



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, JURÍDICAS Y DE LA COMUNICACIÓN

Grado en Publicidad y Relaciones Públicas

DE LA PERFECCIÓN A LA VULNERABILIDAD: el trastorno de salud mental y su representación en los perfiles de Instagram de tres influencers españolas

TRABAJO DE FIN DE GRADO

Elaborado por:
Ane Miren Raso Delgado



Tutelado por:
Florencia Anabel García Rapp

ÍNDICE

RESUMEN	3
ABSTRACT	4
INTRODUCCIÓN	5
JUSTIFICACIÓN	6
OBJETIVOS Y PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN	8
1. MARCO TEÓRICO	9
1.1 Situaciones de influencers y la salud mental	15
1.2 Prensa	21
1. PARTE EMPÍRICA	25
2.1. Metodología	25
2.1.1. Técnica cualitativa	26
2.1.2 Influencers seleccionadas	28
2.2 Análisis	34
2.2.1. ¿Tienes trastornos alimenticios?.	41
2.2.2. No considero belleza natural, una belleza retocada. No confundamos términos por favor.	45
2.2.3. ¿Has sacado al abuelo a pasear? Nieta, el abuelo.	48
2. CONCLUSIÓN	56
3. REFERENCIAS	58
4. ANEXO	62

RESUMEN

En las plataformas de redes sociales, especialmente en Instagram, es común ver comentarios apresurados que pasan por alto la humanidad de las personas detrás de las pantallas. Esto afecta especialmente a las influencers de moda en España, que sufren constantes críticas. Es vital comprender que los influencers son seres humanos reales, con sentimientos y vulnerabilidades. Detrás de las cuidadas publicaciones y fotos, hay personas que pueden resultar afectadas por comentarios hirientes. La falta de empatía y la expresión de opiniones sin pensar en las consecuencias pueden causar daño psicológico. Para abordar este problema, se realizará una investigación con tres influencers de moda españolas. Analizaremos sus publicaciones en Instagram, los comentarios que reciben y cómo responden a ellos.

Palabras clave: Influencers, Instagram, salud mental, redes sociales, seguidores, comentarios, fotografías.

ABSTRACT

On social media platforms, particularly Instagram, it is common to observe hasty comments that disregard the humanity of the people behind the screens. This phenomenon significantly affects fashion influencers in Spain, who are subjected to constant criticism. It is crucial to understand that influencers are real individuals with feelings and vulnerabilities. Behind carefully curated posts and photos, there are human beings who can be affected by hurtful comments. The lack of empathy and the tendency to express opinions without considering the consequences can cause psychological harm to these individuals. To address this issue, an investigation will be conducted selecting three fashion influencers from Spain. The primary objective is to analyze the posts they share on Instagram, examine the comments they receive from their followers, and study how they respond to these comments.

Keywords: Influencers, Instagram, mental health, social media, followers, comments, photograph.

INTRODUCCIÓN

En la era de las redes sociales, plataformas como Instagram se han convertido en un escenario donde la interacción entre influencers y seguidores juega un papel fundamental. Sin embargo, a medida que la popularidad de los influencers crece, también se plantean preocupaciones acerca del impacto que los comentarios y las interacciones de los seguidores pueden tener en la salud mental. Las redes sociales se han convertido en un espacio donde los seguidores pueden expresar libremente sus opiniones y comentarios sobre el contenido compartido por los influencers. Instagram, en particular, se ha convertido en una plataforma popular para los influencers, donde comparten contenido aspiracional y promueven productos y estilos de vida aparentemente perfectos. Además de generar una interacción instantánea y una exposición masiva a través de los comentarios en las publicaciones.

Lamentablemente, estos comentarios no siempre son positivos y constructivos. Los seguidores, en ocasiones, pueden hacer críticas hirientes, comentarios negativos o expresar expectativas poco realistas hacia los influencers. Estas interacciones pueden tener un impacto significativo en la salud mental de los influencers, quienes pueden sentirse presionados para cumplir con las expectativas de sus seguidores o enfrentar el acoso en línea. Los mensajes negativos, la comparación constante y la presión por mantener una imagen perfecta pueden generar estrés, ansiedad, inseguridad e incluso depresión en estos individuos, quienes son constantemente evaluados y juzgados en línea.

Es fundamental reflexionar sobre el impacto que tienen nuestras palabras y acciones en la salud mental de los influencers y reconocer la importancia de fomentar una cultura de respeto y apoyo en las redes sociales. Al ser conscientes de cómo nuestras interacciones pueden afectar a los demás, podemos promover un entorno en línea más empático, donde los influencers y sus seguidores puedan interactuar de manera positiva y constructiva, priorizando el bienestar emocional de todos los involucrados.

JUSTIFICACIÓN

Las redes sociales, especialmente Instagram, juegan un papel fundamental en la vida de las influencers, ya que son su principal plataforma de comunicación con sus seguidores. Es esencial comprender cómo esta exposición constante, la presión por mantener una imagen perfecta y la interacción con miles de seguidores pueden tener un impacto en su salud mental.

Las influencers tienen una amplia audiencia y a menudo son vistas como modelos a seguir, especialmente para los jóvenes. Es importante reconocer los posibles efectos negativos que pueden surgir de su presencia en las redes sociales y trabajar para brindar apoyo y conciencia a quienes las siguen. A pesar de que las influencers pueden proyectar una vida glamorosa y perfecta, es vital destacar que también enfrentan desafíos y problemas de salud mental. Desafortunadamente, existe un estigma asociado a hablar abiertamente sobre estos problemas en un entorno tan público como Instagram. Al abordar este tema, se puede contribuir a eliminar la estigmatización y fomentar una mayor conciencia sobre la importancia de cuidar la salud mental.

El entorno digital presenta desafíos específicos en términos de salud mental. Las influencers están expuestas a comentarios negativos, críticas y juicios constantes, lo que puede afectar su autoestima y bienestar emocional. Es fundamental analizar cómo el entorno digital, especialmente Instagram, puede contribuir a la aparición de trastornos mentales y cómo se pueden implementar medidas de prevención y apoyo. La investigación y la intervención desempeñan un papel crucial en la comprensión y el abordaje de los trastornos de salud mental en las influencers de España en Instagram. Al explorar este tema, se fomenta la investigación en un campo emergente, lo que puede proporcionar información valiosa para desarrollar intervenciones y estrategias de apoyo específicas dirigidas a este grupo vulnerable.

Vamos a analizar la presencia de tres influencers de moda en España en Instagram: Claudia Martínez, Laura Escanes y Marta López Álamo. Nos centraremos en las publicaciones que comparten en la plataforma y las respuestas que generan entre sus

seguidores. También examinaremos si estas influencers responden a los comentarios y qué tipo de comentarios reciben mayor atención.

A medida que avanzamos, exploramos las similitudes y diferencias entre estas tres chicas, así como su relación con sus seguidores. Además de analizar si tienen algún trastorno en la salud mental y a que se debe. Ya que trabajar como influencers es estar las 24 horas los 7 días de la semana trabajando y contestando a personas, bien sea por alguna duda que tengan acerca de la publicación, insta stori que hayan subido o por meterse en su vida privada.

Cada una de estas influencers tiene su propio estilo y enfoque en la moda. Sus publicaciones reflejan sus preferencias personales, ya sea a través de outfits diarios, colaboraciones con marcas reconocidas, momentos de su vida personal relacionados con la moda o consejos de estilo. En cuanto a la interacción con sus seguidores, cada influencer tiene una forma particular de responder a los comentarios. Algunas pueden ser más activas y dedicar tiempo a responder preguntas, brindar consejos o mostrar gratitud por el apoyo recibido. Otras pueden tener un nivel de respuesta más variable, dependiendo de la cantidad de comentarios o el contenido de los mismos.

Además de analizar su presencia en Instagram, también es importante considerar el impacto que este tipo de trabajo puede tener en la salud mental de las influencers. Como se mencionó anteriormente, ser una influencer implica estar constantemente disponible, responder a comentarios y mantener una presencia activa en la plataforma. Esta carga constante puede llevar a situaciones de estrés y presión. Es importante recordar que las redes sociales, incluido Instagram, pueden tener un efecto significativo en la salud mental de las personas. La exposición constante a la comparación social, la búsqueda de validación externa y la presión por mantener una imagen perfecta pueden contribuir al desarrollo de trastornos de salud mental, como la ansiedad, la depresión y la baja autoestima.

