corporal actúa como un mediador crítico: cuando la joven desarrolla un rechazo profundo hacia su fisonomía, el cuerpo es percibido como un objeto ajeno y “fallido”. En consecuencia, el acto de dañarse se constituye como un modo de castigar ese objeto o de traducir un dolor psíquico invisible en una herida física concreta y controlable.

Finalmente, autores como Whitlock et al. (2006) advierten sobre el papel de las plataformas virtuales en la propagación de estas conductas, mostrando que la visibilidad del daño en comunidades online puede normalizar estas prácticas como una estrategia válida de pertenencia o alivio ante la presión estética predominante.

Estado del Arte

En la actualidad, se observa una transformación en de los planteos clásicos de la Teoría de la **comparación social** (Festinger, 1954), al observar que en el entorno digital la comparación ha dejado de ser un proceso interpersonal electivo para convertirse en una dinámica mucho más presente y atravesada por los algoritmos.

El proceso de comparación social mutó desde los círculos sociales físicos a un plano digital globalizado con el auge de las **redes sociales**. Al respecto, Tiggemann (2013) ha analizado cómo la exposición a plataformas visuales como Instagram fomenta una comparación ascendente constante. A diferencia de las interacciones cara a cara, donde la comparación estaba limitada a encuentros físicos episódicos, la era del smartphone ha instaurado una disponibilidad permanente de diferentes puntos de referencia. Es decir, el entorno digital suele ofrecer imágenes altamente editadas que establecen ideales de belleza inalcanzables, lo que puede aumentar la distancia percibida entre el cuerpo real y el ideal.

En este punto resulta central la revisión de Fardouly y Vartanian (2016), quienes sistematizaron las investigaciones actuales sobre redes sociales e imagen corporal, concluyendo que el efecto nocivo de estas plataformas no reside en el mero tiempo de exposición a pantallas, sino específicamente en el contenido consumido: el uso de redes orientado a la comparación de apariencia física predice insatisfacción corporal de forma consistentemente más consistente que el uso general o comunicacional de las mismas plataformas.

En relación a la temática de comparación social, investigaciones recientes (Haidt, 2024) han señalado los cambios que produjo la incorporación de los smartphones y las redes sociales en las formas de socialización de los adolescentes. Describen que la adolescente promedio se expone a miles de impactos visuales en una sola sesión de uso, lo que genera un estado de alerta constante en los sistemas de evaluación social del cerebro. Esta saturación impide los periodos de “descanso cognitivo” necesarios para la consolidación de un autoconcepto estable, manteniendo a la joven en un ciclo ininterrumpido de comparación ascendente donde su propia imagen siempre resulta deficitaria. Un hallazgo recurrente es el conflicto entre el “detrás de escena” subjetivo y el “escenario digital” ajeno, en los términos en que Danah Boyd (2014) conceptualiza la socialización en los públicos en red, mientras que la adolescente experimenta su realidad desde la complejidad de sus emociones, inseguridades y fluctuaciones biológicas,

el algoritmo le devuelve una sucesión de momentos optimizados. Esta versión del yo estratégicamente seleccionada y editada para ser vista por otros en las redes sociales (Boyd y Ellison, 2007), es procesada por la psique adolescente en algunos casos no como una ficción editorial sino como un estándar de vida real. La disonancia entre su vivencia interna y la perfección externa observada en la pantalla puede profundizar la discrepancia entre el yo real y el yo ideal (Higgins, 1987), constituyendo un posible factor de riesgo para la aparición de sentimientos de vergüenza corporal y alienación social.

Para seguir profundizando en el fenómeno de la comparación social, uno de los estudios más recientes, plasmado en los Informes Globales de la UNESCO (2024) junto a las investigaciones sobre socialización digital de Haidt (2024), ha comenzado a documentar el impacto de la inteligencia artificial y los filtros de realidad que alteran la estructura ósea y las texturas dérmicas. Este fenómeno marca un hito: la adolescente ya no solo se compara con pares y celebridades, sino también con representaciones digitales que pueden alejarse considerablemente de la apariencia real.

Siguiendo esta línea, el estudio de Zouitni y Ennam (2025) sobre el uso de filtros de realidad aumentada aporta evidencia empírica reciente acerca de los motivos y las consecuencias en la imagen corporal derivados de esta tecnología, mostrando que la naturalización de la propia imagen retocada como punto de referencia intensifica el rechazo hacia la apariencia no editada. Al ser metas inalcanzables, el resultado no es la motivación, sino una frustración corporal persistente asociada a una preocupación excesiva por la apariencia (Cash, 2015). Esta desconexión con la realidad del propio cuerpo físico promueve una despersonalización que, en casos de alta vulnerabilidad, facilita el paso al acto de la autolesión como un intento de “recuperar” la sensibilidad o castigar la carne por no alcanzar la perfección (Mas et al., 2018).

Para comprender cómo estas dinámicas afectan a la **adolescente** argentina resulta indispensable incluir el concepto de extimidad, desarrollado por Paula Sibilia. Este término constituye el marco en que se despliegan las dinámicas digitales, describe la tendencia creciente de los adolescentes a construir su identidad a través de la exhibición pública de su intimidad en el espacio digital. En este escenario, el cuerpo deja de ser un espacio privado para convertirse en un objeto de espectáculo y consumo ajeno, donde la validación externa (medida en likes y comentarios) se vuelve el eje de la autoestima. Esta “identidad-espectáculo” coloca a las adolescentes en una posición de fragilidad extrema, ya que la mirada del otro, mediada por filtros de inteligencia artificial y algoritmos de belleza, redefine constantemente lo que se considera un cuerpo aceptable o deseable.

Algunas investigaciones asocian esta vulnerabilidad al fenómeno de FOMO (*Fear of Missing Out*), definido clínicamente como la “ansiedad aprensiva a que otros están teniendo

experiencias gratificantes de las cuales uno está ausente”. En el entorno social de las jóvenes, este temor a la exclusión grupal puede generar presión para mantenerse conectadas y actualizadas respecto de lo que sucede en las redes sociales. Esto somete su subjetividad a una evaluación pública permanente que puede influir en la manera en que se construye y evalúa la propia imagen.

Una investigación ha identificado un cambio cualitativo en la autopercepción **adolescente** mediada por plataformas visuales. Jonathan Haidt (2024) introduce un nuevo paradigma de socialización “infancia basada en el smartphone”, donde el juego físico se desplaza a la interacción digital, lo que modifica las formas tradicionales de vinculación y de búsqueda de reconocimiento. En este contexto, se observa un fenómeno de fragmentación del esquema corporal, donde el uso sistemático de filtros y herramientas de edición digital desplaza la imagen unitaria del “yo” por una versión segmentada y optimizada. Según estudios recientes, esta auto objetivación de tercera persona genera una brecha disruptiva entre el “yo digital”, idealizado y estático, y el yo físico, biológico y cambiante. Esta disonancia no sólo incrementa la insatisfacción corporal, sino que promueve una desensibilización hacia el propio cuerpo, que deja de experimentarse como un cuerpo vivido y sensible para ser contemplado como un objeto fallido que debe ser corregido. Dicha desconexión física se ve agravada por la llamada “soledad paradójica”, investigaciones de 2025 indican que el uso intensivo de redes sociales eleva un 40% el riesgo de experimentar soledad profunda. Este hallazgo es corroborado por la investigación de Primack et al. (2017) sobre aislamiento social percibido asociado al uso de redes sociales en población joven, que documenta que la interacción mediada por pantallas no logra reemplazar funcionalmente el soporte regulador de los vínculos presenciales. De este modo, la hiperconectividad digital termina por reemplazar las interacciones físicas reguladoras, dejando a la adolescente sin el soporte somático y vincular necesario para tramitar la angustia que su propia imagen incompleta le produce.

El debate actual sobre el impacto de las **redes sociales** se sitúa en la transición de plataformas estáticas de interacción a sistemas automatizados, como TikTok, con un diseño orientado a maximizar la permanencia del usuario en la App. Investigaciones recientes advierten que estos algoritmos no son neutrales, sino que operan bajo una “arquitectura de la adicción”, el scroll infinito y las notificaciones intermitentes, inspirada en las máquinas de Skinner. McNamee (2019), desde su experiencia como asesor temprano de esas compañías, describe en detalle cómo los modelos de negocio de las plataformas están deliberadamente optimizados para maximizar el tiempo de permanencia del usuario, lo cual permite comprender que la arquitectura de la adicción descrita no es un efecto secundario no deseado, sino un rasgo estructural del diseño algorítmico. Mediante mecanismos de recompensa y picos de dopamina, el sistema dificulta la autorregulación en cerebros adolescentes, creando “espirales

de contenido” que dirigen a jóvenes vulnerables hacia temáticas de autolesión, trastornos de la conducta alimentaria y estándares estéticos hiperexigentes en cuestión de minutos.

El algoritmo ha dejado de ser un buscador pasivo para convertirse en un sistema que selecciona y organiza gran parte del contenido que recibe cada usuario. Al priorizar contenidos con alta carga emocional o estética, las plataformas crean burbujas de filtros donde la adolescente se ve expuesta casi exclusivamente a versiones súper idealizadas de la vida. Este filtro altera la noción de normalidad, donde la imperfección natural puede comenzar a percibirse como algo negativo o poco deseable. Los informes globales de la UNESCO (2024) subrayan que esta arquitectura digital no solo amplifica los estereotipos de género, sino que actúa como refuerzo de la inseguridad de forma automatizada y persistente. En este escenario, la joven habita un estado de “vigilancia estética” constante, donde su valor social queda cuantificado en métricas visibles como likes y seguidores, transformando la identidad en una performance, donde el cuerpo es algo que se “muestra” y se “perfecciona” para el consumo digital.

Finalmente, el fenómeno de la arquitectura digital fue estudiado en el contexto argentino, según datos de la UCA (2023), el uso pasivo de redes sociales, el consumo sin interacción, predomina en las adolescentes de Buenos Aires, correlacionado con niveles elevados de comparación social y baja valoración de la imagen corporal. Se ha puesto también foco en la interacción con influencers virtuales e imágenes generadas por Inteligencia Artificial, advirtiendo que esta exposición genera una disonancia de realidad, el estándar de comparación ya no es humano sino algorítmico. De esta manera, el cuerpo biológico empieza a ser percibido como un obstáculo o una limitación material que impide alcanzar la perfección.

Estudios evidencian que la exposición a ideales de belleza inalcanzables en redes se asocia directamente con un aumento de la **insatisfacción corporal**. Si bien gran parte de la evidencia científica proviene de contextos internacionales, profundizar en el contexto sociocultural de Buenos Aires resulta vital. La internalización de estos ideales no ocurre en el vacío, sino en una cultura local con exigencia estéticas específicas, donde la mediación algorítmica puede intensificar los procesos de comparación ascendente. El resultado del ciclo de comparación y búsqueda de validación es, frecuentemente, inseguridad corporal. Cuando el cuerpo real no logra equipararse al ideal digital el padecimiento subjetivo se agudiza.

Más allá de la percepción de la silueta, las investigaciones actuales (Cash, 2015; Webb, 2015) distinguen entre la evaluación, que tanto me gusta mi cuerpo, y la inversión esquemática, que tan importante es la apariencia para mi autoconcepto. Estos estudios sugieren que la inseguridad corporal en adolescentes mujeres no nace sólo de una “imagen negativa”, sino de una sobre-inversión: el cuerpo puede llegar a ocupar un lugar central en la construcción de la identidad. Cuando el cuerpo se percibe como fallido, la estructura psíquica entra en crisis, desplazando la valoración personal hacia una dependencia absoluta de la estética.

El foco actual está en la internalización del ideal de belleza: el proceso por el cual el estándar externo se convierte en una voz crítica interna. En Buenos Aires este proceso es particularmente agudo debido a la cultura del “escrutinio mutuo”. Investigaciones como las de Gongora y Solano, en 2021, destacan que la presión de los pares en entornos físicos actúa de forma combinada con la presión digital, consolidando una inseguridad corporal que se manifiesta como una preocupación creciente frente a la mirada ajena.

El modelo explicativo propuesto por Perez-Bustinzar, Valdez-Aguilar, Rojo Moreno, Radilla Vazquez y Barriguete Melendez (2023) sobre las influencias socioculturales en la imagen corporal aporta sustento adicional a esta lectura, al postular que la interiorización del ideal estético opera como variable mediadora entre la presión ambiental (familiar, de pares y mediática) y el malestar corporal en la población femenina. Un aporte significativo es el estudio del cuerpo como “escenario de descarga”. Algunos estudios postulan que su inseguridad corporal extrema puede constituir uno de los factores asociados a la aparición de conductas autolesivas no suicidas. Cuando la adolescente experimenta odio corporal, el cuerpo es percibido como un “otro” hostil. La autolesión, en este contexto, no es solo un pedido de ayuda, puede funcionar como una estrategia desadaptativa de regulación de un malestar emocional intenso generado, entre otros factores, por la discrepancia entre el cuerpo real y el idealizado.

En el plano local, la evidencia empírica permite observar asociaciones entre la insatisfacción corporal y las conductas autolesivas como una respuesta ante la presión del entorno virtual. El dolor psíquico, al no encontrar una tramitación posible en la imagen perfecta que exigen las redes, puede, en determinados casos, expresarse a través del propio cuerpo. Específicamente, se ha documentado que el malestar subjetivo derivado de la exposición a las plataformas digitales opera como un factor de vulnerabilidad clínica; en este escenario, las conductas de daño corporal surgen, en algunos casos, como estrategia desadaptativa de regulación emocional ante la imposibilidad de alcanzar los estándares de perfección internalizados (Sociedad Argentina de Pediatría, 2018). El estudio cualitativo de Mas et al. (2018) en Argentina aporta una dimensión fundamental al analizar los discursos de las propias adolescentes. Los hallazgos de dicha investigación permiten observar cómo algunas jóvenes vinculan sus episodios de autolesión con sentimientos de inferioridad y con la percepción de una mirada crítica. Asimismo, los datos de este estudio destacan que, en muchos casos, la autolesión surge tras la exposición a estándares de perfección en redes sociales, lo que permite considerar la posibilidad de una relación entre el malestar generado por estas comparaciones y las conductas de daño corporal (Mas et al., 2018)

A su vez, investigaciones de la última década han profundizado en la comparación social ascendente como un mediador crítico, ya que sugieren que la arquitectura algorítmica de plataformas como instagram y TikTok no solo facilita la observación de estándares inalcanzables, sino que los jerarquiza, lo que puede aumentar la percepción de insuficiencia en

adolescentes que se encuentran en pleno proceso de construcción de identidad. Asimismo, investigaciones post-pandemia advierten que el aislamiento intensificó la dependencia de la validación virtual, otorgando mayor importancia a las interacciones mediadas por pantallas. En Argentina, se observa que la autolesión aparece fuertemente vinculada a una “estética del sufrimiento” que circula en comunidades digitales, donde el malestar que no puede ser simbolizado a través de la palabra en red, encuentra su única vía de expresión mediante la marca en la piel, consolidando al cuerpo como forma de expresión.

