

CUANDO PONEMOS LA MIRADA EN LO SOCIAL

Estereotipos y roles de género

Estigma del peso

Empoderamiento corporal: aceptación corporal, ¿una utopía?

Políticas públicas y agentes socialización



Vulnerabilidad Individual: exposición medios comunicación y variables psicológicas

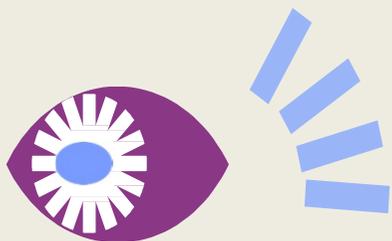
Violencias interpersonales y estructurales

Opinión necesidad de transformaciones sociales

Temas debatidos		Bloques temáticos encuesta online
Fase 1. Grupo discusión online profesionales interdisciplinar	Fase 2. Grupo discusión online mujeres que padecen o han padecido trastorno alimentario	Fase 3. Encuesta online mujeres que padecen o han padecido trastorno alimentario

Calado, M. (2024). Estudio 136. *Informe sobre mujeres jóvenes y trastornos de la conducta alimentaria: impacto de los roles y estereotipos de género.*

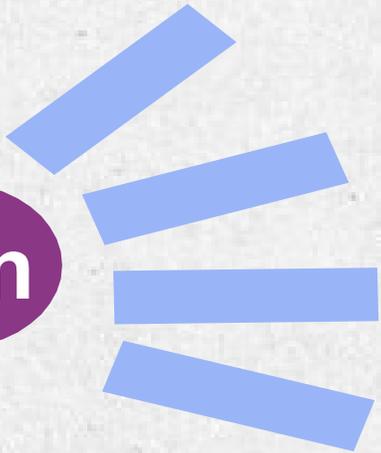
Madrid: Instituto de las Mujeres



VIOLENCIA ESTRUCTURAL



Grupos Discusión

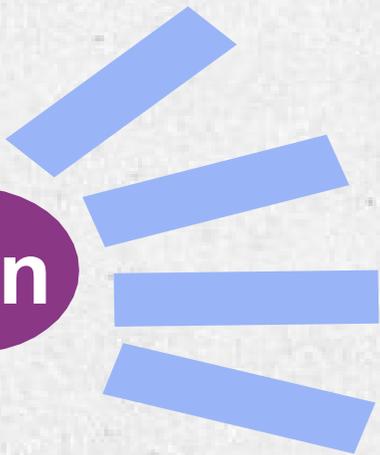


CONTEXTO SOCIOCULTURAL VS. VULNERABILIDAD INDIVIDUAL

Acuerdo en todos los grupos de discusión

El **sexismo** y el **estigma del peso** están presentes en la vida de las mujeres que padecen o han padecido trastornos alimentarios, pero es preciso un **esfuerzo para poder verlo**, dado que funciona a través de sutiles **violencias simbólicas naturalizadas por la sociedad e interiorizadas por las mujeres que padecen trastornos alimentarios**, potenciadas en los medios de comunicación y redes sociales

Grupos Discusión

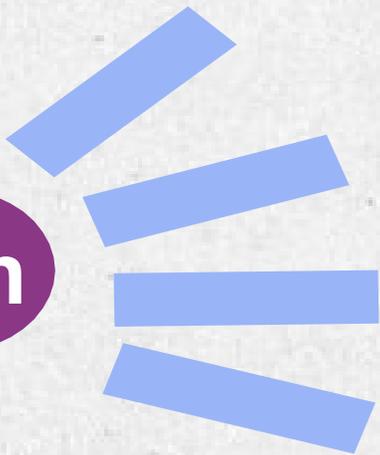


Estigma de peso

Grupos de discusión con mujeres que padecen o han padecido un trastorno alimentario

Se describen **vivencias cotidianas** en las que se pone **el foco en el peso** de alguien para que “**cuide su salud**”: experiencias de primera mano con familias, profesionales médicos y/ o compañeros/as escolares

Grupos Discusión



Estigma de peso

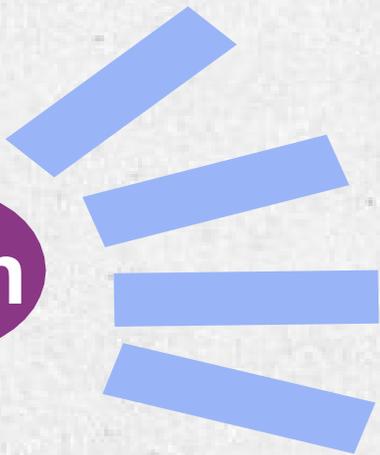
Las mujeres que padecen o han padecido un trastorno alimentario con cuerpos no normativos

- No encuentran referentes de mujeres con diversidad corporal ni en los medios de comunicación, ni en las redes sociales, ni en la industria audiovisual
- Evitan ir al médico por miedo a ser humilladas y regañadas por su peso
- No acuden a actividades deportivas o de ocio, como los gimnasios, porque resultan espacios hostiles por su peso
- No encuentran tallas de la ropa que les gusta
- Se someten a interminables ciclos de dietas o ejercicio físico excesivo con ciclos de bajada y subida de peso y que dañan su salud física y mental. Se sienten frustradas porque, a pesar de estas conductas dañinas, no están dentro de ese ideal de cuerpo delgado porque va en contra de su biología
- Su propósito vital es o fue adelgazar

Calado, M. (2024). Estudio 136. *Informe sobre mujeres jóvenes y trastornos de la conducta alimentaria: impacto de los roles y estereotipos de género.*