OBJETIVOS Y PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

El objetivo principal de este estudio es analizar las publicaciones de las influencers en Instagram, así como los comentarios que reciben de sus seguidores, con el fin de comprender la dinámica de interacción entre ambas partes y examinar cómo las influencers gestionan las opiniones y críticas en línea. Se enfocará específicamente en las publicaciones relacionadas con la moda en Instagram y se investigará cómo las influencers responden a los comentarios que reciben.

- ¿Cuáles son los principales temas y contenido que las influencers de moda en España publican en Instagram?
- ¿Cuáles son las diferentes categorías de comentarios que reciben estas influencers en sus publicaciones? (Apoyo, admiración, crítica, descontento, etc.)
- ¿Cómo gestionan las influencers los comentarios negativos o críticas constructivas que reciben en sus publicaciones?

Estas preguntas de investigación servirán como guía para analizar y comprender la dinámica de interacción entre las influencers de moda en Instagram y sus seguidores, así como para examinar las estrategias que utilizan para gestionar los comentarios recibidos. Los resultados de este estudio podrán generar recomendaciones para promover interacciones más respetuosas y saludables tanto por parte de los seguidores como de las influencers en las redes sociales.

1. MARCO TEÓRICO

A lo largo de las décadas desde el surgimiento de Internet en los años setenta, la sociedad ha experimentado una evolución significativa y se ha desarrollado en torno a la red. Esto se debe a la influencia de varios factores clave, entre los cuales destacan la rapidez con la que podemos conectarnos con personas al otro lado, la amplia gama de recursos que Internet ofrece y la posibilidad de mantener cierto grado de anonimato y privacidad. Estas dimensiones desempeñan un papel fundamental para comprender la relación entre Internet y la conducta social (Joinson, 2003).

El avance tecnológico es cada vez mayor, ya no hay un solo dispositivo que no cuente con una aplicación integrada que nos dirija directamente a nuestro perfil web. Las redes sociales pueden ser muy útiles y positivas pero a su vez contienen muchos inconvenientes, como por ejemplo, la creciente dependencia de las personas a los dispositivos móviles, lo cual puede ser un factor determinante en el creciente número de problemas de salud mental. La figura del "influencer" tiene su origen en la evolución de las redes sociales y el crecimiento de la cultura digital. Aunque el concepto de influencia siempre ha existido, la forma en que se manifiesta y se amplifica en la era de Internet es lo que ha dado lugar al surgimiento de los influencers tal como los conocemos hoy en día. El "fenómeno influencer" es aquel que se sustenta en la habilidad de una persona para influir en un grupo específico y alterar sus opiniones. Esta audiencia sigue a dicha persona de manera incondicional, admirando y compartiendo su estilo de vida. (Pérez y Campillo, 2016).

Los influencers son personas que han logrado construir una audiencia significativa y comprometida en plataformas de redes sociales como Instagram, YouTube, TikTok y otros canales en línea. Estas personas utilizan su presencia en línea para compartir contenido sobre diversos temas, como moda, belleza, viajes, fitness, estilo de vida, tecnología, entretenimiento, y más. Instagram introdujo una innovación significativa en el ámbito de las redes sociales al permitir la integración de múltiples funcionalidades en las fotografías (efectos, gifs, etc.) y los videos, lo que atrajo a más usuarios a utilizar

esta plataforma y a compartir contenido de forma constante. No obstante, posiblemente la contribución más destacada de Instagram fue la introducción de las "Historias" (Stories), caracterizadas por ser videos breves e instantáneos, lo cual generó en los usuarios la necesidad de compartir contenido diariamente en sus perfiles (Navarrete, 2018). El surgimiento de los influencers está estrechamente relacionado con el cambio en la forma en que consumimos información y nos relacionamos en la era digital. Con el auge de las redes sociales, se ha facilitado la creación y difusión de contenido por parte de cualquier persona con acceso a Internet.

Esto ha democratizado la capacidad de compartir ideas y opiniones, y ha brindado a las personas la oportunidad de construir comunidades en línea en torno a intereses compartidos. Los influencers se destacan por su capacidad para generar contenido atractivo y relevante para su audiencia. Es interesante resaltar y tener en cuenta que un 84% de las marcas realizan campañas que implican a *influencers*, y que el 81% de los profesionales considera que las relaciones con *influencers* son eficaces o muy eficaces (Augure, 2017).

A medida que la influencia de los influencers creció, las marcas y las empresas comenzaron a reconocer su potencial como embajadores de productos y servicios. Los influencers se convirtieron en una forma efectiva de marketing para llegar a audiencias específicas y generar confianza en torno a ciertas marcas. Esta relación simbiótica entre los influencers y las marcas ha llevado al desarrollo de estrategias de marketing de influencia, donde los influencers promocionan productos y servicios a cambio de compensación económica o productos gratuitos (Kimmel y Kitchen, 2014).

Una de las principales causas que fomenta la propagación de críticas destructivas se encuentra en el diseño mismo de estas aplicaciones. Las redes sociales brindan la posibilidad de expresar opiniones "libremente" sobre cualquier contenido y permiten la creación de cuentas falsas sin necesidad de revelar la identidad real de los usuarios. Si bien existe la posibilidad de una comunicación bidireccional en las redes sociales, muchas veces las personas interactúan con el contenido solo por el placer de comentar, sin esperar ninguna respuesta (Álvarez, 2018; Garaigordobil, 2018).

Además, el acoso puede originarse desde cualquier lugar del mundo donde haya acceso a Internet y en cualquier momento. Como resultado, el acoso no puede ser detenido a menos que el agresor decida voluntariamente poner fin a sus acciones.

Al ser figuras públicas, suelen ser blanco de mensajes de odio. Según Campos (2015), las celebridades son objetivo de este tipo de mensajes debido a que su reconocimiento permite la participación de un mayor número de usuarios, y la cantidad de participantes da a los emisores una sensación de seguridad. El análisis de los mensajes de odio dirigidos a los influencers es relevante, ya que ellos son multiplicadores del discurso público. Su prominencia relativa y el amplio alcance de su audiencia hacen que sus reacciones frente a los mensajes de odio que reciben sean significativas. Según el estudio "Redes sociales 2020" realizado por el IAB Spain, el 56% de los internautas en España sigue a influencers, en comparación con el 41% que sigue a medios de comunicación.

Según Suler (2004), los trolls en línea son personas que participan en las redes sociales y otros espacios en línea con el propósito de provocar, molestar, ofender o perturbar a otros usuarios. Estas personas suelen emitir comentarios provocativos, insultantes o inflamatorios con el objetivo de generar reacciones negativas y crear conflicto. Los trolls en línea buscan llamar la atención y disfrutan de la sensación de poder que obtienen al causar discordia y alterar el ambiente de las comunidades en línea. Utilizan estrategias como el sarcasmo, la burla, la difamación y la desinformación para generar confrontaciones y generar malestar en otros usuarios. Es importante tener en cuenta que no todos los comentarios negativos en línea provienen de trolls. Algunas personas pueden expresar descontento o críticas legítimas de manera constructiva, pero los trolls se distinguen por su intención maliciosa y su persistencia en generar conflictos y perturbaciones.

Según los estudios más recientes de la ONG Plan Internacional sobre el acoso en línea, el 88% de las encuestadas en España admitió que ellas mismas o chicas de su entorno han enfrentado más de una forma de acoso. En cuanto a las redes sociales, Instagram es la plataforma en la que las chicas informan más situaciones de acoso en España, con un 35%, seguido de WhatsApp con un 28% y Facebook con un 20%.

Los insultos y el lenguaje ofensivo son una parte frecuente del discurso en el 77% de los casos, mientras que las humillaciones relacionadas con la apariencia física (64%), la intimidación (61%) y el acoso sexual (58%) también están muy presentes en el acoso en línea.