Gracias a los estudios realizados, se evidencia que la comparación social en redes sociales se asocia con un aumento de la insatisfacción corporal y la internalización de ideales de belleza inalcanzables, y que estos procesos pueden formar parte de contextos de vulnerabilidad relacionados con las autolesiones. Comprender estos procesos permitiría diseñar estrategias preventivas y de acompañamiento psicológico, para promover un uso más saludable de redes sociales y fortalecer la autoestima corporal de las jóvenes.

Si bien la gran parte de los estudios sobre la incidencia de la **comparación social** en redes sociales en sentimientos de inseguridad corporal y conductas autolesivas en adolescentes se centra en contextos internacionales, resulta importante analizar cómo estos fenómenos se manifiestan en el contexto sociocultural argentino, particularmente en adolescentes mujeres de Buenos Aires. La relevancia radica en la necesidad de un aporte interdisciplinario desde perspectivas psicológicas, sociales y culturales para comprender el modo en que las dinámicas digitales impactan en la subjetividad y el padecimiento adolescente.

Marco teórico

Es importante mencionar el término socialización que refiere al “proceso por el cual los individuos adquieren los valores, actitudes y creencias, sobre los cuales se construye la identidad social de un individuo en el contexto sociohistórico en el que se encuentra inserto” (Maccoby, 2007). Este proceso no constituye una recepción pasiva de normas, sino una dinámica activa donde el sujeto debe descifrar y asimilar las expectativas de su entorno para asegurar su pertenencia al grupo.

Especialmente durante las etapas de desarrollo, la socialización exige que el individuo comprenda qué características son valoradas por su cultura, adaptando su conducta y autopercepción para integrarse de manera exitosa en su red vincular.

Ahora bien, para que este proceso de socialización sea posible y el sujeto logre asimilar dichos valores culturales, resulta indispensable contar con parámetros de referencia. La construcción de identidad social no ocurre de manera aislada; sino que el individuo necesita evaluar constantemente si sus actitudes, habilidades y apariencia se adecuan a lo que su

entorno demanda y valida. Es justamente este mecanismo de evaluación y comparación con los demás el que permite relacionar el proceso de socialización con la Teoría de la Comparación Social postulada por Festinger (1954).

Este autor plantea la idea de que existe un impulso dentro de los individuos para buscar imágenes externas con el fin de evaluar sus propias opiniones y habilidades. Estas imágenes pueden ser una referencia a la realidad física o una comparación con otras personas. Las personas buscan que las imágenes proyectadas por otros sean alcanzables y realistas, y posteriormente, hacen comparaciones entre ellos mismos, los demás y las imágenes idealizadas.

En su teoría inicial, Festinger planteó varias hipótesis. Primero, afirmó que los humanos tienen un impulso de evaluarse a sí mismos examinando sus opiniones y habilidades en comparación con otros. A esto, agregó que la tendencia a compararse con alguna otra persona específica disminuye a medida que la diferencia entre la opinión o habilidad de esa persona y la propia se vuelve más marcada. También planteó la hipótesis de que existe un impulso hacia el logro de mayores habilidades, pero que existen restricciones no sociales que hacen que sea casi imposible cambiarlas, y que esto está en gran medida ausente en las opiniones (Festinger, 1954).

La construcción de la identidad en la adolescencia se configura como un proceso complejo donde los factores individuales, sociales y temporales son imprescindibles para el desarrollo integral del adolescente, que no solo debe enfocarse a una mirada condicionada a lo biológico sino también debe abarcar sus comportamientos, pensamientos, actitudes y emociones propias de su ser, los cuales son construidos a nivel individual/social, y se resignifican a partir de las situaciones generadas en los modos de intercambio y socialización de ideales latentes en la realidad como los cambios sociales, económicos y culturales. En este sentido, la identidad puede entenderse como un proceso permanente que busca mantener ciertos niveles de estabilidad. Por esta razón el adolescente vive reelaboraciones profundas, rápidas y constantes de la realidad que está viviendo, ya que es en esta etapa donde más se evidencia la vulnerabilidad, conflictos y distanciamientos en sus espacios de socialización.

Dolto plantea que la adolescencia es el periodo de pasaje que separa la infancia de la edad adulta. Refiere a la adolescencia como un segundo nacimiento que se realizaría progresivamente, donde hay que quitar poco a poco la protección familiar. “La naturaleza trabaja a su propio ritmo y uno no siempre está listo” (Dolto & Dolto-Tolitch, 1990). Toma el concepto de corresponsabilidad, el equilibrio entre ambos padres e hijos para sostener control y libertad, para que el niño pueda arriesgarse en la sociedad y los padres protegerlos por momentos. Toma a las langostas como analogía, escribe que cuando ellas cambian de caparazón, pierden primero el viejo y quedan sin defensa por un tiempo, hasta fabricar uno

nuevo. Desarrolla la metáfora el “Complejo de la Langosta” para describir la vulnerabilidad extrema y la transformación profunda que atraviesan los adolescentes, al igual que una langosta que muda su caparazón protector para crecer, el adolescente abandona su identidad infantil sin tener aún la madurez adulta, volviéndose frágil y expuesto. Además la adolescencia es un movimiento pleno de fuerza, de expansión. “Salir es abandonar el viejo cascarón, y buscar una pandilla donde uno se siente bien, y comparte lenguaje” (Dolto & Dolto-Tolitch, 1990). Sostiene que no hay adolescentes sin sufrimientos, pero simultáneamente es el periodo de las alegrías más intensas.

En la contemporaneidad, ese movimiento de expansión adolescente y la búsqueda de aquella “pandilla” descrita por Doltó se trasladó, en gran medida, hacia el entorno digital. Por consiguiente, las redes sociales virtuales se definen como “estructuras sociales compuestas por grupos de personas conectadas por uno o varios tipos de relaciones, que permiten a los individuos construir un perfil público o semipúblico, articular una lista de otros usuarios con los que comparten una conexión y ver y recorrer su lista de conexiones” (Boyd y Ellison, 2007). Para el adolescente las redes sociales funcionan como públicos en red, “un entorno que posee propiedades disruptivas como la persistencia, la visibilidad, la buscabilidad y la audiencia invisible” (Boyd, 2014). Estas características implican que la vulnerabilidad del adolescente ya no transcurre en la intimidad, sino en un espacio donde las acciones son permanentes y escalables. En este nuevo escenario, la construcción de identidad se ve atravesada por una marcada tendencia hacia la externalización de la intimidad, donde lo privado se desplaza hacia la visibilidad pública como un requisito para validar la propia existencia (Bauman, 2005). De este modo, la adolescencia no solo habita su realidad, sino que tiende a convertir su cotidianidad en un “espectáculo visual” con el fin de obtener el reconocimiento externo que ofrecen las métricas digitales, como los “likes” o las visualizaciones (Turkle, 2017). Este desplazamiento hacia la validación digital puede comprenderse a la luz de los aportes de Del Prete y Redon Pantoja (2020), quienes conceptualizan a las redes sociales on-line como espacios de socialización que redefinen la construcción de identidad, retomando y actualizando para el entorno digital la noción de socialización de Maccoby (2007) presentada al inicio del apartado. Esta dinámica intensifica los procesos de comparación intersubjetiva; sin embargo, en el entorno virtual, los puntos de referencia han dejado de ser personas reales para convertirse en representaciones mediadas por filtros y algoritmos que proyectan una perfección inalcanzable. De esta manera, se genera una brecha cada vez mayor entre el ser real y la imagen proyectada, lo que debilita la construcción reflexiva del yo y el autoconcepto, sentando las bases para una creciente insatisfacción con la propia imagen corporal (Giddens, 1995).

Entonces, la identidad, quiénes somos, cómo nos mostramos, qué características y gustos asumimos, adquieren un rol central en las relaciones virtuales, de tal manera que lo que va sucediendo en aquellos espacios virtuales, como comentarios, publicaciones, fotografías

constituyen la subjetividad del usuario de manera dinámica y cambiante que caracteriza la identidad social. Al ser un proceso permanente que intenta mantener ciertos niveles de estabilidad, el adolescente vive reelaboraciones profundas, rápidas y constantes de su realidad, ya que es en esta etapa vital donde más se evidencia la vulnerabilidad, los conflictos y los distanciamientos en sus espacios de socialización. Esta vulnerabilidad puede comprenderse con mayor profundidad a partir de los aportes de Compas, Connor-Smith, Saltzman, Thomsen y Wadsworth (2001) sobre el afrontamiento del estrés durante la niñez y la adolescencia, quienes sostienen que los recursos de afrontamiento maduros -la regulación emocional, la tolerancia a la incertidumbre y la resignificación simbólica de las experiencias adversas- se consolidan de manera progresiva y tardía en el desarrollo. En la misma línea, el modelo de la desregulación emocional a lo largo del ciclo vital propuesto por Crowell, Puzia y Yaptangco (2015) explica por qué, cuando el malestar emerge en etapas tempranas sin el andamiaje regulatorio adulto necesario, tiende a expresarse mediante vías conductuales y corporales antes que verbales.

La imagen corporal no debe entenderse como una percepción estética únicamente, sino como un constructo multidimensional que abarca las percepciones, pensamientos, sentimientos y comportamientos de un individuo respecto a su propio cuerpo. Cornejo (2016) profundiza en esta definición al plantear que la relación entre cuerpo, imagen e identidad es una relación "(im)perfecta", es decir, el cuerpo no refleja pasivamente la identidad del sujeto, sino que es constantemente reinterpretado y resignificado a partir de las experiencias vinculares y culturales, lo que permite comprender que la relación entre exposición digital e inseguridad corporal no es necesariamente directa ni igual para todos los adolescentes. En la adolescencia, este constructo se vuelve particularmente inestable, ya que el joven no sólo lidia con los cambios biológicos, sino con la evaluación constante de su apariencia en relación con los estándares sociales de éxito y aceptación.

Para comprender la génesis de esta insatisfacción, resulta fundamental abordar el Modelo de Influencia Tripartita propuesto por Thompson, Heinberg, Altabe y Tantleff-Dunn (1999). Este modelo postula que la inseguridad corporal y las alteraciones de la imagen no surgen del vacío, sino que se genera a través de la interacción de tres fuentes principales de presión e influencia: la familia, los pares y los medios de comunicación.

En primer lugar, la familia actúa como el agente de socialización primario; la presión puede manifestarse de forma directa mediante críticas, burlas o comentarios explícitos sobre el peso y la forma corporal del adolescente, o de forma indirecta, cuando los propios padres modelan conductas de insatisfacción con sus cuerpos o dietas restrictivas. En segundo lugar, los pares cobran una relevancia crítica durante la adolescencia, etapa donde la necesidad de pertenencia es máxima. La influencia de los pares opera a través de conversaciones normativas sobre la apariencia, la exclusión social basada en el aspecto físico y el escrutinio mutuo. Por último, los medios de comunicación, categoría que engloba las redes sociales,

operan como el vehículo omnipresente que prescribe, difunde y perpetúa el ideal estético hegemónico, caracterizado por la delgadez en las mujeres y la musculatura en los varones.

Sin embargo, el aporte fundamental del Modelo de Influencia Tripartita es sostener que la exposición de estas tres fuentes no impacta de manera directa ni automática en la psique del adolescente. Para que la presión externa se convierta en padecimiento subjetivo, el modelo establece que deben operar dos mecanismos psicológicos que actúan como variables mediadoras: la internalización del ideal estético y la comparación social basada en la apariencia.

La internalización ocurre cuando el sujeto adopta los estándares socioculturales de belleza, transmitidos por la familia, los pares y los medios, como metas personales e identitarias legítimas. El adolescente pasa de “saber” que es lo que la sociedad considera bello, a “creer” que su valor personal depende exclusivamente de alcanzar ese estándar. En simultáneo, se da el fenómeno de comparación social: el individuo evalúa su propio cuerpo contrastando con estos ideales inalcanzables.

Cuando el sujeto asume estos ideales como metas personales y no logra alcanzarlos, se produce una profunda insatisfacción que deteriora el autoconcepto. Ese malestar se podría agravar mediante el proceso de auto objetivación, donde el adolescente comienza a verse a sí mismo desde la perspectiva de un observador externo, “tratándose como un objeto para ser evaluado visualmente en lugar de un sujeto con capacidades y sensaciones internas” (Fredrickson y Roberts, 1997). Esta vigilancia constante del propio cuerpo genera estados de vergüenza corporal y ansiedad persistente. De esta manera, al estar constantemente pendiente de la mirada del otro, el cuerpo deja de ser un espacio de bienestar para convertirse en una fuente de conflicto y juicio, lo que constituye un factor de riesgo crítico para el desarrollo de conductas desadaptativas y sufrimiento emocional.

Cuando el cuerpo deja de ser habitado como un espacio de bienestar y se consolida como una fuente de conflicto y juicio, el adolescente puede experimentar un aumento significativo del malestar emocional. Al encontrarse atrapado en una vigilancia estética constante y ante la imposibilidad de tramitar simbólicamente a través de la palabra la angustia que produce la discrepancia corporal, el malestar acumulado tiende a buscar una vía de descarga directa en la propia materialidad física. En esa encrucijada donde el dolor psíquico se desplaza hacia el organismo, manifestándose en relación a las conductas autolesivas, en la literatura se encuentra una gran variedad de conceptos para referirse a las autolesiones no suicidas, entre ellos autoagresión, auto-autoagresión deliberada, auto-lesión, conducta auto-lesiva (equivalentes a los términos en inglés self harm, deliberate self harm, self injury y self-injurious behavior, respectivamente), comportamientos parasuicidarios, conductas autodestructivas, violencia autodirigida comportamiento autolesivo, lesiones autoinfligidas,

autoagresión deliberada y el más recientemente acuñado en la quinta versión del manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-V, American Psychiatric Association, 2013), como nueva categoría diagnóstica: autolesiones no suicidas, o su término correspondiente en inglés, Non-suicidal self-injury (NSSI). Entonces por un lado podemos definir a las autolesiones como “Todo aquel comportamiento con resultado no fatal, que es sancionable culturalmente y que una persona realiza de manera deliberada para hacerse daño (incluye cortes, quemaduras, sobre ingestas medicamentosas y sobredosis, envenenamiento, golpes, saltar desde lo alto de un lugar)” (Frías et al., 2012). Otra definición a tener en cuenta es la de la American Psychiatric Association (2013) “Conducta por medio de la cual el individuo se inflige intencionadamente lesiones en la superficie corporal. Tales lesiones suelen producir sangrado, hematoma o dolor, con la expectativa de que la lesión sólo conllevará un daño físico leve o moderado. Además, esta debe realizarse para aliviar un sentimiento o estado cognitivo negativo, para resolver una dificultad interpersonal, o para inducir un estado de sentimientos positivos.” .

En cuanto a las auto-lesiones, definidas como todos los comportamientos de daño hacia sí mismo (especialmente en la piel) sin ninguna intención de suicidio, se ha determinado que es más frecuente en las mujeres adolescentes, con conductas como la de arrancarse el cabello, quemarse la piel, hacerse punciones y pellizcos, y el envenenamiento (Moreno, 2023). Estas conductas, cada vez más frecuentes, pueden deberse a una finalidad psicológica, “cualquier forma de producción de dolor es una forma de expresar el sufrimiento, una forma no verbal de comunicación donde los sentimientos se transmiten visualmente a través del cuerpo” (Fleta Zaragozano, 2017). Estos actos autolesivos, pueden ser utilizados por el adolescente como una forma de liberar, mediante el dolor físico, aquello que emocionalmente no puede tolerar o expresar de otra manera.