Madrid: Instituto de las Mujeres

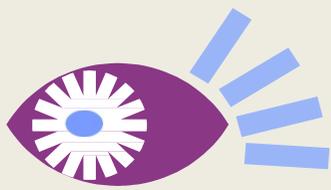
Grupos Discusión



Necesidad de transformaciones sociales

Acuerdo en todos los grupos de discusión

- La violencia normalizada contra los cuerpos de las mujeres debe parar
- Todos los cuerpos, independientemente de su género, apariencia o tamaño, edad y etnia, deben tener los mismos derechos y oportunidades. La inclusión es un tema de justicia social
- Se verbalizan distintas propuestas de transformaciones sociales que se tienen en cuenta en la encuesta online
- Las transformaciones sociales, no pueden ser en un único frente, ni en un único nivel
- Se necesitan las miradas de todo el mundo, interseccionalidad y trabajo colaborativo



ENCUESTA ONLINE

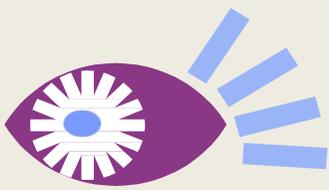
OPINIÓN: NECESIDAD DE TRANSFORMACIONES SOCIALES

Intervenciones para favorecer mejor relación mujeres
con sus cuerpos y autoestima

90%



1. Concienciación de la población general sobre lo perjudiciales que resultan los estereotipos y roles de género tradicionales para que también llegue esta visión a familias y entorno de las mujeres
2. Trabajo de pensamiento crítico en la infancia y adolescencia sobre los contenidos que aparecen en los medios de comunicación o las redes sociales
3. Información actualizada a colectivos de profesionales (medicina o educación) para que no se produzcan situaciones de desvalorización y de discriminación sobre el cuerpo de las mujeres



ENCUESTA ONLINE

OPINIÓN: NECESIDAD DE TRANSFORMACIONES SOCIALES

Colectivos sobre los que es necesario intervenir



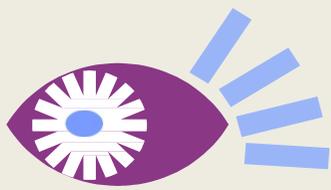
80-90%

Profesionales de salud,
educación,
medios de comunicación,
redes sociales, publicidad,
moda
e industria audiovisual

65%

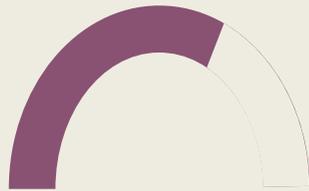


Administraciones Públicas



ENCUESTA ONLINE

OPINIÓN: NECESIDAD DE TRANSFORMACIONES SOCIALES



75%

Necesidad de llevar a cabo regulación a través de leyes o normativas

Es “muy necesario” o “extremadamente necesario”



80-90%

Industrias sobre las que habría que regular

Es necesario regular en publicidad, moda, industria de la belleza e industria alimentaria



70-78%

Industrias sobre las que habría que regular

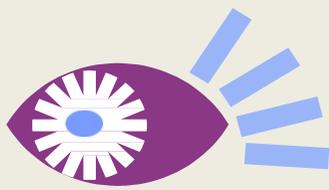
Es necesario regular sobre la industria audiovisual y la farmacéutica



87%

Utilidad de educar a las mujeres con perspectiva feminista para ser conscientes de las situaciones de discriminación sobre sus cuerpos, lo que repercute en su insatisfacción corporal y su autoestima

Es “muy útil” o “extremadamente útil”



ENCUESTA ONLINE

OPINIÓN: NECESIDAD DE TRANSFORMACIONES SOCIALES

Mujeres que opinan que es necesario abordar los siguientes contenidos

1. Importancia de no hablar del cuerpo ni del aspecto físico de las mujeres sino de sus logros: **83,8 %**.
2. Presentación de mujeres por su trabajo (y no por su aspecto físico) en los medios de comunicación y redes sociales: **84,4 %**.
3. No asociar el éxito de una mujer con su peso corporal, su apariencia y/o su aspecto físico: **90,7 %**.
4. Representaciones de mujeres con diversidad corporal: **87,6 %**.
5. Desvincular la salud del peso y hablar de la existencia de salud en todas las tallas corporales: **82,6 %**.
6. Existencia de estigma del peso en profesionales de diferentes ámbitos en la sociedad: **66,4 %**.
7. Tomar conciencia de que el tamaño y la forma corporal no son controlables, que la genética juega un papel importante: **70,9 %**.
8. Asociación entre practicar dieta con peor salud mental (la dieta es clave en el inicio de los trastornos alimentarios u otras enfermedades mentales como depresión o ansiedad en las mujeres): **73,5 %**.
9. Fomentar el aprendizaje de habilidades y capacidades que permitan entender de forma crítica los mensajes vinculados a la imagen corporal de las mujeres (alfabetización mediática): **75,7 %**.
10. Educación sobre redes sociales: los filtros sobre el aspecto físico en las redes sociales, el consumo de la realidad idealizada, las comparaciones con mujeres irreales y gurús con consejos perjudiciales para la salud (p. ej, la cultura del salutismo, estilos de vida saludables, que prima los supuestos logros en el ámbito de la salud por encima de cualquier otro tipo de recompensas y establece asociaciones entre salud y peso): **87 %**.
11. La huella digital (determinados contenidos compartidos online no desaparecen) y ¿qué tipos de contenidos compartir?: **51,6 %**.
12. Educación nutricional en positivo, dejando de lado el discurso del miedo a determinados alimentos: **86,5 %**.
13. El negocio del cuerpo que hay en torno a las inseguridades de las mujeres debido a su insatisfacción corporal (industria belleza, nutrición o salud): **82,5 %**.