Las redes sociales se han convertido en una influencia significativa en la sociedad actual debido a su amplia variedad de opciones y la posibilidad de mantener una conexión constante con otros. “Las redes sociales virtuales ofrecen a las personas un nuevo terreno en el que pueden compartir información, hablar entre sí y mantener sus relaciones a distancia. Además de esto, permiten crear nuevas relaciones a partir de otros amigos ya existentes. En la mayoría de los casos, los usuarios están obligados a mostrar un perfil con información básica de la persona; nombre, lugar y fecha de nacimiento, etc.” (Kolbach & Maurer, 2006). Además, la mayoría de estas plataformas son gratuitas, lo que contribuye a su popularidad.

Desde 2022, el tiempo de uso diario de las redes sociales ha aumentado a 147 minutos en todo el mundo, dos minutos más que en 2021. Según un estudio reciente llevado a cabo por Facebook, se ha descubierto que el uso de Instagram puede tener efectos negativos en la percepción de la imagen corporal de las adolescentes. En este contexto, Instagram se destaca como la plataforma digital con el mayor potencial visual y capacidad para transmitir mensajes a través de imágenes (Thomas et al., 2020). El estudio reveló que alrededor de una de cada tres adolescentes experimenta un empeoramiento en sus problemas de imagen corporal debido al uso de esta plataforma.

La crisis sanitaria desencadenada por el coronavirus ha provocado un aumento del 25 % en los casos de ansiedad y depresión a nivel global. En Europa, España ocupa el segundo lugar en términos de número de personas que sufren algún tipo de trastorno mental, sólo por detrás de Portugal. Sin embargo, hay un factor común que trasciende las fronteras y afecta a todos los países: las redes sociales. Además, el estudio encontró que el 32% de las chicas encuestadas afirmaron que Instagram las hacía sentir peor cuando se sentían mal con sus cuerpos. Estos hallazgos ponen de relieve la influencia negativa que las redes sociales, en particular Instagram, pueden tener en la autoestima y la salud mental de las adolescentes.

La plataforma Instagram, es un lugar donde ocurre de manera explícita el fenómeno del acoso, en esta plataforma los usuarios pueden publicar y compartir contenido audiovisual, dejar comentarios, dar “me gusta” publicar y compartir contenido audiovisual, publicar imágenes que se borran a las 24 horas (historias de Instagram) y hacer directos.

En resumen, Instagram se ha convertido en la red social por excelencia para compararse con los demás. De manera sorprendente, estudios han demostrado que observar la felicidad exhibida por otros usuarios puede provocar tristeza debido a las expectativas y frustraciones generadas al darse cuenta de que su propia vida no es tan idílica como la que se muestra en una pantalla (Kramer *et al.*, 2014; Lució, 2012).

Realizando una muestra de 154 personas de edades comprendidas entre los 18 y 72 años, se llevó a cabo una división en dos grupos. A uno de los grupos se les solicitó que tomaran un descanso semanal sin acceder a sus perfiles de redes sociales. Los resultados obtenidos fueron reveladores. Se observó que los usuarios que tomaron el descanso experimentaron una notable mejora en su estado de ánimo, con un aumento de 4,9 puntos en comparación con el grupo que continuó utilizando las redes sociales. Además, se registró una disminución de 2,2 puntos en los síntomas de depresión y de 1,7 puntos en los síntomas de ansiedad en comparación con el grupo que no hizo el descanso. Estos resultados indican que tomar un descanso de las redes sociales puede tener un impacto positivo en el bienestar emocional y mental de las personas.

En cuanto al marco teórico de mujeres y redes sociales, citado por el autor Vardhan (2017), manifiesta que “las redes sociales se han convertido en plataformas donde las mujeres pueden compartir, ayudar y elevar su voz, ya que representan el 51% de la humanidad y el desarrollo de la sociedad”. De hecho, se considera que el binomio de las redes sociales y concretamente el empoderamiento de las mujeres, se ha convertido en una herramienta poderosa para tomar conciencia y poner sobre la mesa situaciones que puedan estar atravesando.

La salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la niñez hasta la vejez. Por eso hay que cuidar el bienestar, tanto psicológico, social y emocional. En el día a día, nos vemos afectados por la forma en la que pensamos, sentimos y actuamos.

Esta enfermedad puede derivar a un ataque de ansiedad, un trastorno de angustia, depresión, entre otros. Las condiciones que sufrimos en la sociedad, suponen un alto nivel de exigencia en la propia persona, además aumenta con las nuevas tecnologías. Las Organizaciones Internacionales, han resaltado la necesidad de comprender y abordar la violencia en línea como un desafío para la salud mental. La prevalencia de la violencia digital y sus efectos perjudiciales en la psicológica de las mujeres ha despertado la atención de estas organizaciones (OMS y UIT, 2022).

Esto se debe a que diversos estudios han demostrado que las mujeres pueden enfrentar formas específicas de violencia en línea, como el acoso, el ciberacoso y el acoso sexual, lo que puede tener un impacto negativo en su bienestar emocional y mental. Las mujeres experimentan una mayor incidencia de depresión y ansiedad en comparación con los hombres. Mientras que aproximadamente el 70% de las mujeres enfrentan problemas de salud mental, esta cifra se reduce al 30% en el caso de los hombres. Los signos de advertencia que suelen manifestarse, principalmente en las mujeres, incluyen la pérdida de interés, la sensación de apatía y los problemas para dormir.

La desigualdad de género se establece como la causa principal de esta realidad. Los estereotipos asociados a las mujeres, la sexualización de sus cuerpos, las disparidades socioeconómicas y la violencia de género son algunos de los factores que intentan explicar esta diferencia. También han enfatizado la importancia de crear entornos digitales seguros y de promover la igualdad de género en línea para abordar estos desafíos.

De acuerdo con los hallazgos de un estudio comisionado por el Instituto de las Mujeres y presentado durante una jornada titulada "Mujeres jóvenes y acoso en redes sociales", se ha revelado que aproximadamente el 80% de las mujeres ha experimentado algún tipo de acoso en plataformas de redes sociales. El estudio realizado en febrero de 2022, que se centró en grupos de chicas de entre 16 y 24 años, revela que casi la mitad de las mujeres encuestadas se han sentido ofendidas, humilladas, intimidadas, acosadas y/o agredidas en las redes sociales. La mayoría de los mensajes agresores tienen un carácter sexual e intimidatorio, y un porcentaje significativo se refiere a la divulgación no consentida de fotografías sexualmente explícitas de las víctimas.

Según la secretaria de Estado de Igualdad y Contra la Violencia de Género, enfatiza que la violencia en las redes sociales no es un fenómeno nuevo, sino más bien una manifestación de la misma opresión presente en otros ámbitos. Rodríguez reconoce que la nueva legislación sobre libertad sexual, conocida como "sí es sí", que está próxima a ser aprobada en el Parlamento, no es suficiente por sí sola. Además, destaca la necesidad de establecer estándares internacionales y de fortalecer la respuesta institucional para abordar eficazmente el acoso en línea (Ángela Rodríguez, 2021). Ante situaciones de acoso, cerca del 60% de las encuestadas experimentaron sentimientos de enfado, impotencia, asco e inseguridad. Además, un 37,7% de ellas se sintieron deprimidas, paranoicas, ansiosas o desarrollaron trastornos alimenticios. Un 24% llegó a faltar a su trabajo como consecuencia del acoso, y un preocupante 12,3% incluso tuvo pensamientos suicidas. Estos datos reflejan las graves consecuencias emocionales y psicológicas que el acoso en las redes sociales puede tener en las mujeres jóvenes.

Es importante destacar que el uso inapropiado de las redes sociales conlleva desventajas significativas. Algunas de estas desventajas incluyen la formación de amistades débiles y superficiales, la exclusión social, el aumento del estrés y la depresión, el riesgo de desarrollar adicción y la alteración de los patrones de sueño. Además, el uso desmedido de las redes sociales puede generar sentimientos de envidia y establecer vínculos irreales con otros usuarios (Drahošo- vá y Balco, 2017).

1.1 Situaciones de influencers y la salud mental

¿Cómo afecta la salud mental de las personas cuyo sustento depende de las redes sociales?. Muchos influencers han sido abiertos al hablar sobre sus experiencias al lidiar con problemas de salud mental, como la depresión o la ansiedad, y han revelado que han buscado ayuda profesional acudiendo regularmente a terapia psicológica. La naturaleza de su trabajo, que implica la constante exposición en las redes sociales, la necesidad de mantener una imagen perfecta y la presión por generar contenido continuamente, puede tener un impacto significativo en su bienestar emocional. Algunos influencers han tenido que tomar descansos temporales o incluso han abandonado las redes sociales en algún momento de sus vidas para priorizar su salud mental.