Frente a la complejidad de este cuadro donde convergen la presión digital, la insatisfacción somática y el paso al acto, resulta indispensable contar con un marco clínico de abordaje que articule al sujeto con su entorno. Para ello, se utilizarán las referencias del modelo de la Terapia Dialéctico Conductual donde su componente dialéctico permite establecer una interrelación de las partes, con el todo; donde las partes, siendo aquellas situaciones propias del individuo, sus conflictos, su interpretación de la realidad; tienen que ver con el todo, es decir, con su ambiente, con su contexto social y familiar mediado por plataformas virtuales. Desde esta perspectiva, las conductas autolesivas se comprenden no como un hecho aislado, sino como un intento disfuncional de resolver un estado de desregulación emocional agudo, el cual es promovido y sostenido por las dinámicas de comparación social ascendente y el escrutinio mutuo que caracterizan la realidad vincular del adolescente de hoy. En el contexto argentino, este enfoque clínico también puede vincularse con los lineamientos elaborados por el Ministerio de Salud de la Nación junto a UNICEF Argentina (2021) para el abordaje integral

del suicidio y las autolesiones en la adolescencia, documento que orienta a los equipos de salud del país a considerar la exposición a contenidos de riesgo en entornos digitales como un factor de vulnerabilidad relevante en la evaluación clínica.

Objetivos

General

- Analizar la relación entre la comparación social en redes sociales (Instagram/TikTok), y su impacto en la inseguridad corporal y las conductas autolesivas no suicidas en mujeres adolescentes desde la perspectiva de profesionales de la salud mental especializados.

Específicos

- Identificar los mecanismos y procesos a través de los cuales la comparación social en Instagram y TikTok influye en la percepción y desarrollo de la inseguridad corporal en adolescentes mujeres.
- Describir las manifestaciones, tipos y significados de inseguridad corporal y las conductas autolesivas en el contexto de la exposición a redes sociales.
- Comprender la articulación entre las formas de comparación social en la adolescencia y el desarrollo de sentimientos de inseguridad corporal y la aparición de conductas autolesivas, en función de su experiencia clínica con adolescentes.

Hipótesis

Los especialistas en salud mental entienden que la comparación social en Instagram/TikTok facilita la internalización de ideales no realistas, lo cual intensifica el desarrollo de sentimientos de inseguridad corporal y contribuye a la manifestación de conductas autolesivas en adolescentes mujeres.

Metodología

El presente estudio se enmarca en un esquema interpretativo o fenomenológico-hermenéutico, cuyo propósito fundamental es atribuir significado y develar el sentido de los fenómenos abordados. La elección de este enfoque metodológico responde al interés por comprender cómo los profesionales de la salud mental interpretan estos fenómenos desde su experiencia clínica. El empleo de este enfoque se fundamenta en la necesidad de develar los significados profundos que subyacen a la práctica clínica cotidiana. A diferencia de los diseños cuantitativos orientados a la medición de variables estáticas, este enfoque prioriza la captación de la experiencia vivida y la construcción intersubjetiva de sentido que realizan los

profesionales de la salud mental frente a las nuevas configuraciones del padecimiento adolescente. De este modo, la recolección y el análisis hermenéutico de las entrevistas permiten estructurar los discursos clínicos en categorías conceptuales coherentes, rescatando la complejidad de los factores subjetivos, culturales y vinculares que operan en la articulación entre la exposición digital, la alteración de la imagen corporal y las conductas autolesivas. La investigación no busca medir variables, sino recuperar la perspectiva, los mecanismos y la intencionalidad de los actores clave. En este caso, se busca comprender la interpretación de los especialistas en salud mental sobre la dinámica entre la comparación social en redes sociales (Instagram/TikTok), la inseguridad corporal y la aparición de conductas autolesivas en la población adolescente femenina. Asimismo, la elección de este diseño cualitativo intensivo responde a la necesidad de captar la multicausalidad y la dimensión singular del sufrimiento psíquico, evitando reduccionismos positivistas que invisibilizan los matices subjetivos y contextuales relevados por el discurso clínico especializado.

Consecuentemente, la hipótesis formulada posee un carácter interpretativo o hermenéutico. Esta hipótesis no establece una asociación causal medible, sino que propone una estructura de significado sobre cómo los especialistas entienden que se articulan y se interrelacionan estos fenómenos, funcionando como un punto de partida para explorar en profundidad sus experiencias y conocimientos.

El diseño del estudio es cualitativo, con muestra intensiva y multivariada, ya que considera tres dimensiones principales —comparación social, inseguridad corporal y autolesiones— con alta profundidad interpretativa, sin control de variables y con temporalidad transversal.

La unidad de análisis es cada profesional de salud mental especializado en adolescentes y problemáticas vinculadas a redes sociales, imagen corporal o autolesiones.

El muestreo será no probabilístico por conveniencia, seleccionando aproximadamente cinco profesionales con experiencia clínica en los fenómenos mencionados.

Las entrevistas se realizan de manera virtual, tanto para optimizar tiempo y recursos como para permitir el registro de audio, contando siempre con el consentimiento informado del participante. Este consentimiento garantizará que el profesional, con plena capacidad de decisión, haya comprendido los fines de la investigación y acepte participar de forma voluntaria.

El procedimiento se desarrolla en etapas: primero se establece el contacto con los psicólogos/as que cumplen con el perfil requerido; posteriormente, se llevan a cabo las entrevistas semi estructuradas de manera virtual, registrando las respuestas con autorización previa. Finalmente, el material es transcrito para el análisis de contenido, cuyo fin será identificar las categorías y patrones relacionados con comparación social, inseguridad corporal

y autolesiones.

Instrumento de recolección de datos: la entrevista semiestructurada

El presente estudio se inscribe en un esquema interpretativo, cuyo objetivo es comprender la perspectiva, los mecanismos y los significados que los especialistas en salud mental atribuyen a la compleja relación entre comparación social digital, inseguridad corporal y autolesiones.

Para alcanzar esta comprensión profunda, se utilizará la entrevista semiestructurada como instrumento principal.

Este formato permite al entrevistador introducir los temas clave previamente definidos —guiados por los objetivos específicos—, pero ofrece la flexibilidad necesaria para que el profesional hable libremente, exprese matices y revele experiencias clínicas y significados que escapen a los cuestionarios estructurados.

El diseño semiestructurado resulta ideal para el enfoque cualitativo, ya que garantiza la cobertura de los tópicos esenciales del estudio, al mismo tiempo que permite al entrevistado guiar la conversación hacia áreas relevantes desde su propia experiencia profesional, permitiendo recuperar de una manera más amplia su perspectiva y experiencia como profesional de la salud mental.

Desarrollo: esquema temático y preguntas guía

La información que se busca obtener esta constituida por datos cualitativos, es decir, opiniones, percepciones, experiencias que permitirán comprender los significados y mecanismos que median entre el uso de redes sociales y el malestar psicológico. La guía de entrevista se estructura en cuatro ejes temáticos principales, cada uno vinculado directamente con los objetivos específicos del estudio.

Objetivo específico (OE)	Eje temático	Pregunta guía (abierta)	Foco de la exploración
OE1: Identificar mecanismos.	Influencia de la comparación social e inseguridad corporal	En los últimos años, ¿ha notado cambios significativos en los motivos de consulta de las adolescentes? ¿Cuáles considera que son los principales desafíos subjetivos que enfrentan las	Desvelar el cómo y el por qué de la influencia digital.

		mujeres adolescentes en la actualidad? ¿De qué manera observa que la vida digital se entrelaza con la construcción de la identidad en estas jóvenes? En las sesiones, ¿aparece el registro de la comparación con otros? ¿Cómo suelen procesar ese contenido? ¿Existen mecanismos de comparación social en redes sociales? ¿cómo describirías los mecanismos de comparación social que se desarrollan en las redes? ¿Cómo describiría usted los mecanismos o procesos por los cuales la comparación en Instagram o TikTok se convierte en inseguridad corporal en sus pacientes adolescentes?	
OE2: Describir manifestaciones y significados.	Significado s de la inseguridad y conductas autolesivas	¿Qué consecuencias tiene la comparación en redes sociales? Cuando esa insatisfacción con la imagen corporal se intensifica, ¿de qué formas suele manifestarse en el comportamiento de la paciente? ¿Piensa usted o sabe, que las conductas autolesivas y la inseguridad corporal son consecuencia de la comparación social en redes? En su experiencia, ¿qué significado o función cumplen las conductas autolesivas para la adolescente?	Explorar el sentido y la intencionalidad de las conductas.

		¿Qué relación tiene en el contexto de la inseguridad corporal?	
OE3: Comprender conexiones.	Conexiones y articulación de fenómenos	¿Existe un punto de articulación o quiebre que usted identifique donde la inseguridad corporal empieza a derivar en conductas autolesivas? ¿Cómo se da esa transición?	Analizar la relación compleja y el proceso clínico.

Por otro lado se propone obtener información acerca de las estrategias de intervención.

Explorar estrategias de intervención	¿Cuáles considera que son las estrategias terapéuticas o preventivas más efectivas que se pueden implementar para abordar este ciclo de comparación–inseguridad–autolesión?	Recoger aportes prácticos desde la experiencia clínica.
--------------------------------------	---	---

La guía de entrevista será flexible, permitiendo adaptaciones según el ritmo, el lenguaje y la profundidad requerida por cada profesional entrevistado.

Validación del instrumento (prueba piloto)

Con el propósito de garantizar la claridad, pertinencia y coherencia de la guía de entrevista respecto a los objetivos del estudio, se llevará a cabo una prueba piloto.

Se aplicará la guía a un experto, profesional de la salud mental que cumpla con el perfil requerido, pero que no integrará la muestra final.

La prueba piloto permitirá detectar ambigüedades, lenguaje técnico excesivo o redundancias, evaluar la duración promedio de la entrevista y confirmar que el flujo de temas propicia una conversación natural y profunda.

A partir de las observaciones obtenidas, se realizarán los ajustes necesarios en la guía de entrevista antes de comenzar con la recolección formal de los datos.

Resultados

El análisis exhaustivo de las entrevistas realizadas a las profesionales de la salud mental

revela un consenso clínico significativo respecto a la configuración actual del padecimiento en mujeres adolescentes, caracterizado también por un inicio cada vez más temprano de estas problemáticas.

Para dotar de rigurosidad metodológica a la presente sección, los hallazgos empíricos se han sistematizado y discutido en función de los tres objetivos específicos establecidos en la investigación, teniendo en cuenta las coincidencias y diferencias que surgieron en los discursos de los especialistas y poniéndolas en relación con el marco teórico de sostén.

Capítulo 1. Mecanismos de comparación social en redes sociales

Al indagar en las dinámicas de los entornos virtuales, la totalidad de los especialistas coincide de manera unánime en que las redes sociales se han consolidado como un espacio central de socialización y construcción de identidad para las jóvenes. Como se ha desarrollado previamente en el marco teórico, esto reitera lo propuesto por Boyd y Ellison(2007) y Boyd (2014) acerca de los “públicos en red”, donde la identidad se constituye como una representación curada para la mirada ajena que externaliza la intimidad y busca el reconocimiento mediante métricas cuantificables como los likes y comentarios (Bauman, 2005; Sibilia, 2024). En este sentido, al analizar cómo se procesa clínicamente esa información, un 80% de las especialistas concuerda en que, dentro de este entorno digital hiperconectado, los mecanismos de comparación social se producen a través de una exposición constante a estándares de belleza difíciles de alcanzar, hegemónicos y además se encuentran editados por filtros y seleccionados por algoritmos. Esto retoma los postulados de la Teoría de la Comparación Social de Festinger y la disponibilidad absoluta del punto de referencia analizada por Tiggemann (2013) en el marco del estado del arte, donde además se describe que la adolescente promedio se expone a miles de impactos visuales en una sola sesión, generando un estado de alerta constante y un ciclo ininterrumpido de comparación ascendente (Haidt, 2024).

La revisión de Fardouly y Vartanian (2016) sobre las investigaciones actuales en la temática permite comprender por qué, tal como señalan las profesionales entrevistadas, el mecanismo no se limita solamente a mirar imágenes, sino que implica una comparación constante entre el propio cuerpo y los modelos que aparecen en las redes, lo cual coincide con la definición clínica de la comparación ascendente propuesta por Wills (1981) y desarrollada en los antecedentes.

Las profesionales indican que las pacientes procesan estas imágenes idealizadas sin cuestionarlas demasiado, otorgándoles un valor de verdad absoluto, donde lo observado en plataformas como Instagram o en TikTok funciona como “palabra santa” o “es como la verdad y no hay beneficio de duda”. Este fenómeno revela una profunda pérdida de mediación reflexiva

frente a los estímulos digitales: al carecer de un anclaje crítico y de espacios de contención que pongan en duda la ficción algorítmica, las jóvenes asimilan estos contenidos como un reflejo fidedigno de la realidad social. Tal como lo plantean Boyd y Ellison (2007) y Boyd (2014), el colapso de los contextos habituales de socialización inhibe el juicio crítico individual, subordinando la subjetividad a la aceptación masiva y a métricas de validación pública como los *likes* (Turkle, 2017), desdibujando la frontera entre la representación virtual y la vivencia cotidiana en el marco de la extimidad (Sibilia, 2024).

Resulta pertinente notar que esta pérdida de mediación reflexiva no depende únicamente del desconocimiento sobre la edición de las imágenes: incluso cuando las adolescentes reconocen racionalmente que los contenidos exhibidos en Instagram y TikTok constituyen selecciones editadas y no representativas de la vida cotidiana de quien las publica, este conocimiento no siempre alcanza para disminuir el impacto emocional que genera la comparación ascendente, ya que este proceso puede darse de manera automática y poco consciente. Este hallazgo permite comprender clínicamente por qué las intervenciones psicoeducativas centradas exclusivamente en “desmitificar” el contenido digital resultan insuficientes si no se acompañan de un trabajo sobre la regulación afectiva. En sintonía con esto, el estudio de Zouitni y Ennam (2025) sobre el uso de filtros de realidad aumentada evidencia que la sofisticación creciente de las herramientas de edición profundiza aún más esta disonancia, ya que el estándar con el que se compara la adolescente deja de ser solamente otra persona y comienza a estar cada vez más influido por imágenes construidas y modificadas digitalmente, tal como señalan las especialistas al describir la mediación de filtros de inteligencia artificial y algoritmos de belleza.

En este mismo sentido, la arquitectura persuasiva de las plataformas opera mediante mecanismos de recompensa que intensifican la dependencia emocional, consolidando un circuito donde la autoestima corporal queda permanentemente sujeta a la fluctuación del reconocimiento ajeno y a la validación algorítmica. Se observa que las adolescentes asimilan estos contenidos y modelos ideales de forma acrítica, adoptando conductas y estrategias imitativas sin interrogarse sobre su procedencia o fines, lo cual refleja en la práctica clínica el proceso de internalización del ideal estético descrito por Thompson y Stice (2001), en el cual el estándar externo se internaliza como una meta personal legítima e indispensable.