Marta Pombo, conocida en Instagram por ser la hermana de María Pombo, una de las influencers más famosas de España, compartió en el año 2021 su experiencia personal sobre cómo la exposición en las redes sociales estaba afectando su salud mental. En un video emotivo, Marta reveló que necesitaba desconectar de la opinión pública y tomarse un tiempo para enfrentar su depresión.

Expresó que su punto de quiebre ocurrió cuando comenzó a creer en los comentarios negativos de los "haters" que la desvalorizaban. Por lo que, la llevó a sentirse decepcionada consigo misma. Además, en ese momento no estaba pasando por un buen momento personal, lo que intensificó su situación emocional.

Imagen 1: Captura de pantalla de publicación de Marta Pombo en Instagram

Os escribo como tantas veces, desde el corazón para
transmitiros una decision que he tomado.
Necesito tomarme unas "vacaciones" de redes sociales.
¡Dedicarme tiempo a mi y dar el 100%
a la gente que quiero!

Esto no es un adiós, es un:
en unos días nos volvemos a ver...
¡¡Os queda Marta Pompis pa rato!!

Sé que la gran mayoría lo vais a respetar
y os lo quiero agradecer desde ya.
Mi regalo de navidad es este.
¡Desconectar para volver a conectar!
Volveré más fuerte y con ganas de seguir
transmitiendo cosas buenas.
¡Os deseo una feliz navidad que aunque sea rara
podáis disfrutar de lo más importante!

Fuente : Instagram de Marta Pombo

Marina Llorca, con casi 200.000 seguidores en Instagram, se volvió viral hace aproximadamente un año cuando la marca de moda H & M compartió una foto suya luciendo un bikini de su colección. La imagen mostraba su cuerpo tal como es, con curvas y estrías, lo que generó una gran revolución en las redes sociales. Hasta el día de hoy, la foto ha acumulado más de medio millón de "me gusta". Marina desafía los estereotipos de belleza y se niega a cumplir con los estándares impuestos por aquellos que la critican.

Aunque entiende que todo el mundo puede expresar su opinión en las redes sociales, reivindica que no se puede normalizar el insulto. Marina reconoce que hace algunos años, esos comentarios negativos la hubieran afectado mucho más, ya que solía tener inseguridades, baja autoestima y sufría de un trastorno alimenticio. Sin embargo, ahora es una mujer orgullosa de su cuerpo y lo muestra como ejemplo para otras personas. Aunque los insultos como "gorda" o "celulitis" ya no la afectan, Marina es consciente de que esos comentarios pueden tener un impacto devastador en jóvenes o personas que sufren trastornos alimenticios, llegando incluso a provocar su ingreso en instituciones médicas. Por eso, Marina busca dar visibilidad a la cara negativa de las redes sociales, donde las personas se amparan en el anonimato para hacer daño.

Imagen 2: Captura de pantalla de publicación de Marina Llorca en Instagram



Fuente: Instagram de Marina Llorca

Aida Domenech, más conocida como Dulceida, es una reconocida influencer con 3,1 millones de seguidores en Instagram. En agosto de 2021, la influencer compartió con sus seguidores que no estaba atravesando un buen momento personal y necesitaba reconstruirse, abrazarse y cuidarse para volver más fuerte que nunca. Aida admitió que, a pesar de sus doce años trabajando en redes sociales, nunca se había sentido tan abrumada como en ese momento. Declaró que, aunque es una mujer fuerte, sentía que estaba cargando con muchas cosas y no podía soportar un peso adicional. Esta declaración se dio en un momento en el que también estaba pasando por el proceso de divorcio con su pareja. Por lo tanto, el 2 de diciembre de 2021, Aida Domenech, también conocida como Dulceida, compartió en Instagram un carrusel de siete imágenes acompañadas de un pie de foto en el que expresaba lo siguiente:

“Voy a empezar a subir cosas despidiendo este año, como hago siempre. Pero esta vez de manera diferente ya que este año para mí, ha sido muy distinto al resto. Empezó mal, por el covid, por las pérdidas de seres queridos y todo lo que me ha pasado este verano. Pero como siempre, de todo intento sacar el lado bueno, que a parte del aprendizaje, son todos los momentos de luz que ha tenido, las personas que he tenido a mi lado y que me han hecho sonreír. He llorado mucho en algunos momentos, pero también he sido muy feliz en otros.

Por eso estoy seguro que va a ser uno de los años de mi vida que más he aprendido. Como sabéis, he empezado a ir a terapia y a compartir con vosotros momentos tristes, he aprendido a reconocer que puedo estar mal y tener ansiedad y he agarrado con fuerza esos abrazos cuando más lo necesitaba 🧡. Como siempre digo, las redes sociales son un x % de cada persona, detrás de las pantallas hay personas, que sienten, todas con sus historias, que desconocemos. Todos lloramos, todos tenemos problemas, todos nos hemos sentido perdidos alguna vez y eso nos hace aprender y ser más fuertes. Estas fotos que veis, se las mandaba a mis amigos (muchas veces entre risas) cuando me preguntaban qué tal estaba en mis momentos malos, que los tengo, como todos. Y no pasa nada, son parte de nosotros. Me da un poco de vergüenza subir esto, pero igual que os enseñé mi día a día, mis looks y las partes bonitas, creía importante mostrar esta parte 🧡 A cuidarnos y a querernos mucho. ✨” (Domenech, 2021).

En el año 2020, Con profunda tristeza y claramente afectada, Violeta Mangriñán, una de las influencers más exitosas de nuestro país. Aunque inicialmente se hizo conocida por sus apariciones en televisión, ha logrado reinventarse y ganarse un lugar destacado en el mundo de las redes sociales. ha revelado en el programa de Telecinco 'Sálvame' su obsesión por la imagen. "Esta obsesión me hace darme cuenta de que tengo un problema. Me preocupa mucho el tema del peso, y cuando creo que he comido demasiado, me castigó severamente". Esta situación no solo afecta emocional y médicamente a Violeta, sino que también impacta en su trabajo, ya que le impide tener confianza en sí misma. "De los 30 días del mes, solo me siento guapa en cuatro. Esto me limita porque mi trabajo depende de mi imagen, de tomarme fotos. Mi novio está cansado, es un drama cuando me ayuda en mi trabajo, en todas las fotos me veo gorda, fea, mal... Las personas que no han pasado por esto no pueden entenderlo".

La experiencia personal de Violeta cobra aún más relevancia cuando se considera la preocupante estadística compartida por la Coalición de Trastornos de Alimentación. Según sus datos, aproximadamente una persona muere cada hora como resultado directo de un trastorno alimentario. Esto subraya la urgente necesidad de abordar este grave problema de salud. La cuenta de Instagram @miananutri, consciente de esta situación, ha compartido esta estadística en una publicación, resaltando la importancia de generar conciencia y poner énfasis en los trastornos alimentarios. En el pie de foto, se mencionan otros datos impactantes, como los 70 millones de personas en el mundo que padecen trastornos alimentarios y la anorexia como la enfermedad mental con la mayor tasa de mortalidad. Esta publicación busca crear conciencia y enfatizar la necesidad de priorizar este problema de salud. En apoyo a la importancia de abordar los trastornos alimentarios, Violeta Mangriñán ha compartido la publicación en su historia de Instagram, subrayando y señalando con una flecha la frase "La anorexia es la enfermedad mental con mayor tasa de mortalidad". Además, agregó en letras grandes la frase "Increíble pero cierto ". Este gesto demuestra su apoyo y reconocimiento de la importancia de abordar los trastornos alimentarios. Violeta también ha invitado a sus seguidores a participar en un intercambio de preguntas y respuestas en su historia de Instagram. Al recibir la pregunta "¿Cómo aguantas tantas críticas? Me jode hasta a mí cuando las leo".