El mecanismo central de impacto en la inseguridad corporal reside en la arquitectura misma de estas plataformas: al premiar imágenes fragmentadas y retocadas, el entorno digital “habituza el ojo a una perfección artificial”. Esta dinámica instala una disonancia insoportable entre la imagen física natural y la perfección estática de la pantalla, activando de pleno el Modelo de la Discrepancia del Yo de Higgins (1987) entre el yo real y el yo ideal, lo que genera sentimientos crónicos de insuficiencia. En este punto, la brecha subjetiva se amplifica de manera dramática debido a que la corporalidad biológica de la adolescente, caracterizada por

transformaciones hormonales, fluctuaciones de peso y mutaciones dinámicas, se encuentra en constante cambio, mientras que la imagen digital aparece como algo fijo y aparentemente perfecto. Como resultado de este proceso, las pacientes desarrollan una percepción distorsionada, donde su propia imagen corporal termina siendo evaluada como “fallada” o “insuficiente”, factor que actúa como disparador de la inseguridad corporal profunda; dando cuenta de los esquemas de inversión en la apariencia señalados por Cash (2011), en los que la valoración personal puede quedar cada vez más ligada a la apariencia física y al cumplimiento de estándares estéticos.

Este patrón clínico encuentra correlato en antecedentes empíricos locales. El modelo explicativo de las influencias socioculturales sobre la imagen corporal propuesto por Perez-Bustinzar et al. (2023) refuerza la lectura clínica de las especialistas, al postular que la interiorización del ideal estético opera como variable mediadora entre la presión ambiental - familiar, de pares y mediática - y el malestar corporal, confirmando empíricamente la vigencia del Modelo de Influencia Tripartita (Thompson, Heinberg, Altabe y Tantleff-Dunn, 1999).

Capítulo 2. Manifestaciones de la inseguridad corporal y las conductas autolesivas

Como correlato directo de esta constante exposición digital y de la insatisfacción corporal exacerbada, todos los profesionales coincidieron en señalar una serie de consecuencias que aparecen con frecuencia en la práctica clínica.

De manera mayoritaria, las especialistas advierten que los motivos de consulta han mutado, desplazando los conflictos familiares o vocacionales típicos de otras épocas para ubicar al cuerpo en el centro del padecimiento. Este cambio viene acompañado de un notable descenso en la edad de inicio de estas problemáticas, marcadas por inquietudes vinculares y de autoimagen en edades cada vez más tempranas, evidenciando la profunda vulnerabilidad asociada al pasaje de la infancia a la adultez mediante la transformación descrita en el marco teórico como el “Complejo de la Langosta” (Dolto et. al., 1992). Esta analogía adquiere especial relevancia en el contexto actual, ya que la pérdida de los parámetros protectores de la infancia, sumada a la intemperie virtual que impone la cultura del espectáculo (Sibilia, 2024), deja a las preadolescentes con menos recursos subjetivos para hacer frente a las exigencias del entorno.

Esta precocidad puede comprenderse con mayor profundidad a la luz de los aportes de Compas et al. (2001) sobre el afrontamiento del estrés durante la niñez y la adolescencia, quienes advierten que los recursos de afrontamiento maduros, la capacidad de regular emociones, tolerar la incertidumbre y resignificar simbólicamente las experiencias adversas, se consolidan de manera progresiva y tardía en el desarrollo. Cuando la exposición a estándares estéticos hostiles irrumpe antes de que estos recursos estén disponibles, tal como reportan las

especialistas respecto de las edades cada vez más tempranas de consulta, la preadolescente queda expuesta a un nivel de exigencia adaptativa que puede superar sus recursos para afrontar y elaborar estas experiencias. En esta misma dirección, el modelo de la desregulación emocional a lo largo del ciclo vital propuesto por Crowell et al. (2015) permite explicar por qué el malestar corporal, cuando emerge en etapas tempranas y sin el andamiaje regulatorio adulto necesario, tiende a cronificarse y a expresarse mediante vías conductuales antes que verbales, lo que puede favorecer posteriormente la aparición de conductas autolesivas.

En lo que respecta a las manifestaciones conductuales de la inseguridad corporal, los hallazgos clínicos arrojan un patrón común que oscila entre la inhibición y el control obsesivo en un 60% de las muestras analizadas. Se describen conductas de aislamiento preventivo y evitación social, tales como uso de ropa holgada para ocultarse, dejar de asistir a actividades recreativas o deportivas por miedo a ser juzgadas, y experimentar ataques de pánico antes de salir de casa. Estas respuestas conductuales evidencian un fuerte temor frente a la mirada evaluadora del otro, donde el espacio público y el cuerpo expuesto se configuran como escenarios de amenaza inminente.

Asimismo, la intensificación de este malestar somático decanta de forma recurrente en sintomatología depresiva, ansiedad y alteraciones de la conducta alimentaria. El 80% de las entrevistadas coincide en que la insatisfacción severa se traduce en restricciones alimentarias, conteos obsesivos de calorías, ejercicio compulsivo o episodios de atracones, que puede funcionar como intentos desesperados por tomar control sobre un cuerpo que genera malestar o insatisfacción. Estas conductas, sumadas a la proliferación de tratamientos estéticos artificiales en edades cada vez más tempranas, como el uso de uñas postizas, pestañas y maquillaje excesivo para asistir a clases, funcionan como un indicador de que el valor personal puede quedar fuertemente ligado a la apariencia y a la necesidad de ser aceptada por la mirada de los demás, lo cual ilustra teóricamente la Teoría de la Objetivación de Fredrickson y Roberts (1997) en cuanto al desarrollo de una vigilancia corporal constante y auto-objetivación.

Finalmente, en cuanto al significado y función de las conductas autolesivas en este contexto, las profesionales identifican que estas prácticas surgen ante la imposibilidad de tramitar simbólicamente la angustia mediante la palabra. Estas conductas, enmarcadas en la inseguridad corporal, operan como un intento de traducir un dolor psíquico desbordante hacia un dolor físico que resulta localizable y controlable, convirtiendo al cuerpo, percibido como objeto ajeno, hostil y fallido debido a la discrepancia digital (Schilder, 1935; Muehlenkamp y Brausch, 2012), en un lugar donde se expresa y descarga la frustración emocional intolerante. La dimensión sociocultural de este padecimiento se complejiza al observar el fenómeno de las comunidades digitales especializadas. Tal como advierten Whitlock et al. (2006), la visibilidad de las conductas de riesgo en la web genera un efecto de contagio y normalización que impacta de lleno en la subjetividad adolescente. En estos espacios, la angustia no tramitada

simbólicamente encuentra una narrativa visual compartida, frecuentemente denominada como una “estética del sufrimiento”, donde el daño corporal y la restricción extrema se exponen como credenciales de pertenencia. Para la joven vulnerable, que transita una etapa de inestabilidad identitaria, estas comunidades online ofrecen una sensación momentánea de pertenencia y comprensión frente al rechazo percibido, pero al mismo tiempo pueden reforzar conductas dañinas y dificultar la búsqueda de ayuda.

Este ultimo hallazgo resulta coherente con los lineamientos elaborados por el Ministerio de Salud de la Nación junto a UNICEF Argentina (2021) para el abordaje integral del suicidio y las autolesiones en la adolescencia, documento que identifica a la exposicion a contenidos de riesgo en entornos digitales como un factor de vulnerabilidad relevante para los equipos de salud del país, en consonancia con la advertencia que las especialistas entrevistadas formulan respecto de las “comunidades digitales especializadas”. La convergencia entre el discurso clínico recabado en esta investigación y los lineamientos oficiales de salud pública refuerza la validez y la actualidad de los hallazgos presentados, y además la necesidad de considerar el entorno digital dentro de las estrategias de prevención.

Capítulo 3. Relación entre inseguridad corporal y conductas autolesivas

Frente a un monto de angustia y malestar psicológico que las jóvenes no logran tramitar a través de la palabra, existe un acuerdo clínico unánime de las especialistas, en conceptualizar a las conductas autolesivas como un mecanismo disfuncional de tramitación del malestar. Cuando el cuerpo real no logra equipararse al ideal digital y se consolida la vivencia de “odio corporal”, el organismo deja de ser un espacio de cuidado para convertirse en un objeto extraño, hostil o enemigo, sobre el cual se castiga la frustración de la imperfección.

Al analizar la función del síntoma, el 80% de las profesionales coinciden en que el acto físico de lastimarse opera como una vía de descarga y alivio frente a estados afectivos intolerables. Desde esta perspectiva clínica, se observa que las pacientes buscan en la lesión corporal “algo más tolerable que el 'dolor en el alma'”, recurriendo al pasaje al acto ante la imposibilidad de acceder al nivel simbólico de la palabra. Los aportes profesionales lo definen como “un intento de traducir un dolor psíquico que las desborda a un dolor físico que si se puede localizar y controlar”, lo cual confluye directamente con la definición funcional de las Autolesiones No Suicidas (NSSI) aportada por Nock y Prinstein (2004) en torno a la regulación emocional negativa. Asimismo, se destaca que, desde el punto de vista regulatorio, la salida de la sangre ejerce un efecto fisiológico que calma la ansiedad y proporciona una sensación efímera de descarga, reforzado el circuito disfuncional del síntoma tal como se indicó en los fundamentos teóricos con los aportes de Fleta Zaragozano (2017). Este fenómeno se articula

con la perspectiva de que la conducta autolesiva actúa, simultáneamente, como una forma de comunicación no verbal del sufrimiento ante la imposibilidad de tramitar la angustia mediante el lenguaje (Moreno, 2023), manifestándose como un intento desesperado por recuperar el control sobre la propia materialidad corporal frente a las exigencias del entorno vincular y digital. Entonces, este proceso metapsicológico evidencia como la marca en la piel puede ocupar, de manera transitoria, el lugar de una palabra que no logra expresarse, materializando un grito de auxilio incomunicable por otras vías.

Finalmente, el total de las especialistas plantea una precisión teórica importante al analizar el papel de las redes sociales: si bien las redes sociales operan como un potente potenciador, acelerador y vehículo de contagio, aspecto previamente advertido por Whitlock et al. (2006) en relación con la normalización de estas prácticas en comunidad online, no constituyen por sí solas una causa directa del fenómeno autolesivo. El consenso profesional señala que el bombardeo de imágenes actúa como un disparador que cobra efectividad clínica fundamentalmente cuando halla una “base de vulnerabilidad” previa o una estructura emocional frágil, articulado conceptualmente con el enfoque dialéctico de la Terapia Dialéctico Conductual (Linehan, en Moreno, 2023) respecto a la interrelación entre el sujeto y su contexto, donde la plataforma digital opera bajo una arquitectura de refuerzos intermitentes inspirada en los modelos conductuales clásicos (Skinner, 1953; Haidt, 2024). De este modo, se corrobora que la patología no surge de un determinismo tecnológico aislado, sino de la fisura en los entramados vinculares y familiares encargados de brindar un andamiaje simbólico continente.

Esta conclusión clínica, lejos de ser una apreciación aislada de las profesionales entrevistadas, resulta coincidente con otras lecturas disponibles sobre la arquitectura de las plataformas digitales. El análisis de McNamee (2019) aporta una perspectiva complementaria: al describir cómo los modelos de negocio de las redes sociales están diseñados deliberadamente para maximizar el tiempo de permanencia del usuario mediante mecanismos de refuerzo intermitente, permite comprender por qué el bombardeo de imágenes señalado por las especialistas no sería simplemente algo accidental, sino que también se relaciona con la forma en que están diseñadas estas plataformas.

Finalmente, el estudio de Primack et al. (2017) acerca del aislamiento social percibido asociado al uso de redes sociales permite trazar un puente con la “soledad paradójica” mencionada previamente. La sustitución o debilitamiento de determinados vínculos presenciales por interacciones digitales fragmentadas puede reducir el soporte vincular que, según coinciden las especialistas, opera como factor protector frente al pasaje al acto autolesivo.

Discusión

Los resultados expuestos en las secciones anteriores evidencian que el uso intensivo de plataformas como Instagram y TikTok tiene un impacto directo y significativo en la forma que las mujeres adolescentes perciben y valoran su propia imagen corporal. Tal como manifiestan las profesionales entrevistadas, la exposición ininterrumpida a ideales de belleza hegemónicos y editados algorítmicamente genera una disonancia profunda con la imagen física natural. Esta asimilación acrítica de modelos inalcanzables fractura el autoconcepto y detona altos niveles de inseguridad corporal, los cuales se traducen clínicamente en conductas de aislamiento social, sintomatología ansioso-depresiva, alteraciones de la conducta alimentaria y precocidad en la demanda de intervenciones estéticas.

Asimismo, la investigación corrobora que, ante el aumento intolerable de esta insatisfacción somática, las conductas autolesivas no suicidas emergen como un mecanismo disfuncional para la tramitación del malestar. Ante la imposibilidad de poner en palabras la angustia que provoca no encajar en la expectativa digital, el cuerpo es percibido como un objeto ajeno sobre el cual se descarga la frustración. Sin embargo, a partir de estos hallazgos principales, resulta indispensable tener en cuenta que la mediación tecnológica no opera de forma aislada, sino que la amplificación del sufrimiento psíquico a través de las pantallas se entrelaza ineludiblemente con otros factores estructurales y vinculares que complejizan la comprensión del fenómeno.

A pesar de las convergencias generales sobre el impacto de la tecnología, el análisis de las entrevistas permite identificar matices que resultan relevantes para comprender el contexto familiar y social en el que se desarrolla esta problemática. Por un lado, se destaca que la vulnerabilidad digital se ve agravada por una reconfiguración de la dinámica familiar moderna: las dificultades parentales para sostener los límites y ubicarse en un rol de autoridad asimétrica, intentando en ocasiones posicionarse como “amigos” de los menores, dejan al adolescente desorientado y con escasa tolerancia a la frustración, lo que fomenta el refugio en la inmediatez de las pantallas. Frente a este desdibujamiento de los parámetros normativos y de la función continente del otro adulto, el sujeto adolescente se encuentra con menos herramientas para poner en palabras y elaborar el malestar. Consecuentemente, al no hallar interlocutores capaces de alojar la diferencia y regular la angustia, el cuerpo se convierte un lugar posible de expresión y descarga del sufrimiento, materializando el sufrimiento a través de la expresión somática y el pasaje al acto.

Por otro lado, surge una perspectiva clínica que complejiza este análisis y relativiza la causalidad exclusiva de las redes sociales, argumentando que la presión estética y el vuelco del malestar hacia la materialidad del cuerpo son fenómenos históricos y transgeneracionales que trascienden la era digital. Desde este enfoque, la inseguridad corporal severa no responde

únicamente al entorno virtual, sino a una falla en la trama vincular primaria y a la ausencia de un marco simbólico familiar capaz de alojar las diferencias. Esta postura sostiene que la acción de compararse, lejos de ser puramente destructiva, constituye un mecanismo estructurante y necesario en la búsqueda de identidad adolescente, permitiendo al sujeto tomar rasgos de la otredad para confeccionar su propio entramado subjetivo. Por lo tanto, la comparación social no sería en sí misma negativa, sino que puede volverse problemática cuando se combina con una marcada vulnerabilidad y con la falta de adultos disponibles para acompañar y significar el malestar.

En este sentido, al articular los hallazgos de las entrevistas, se observa que la vulnerabilidad digital y la fragilidad del marco simbólico familiar no constituyen factores aislados ni posturas contrapuestas, sino dimensiones estrechamente articuladas. Si bien la arquitectura algorítmica de las plataformas digitales opera como un potente catalizador de la inseguridad corporal al imponer estándares inalcanzables, dicho impacto se agrava ante la disminución de la función reguladora y contenedora del entorno primario. De esta manera, el desdibujamiento de los límites parentales y de las referencias normativas familiares deja un vacío de fijación simbólica que el adolescente intenta tramitar a través de la inmediatez de las pantallas. En última instancia, el pasaje al acto, manifestado en la autolesión no suicida, puede comprenderse como el resultado de esta combinación de factores: un malestar promovido por la comparación digital que, al no encontrar un canal de procesamiento verbal ni un soporte vincular sólido, termina expresando en el propio cuerpo.

En cuanto a las estrategias de intervención, la evidencia clínica sugiere la necesidad de implementar abordajes que trasciendan la restricción tecnológica y se centren en tres ejes fundamentales: primero, la restitución del espacio de la palabra y el diálogo intrafamiliar como opuesto a la inmediatez de las pantallas; segundo, una alfabetización digital crítica que fomente la distinción entre la realidad biológica y la ficción editada; y tercero, el fortalecimiento de la autonomía del sujeto a través de actividades que promuevan la tolerancia a la frustración y la valoración personal más allá de métricas digitales.

Contrastación de la Hipótesis de Investigación

Los resultados clínicos obtenidos a partir del discurso de los especialistas y el análisis posterior permite validar y sostener cualitativamente la hipótesis hermenéutica central de esta investigación, la cual postula que "los especialistas en salud mental interpretan que la comparación social en Instagram/TikTok favorece la internalización de ideales no realistas y se relaciona con un aumento de inseguridad corporal y contribuye a la manifestación de conductas autolesivas en adolescentes mujeres". El análisis del material confirma de manera contundente que la comparación social en plataformas como Instagram y TikTok **propicia la internalización de ideales no realistas, lo cual fractura el autoconcepto e intensifica la inseguridad**

corporal en la población adolescente femenina de Buenos Aires.

No obstante, en estricta consonancia con las precisiones del campo clínico, la hipótesis debe ser matizada en su segunda premisa: la exposición a las plataformas virtuales contribuye a la manifestación de conductas autolesivas no de manera directa ni causal, sino operando como un agente amplificador y acelerador del sufrimiento psíquico. El pasaje al acto autolesivo se consolida como respuesta disfuncional ante el monto de angustia provocado por la discrepancia corporal, manifestándose de manera crítica ante la falla en la función mediadora de la palabra y la fragilidad del soporte vincular primario.

Conclusiones

La presente investigación se propuso analizar, desde una perspectiva fenomenológico hermenéutica, la influencia de la comparación social en plataformas como Instagram y TikTok sobre el desarrollo de la inseguridad corporal y las conductas autolesivas en mujeres adolescentes. A partir del análisis de las entrevistas realizadas a cinco especialistas en salud mental, es posible extraer conclusiones clínicas y sociológicas de gran relevancia para la comprensión de esta problemática contemporánea.

En primer lugar, se concluye que el entorno digital ha dejado de ser un simple espacio de entretenimiento para consolidarse como un espacio de socialización y construcción identitaria. Los mecanismos de comparación social en la actualidad operarían bajo una lógica algorítmica que expone a las jóvenes a ideales hegemónicos e inalcanzables, los cuales serían procesados mediante una asimilación acrítica y tomados como verdades absolutas. Esta exposición ininterrumpida a imágenes hiper editadas generaría una profunda disonancia entre el cuerpo real y el ideal proyectado, fracturando el autoconcepto de la adolescente e instalando la inseguridad corporal desde una vivencia de déficit y carencia.

Como consecuencia directa de esta internalización de ideales estéticos, se evidencia clínicamente un alarmante descenso en la edad de inicio de los padecimientos vinculados a la imagen corporal. La inseguridad corporal ya no se manifiesta únicamente como una insatisfacción pasajera, sino que decanta en conductas de aislamiento social, restricciones alimentarias severas y el sometimiento precoz a prácticas estéticas, revelando que el valor personal de la adolescente puede quedar cada vez más condicionado por su apariencia y por la valoración que recibe de los demás.

En relación con el núcleo más crítico de la investigación, se concluye a partir del discurso de las especialistas que las conductas autolesivas no suicidas operarían como un mecanismo disfuncional para tramitar el malestar. Cuando la insatisfacción se torna intolerable y el cuerpo pasa a ser percibido como un objeto ajeno y hostil, el acto de lastimarse surge como un intento

de traducir un dolor en el alma desbordante hacia un dolor físico concreto y controlable. La autolesión funciona clínica y biológicamente como una vía de descarga efímera ante la imposibilidad de tramitar la angustia a través del nivel simbólico de la palabra.

No obstante, el hallazgo más significativo de este estudio radica en la posibilidad de alejarse de una explicación basada en una causalidad lineal. Se concluye que las redes sociales no serían la causa directa y unilineal de las autolesiones, sino que actuarían como potentes amplificadores y catalizadores de una vulnerabilidad preexistente. La influencia devastadora de la mediación algorítmica cobra efectividad cuando se combina con otros factores de vulnerabilidad, como cuando encuentra un sujeto desprovisto de diálogo, inmerso en una dinámica familiar donde los límites y la asimetría parental se han desdibujado, y donde carece de un marco simbólico que le permita procesar las diferencias y la otredad de manera constructiva.

A la luz de estas reflexiones, la hipótesis hermenéutica planteada al inicio del estudio queda validada cualitativamente, aunque enriquecida por los matices clínicos que surgieron a partir de las entrevistas. Se confirma que la comparación social facilita la internalización de ideales irreales e intensifica la inseguridad corporal. Sin embargo, se establece que su contribución a las conductas autolesivas está intrínsecamente condicionada por la fragilidad de la red de contención primaria de la adolescente.

Finalmente, los resultados de esta tesina subrayan la urgencia de repensar los abordajes terapéuticos y preventivos. La evidencia clínica sugiere la necesidad de implementar abordajes que trasciendan la restricción tecnológica y se centren en tres ejes fundamentales: la restitución del espacio de la palabra y el diálogo intrafamiliar como contrapunto de la inmediatez de las pantallas; una alfabetización digital crítica que fomente la distinción entre la realidad biológica y la ficción editada; y el fortalecimiento de la autonomía del sujeto a través de actividades que promuevan la tolerancia a la frustración y la valoración personal más allá de métricas digitales. De esta manera, el abordaje no debería centrarse únicamente en limitar el uso de las redes, sino también en generar espacios donde la adolescente pueda hablar, construir recursos propios y encontrar otras formas de valoración y reconocimiento. A través de la consolidación de estos espacios clínicos y vinculares que alojen la singularidad del sujeto, se podrá contribuir a evitar que el cuerpo de la adolescente se convierta en el lugar donde se expresa un malestar que no pudo ser puesto en palabras.

Bibliografía

Balbuena Rivera, Francisco. (2020). Imagen y apariencia del cuerpo humano en la obra psiquiátrica de Paul Schilder. 14. 37-45.

Bauman, Z. (2005). *Identidad*. Losada.

Becerra, G., y Simkin, H. A. (2013). *El proceso de socialización. En Temas de Psicología Social (pp. 23–48). Ediciones de la Universidad Nacional de Lomas de Zamora (UNLZ)*

Berri, P. A., y Góngora, V. C. (2021). Imagen corporal positiva y redes sociales en población adulta del área metropolitana de Buenos Aires. *Ciencias Psicológicas*, 15(1), e2398.

Boyd, d. (2014). *It's complicated: The social lives of networked teens*. Yale University Press. (cap. 1 e introducción)

Boyd, d., y Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210-230.

Buelens, T., Luyckx, K., Gandhi, A., Kiekens, G., y Claes, L. (2019). *Non-Suicidal Self-Injury in Adolescence: Longitudinal Associations with Psychological Distress and Rumination. Journal of abnormal child psychology*, 47(9), 1569–1581.

Cash, T. F. (2011). *Cognitive-behavioral perspectives on body image*. En T. F. Cash y L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (pp. 39-47). Guilford Press

Chala, L. D. y Matoma, L. V. (2013). *La construcción de la identidad en la adolescencia..* Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.12209/2535>.

Compas, B. E., Connor- Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., y Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87-127. doi: 10.1037//0033-2909.127.1.87

Conte G, Iorio GD, Esposito D, Romano S, Panvino F, Maggi S, Altomonte B, Casini MP, Ferrara M, Terrinoni A. Scrolling through adolescence: a systematic review of the impact of TikTok on adolescent mental health. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 2025 May;34(5):1511-1527. doi: 10.1007/s00787-024-02581-w. Epub 2024 Oct 16. PMID: 39412670; PMCID: PMC12122552.

Cornejo, S. (2016). *Cuerpo, imagen e identidad. Una relación (im)perfecta*. Revista de Psicología (u otra publicación según dónde consultes). Recuperado de SciELO

Crowell, S., Puzia, M., y Yaptangco, M. (2015). The ontogeny of chronic distress: Emotion dysregulation across the life span and its implications for psychological and physical health. *Current opinion in psychology*, 3, 91-99. doi:10.1016/j.copsyc.2015.03.023

Del Prete, A., y Redon Pantoja, S. (2020). Las redes sociales on-line: Espacios de socialización y definición de identidad. *Psicoperspectivas*, 19(1). <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol19-issue1-fulltext-1834>

Dolto, F., Dolto-Tolitch, C., y Percheminier, C. (1992). Palabras para adolescentes o El complejo de la langosta. ¿Qué es la adolescencia? Buenos Aires: Atlántida.

Fardouly, J., y Vartanian, L. R. (2016). Social media and body image concerns: Current research and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 9, 1-5.

Fardouly, R., y Vingilis, L. (2017). La influencia de la red social Instagram en la imagen corporal de las adolescentes. *Revista de Estudios de Juventud*, 117, 93-107. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5855292>

Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140. <https://www2.psych.ubc.ca/~schaller/528Readings/Festinger1954.pdf>

Festinger, L. (1957). Social comparison theory. *Selective Exposure Theory*, 16(401), 3.

Fleta Zaragozano, J. (2017). Autolesiones en la adolescencia: conducta emergente. *Boletín de la Sociedad de Pediatría de Aragón, La Rioja y Soria*, 47(2), 37-45.

Fredrickson, B. L., y Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173-206.

Giacchino, M. P. (2023). *Instagram y su influencia en la imagen corporal de mujeres jóvenes* [Tesis de grado, Pontificia Universidad Católica Argentina]. Repositorio Institucional UCA. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/15827>

Giddens, A. (1995). *Modernidad e identidad del yo: El yo y la sociedad en la época contemporánea*. Península.

Góngora, V. C., y Castro Solano, A. (2021). Validación del SCL-27 en población general y en población clínica argentina. *Psicodebate*, 21(1), 61-73.

Haidt, J. (2024). *La generación ansiosa: Cómo el gran cableado de la infancia está causando una epidemia de enfermedades mentales*. Paidós.

Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319-340.

Maccoby, E. E. (2007). Historical Overview of Socialization Research and Theory. In J. E. Grusec y P. D. Hastings (Eds.), *Handbook of socialization: Theory and research* (pp. 13–41). The Guilford Press.

Mas, L., Gago, P., Seiguer, G., García, M., y Waller, J. (2018). Comportamientos autolesivos en adolescentes: un estudio cualitativo. *Archivos Argentinos de Pediatría*, 116(6), e736-e741.

McNamee, R. (2019). *Zucked: Waking Up to the Facebook Catastrophe*. Penguin Books.

Ministerio de Salud de la Nación y UNICEF Argentina. (2021). *Abordaje integral del suicidio y las autolesiones en las adolescencias: Lineamientos para equipos de salud*. Buenos Aires: Ministerio de Salud.

Moreno, C. L. (2023). *Análisis de los alcances y limitaciones de la terapia Dialectico-Conductual como herramienta para adolescentes con conductas autolesivas y tendencias suicidas por medio de una sistematización documental en Latinoamérica*. [Monografía]. Repositorio Institucional UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/58063>

Muehlenkamp, J. J., y Brausch, A. M. (2012). Body image as a mediator of the self-injury-suicidality relationship. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 40(6), 937-948.

Naveda Gutiérrez, A. L. (2024). *Influencia de la alteración de la imagen corporal en el desarrollo de conductas alimentarias de riesgo y conductas autolesivas no suicidas en adolescentes mexicanos* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. <https://hdl.handle.net/20.500.14330/TES01000857086>

Nesi, J., Burke, T. A., Bettis, A. H., Kudinova, A. Y., Thompson, E. C., MacPherson, H. A., ... y Liu, R. T. (2021). Social media use and self-injurious thoughts and behaviors: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 87, 102038.

Nock, M. K., y Prinstein, M. J. (2004). A functional approach to the assessment of self-mutilative behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(5), 885–890.

O'Reilly, T. (2005). *What is Web 2.0: Design patterns and business models for the next generation of software*. O'Reilly Media, Inc.

Pedalino, F., y Camerini, A.-L. (2022). Instagram Use and Body Dissatisfaction: The Mediating Role of Upward Social Comparison with Peers and Influencers among Young Females. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1543. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031543>

Pérez-Bustinzar, Ana Regina, Valdez-Aguilar, Mariana, Rojo Moreno, Luis, Radilla Vázquez, Claudia Cecilia, y Barriguete Meléndez, Jorge Armando. (2023). Influencias socioculturales sobre la imagen corporal en pacientes mujeres con trastornos alimentarios: un modelo explicativo. *Psychology, Society and Education*, 15(2), 1-9. Epub 18 de marzo de 2024. <https://dx.doi.org/10.21071/psye.v15i2.15608>

Pérez -Díaz, Y., y Guerra- Morales, V.M.(2014). La regulación emocional y su implicación en la salud de adolescente. *Revista Cubana de Pediatría*, 86 (3), 368-375.

Pérez Sáez, C. (2023). Efectos de las redes sociales en la psicopatología infantojuvenil: una revisión bibliográfica [Trabajo de fin de grado, Universitat de les Illes Balears]. <https://hdl.handle.net/11201/162791>

Perloff, R. M. (2014). Social media effects on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research. *Sex Roles*, 71(1-2), 1-14.

Primack, B. A., et al. (2017). Social Media Use and Perceived Social Isolation Among Young Adults. *American Journal of Preventive Medicine*.

Schilder, P. (1935). The image and appearance of the human body: Studies in the constructive energies of the psyche. International Universities Press.

Schmitt, Melanie. (2024). iGen: Why Today's Super-Connected Kids are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy-and Completely Unprepared for Adulthood: and What That Means for the Rest of Us: A Book Review. 10. 41-54.

Sibilia, P. (2024). Entre paredes y redes. Escuelas, tecnologías digitales y subjetividades. *Revista Artedoc*, (1). Universidad Nacional de las Artes. https://assets.una.edu.ar/files/file/formacion-docente/2024/2024-una-fd-revista_artedoc_01-paula_sibilia.pdf

Sociedad Argentina de Pediatría. (2018). Autolesiones no suicidas en niños y adolescentes: Guía de orientación para la práctica clínica y escolar.

Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., y Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. (Cap. 4, pp. 125-147) American Psychological Association.