Violeta ha respondido: "Yendo a terapia y relativizando. Hay épocas en las que los comentarios destructivos en las redes sociales no me afectan en absoluto, y otras en las que estoy más sensible de lo normal y sí me afectan. Pero en general, suelo ser bastante fuerte en este tema. Le doy importancia a lo que piensa la gente que me rodea y no a lo que piensen unas pocas personas que no me conocen más que a través de una pantalla. No se puede gustar a todo el mundo (ni lo pretendo, vaya ). Eso sí, tengo que volver a terapia lo antes posible, lleva un año sin ir ". Con esta respuesta, Violeta muestra que ha encontrado mecanismos para lidiar con las críticas y mantener una actitud fuerte frente a ellas. Reconoce la importancia de la terapia y la relativización como herramientas para enfrentar los comentarios negativos en las redes sociales. Además, deja claro que se centra en la opinión de las personas que la rodean y no se preocupa por las opiniones de aquellos que no la conocen personalmente. Violeta también destaca que es consciente de que no se puede agradar a todo el mundo y que no tiene la pretensión de hacerlo. Su respuesta refleja una mentalidad de fortaleza y autenticidad al enfocarse en lo que realmente importa para ella.

No obstante, Violeta reconoce la necesidad de retomar la terapia, ya que ha pasado un año desde su última sesión. Esta declaración muestra su compromiso con su bienestar mental y su disposición a buscar el apoyo necesario para mantenerse fuerte frente a las críticas y los desafíos emocionales.

Este lunes 20 de abril de 2023, compartió dos vídeos en la red social TikTok, y en poco tiempo recibió una gran cantidad de críticas sobre su apariencia física. Estos comentarios no le sentaron bien a la influencer, por lo que decidió expresarse a través de un comunicado en Instagram. En los videos, bailaba en bikini utilizando la canción de "Mi niña remix" de Quevedo, mientras que en el otro bailó al ritmo de "La chica del bikini naranja", aprovechando que llevaba un traje de baño de dos piezas de color naranja. En tan solo unas horas, ambas publicaciones recibieron diversos comentarios sobre cómo se veía su cuerpo después del nacimiento de su hija Gala. Estas críticas sorprendieron a Violeta, y por eso decidió compartir un mensaje breve pero directo en sus redes sociales.

Comenzó diciendo: "No sabía que en TikTok también había tantos haters, ni que subir dos tik toks en bikini iba a ser motivo de crítica, pero esta es mi actitud ante las tonterías que leo", acompañado de un emoticón de risa. Continuó expresando: "Hoy en día, si te recuperas bien después de un parto, no ganas kilogramos de más y no tienes estrías, no tienes un cuerpo real". Con esto, la influencer dejó claro que no le gustaba leer comentarios de este tipo y que no le afectarían.

1.2 Prensa

Tamara Gorro, empresaria, presentadora e influencer, comparte su punto de vista sobre cómo lidiar con la depresión. En una conversación con la revista ¡HOLA!, menciona que la medicación, la terapia y el deporte son elementos clave en su proceso de recuperación. Aunque no se considera curada, Tamara está trabajando en su tratamiento y ha tomado la decisión de separarse temporalmente de su esposo para enfocarse en su salud mental. Ella valora la importancia de proteger a su esposo y evitar que él sufra debido a su condición. Además, Tamara se permite "mimarse" y hacer actividades que le brindan alegría y satisfacción.

Por otro lado, Dani Martín, cantante español, revela en la revista Semana, sus experiencias y reflexiones sobre el envejecimiento y el crecimiento personal. Ha compartido abiertamente su lucha contra los problemas de salud mental y cómo ha aprendido a aceptarse a sí mismo. Dani destaca la importancia de vivir auténticamente y disfrutar de los pequeños placeres de la vida. Además, se muestra comprometido con su música, priorizando la sinceridad y la conexión emocional con sus seguidores.

Lola Índigo, cantante española conocida por su éxito en la música, ha compartido su historia de superación en un documental. Revela sus inicios, fracasos y su lucha contra un trastorno alimenticio. A través de su experiencia personal, busca ayudar a otros que hayan pasado por situaciones similares. Lola valora las relaciones de amistad y el apoyo emocional que ha recibido en su carrera artística.

Muchos de estas celebridades, han compartido sus experiencias personales y perspectivas sobre la salud mental, el crecimiento personal y la autenticidad. Cada uno ha enfrentado sus propios desafíos y ha encontrado formas de manejar sus dificultades mientras trabajan en su bienestar emocional y se enfocan en vivir una vida plena.

En noviembre del 2021, Maria Pombo, una destacada influencer, reveló en el programa Antena 3 'El Hormiguero', que estaba acudiendo a terapia psicológica. Mencionó que una de las razones por las que buscaba ayuda era la presión que sentía al tener que crear contenido constantemente. Expreso: "Estás creando contenido todo el tiempo, las 24 horas, no hay descanso". Hablar públicamente sobre salud mental todavía es un tema tabú en ciertos contextos sociales. A pesar de esto, no es raro escuchar a alguien conocido mencionar que está en terapia o que visita a un psiquiatra de forma puntual. Aparte de los titulares que generó Maria Pombo, muchos influencers ya hablan de manera natural sobre sus citas con el psicólogo a través de historias en Instagram, acercando así esta realidad a sus seguidores.

Para obtener una visión más profunda sobre el impacto negativo del uso inadecuado de las redes sociales, la revista 'La Razón' entrevistó a Patricia Pasquín (@wildlessons), psicoterapeuta.

Según ella, la evolución tecnológica de las redes sociales en los últimos años está teniendo un impacto significativo en la mente de las personas, del cual todavía no somos plenamente conscientes. En su consulta, ha observado un aumento en los trastornos relacionados con la autoimagen, la autoestima, la ansiedad y la depresión, especialmente entre los jóvenes de todo el mundo. Los usuarios se enfrentan a la presión de mantener una apariencia perfecta en línea, donde los filtros pueden modificar su rostro y la percepción de su propio valor se basa en la cantidad de "likes" y visualizaciones que reciben en sus publicaciones.

Imagen 3: Captura de pantalla de publicación de Patricia Pasquín (wildlessons)



Fuente: Instagram de wildlesson.

Para combatir este obstáculo, es fundamental fomentar y nutrir los aspectos de la vida que contribuyen a una autoestima más saludable. Esto implica cuidar la relación con el cuerpo, la mente y el espíritu a través de actividades y rituales como el movimiento, fortalecer los vínculos importantes en nuestra vida, conectarse con la naturaleza, cultivar la presencia en el momento presente y, cuando sea necesario, buscar terapia para adquirir las herramientas necesarias para gestionar las emociones difíciles que surgen en nuestra vida cotidiana. Cuando la vida real está enriquecida, el poder de la vida virtual sobre los individuos disminuye. Es esencial tomar conciencia de los efectos negativos de las redes sociales en la propia salud mental y adoptar medidas para protegerse y cuidarse. Esto incluye equilibrar el tiempo que las personas pasan en las redes sociales con otras actividades significativas fuera de la pantalla, establecer límites saludables y ser conscientes de la realidad que se esconde detrás de las apariencias en línea.

Recientemente, en la cuenta de Instagram @wildlessons, se compartió una publicación que destaca la importancia de permitirse sentir y procesar las emociones difíciles. En el pie de foto, se relató una experiencia de una paciente en terapia que estaba lidiando con el duelo de su madre. A pesar de que habían pasado dos años, la paciente todavía experimentaba una profunda tristeza en diferentes momentos, como al presenciar el amor entre una madre e hija en el metro. Estas situaciones desencadenan una intensa necesidad de llorar, y la paciente se esforzaba por controlar su dolor, lo cual generaba una gran angustia y un aumento en su nivel de ansiedad. En medio de la sesión, se planteó una perspectiva diferente. ¿Y si no era la tristeza lo que causaba esa angustia? ¿Y si la ansiedad provenía precisamente de tratar de evitar que la tristeza se manifestara? Se señaló que el duelo es un proceso largo y profundo, con momentos de mayor y menor intensidad, con altibajos. Es un proceso no lineal que requiere ser experimentado plenamente. Es necesario permitir que la tristeza entre y siga su propio curso. Si nos juzgamos por sentir tristeza o creemos que deberíamos estar bien, estamos impidiendo que el duelo siga su camino natural. Resulta muy difícil encontrar paz cuando evitamos la tristeza o luchamos por no sentirla. La paz se encuentra en la aceptación de la verdad, en soltar las historias que nuestra mente crea, en estar presente y permitirse sentir. Solo a través de este enfoque podremos atravesar los momentos más difíciles y dolorosos. La publicación concluye con una pregunta a los seguidores: "¿Les gustaría un post sobre cómo enfrentar las emociones difíciles?" y un corazón azul.

Este mensaje resalta la importancia de permitirnos sentir y procesar nuestras emociones, especialmente aquellas que son difíciles o dolorosas. Proporciona una perspectiva valiosa sobre el duelo y cómo abordarlo, animando a los lectores a aceptar su propio proceso emocional y encontrar paz en la autenticidad de sus sentimientos.

1. PARTE EMPÍRICA

2.1. Metodología

Como dijo un autor importante: "cada vez que algo relacionado con la codificación o análisis de los datos sea significativo y se te ocurra, detente inmediatamente en lo que estás haciendo y escribe un memorando al respecto" (Saldaña, 2009, p. 33).

En este caso, se ha seleccionado la recopilación de comentarios en Instagram como método de investigación para llevar a cabo el análisis de las publicaciones de las tres influencers de moda en España. Esta estrategia implica recopilar y examinar los comentarios dejados por los usuarios en las publicaciones de Claudia Martínez, Laura Escanes y Marta López. El proceso de recopilación de datos consiste en extraer los comentarios de las publicaciones de las influencers en Instagram. Estos comentarios pueden proporcionar información valiosa sobre las reacciones, opiniones y percepciones de los seguidores en relación a las publicaciones y contenido compartido por las influencers de moda.

Después de recopilar los comentarios, se llevará a cabo un análisis exhaustivo de los mismos. Este proceso implica examinar detenidamente el contenido de los comentarios, identificar patrones y tendencias recurrentes, y extraer conclusiones relevantes. El objetivo principal del análisis es comprender la percepción de los usuarios con respecto a las tres influencers de moda en España.

El análisis permitirá determinar la naturaleza de las opiniones expresadas por los usuarios. Se buscará conocer si los comentarios muestran principalmente admiración y elogios hacia las influencers, o si prevalecen las críticas y opiniones negativas. Además, se analizará la forma en que las influencers reaccionan ante este tipo de situaciones, es decir, si responden de manera positiva, neutral o negativa a los comentarios de los usuarios.

Al examinar los comentarios, también se buscarán otros patrones y tendencias significativos. Esto puede incluir identificar los temas más recurrentes mencionados por los usuarios, como la valoración de sus outfits, la apreciación de su estilo, la opinión sobre las marcas que promocionan o cualquier otro aspecto relevante.

El análisis de los comentarios proporcionará una visión más completa y detallada sobre cómo los usuarios perciben a estas influencers de moda en España. Permitirá entender la relación que existe entre las influencers y sus seguidores, así como la forma en que las influencers gestionan las reacciones y opiniones del público. Analice un conjunto de datos que consta de 30 publicaciones y 200 comentarios en total. Estos datos provienen de 3 influencers diferentes, y cada publicación tiene un promedio de 7 comentarios.

2.1.1. Técnica cualitativa

Las redes sociales y las mujeres se han convertido en una gran herramienta para ayudar y dar voz a situaciones que se puedan estar atravesando como se ha citado anteriormente por el autor Vaughan. Esto hace mucho hincapié en la investigación que voy a realizar, ya que se centrará en las tres mujeres influencers de moda de España han recibido muchas críticas a lo largo de su trayectoria. Bien sea por enseñar sus imperfecciones, por salir en una publicación en bikini o por estar comiendo en un restaurante.

Se analizarán las características de estos personajes públicos que cada vez tienen mayor impacto social, ya que surgieron a raíz de su actividad en las redes sociales, construyendo una marca personal. Es fundamental saber cómo actúan estas mujeres ante las críticas que reciben en la industria de la publicidad a través de sus publicaciones en Instagram, por ello una investigación más a fondo acerca de ellas es indispensable. Examinando los comentarios de sus publicaciones, comprobar si destacan más los negativos o los positivos y analizar cómo les afecta y que hacen al respecto.

Se realizará una investigación cualitativa, ya que es un enfoque metodológico utilizado en las ciencias sociales y humanidades que tiene como objetivo comprender y explorar en profundidad los fenómenos sociales y humanos desde una perspectiva subjetiva y basada en el significado que las personas otorgan a sus experiencias.

Fundamentos de la Investigación Cualitativa:

La investigación cualitativa ha evolucionado hacia una empresa multidisciplinaria, que abarca desde las ciencias sociales hasta las formas de arte. Sin embargo, muchos instructores de métodos de investigación difieren en sus lealtades, preferencias y prescripciones sobre cómo llevar a cabo el trabajo de campo y cómo escribir sobre él. Yo mismo adopté una postura pragmática hacia la indagación humana y me mantengo abierto a elegir la herramienta adecuada para el trabajo correcto. A veces, un poema lo expresa mejor; a veces, una matriz de datos lo hace. A veces, las palabras lo expresan mejor; a veces, los números lo hacen. Cuanto más versado estés en los métodos eclécticos de investigación en este campo, mejor será tu capacidad para comprender los diversos patrones y los significados complejos de la vida social" (Saldaña, 2011b, pp. 177-8).

A diferencia de la investigación cuantitativa, que se centra en la recopilación de datos numéricos y estadísticas para analizar patrones y relaciones. Según, Taylor, S.J. y Bogdan R (1986), la investigación cualitativa se centra en la generación de datos descriptivos que incluyen palabras, discursos y comportamientos observables de las personas. El objetivo principal de la investigación cualitativa es obtener una comprensión detallada de un fenómeno específico, capturando la complejidad y la diversidad de las perspectivas de los participantes involucrados. Se centra en el contexto social y cultural en el que ocurren los fenómenos, prestando atención a los significados, las interpretaciones y los procesos sociales que dan forma a las experiencias de las personas.

La investigación cualitativa utiliza diferentes métodos y técnicas, como entrevistas en profundidad, grupos focales, análisis de contenido, observación participante y análisis narrativo. Los datos recopilados se analizan de manera inductiva, buscando patrones, temas y relaciones emergentes en lugar de probar hipótesis preestablecidas. Este enfoque de investigación es especialmente útil cuando se busca comprender la complejidad y diversidad de las experiencias humanas, explorar fenómenos poco conocidos o en contextos donde los datos cuantitativos no son suficientes para obtener una comprensión completa.

En la investigación cualitativa, un código se refiere a un sistema de categorización y organización utilizado para analizar y clasificar los datos recopilados en un estudio cualitativo. Los códigos son etiquetas o etiquetas descriptivas que se asignan a segmentos de texto, transcripciones de entrevistas, observaciones u otros tipos de datos cualitativos. Estos códigos ayudan a identificar patrones, temas, conceptos o categorías emergentes en los datos y facilitan el proceso de análisis e interpretación. Según Denzin y Lincoln (2012), en la investigación cualitativa se reconocen y utilizan diversos paradigmas, estrategias y métodos, sin buscar una integración completa. Este enfoque permite una exploración amplia y flexible de la experiencia humana, reconociendo la multiplicidad de perspectivas y la imposibilidad de capturar la totalidad de la realidad en un único método.

Por lo que, el proceso de codificación en la investigación cualitativa implica revisar y examinar detenidamente los datos, identificar ideas clave y asignar códigos relevantes a esas ideas. Charmaz (2004) describe la codificación de datos como el “vínculo crítico” entre la recopilación de datos y su explicación del significado.

2.1.2 Influencers seleccionadas

Para llevar a cabo nuestro estudio empírico, hemos seleccionado a tres influencers que destacan en la plataforma de Instagram. Se han tenido en cuenta varios datos proporcionados en sus perfiles, como el número de seguidores, la cantidad de publicaciones, el engagement y cada cuanto suben una publicación.

La muestra consiste en estas tres influencers, quienes gozan de una gran repercusión en Instagram debido a su popularidad y relevancia en sus respectivas áreas de influencia. Estos influencers son considerados figuras destacadas en la plataforma, lo que los convierte en sujetos de interés para nuestro estudio. Al analizar estos datos, podremos obtener una comprensión más precisa de la trayectoria y el impacto de estas influencers en Instagram, lo que nos permitirá realizar una evaluación adecuada.

Claudia Martínez, Laura Escanes y Marta López Álamo, han sido escogidas por la gran repercusión que tienen entre sus seguidores, los comentarios que reciben por parte de ellos y que hacen ellas al respecto.