Thompson, J. K., y Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), 181-183.

Tiggemann, M. (2013). NetGirls: the Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *The International Journal of Eating Disorders*.
<https://doi.org/10.1002/EAT.22141>

Turkle, S. (2017). *En defensa de la conversación: El poder de la conversación en la era digital*. Ático de los Libros.

UCA - Observatorio de la Deuda Social Argentina (2023). *Bienestar subjetivo y uso de pantallas en adolescentes: Un enfoque local*. EDUCA.

UNESCO. (2024, 13 de mayo). *Un nuevo informe de la UNESCO advierte que las redes sociales afectan al bienestar, el aprendizaje y la salud mental de los jóvenes*.
<https://www.unesco.org/gem-report/es/articles/un-nuevo-informe-de-la-unesco-advierte-que-las-redes-sociales-afectan-al-bienestar-el-aprendizaje-y>

Vankerckhoven, L., et al. (2022). *Identity formation, body image, and body-related symptoms among adolescents*. *Journal of Youth and Adolescence*.

Webb, J. B., Wood-Barcalow, N. L., y Tylka, T. L. (2015). Assessing positive body image: Contemporary approaches and future directions. *Body Image*, 14, 130–145.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.03.010>

Wills, Thomas. (1981). Downward comparison principles in social psychology. *Psychological Bulletin*. 90. 245-271.
https://www.researchgate.net/publication/232505959_Downward_comparison_principles_in_social_psychology

Whitlock, J., Powers, J. L., y Eckenrode, J. (2006). The virtual cutting edge: The internet and adolescent self-injury. *Developmental Psychology*, 42(3), 407–417

Zouitni, S., y Ennam, A. (2025). Behind the Digital Mirror: Motives and Body Image Consequences of AR Beauty Filter Use in Morocco. *International Journal Online of Humanities*. 6(2), 23-35.

Anexos

Anexo - Prueba Piloto -

Entrevistador: En los últimos años, ¿ha notado cambios significativos en los motivos de consulta de las adolescentes?

Entrevistado: Sí, definitivamente. A ver, la adolescencia siempre fue una etapa de mucha turbulencia, pero lo que noto ahora es que el cuerpo quedó absolutamente en el centro de la escena. Antes quizás la consulta venía más por conflictos familiares, rebeldía o problemas vocacionales. Hoy la puerta de entrada al consultorio suele ser la angustia desmedida, los cuadros de ansiedad severa y una preocupación casi obsesiva por la imagen. También bajó mucho la edad; estoy viendo nenas de 11 o 12 años con un nivel de autoexigencia estética y un sufrimiento psíquico que antes por ahí se veía recién a los 16. Hay como una urgencia por encajar que las desborda muy rápido.

Entrevistador: ¿Cuáles considera que son los principales desafíos subjetivos que enfrentan las mujeres adolescentes en la actualidad?

Entrevistado: Creo que el mayor desafío es poder armar una identidad propia frente a la mirada de un "otro" que hoy es anónimo, masivo y muy cruel. Las chicas están sometidas a un escrutinio constante. Tienen que sostener una imagen idealizada que no da tregua, porque las redes funcionan 24/7. El desafío subjetivo ahí es enorme: ¿cómo me construyo a mí misma, cómo descubro qué deseo y quién soy, si estoy todo el tiempo consumiendo mandatos de cómo debería verme o actuar para ser validada? Es muy difícil para ellas separar su propio valor como personas de la imagen que proyectan.

Entrevistador: ¿De qué manera observa que la vida digital se entrelaza con la construcción de la identidad en estas jóvenes?

Entrevistado: Es que hoy ya no hay una barrera clara entre lo "digital" y lo "real" para ellas; es todo el mismo ecosistema. La vida digital es su vida social. La identidad se construye mucho en base a la respuesta inmediata: subo una foto o un video y mi estado de ánimo del día depende de cuántos likes tuvo, quién la miró, si me comentaron algo lindo o si me ignoraron. Eso genera una identidad muy frágil, muy puesta en el afuera. Muchas veces terminan moldeando su personalidad, sus gustos y hasta su forma de hablar para encajar en la tendencia o el "*aesthetic*" de turno que dicta TikTok, perdiendo un poco el registro de su propia singularidad.

Entrevistador: En las sesiones, ¿aparece el registro de la comparación con otros? ¿Cómo suelen procesar ese contenido?

Entrevistado: Aparece todo el tiempo, es un tema central en casi todas las sesiones. Eh... el problema es que lo procesan desde la carencia. No es una comparación del tipo "qué lindo pelo tiene ella, me lo voy a cortar parecido". Es una comparación mortificante: "por qué ella tiene ese abdomen y yo soy así", "ella es perfecta y yo soy un desastre". Lo procesan con mucha culpa y con un nivel de autocrítica feróz. Racionalmente quizás te dicen "sí, ya sé que usa filtros", pero a nivel emocional el impacto es real. La angustia se instala igual porque el parámetro de éxito que manejan es ese.

Entrevistador: ¿Existen mecanismos de comparación social en redes sociales? ¿cómo describirías los mecanismos de comparación social que se desarrollan en las redes?

Entrevistado: Sí, las redes están diseñadas específicamente para fomentar esa comparación. El mecanismo funciona mostrándote constantemente el "highlight reel", es decir, el recorte perfecto de la vida del otro. Te muestran cuerpos hegemónicos, rutinas de "that girl" que se levanta a las 5 am, hace skin care, come un bowl de acai y entrena. Todo está estetizado. Las adolescentes consumen esto pasivamente y el mecanismo que se activa es el de medir su propia vida y su propio cuerpo (que es real, con granitos, con estrías, con días de cansancio) contra esa ficción hipereeditada. Es una carrera que siempre, inevitablemente, van a perder.

Entrevistador: ¿Cómo describiría usted los mecanismos o procesos por los cuales la comparación en Instagram o TikTok se convierte en inseguridad corporal en sus pacientes adolescentes?

Entrevistado: Ocurre por la repetición y la saturación visual. El algoritmo te muestra lo que retiene tu atención. Si una chica se siente un poco insegura con sus piernas y se detiene dos segundos de más en un video sobre "cómo afinar las piernas", TikTok le va a empezar a bombardear el feed con chicas de piernas perfectas, dietas restrictivas y rutinas de ejercicio. Ese bombardeo constante normaliza lo irreal. El proceso es que el ojo se acostumbra a esos cuerpos modificados digitalmente y, cuando la adolescente se mira al espejo del baño, su cuerpo natural le parece extraño, deforme o inaceptable. Ahí nace y se enquistaba la inseguridad corporal profunda.

Entrevistador: ¿Qué consecuencias tiene la comparación en redes sociales? Cuando esa insatisfacción con la imagen corporal se intensifica, ¿de qué formas suele manifestarse en el comportamiento de la paciente?

Entrevistado: Se manifiesta primero en la retracción. Dejan de ir a la pileta, evitan juntadas si sienten que están "hinchadas", no quieren salir en fotos, se tapan con ropa muy holgada (el famoso *oversize*). A medida que se intensifica, empiezan las restricciones alimentarias, los conteos obsesivos de calorías, el ejercicio compulsivo o los atracones. A nivel

clínico vemos mucha sintomatología depresiva, aislamiento, ataques de pánico antes de salir de casa, y un rechazo muy violento hacia sí mismas.

Entrevistador: ¿Piensa usted o sabe, que las conductas autolesivas y la inseguridad corporal son consecuencia de la comparación social en redes?

Entrevistado: A ver... No podemos ser reduccionistas y decir que es causa y efecto directo, porque la mente humana es compleja. Las redes sociales no "inventaron" la autolesión. Sin embargo, sí funcionan como un amplificador gigantesco. Si hay una vulnerabilidad previa, un contexto familiar difícil o una estructura emocional frágil, la comparación social en redes actúa como el detonante perfecto. Además, en redes se arman a veces comunidades donde estas conductas (como cortarse o restringir comida) se romantizan o se comparten como "tips", y eso es peligrosísimo porque fomenta la imitación en chicas que están desesperadas por encontrar un alivio o pertenecer a algo.

Entrevistador: En su experiencia, ¿qué significado o función cumplen las conductas autolesivas para la adolescente?

Entrevistado: Funciona como un intento rudimentario y doloroso de tramitar una angustia que no se puede poner en palabras. A veces las chicas sienten un vacío enorme o una saturación de emociones que las desborda por completo, una especie de ruido mental insoportable. El dolor físico, el corte, viene a hacer de borde. Es una manera de decir "acá está el dolor, lo puedo ver, lo puedo controlar". Hace que la angustia pase a ser algo concreto en el cuerpo, generando una paradójica y muy efímera sensación de alivio y descarga.

Entrevistador: ¿Qué relación tiene en el contexto de la inseguridad corporal?

Entrevistado: La relación es muy estrecha. Cuando la inseguridad corporal es tan profunda que la adolescente llega a odiar su imagen, el cuerpo deja de ser propio, deja de ser un lugar a cuidar, y pasa a vivirse como un objeto ajeno y hostil. Es el cuerpo el que "las traiciona" al no ser como el de TikTok, el que las expone al rechazo. Entonces, la autolesión entra ahí muchas veces como un castigo dirigido a ese envoltorio que detestan. Es descargar la frustración y el enojo directamente sobre ese cuerpo que sienten que no sirve o que no alcanza los estándares exigidos.

Anexo 1: Entrevista Profesional 1 -

Entrevistador: En los últimos años, ¿ha notado cambios significativos en los motivos de consulta de las adolescentes?

Entrevistado: Eh... cambios en cuanto a la consulta no, eh... los temas siguen siendo medianamente los mismos, quizás más chicas eh... consultan, digo están como dispuestas a

hacer una terapia o a consultar, tienen como más inquietudes y eh... por ahí lo que disminuyó es la edad, ¿no? como que empiezan algunos conflictos con el tema te digo por lo que estuvimos hablando, ¿no? que me comentaste que ibas a trabajar. Eh... tema autoestima, imagen corporal, eh... vínculos eh... digamos en cuanto a los grupos de pertenencia, eh... vínculo en cuanto a relaciones eh... eh... con el sexo opuesto o con con su mismo sexo, eh... o sea como que arrancan por ahí los conflictos o la necesidad de consultar a más temprana edad y por ahí consultan un poco más también.

Entrevistador: ¿Cuáles considera que son los principales desafíos subjetivos que enfrentan las mujeres adolescentes en la actualidad?

Entrevistado: Eh... la comparación, yo los temas son medianamente parecidos, pero bueno la comparación con otras adolescentes. Eh... hay mucha cuestión al respecto de los diagnósticos como de si tengo o no tengo tal cosa en mi punto de vista y porque me consultan un montón de cosas de ahí también fomentados a raíz de TikTok. TikTok es como un gran tacho de basura eh... al respecto de estas cosas de lo que plantean por ahí otras chicas de su edad o chicas más grandes o otras influencers eh... al respecto de ya sea consejos de alimentación o de si tengo o no tengo tal cosa o o si soy una persona eh... con autismo, con TLP, con TDH. Eh... mucho, mucho al respecto de esto de compararse y de buscar por ahí encajar, o sea, por las problemáticas que pasan muchas veces en la adolescencia cómo encontrar un diagnóstico que reúna todo esto, digamos como que, bueno tengo esto. Y no siempre como para ponerle un nombre sino muchas veces como para justificar un montón de cosas que están sintiendo.

Entrevistador: ¿De qué manera observa que la vida digital se entrelaza con la construcción de la identidad en estas jóvenes?

Entrevistado: Bueno, como te decía antes un montón. Eh... en cuanto a cómo son, en cuanto a cómo deberían ser, eh... a modelos a seguir, eh... imágenes de de perfección o a lo que deberían apuntar, eh... sentirse menos de determinadas personas, eh... lo que esto de los *likes* o o si compartieron o no cosas y quién se los comenta o no, eh... o si reciben algún tipo de agresión. Creo que las redes eh... el tema de la vida digital a veces está mucho más presente que que la vida real eh... o porque se hablan también eh... por WhatsApp también o o en diferentes grupos que van armando en en todas las aplicaciones que hay o en las que van usando los adolescentes o a través del tema de los videojue- los chats de de los videojuegos, eh... juegos en línea, al respecto de eso un montón, se entrelaza un montón, a veces viven más ahí adentro que que la vida real.

Entrevistador: En las sesiones, ¿aparece el registro de la comparación con otros? ¿Cómo suelen procesar ese contenido?

Entrevistado: Sí, aparece un montón, eh... y no lo procesan demasiado bien. Aparecen emociones, eh... angustia, eh... sí, como no hay un buen procesamiento. No hay como una mirada más crítica o o una mirada más desde afuera de decir, no sé, o en la comparación, por ejemplo, no sé, tal tiene un mejor cuerpo y bueno, yo voy a intentar hacer algo saludable, ¿no? Eh... no sé, actividad física, o voy a modificar mis hábitos, pero desde un lugar saludable, como para como para tener alguien de referente, ¿no? Es como un modelo a seguir al cual yo nunca llego, eh... y bueno, y eso provoca un montón de angustia y a veces conductas, eh... como esto que hablábamos antes, eh... relacionadas más con algo más de agresión hacia sí mismas, eh... o un trastorno alimenticio.

Entrevistador: ¿Existen mecanismos de comparación social en redes sociales? ¿cómo describirías los mecanismos de comparación social que se desarrollan en las redes?

Entrevistado: Sí, hay mecanismos de comparación social en las redes. Eh... a ver, por ahí lo que hay mucha diferencia son en cuanto a en cuanto a lo económico de la comparación social también como el pertenecer o no pertenecer a ciertos grupos o tomar conductas eh... que te te harían pertenecer a cierta tribu o o ser de tal o cual manera o qué cosas hacer o no hacer en base a dónde quiero pertenecer.

Entrevistador: ¿Cómo describiría usted los mecanismos o procesos por los cuales la comparación en Instagram o TikTok se convierte en inseguridad corporal en sus pacientes adolescentes?

Entrevistado: Y los mecanismos es que lo que está en Instagram o en TikTok suele ser palabra santa o es como la verdad y no hay beneficio de duda, es como, bueno, si está en Instagram o en TikTok es así. Eh... es como como para otra persona de otra edad diría en su momento es la Biblia, bueno, es como lo que está ahí eh... eso es lo que es. Entonces eso al no llegar, digo, es como tomarlo como espejo de esto es lo que debería ser o esto es lo que gusta, esto es lo que se usa, eh... esto es lo que le gusta a un chico, eh... es a lo que se debería apuntar, empiezan a compararse y empiezan a mirar su cuerpo que claramente, si hablamos de diversidad corporal, la mayoría de las personas no llega a ese ideal que que se presentan en las redes y y bueno, y ahí aparecen las inseguridades como de no sentirse suficientes físicamente y en cuanto a la autoestima, en cuanto a todo.

Entrevistador: ¿Qué consecuencias tiene la comparación en redes sociales? Cuando esa insatisfacción con la imagen corporal se intensifica, ¿de qué formas suele manifestarse en el comportamiento de la paciente?

Entrevistado: Eh... y sobre todo trastornos alimenticios, eh... problemas de autoestima, eh... y en cuanto a cómo correrse un poco del mundo social muchas veces, encerrarse, depresión, eh... ansiedad muchísima, de todo tipo. Eh... correrse de los grupos, no asistir a

algún deporte o hacer alguna actividad que les gustaría porque eh... creen que que no pueden, que no son suficientes, que van a ser juzgados, eh... desde ese lugar.

Entrevistador: ¿Piensa usted o sabe, que las conductas autolesivas y la inseguridad corporal son consecuencia de la comparación social en redes?

Entrevistado: A ver, eh... ¿piensa usted o sabe que las conductas autolesivas y la inseguridad corporal son consecuencias de la comparación social en redes? Eh... la inseguridad corporal muchas veces sí, pero vivimos en una sociedad eh... en la cual, digamos, hay un mandato en cuanto a la mujer que se traslada también, o sea, se transmite de generación en generación, y muchas de las madres de esas adolescentes lo han vivido y lo han vivido hasta algunas abuelas porque si hablamos de adolescentes actuales por ahí las abuelas tienen 60 años, eh... y las madres cuarenta y pico, eh... o menos. Y es como transgeneracionalmente se ha vivido eso y conductas que ven también en la casa de las madres, comentarios y un montón de cosas. Eh... sí creo que las redes sociales fomentan un montón, como esto que te decía con *influencers* y personas que dan consejos de alimentación que no son tales, o cosas que deberían hacer con su cuerpo también. Eh... no estoy tan de acuerdo en que las redes sociales eh... generen conductas autolesivas. Sí puede ser por imitación de, como te decía de alguna tribu, de algo que que algo que se está usando, digo o alguien cuenta que le está pasando tal cosa o está padeciendo una depresión o una ansiedad y por ahí recurre a autolesionarse y cuenta su historia y después ellas van y lo copian, pero si no, eh... digo ellas porque normalmente trabajo más con mujeres, eh... no no porque no crea que los chicos puedan hacer lo mismo. Eh... pero no tan directo como por ahí la inseguridad en cuanto a su cuerpo. Me parece que hay mucho más imagen corporal en redes y eso afecta principalmente a la inseguridad corporal.

Entrevistador: En su experiencia, ¿qué significado o función cumplen las conductas autolesivas para la adolescente?

Entrevistado: Desde la psicología y los modelos que yo sigo de psicología, eh... siempre nos han explicado las conductas autolesivas en cuanto a lo que genera la salida de la sangre como un calmante natural del del cuerpo, digo, en realidad baja un poco lo que es el tema de la ansiedad cuando sale sangre, ¿no? Entonces digo tiene un efecto que calma realmente un montón de cuestiones en cuanto a la ansiedad y aunque la persona no lo haga con ese fin, es lo que termina experimentando, entonces creemos, digamos, que es una forma de autorregularse. Eh... ¿Qué función cumplen en los adolescentes? Los autorregula en cuanto a la ansiedad, pero como te digo me parece que hay mucha cuestión de... a ver, no vamos a recurrir al llamado de atención, sino de de comparación de tal persona lo hace y bueno nosotros lo hacemos o yo lo hago, o el grupo lo hace, eh... no sé si está tan pensado el para

qué lo hago, pero sí que genera un efecto de alivio. No, no necesariamente es una conexión con me quiero matar, sino que es una forma de autorregularse.

Entrevistador: ¿Qué relación tiene en el contexto de la inseguridad corporal?

Entrevistado: Como te decía, yo particularmente no lo conecto directamente, pero bueno, puede ser que que también, o sea, suceda cuando se ven gordas o no les gusta su cuerpo y es como una forma como también de sacarse esa presión de encima y esos pensamientos que los están atosigando, eh... esa rumiación mental y decir bueno, es como corto con esto. Es como esa sensación de cortar con eso que estoy atravesando o de odiar su cuerpo puede venir por ese lado en cuanto a la inseguridad corporal y el tema de las autolesiones.

Anexo 2: Entrevista Profesional 2 -

Entrevistador: En los últimos años, ¿ha notado cambios significativos en los motivos de consulta de las adolescentes?

Entrevistado: Cabe destacar que el período del desarrollo denominado Adolescencia, ha sido en todas las épocas un ciclo de la vida que en sí mismo es complejo y contiene muchos procesos conflictivos que exigen resolución, como así también implica asumir nuevos desafíos y construcciones.

Al respecto de los distintos motivos de consultas ,en la actualidad persisten muchos motivos que siempre estuvieron presentes en 38 años que realizó Asistencia psicoterapéutica hoy y en los últimos 15 a la actualidad encuentro en aumento la depresión en la adolescencia, la ansiedad, la falta de tolerancia a la frustración, mayor tendencia al " acting out", (ej. Conductas autolesivas, Conductas delictivas, entre otras), ansiedad y angustia en relación a la propia representación de su imagen corporal, e Identidad de género.

Entrevistador: ¿Cuáles considera que son los principales desafíos subjetivos que enfrentan las mujeres adolescentes en la actualidad?

Entrevistado:En la construcción de la subjetividad inciden muchos procesos entre ellos procesos identificatorios, cognitivos, afectivos, psíquicos, interpretativos, cultura y contextos.

La cultura y contexto incide en la conformación subjetiva, por lo tanto teniendo en cuenta los contextos actuales en los que se ofrecen modelos " de comportamientos, como así también se exhiben aspectos físicos que conforman una imagen corporal con determinadas características, que se las relaciona a la obtención de mejores resultados en distintas áreas de la vida.

Teniendo en cuenta lo dicho, encuentro que dichas imágenes ofrecidos por distintos medios, se han convertido en algunas adolescentes una exigencia o desafío a alcanzar.

También considero que los cambios tan vertiginosos permanentes en la distintas realidades y en escenarios laborales implica la exigencia de afrontar permanentemente la incorporación de técnicas y herramientas que muchas veces cuando no se alcanza genera angustia, ansiedad y preocupación.

Entrevistador: ¿De qué manera observa que la vida digital se entrelaza con la construcción de la identidad en estas jóvenes?

Entrevistado: La relación a las nuevas tecnologías incorporadas en la Práctica cotidiana a través del uso por distintos motivos entre ellos incluso educacionales, y siendo incluso herramientas para la comunicación, tiene como consecuencia la incidencia en las construcción de las identidades.

Es decir la frecuencia de su uso incorporada en las prácticas cotidianas en las distintas áreas de la vida, provoca que se entrelace a la construcción de las identidades.

Entrevistador: En las sesiones, ¿aparece el registro de la comparación con otros? ¿Cómo suelen procesar ese contenido?

Entrevistado: Las distintas redes llamadas redes sociales, ofrecen permanentemente Diferentes imágenes, secuencias, configuraciones de escenas en las que muestran ofrecen formas mecanismos, herramientas , estilos de vida, formas de resolver situaciones, obtención de : "resultados eficaces vs fracasos", formas y medios que los adolescentes asimilan a través de mecanismos identificatorios, o imitativos.

Entrevistador: ¿Existen mecanismos de comparación social en redes sociales? ¿cómo describirías los mecanismos de comparación social que se desarrollan en las redes? ¿Cómo describiría usted los mecanismos o procesos por los cuales la comparación en Instagram o TikTok se convierte en inseguridad corporal en sus pacientes adolescentes?

Entrevistado: En relación a como lo procesan, generalmente no cuestionan los contenidos. No se interrogan sobre la fuente y procedencia de los contenidos, y le otorgan alta validez.

En relación a como los mecanismos o procesos, que ofrecen las redes tienen incidencia en el modo en el que se perciben ocasionando inseguridad afectando sus comportamientos,

Ese efecto o impacto negativo se produce porque los y las adolescentes aceptan los modelos ofrecidos por las redes, como ideales sin cuestionar e interrogar sobre orígenes, producción, conformación, fines y medios, de los contenidos.

Las adolescentes imitan, se identifican con los actores, y adoptan conductas, o estrategias que en dichos contenidos expresan a través de los actores que a su vez se proponen como modelos de valores referenciales positivos.

Entrevistador: ¿Qué consecuencias tiene la comparación en redes sociales? Cuando esa insatisfacción con la imagen corporal se intensifica, ¿de qué formas suele manifestarse en el comportamiento de la paciente?

Entrevistado: La relación entre insatisfacción y conductas autolesivas, Depresión, Adicciones, alteraciones en la imagen corporal, Alteraciones en comportamientos, Alimentación, Relaciones interpersonales, Entre otras(os), se encuentran directamente relacionada a la insatisfacción e inseguridad.

Sin duda las redes forman parte de la práctica cotidiana integrándose los contenidos de las mismas como realidades que muchos adolescentes no cuestionan, Por lo tanto cuando los modelos imágenes que ofrecen como modelos e ideales a seguir, no son analizados, cuestionados, los o las adolescentes los integran asimilan como parte de su conductas o personalidad, en consecuencia, pueden tener un impacto negativo en la vida de los y las adolescentes.

Entrevistador: ¿Piensa usted o sabe, que las conductas autolesivas y la inseguridad corporal son consecuencia de la comparación social en redes?

Entrevistado: Las conductas autolesivas se relacionan con contenidos de las redes, pero sin duda también en los o las adolescentes que se provocan daño así mismos (as). También inciden otros factores que pueden sumarse a la incidencia de los efectos de las redes.

Entrevistador: En su experiencia, ¿qué significado o función cumplen las conductas autolesivas para la adolescente?

Entrevistado: Las conductas autolesivas están asociadas a efectos negativos de los contenidos de las redes, pero sin duda también inciden otros factores conflictivos.

En ese sentido en cada persona humana adolescente habrá que tener en cuenta la suma de distintos factores y lo singular de cada historia de vida, y circunstancias,...

Entrevistador: ¿Qué relación tiene en el contexto de la inseguridad corporal?

Entrevistado: En relación a los contextos, sin duda los distintos contextos: Contexto familiar, educativo, social, cultural se hallan asociados a las distintas sintomatologías que pueden presentar cada ser humano.

Anexo 3: Entrevista Profesional 3 -

Entrevistador: En los últimos años, ¿ha notado cambios significativos en los motivos de consulta de las adolescentes?

Entrevistado: En los últimos años he notado que cada vez son más los adolescentes que consultan por sentirse ansiosos e inseguros con su imagen. Lo que antes aparecía como una preocupación secundaria, hoy es el núcleo del malestar. La ansiedad no es generalizada, sino que está "localizada" en el cuerpo; hay una urgencia por responder a un ideal que parece inalcanzable, lo que genera cuadros de angustia muy marcados cuando la realidad del espejo no coincide con la expectativa digital.

Entrevistador: ¿Cuáles considera que son los principales desafíos subjetivos que enfrentan las mujeres adolescentes en la actualidad?

Entrevistado: Los principales desafíos que enfrentan las mujeres en la actualidad es poder manejar la presión que sienten por cumplir con cierta imagen de belleza. Hoy en día veo muchas adolescentes desesperadas por mostrar una imagen perfecta; en edades cada vez más tempranas se realizan tratamientos estéticos que pueden poner en peligro su salud. Entre ellos, el uso constante de uñas postizas, pestañas y maquillaje excesivo incluso para asistir a clases. El desafío subjetivo aquí es construir una identidad que no esté únicamente sujeta al envase, en un mundo que les exige ser objetos de consumo visual antes que sujetos con deseos propios.

Entrevistador: ¿De qué manera observa que la vida digital se entrelaza con la construcción de la identidad en estas jóvenes?

Entrevistado: La vida digital se entrelaza íntimamente con la construcción de la identidad, ya que genera presión por mostrarse perfectos. Se comparan con otros y están pendientes de la aprobación del entorno por medio de likes, seguidores y comentarios. A su vez, les permite comunicarse con sus pares, pero en muchas ocasiones es muy nocivo. Funciona como un espejo constante y público; la identidad se fragmenta entre el "yo real" y el "yo digital", y el adolescente deja de habitar su realidad para vivir en función de lo que su perfil debe mostrar.

Entrevistador: En las sesiones, ¿aparece el registro de la comparación con otros? ¿Cómo suelen procesar ese contenido?

Entrevistado: Existen mecanismos de comparación constantemente. En las sesiones observamos que los procesan de manera crítica en el discurso, pero en la práctica se sienten profundamente afectados a nivel emocional. No alcanza con que entiendan racionalmente que

lo que ven tiene filtros; el afecto y la herida a la autoestima se producen igual, porque el ideal sigue operando como una exigencia de satisfacción que ellas no pueden alcanzar en la realidad.

Entrevistador: ¿Existen mecanismos de comparación social en redes sociales? ¿cómo describirías los mecanismos de comparación social que se desarrollan en las redes?

Entrevistado: Creo que sí existen mecanismos de comparación social todo el tiempo: desde mostrar un auto de lujo, el lugar donde van de vacaciones, ropa y zapatillas de ciertas marcas, cadenas de oro, hasta casas en barrios privados. Esto los lleva a competir constantemente por los likes y los seguidores. Las redes han democratizado la envidia y la competencia; ya no se compete con el vecino, sino con un estándar global de éxito y consumo que es, por definición, insaciable.

Entrevistador: ¿Cómo describiría usted los mecanismos o procesos por los cuales la comparación en Instagram o TikTok se convierte en inseguridad corporal en sus pacientes adolescentes?

Entrevistado: Con respecto a TikTok e Instagram, la comparación se convierte en inseguridad ya que muestran imágenes perfectas editadas, lo cual les genera mucha angustia a la hora de compararse. El algoritmo premia imágenes fragmentadas y retocadas, y el ojo se acostumbra a una perfección artificial. Al compararse, las pacientes desarrollan una percepción distorsionada, viendo sus cuerpos naturales como "fallados" o "insuficientes" frente a la imagen estática y perfecta de la pantalla.

Entrevistador: ¿Qué consecuencias tiene la comparación en redes sociales? Cuando esa insatisfacción con la imagen corporal se intensifica, ¿de qué formas suele manifestarse en el comportamiento de la paciente?

Entrevistado: Las consecuencias son ansiedad, depresión y baja autoestima crónica. Cuando esa insatisfacción con la imagen corporal se intensifica, se puede manifestar con trastornos alimenticios. Aparecen conductas como la restricción, los atracones o una obsesión por el ejercicio, como un intento desesperado por tomar control sobre un cuerpo que no les satisface y que sienten que "no encaja".

Entrevistador: ¿Piensa usted o sabe, que las conductas autolesivas y la inseguridad corporal son consecuencia de la comparación social en redes?

Entrevistado: Pienso que en las conductas autolesivas y la inseguridad corporal influye mucho la comparación en las redes, pero no es la única causa. El bombardeo de imágenes actúa como un disparador en personalidades que ya tienen una base de vulnerabilidad. La

comparación constante genera un sentimiento de inadecuación tan insoportable que el sujeto busca una salida rápida, y el cuerpo se convierte en el territorio donde se descarga esa frustración.

Entrevistador: En su experiencia, ¿qué significado o función cumplen las conductas autolesivas para la adolescente?

Entrevistado: En mi experiencia, es un mecanismo disfuncional de regulación emocional. Sirve para aliviar un dolor, enojo o ansiedad que no pueden poner en palabras. Es un intento de traducir un dolor psíquico que las desborda a un dolor físico que sí se puede localizar y controlar. Es, paradójicamente, una forma de "sentir algo" concreto cuando el malestar anímico las deja anestesiadas o sobrepasadas.

Entrevistador: ¿Qué relación tiene en el contexto de la inseguridad corporal?