CLAUDIA MARTINEZ

Imagen 4: Claudia Martinez



Imagen 5: Tabla con datos de Claudia Martinez

NOMBRE	Claudia Martínez
INSTAGRAM	@claudia.martinez
Nº SEGUIDORES	742 mil
Nº PUBLICACIONES	1332
ENGAGEMENT	4,33%
PROMEDIO LIKES	31,9
PROMEDIO COMENTARIOS	197
Nº FOTOS AL DÍA	1-2

Claudia Martínez es una talentosa joven catalana de 26 años reconocida por su participación en diversos programas de televisión. Se dio a conocer por primera vez en el programa "Mujeres y Hombres y Viceversa" en el año 2017, más tarde volvió a aparecer en uno de los programas formado por Tele 5, "La Isla de las Tentaciones" en el año 2022.

Desde entonces, Claudia ha cautivado al público con su carisma y autenticidad en la pantalla. Su personalidad vibrante y su capacidad para conectar con la audiencia le han valido un lugar en el corazón de muchos espectadores. Además de su presencia en la televisión, Claudia ha emprendido diversos caminos en su vida.

Claudia también es reconocida como escritora, habiendo publicado un libro autobiográfico que ha cautivado a sus lectores. En esta obra, comparte sus experiencias personales y reflexiones, inspirando a otros con su historia única. Otro logro notable de Claudia es su trayectoria en el voleibol profesional. Con dedicación y pasión, ha competido en varios equipos, demostrando su destreza en las canchas y dejando una marca en el deporte.

Además de sus actividades anteriores, Claudia ha invertido tiempo y esfuerzo en estudiar asesoría de imagen, lo que le ha permitido desarrollar un estilo único y sofisticado. Sus conocimientos en este campo se reflejan en su apariencia impecable y su habilidad para combinar prendas y accesorios de manera elegante.

Hoy en día, Claudia es una influyente personalidad en las redes sociales, contando con una impresionante base de seguidores de más de 740 mil en su cuenta de Instagram. A través de esta plataforma digital, comparte momentos de su vida diaria, destacando especialmente las fotografías en las que se encuentra en la playa y disfrutando de sus vacaciones. Su enfoque en el disfrute de la vida y la búsqueda de experiencias memorables inspira a sus seguidores a perseguir sus propios sueños y vivir al máximo.

LAURA ESCANES

Imagen 6: Laura Escanes



Imagen 7: Tabla con datos de Laura Escanes

NOMBRE	Laura Escanes
INSTAGRAM	@lauraescanes
Nº SEGUIDORES	1,9 M
Nº PUBLICACIONES	2861
ENGAGEMENT	3,03%
PROMEDIO LIKES	58,3 mil
PROMEDIO COMENTARIOS	201
Nº FOTOS AL DÍA	1

Laura creó su perfil de Instagram en 2012 por recomendación de su padre, con el propósito de compartir fotografías de sus viajes. Desde entonces, ha ganado popularidad en esta red social, acumulando más de 1 millón de seguidores hasta diciembre de 2019.

En 2015, colaboró con la reconocida marca de joyas mallorquina Majorica en su campaña publicitaria "Why Not". Al año siguiente, tuvo la oportunidad de desfilarse en la prestigiosa 080 Barcelona Fashion Week con la marca Custo Barcelona. Ese mismo año, hizo su debut en la New York Fashion Week, desfilando nuevamente para la marca Custo Barcelona. En noviembre de 2019, Laura asistió como invitada a la Gala People in Red de la Fundación Lucha contra el Sida, mostrando su apoyo a esta importante causa benéfica.

En 2022, Laura Escanes fue galardonada con el premio Lifestyle en la primera gala de los Premios Ídolo, reconociendo su destacada trayectoria y su influencia en diversos ámbitos.

También en 2022, se anunció su participación como concursante en el programa "El desafío" de Antena 3, siendo la segunda influencer en participar en el programa después de su amiga María Pombo. En 2023, se dio a conocer que Laura Escanes sería la presentadora de un programa de telerrealidad en la cadena TV3, demostrando su versatilidad y talento en el ámbito televisivo.

MARTA LÓPEZ ÁLAMO

Imagen 8: Marta López Álamo



Imagen 9: Tabla con datos de Marta López Álamo

NOMBRE	Marta López Álamo
INSTAGRAM	@martalopezalamo
Nº SEGUIDORES	376,7 mil
Nº PUBLICACIONES	2492
ENGAGEMENT	1,55%
PROMEDIO LIKES	5.500
PROMEDIO COMENTARIOS	294
Nº FOTOS AL DÍA	1

Marta López Álamo, originaria de Granada, se destaca como influencer y modelo. Ha trabajado con reconocidas agencias de modelos como Francina Models en España e Industria Model en Italia. Su cuenta de Instagram es un reflejo de su estilo de vida, donde comparte fotografías de posados, outfits, viajes y momentos junto a su pareja. Además de su carrera como modelo, Marta ha desfilado en pasarelas y ha colaborado con diversas marcas publicitarias. También comparte rutinas de entrenamiento en sus redes sociales, mostrando su dedicación al cuidado físico y la vida saludable.

Ha captado la atención mediática como la novia de Kiko Matamoros, reconocido colaborador de televisión. Su relación comenzó en el año 2019 y ha generado numerosos comentarios en las redes sociales, principalmente debido a la diferencia de edad entre ambos. Marta, con 25 años, y Kiko Matamoros, con 65, han desafiado los estereotipos y han demostrado que el amor no entiende de números.

A lo largo de más de 3 años juntos, han compartido su vida como pareja a través de las redes sociales, mostrando momentos especiales en viajes y eventos. Su presencia en las plataformas digitales ha generado un gran seguimiento, y Marta cuenta con más de 300.000 seguidores en Instagram.

2.2 Análisis

Durante el periodo comprendido entre mayo y principios de junio, llevé a cabo un total de 10 sesiones de coding, cada una con una duración de una hora. Para comenzar, seleccioné 10 fotografías de cada influencer, lo que resultó en un total de 30 fotografías. Creé una tabla en Excel donde registré la siguiente información: el nombre de la influencer, el enlace a la fotografía, el número de seguidores de cada influencer, el contenido del post, el pie de foto, la descripción de la publicación y la descripción del pie de foto. Además, en la tabla también incluí el número total de comentarios que recibió cada publicación, así como algunos de esos comentarios específicos. También realicé un análisis de los comentarios que contenían las palabras "guapa", "kilo", "kilito", "delgada", "delgadísima" y "anoréxica".

Imagen 10: Ficha técnica con la información de las influencers. Elaboración propia.