Entrevistado: Se relaciona con la inseguridad corporal por la baja autoestima y la percepción negativa del cuerpo. Cuando una adolescente odia su imagen, el cuerpo deja de ser un lugar de cuidado para convertirse en un objeto extraño o enemigo. La autolesión es la manifestación de que ese cuerpo "imperfecto" merece ser castigado o que el dolor físico es la única forma de acallar la insatisfacción que les genera no cumplir con el ideal social.

Anexo 4: Entrevista Profesional 4 -

Entrevistador: En los últimos años, ¿ha notado cambios significativos en los motivos de consulta de las adolescentes?

Entrevistado: Sí, en la práctica clínica se ven cambios bastante claros en los motivos de consulta en adolescentes, sobre todo después de la pandemia. Aumentaron las derivaciones, tanto desde la escuela como desde pediatras o por preocupación de los padres; y por demanda activa del consultante.

Aparecen con frecuencia cuestiones de ansiedad, angustia, dificultades para afrontar lo académico o miedo a exponerse. También se ve bastante autoexigencia, miedo a equivocarse y dificultades para manejar lo que sienten.

Atravesaron momentos importantes de su desarrollo en aislamiento, sin rutinas claras ni contacto con pares, y eso hoy se nota en lo vincular, en la tolerancia a la frustración y en cómo enfrentan situaciones sociales.

Aparecen más consultas por temas de imagen corporal, identidad y vínculos. En ese sentido, el espacio terapéutico se vuelve un lugar donde pueden empezar a entender qué les pasa y armar herramientas para transitar esta etapa.

Entrevistador: ¿Cuáles considera que son los principales desafíos subjetivos que enfrentan las mujeres adolescentes en la actualidad?

Entrevistado: Hoy las adolescentes están muy atravesadas por exigencias externas. Hay mucha presión respecto a cómo deberían ser, verse o mostrarse, y eso impacta mucho en la autoestima.

Las redes sociales tienen un peso importante ahí, porque todo el tiempo están expuestas a modelos difíciles de alcanzar y a comparaciones constantes.

A nivel familiar también hay cambios. Muchos padres tienen dificultades para ubicarse en el lugar de autoridad, pasan de modelos más rígidos a otros más horizontales, y a veces queda medio desdibujado el rol. En algunos casos intentan ser más amigos que adultos, y eso desorienta bastante a los adolescentes.

También pasa mucho que hoy trabajan ambos padres, entonces los adolescentes pasan más tiempo solos o al cuidado de otras personas. Y ahí se pierde bastante lo cotidiano de la transmisión: los hábitos, los límites, el ejemplo.

Algo que se ve mucho en consulta es la poca participación en tareas de la casa. Y eso, que parece algo simple, en realidad es clave: colaborar, ordenar, hacerse cargo de cosas, ayuda a construir disciplina, responsabilidad y también a pensar en el otro. Cuando eso no está, se dificulta ese aprendizaje.

Se suman los roles de sobreprotección. Hay adolescentes que no desarrollan autonomía acorde a la edad, por ejemplo cosas básicas del día a día, y eso después impacta en la seguridad que tienen para manejarse solos.

Y por otro lado, cuesta sostener procesos. Todo tiende a lo inmediato, a cambiar rápido, a no tolerar demasiado la frustración. Aparece dificultad para proyectarse, para sostener algo en el tiempo.

Entrevistador: ¿De qué manera observa que la vida digital se entrelaza con la construcción de la identidad en estas jóvenes?

Entrevistado: Hoy lo digital atraviesa mucho la construcción de identidad. Las redes sociales funcionan como un espacio donde buscan validación, pertenencia y reconocimiento.

Muchas veces cómo se sienten con ellas mismas depende bastante de la respuesta del otro: los “me gusta”, los comentarios o incluso si están o no en ciertos espacios. Por ejemplo, estar en “mejores amigos” o en determinados grupos de chat se vuelve algo importante, y quedar afuera se vive como rechazo.

También influye mucho el tipo de modelos que circulan, donde se valora más lo superficial o lo inmediato, y eso a veces aleja de una construcción más propia.

En los vínculos también hay cambios. Muchos adolescentes se relacionan a través de juegos online, con gente que no conocen, solo por audio, sin verse. Entonces se pierde bastante del cara a cara, de la mirada, de lo gestual, que es clave para aprender a vincularse.

Y también cambió mucho cómo se viven los conflictos. Antes una burla quedaba en el aula o en un grupo chico. Hoy eso se puede viralizar, se comparte en grupos, se expone, y se vuelve mucho más difícil de frenar. El impacto es mucho mayor.

Por otro lado, el uso de pantallas ocupa gran parte del tiempo libre. Y eso muchas veces reemplaza actividades como deporte o espacios artísticos, que son fundamentales para desarrollar creatividad, expresión emocional y habilidades sociales.

Y además, está esto de la inmediatez. Todo es rápido, todo es ya, y eso después se traslada a otras áreas donde cuesta sostener procesos o tolerar la espera.

Entrevistador: En las sesiones, ¿aparece el registro de la comparación con otros? ¿Cómo suelen procesar ese contenido?

Entrevistado: Sí, aparece todo el tiempo. Se comparan mucho, con el cuerpo, con la vida social, con lo que hacen otros o cómo se muestran.

Las redes potencian esto porque muestran una versión muy armada de la realidad, y eso genera la sensación de que los otros están mejor.

Y esa comparación suele ser bastante dura con ellas mismas. Aparece mucho el “no soy suficiente”, “no llego”, “me falta”.

En terapia se trabaja bastante en poder frenar eso, cuestionarlo y empezar a construir una mirada más realista y menos exigente.

Entrevistador: ¿Cómo describiría los mecanismos por los cuales la comparación en redes se convierte en inseguridad corporal?

Entrevistado: Tiene que ver con estar todo el tiempo expuestas a ciertos modelos de cuerpo que no son reales o están muy editados.

A partir de eso, empiezan a mirarse desde ese lugar comparativo, sintiendo que su cuerpo está mal o debería ser distinto.

Con el tiempo, esa forma de mirarse se instala y genera inseguridad, vergüenza o rechazo hacia el propio cuerpo.

Entrevistador: ¿Qué consecuencias tiene la comparación en redes sociales

Entrevistado: Se ven preocupaciones excesivas por la apariencia, cambios en la alimentación, conductas restrictivas o una relación más conflictiva con el cuerpo.

Surge el tema de los estilos de alimentación, como el vegetarianismo o veganismo, que en algunos casos están bien sostenidos, pero en otros pueden estar más ligados a preocupaciones con el cuerpo o al control. Por eso, en la práctica clínica muchas veces se trabaja en conjunto con nutricionistas, para que puedan recibir información adecuada y promover hábitos de alimentación más saludables desde el autocuidado.

Y en los últimos años aumentaron bastante las consultas por trastornos alimentarios, incluso en edades más tempranas.

Entrevistador: ¿Piensa que las conductas autolesivas y la inseguridad corporal son consecuencia de la comparación social en redes?

Entrevistado: La comparación influye, pero no es lo único. Generalmente hay varios factores en juego.

Las autolesiones suelen aparecer más como una forma de manejar emociones que se vuelven muy intensas o difíciles de procesar.

Las redes pueden potenciar el malestar, pero forman parte de un contexto más amplio.

Entrevistador: En su experiencia, ¿qué significado o función cumplen las conductas autolesivas para la adolescente?

Entrevistado: Muchas veces funcionan como una forma de aliviar una angustia muy fuerte. Algunos refieren que el dolor físico les baja lo que sienten internamente.

También puede ser una forma de expresar algo que no pueden decir o de recuperar cierta sensación de control.

Entrevistador: ¿Qué relación tiene esto con la inseguridad corporal?

Cuando hay mucha insatisfacción con el cuerpo, la relación con una misma se vuelve más crítica. Entonces el cuerpo termina siendo el lugar donde se descarga el malestar, y ahí pueden aparecer conductas de control o de castigo.

Anexo 5: Entrevista Profesional 5 -

Entrevistador: En los últimos años, ¿ha notado cambios significativos en los motivos de consulta de las adolescentes?

Entrevistado: Sí, noto que los pacientes consultan con niveles de ansiedad mucho mayores; están más ansiosos. He observado que, en varios casos, la ansiedad es tan desbordante que termina manifestándose orgánicamente con reacciones como arcadas o vómitos. El cuerpo reacciona ante algo que resulta intolerable. Me parece que esto tiene que ver con una falta de diálogo, con la dificultad para poner palabras y, sobre todo, con la inmediatez y la incapacidad de tolerar la espera en la actualidad.

Entrevistador: ¿Cuáles considera que son los principales desafíos subjetivos que enfrentan las mujeres adolescentes en la actualidad?

Entrevistado: Creo que hay un desafío central en relación a la pregunta sobre qué es ser una mujer para cada una, qué significa eso y qué es lo que realmente se desea. Hoy no parece haber mucho espacio para que ellas puedan preguntarse o conectarse con su propio deseo; el entorno no facilita ese tiempo de introspección.

Entrevistador: ¿De qué manera observa que la vida digital se entrelaza con la construcción de la identidad en estas jóvenes?

Entrevistado: En mi práctica particular, no veo que la vida digital influya de manera tan directa en la imagen como se suele creer. Me parece que la problemática de la exigencia física y la puesta en el cuerpo es algo que siempre ha sucedido. Cuando esto no se puede tramitar a través de la palabra, se vuelca al cuerpo, pero lo veo más ligado a los vínculos familiares y a la historia subjetiva que a una influencia puramente digital.

Entrevistador: En las sesiones, ¿aparece el registro de la comparación con otros? ¿Cómo suelen procesar ese contenido?

Entrevistado: La verdad es que no surge mucho esa problemática en el espacio de sesión. Y digo "lamentablemente" porque en la comparación también hay una búsqueda de identidad; es un mecanismo que, si se encara de manera constructiva, permite al adolescente tomar rasgos del otro para armar su propio entramado identitario. Cuando traen algo de los demás, lo trabajamos como información: qué le pasa con ese rasgo del otro, si le gusta o le molesta, para poder procesarlo a nivel de su propia identidad.

Entrevistador: ¿Existen mecanismos de comparación social en redes sociales? ¿Cómo describirías los mecanismos de comparación social que se desarrollan en las redes?

Entrevistado: Sí, obviamente existen. Aunque no estoy de acuerdo con la inmediatez ni con el consumo excesivo de las redes, entiendo que a veces traen situaciones que sirven para pensar. El problema surge cuando esa exposición reemplaza la palabra o el pensamiento reflexivo por la inmediatez de la imagen.

Entrevistador: ¿Cómo describiría usted los mecanismos o procesos por los cuales la comparación en Instagram o TikTok se convierte en inseguridad corporal en sus pacientes adolescentes?

Entrevistado: Más que la red en sí, lo que observo es que el contexto actual hace muy difícil conversar y entender la diversidad. Cuesta transmitir que cada uno es distinto y que el trabajo debe ser con uno mismo. La inseguridad corporal aparece cuando no hay un marco simbólico que permita alojar las diferencias, y la red social solo viene a exponer esa falta de soporte previo.

Entrevistador: ¿Qué consecuencias tiene la comparación en redes sociales? Cuando esa insatisfacción con la imagen corporal se intensifica, ¿de qué formas suele manifestarse en el comportamiento de la paciente?

Entrevistado: Se manifiesta principalmente con irritabilidad, enojo y autocríticas feroces. En el caso de los trastornos alimentarios, vemos que se empieza a trastornar la manera en que se alimentan, las cantidades y, en ocasiones, aparece el ejercicio excesivo o conductas marcadamente restrictivas como un intento de control.

Entrevistador: ¿Piensa usted o sabe que las conductas autolesivas y la inseguridad corporal son consecuencia de la comparación social en redes?

Entrevistado: Actualmente no tengo pacientes con conductas autolesivas, pero considero que, más allá de la influencia social —que es real—, es fundamental trabajar lo subjetivo. Hay que ver qué le pasa a ese paciente particular con lo que viene de afuera y cuál es su apoyo familiar. La disponibilidad de un adulto para compartir lo que está pasando cambia totalmente el panorama. La autolesión aparece justamente cuando no se puede hablar.

Entrevistador: En su experiencia, ¿qué significado o función cumplen las conductas autolesivas para la adolescente?

Entrevistado: Cumplen una función de alivio. Buscan en el dolor físico algo más tolerable que el "dolor en el alma". Es un pasaje al acto donde no tramita la palabra; un intento de corte o separación concreto porque no se puede pasar al nivel simbólico. Al no poder hablar, necesitan romper el dolor psíquico con un corte físico que les produce un alivio inmediato.

Entrevistador: ¿Qué relación tiene en el contexto de la inseguridad corporal?

Entrevistado: Se relaciona en la medida en que el contexto actual dificulta poner en palabras la propia identidad. La inseguridad corporal es un síntoma de esa dificultad para tramitar la diversidad y lo propio. Cuando no hay palabras para sostener el cuerpo, el cuerpo queda expuesto a estas manifestaciones de ansiedad y malestar.

Anexo 6 - Consentimiento Informado

Yo (Nombre/s y Apellido/s),.....
Tipo y número de documento:..... Matrícula
Profesional:..... Con domicilio real en calle....., de la
ciudad de..... Provincia..... en mi carácter
de Profesional de la Salud Mental (Psicólogo/a) declaro que:

Doy mi consentimiento para participar de forma voluntaria en la investigación académica titulada "Comparación social en redes sociales, y su relación con el desarrollo de inseguridad corporal y conductas autolesivas en mujeres adolescentes", conducida por la alumna investigadora Julieta Jaeger, dejando constancia asimismo que he sido debidamente informado/a de los propósitos y condiciones de la práctica investigativa.

He sido advertido/a e informado/a de que mi participación consistirá en una entrevista semiestructurada de modalidad virtual, la cual será grabada en formato de audio exclusivamente para facilitar su posterior transcripción hermenéutica y análisis de datos, habiéndome respondido todas las preguntas que he realizado respecto a la metodología.

En consecuencia de lo expresado, entiendo y acepto que la información brindada será tratada con estricta confidencialidad. Eximo a la investigadora de utilizar mi nombre real, ya que se me ha garantizado que mi identidad y privacidad serán protegidas mediante el uso de un seudónimo alfanumérico en el cuerpo del trabajo, anexos e informes posteriores, y que conservo el derecho de retirarme del estudio o negarme a responder en cualquier momento, sin que ello ocasione daños y perjuicios de ninguna índole.

Comentarios adicionales
.....
.....

Confirmando que he leído y comprendido perfectamente los puntos anteriores, y que todos los espacios en blanco han sido rellenados, y/o no, antes de mi firma.

Bs.As.,.....de.....de.....

Firma del/la Profesional de la Salud Mental (Participante de la investigación):

.....
Aclaración:.....

D.N.I.:.....

Matrícula

Profesional:.....

Por la presente, certifico que me he ofrecido a contestar cualquier pregunta y he contestado completamente las preguntas hechas. Considero con certeza que el/la Profesional.....

..... comprende completamente lo que le he explicado y contestado respecto a su participación en la investigación.

Firma y aclaración de la investigadora:

Julieta Jaeger - ID: 000-18-2966

Fecha:.....de.....de.....