NOMBRE	ENLACE A LA FOTO	SEGUIDORES	POST	PIE DE FOTO	DESCRIPCIÓN FOTOGRAFÍAS	DESCRIPCIÓN PIE DE FOTO	Nº DE COMENTARIOS	ALGUNOS COMENTARIOS	COMENTARIOS CON LA PALABRA GUAPA	COMENTARIOS CON LA PALABRA KILOS, KILITOS, DELGADA, DELGADÍSIMA, ANORÉXICA, ETC.
Claudia Martínez	https://www.instagram.com/p/Cn68myDNH/	727 mil		Definitivamente me he puesto mala por hacerme esta foto 🤔	En la fotografía, se puede observar a Claudia Martínez de pie junto al portal de una vivienda. El fondo muestra una pared blanca con un bajo revestido de baldosas negras. Claudia se encuentra en el centro de la imagen y luce una coqueta alta en su cabello. Viste un vestido corto negro ajustado, botas altas también negras y lleva consigo un bolso del mismo color.	Sentimiento negativo asociado con la acción de tomarse una foto indica que se ha puesto mala como resultado de hacerse la foto, y utiliza el emoticono 🤔 para expresar cierta ironía o sarcasmo.	462	<p>carer_08_ : Y encima te creías que estabas guapa no?</p> <p>charl blanco.1422: Estás delgadísima 🤔</p> <p>juarez23: Madre mía, se pone de lado y parece que se ha ido. 🤔 haz deporte, cuida la alimentación y quizá te veas algo mejor...</p> <p>conchagarciaevilla: Ay... al copiar un kililo.</p> <p>merche13 : Muy delgada Claudia, no te favorece y hace favor a la delgadez para los adolescentes que sufren problemas de alimentación. Sinceramente pareces enferma con esa delgadez y me das pena</p>	65	9
Laura Escanes	https://www.instagram.com/p/CkDx3XR0YYS/	1,9 mil		Mix del #Dulce33 de ayer 🥰🥰🥰 Happy bday bby @dulceida	Se puede apreciar a Laura Escanes sonriendo en el centro. Detrás de ella se encuentran unas cortinas decorativas y se puede ver una bola de discoteca colgando del techo. Laura lleva un mono blanco con brillos, compuesto por un top corto y unos pantalones largos.	#Dulce33: El hashtag indica la referencia al evento o celebración llamado "Dulce33". 🥰🥰🥰 representa un corazón, lo cual sugiere un sentimiento positivo o afecto hacia alguien o algo relacionado con el evento. "bby" puede representar una referencia a la decoración o elementos festivos utilizados en la celebración. "mix" dos manos formando un corazón, expresa amor, además puede decir que a esa persona le agrada o le desea lo mejor. Happy bday bby @dulceida: Esta frase indica un deseo de feliz cumpleaños a Dulceida. La abreviatura "bby", término cariñoso utilizado para dirigirse a la persona que cumple años. La mención de @dulceida sugiere que se está etiquetando o mencionando a esa persona en la publicación.	343	<p>marco88: la cuestion es no dar palo a l agua y operarse cada vez mas y mal porque cada vez parecen más vieja chica.</p> <p>hulagacasa: No me gusta nada esta chica.</p> <p>Flora12: Está periodo no le favorece nada de nada.</p> <p>SoniaGarcia354: Estás emborazada? enca, marea, metras: Ten jones y tan guapa y ya tan recocada la cara.</p>	25	0
Marta Lopez Alamo	https://www.instagram.com/p/Ceo1T5JdUgh/	357 mil		Thanks again @mbfwmadrid 🙏 @esma.events @esthergarciaevilla ¿Cuál os gusta más? 🤔 @cusbarecelona @isabelsanchoaltura @lolacasademunt @felycampo #model #mbfw	En el desfile de moda, se puede ver a Marta López Alamo desfilando con elegancia. Lleva puesto un vestido corto y ajustado que presenta una tira y una abertura en la pierna izquierda. El vestido tiene tonos verdes, que le dan un aspecto vibrante y llamativo.	"Thanks again @mbfwmadrid" expresa gratitud hacia el evento o la organización llamada "mbfwmadrid". Esto sugiere que la persona que escribió el comentario ha participado o asistido a dicho evento y está agradecida por la experiencia. @esma.events @esthergarciaevilla, @cusbarecelona @isabelsanchoaltura, @lolacasademunt @felycampo son menciones a las cuentas de Instagram. Esto puede indicar colaboraciones, agradecimientos o reconocimientos hacia estas cuentas o las personas que las representan. "¿Cuál os gusta más?" indica una pregunta dirigida a los seguidores o a aquellos que ven la publicación. Hashtag "#model #mbfw" son hashtags utilizados para categorizar la publicación y hacerla más visible para aquellos interesados en modelos y en el evento "mbfwmadrid".	407	<p>luchayooestenc: Es familiar de michael jackson????????</p> <p>laarangelita: El morado no. Te marca la tonpa.</p> <p>naac_garcia79: Es un hombre? emmm, ?? Todo el mundo sabe que es travis, pero nadie lo dice, no se atreven. Reyeshermes: Madre mía como se ha dejado la cara. Con lo guapa que era.</p> <p>mariaizabera9678671: Qué bien estarías que diez kilos más, porque eres monísima y muy profesional pero pareces un poco de heseo</p>	55	3

En la selección inicial de publicaciones de estas tres mujeres influencers, se destaca su pasión por los viajes y la moda, así como su enfoque en el entretenimiento y el estilo de vida. Comparten regularmente fotos de sus aventuras en diversos destinos, como Playa del Carmen, Riviera Maya y Marrakech, brindando a sus seguidores una visión inspiradora de lugares nuevos y emocionantes. Además de los viajes, estas influencers muestran su estilo y glamour al colaborar con marcas de moda reconocidas como Pretty Little Thing, Springfield y Zara.

A través de sus fotos, ofrecen a sus seguidores ideas y tendencias de moda, mostrando looks elegantes y cómodos tanto para el verano como para otras ocasiones. No solo se centran en los viajes y la moda, sino que también comparten momentos de diversión y relajación en su día a día. Sus publicaciones transmiten una sensación de alegría y conexión, invitando a sus seguidores a disfrutar de la vida y a encontrar momentos de felicidad en las pequeñas cosas. Estas influencers combinan sus pasiones por los viajes, la moda y el entretenimiento para ofrecer a sus seguidores una experiencia completa. Desde destinos exóticos hasta looks elegantes y momentos de diversión, su contenido refleja un estilo de vida emocionante y lleno de inspiración.

Esta tabla de Excel me permitió recopilar y organizar la información relevante de las publicaciones y los comentarios, lo que facilitó un análisis más detallado de cada influencer y su contenido.

Una vez realizado el análisis, extraje todos los comentarios de cada publicación y los recopilé en un documento aparte. A partir de esos comentarios, seleccioné 7 de ellos de cada publicación, lo que resultó en un total de 200 comentarios. Posteriormente, analicé uno por uno todos los códigos descriptivos utilizados en los comentarios. Luego, agrupé los códigos generales por temáticas, lo que me permitió obtener un total de 11 categorías y asignar colores distintos a cada una.

Categoría 1: Admiración. En esta categoría se recopilaron 63 comentarios que expresaban admiración hacia una persona. Ejemplos de comentarios incluyen: "¡Eres súper guapa! ♥♥♥" y "Me alegra verte sonreír ♥". Estos comentarios destacan la belleza de la persona, representada por el uso de corazones que simbolizan afecto y amor. Además, transmiten un sentimiento positivo de alegría y aprecio hacia la persona. La categoría de admiración contiene comentarios que elogian y aprecian la belleza de una persona, expresando sentimientos positivos de alegría y afecto.

Categoría 2: Aspecto físico. Esta categoría recopila comentarios que se centran en la apariencia física de una persona. Ejemplos de comentarios en esta categoría incluyen: "🔥🔥 mejor que tenga una buena delantera de cintura para arriba", una expresión subjetiva o coloquial que se refiere a la apariencia física de una persona, específicamente destacando los atributos

superiores del cuerpo. El símbolo de fuego (🔥) representa atracción o belleza en este contexto. Otro comentario es "Piernas muy delgadas jee", que observa la apariencia de alguien, específicamente haciendo referencia a la delgadez de sus piernas. La expresión "jee" al final puede indicar una risa o un tono humorístico. En total, se han recopilado 10 comentarios de este tipo en la categoría de aspecto físico. La categoría de aspecto físico contiene comentarios que enfocan en la apariencia física de las personas.

Categoría 3: Apoyo y Aprobación. En esta categoría se han recopilado un total de 11 comentarios que brindan apoyo y aprobación hacia la persona. Ejemplos de comentarios incluyen: "Lo importante es ser feliz 🤍, y nadie puede juzgar tus actos y decisiones. Mil cariños, preciosa 👑". En este caso, se resalta la importancia de la felicidad como un valor fundamental en la vida de cada individuo. El emoji 🤍 representa pureza, inocencia, amor y bondad. Además, se enfatiza que nadie tiene el derecho de juzgar las acciones y decisiones de la persona, lo cual promueve la autoconfianza y la confianza en la capacidad propia para tomar decisiones. El emoji 👑 simboliza poder, autoridad y liderazgo, agregando un sentimiento de admiración hacia la persona. Otro ejemplo de apoyo en esta categoría es: "Bueno, poco a poco irás mejorando. Has pasado unos meses jodidillos". Esta frase transmite esperanza y aliento respecto a la situación actual de la persona. Reconoce que ha enfrentado desafíos o situaciones complicadas, expresados mediante el término "jodidillos". Sin embargo, el mensaje principal es de apoyo y confianza, mostrando creencia en la capacidad de la persona para superar esas dificultades. La categoría de apoyo y aprobación recopila comentarios que brindan aliento, confianza y reconocimiento hacia la persona. Estos comentarios promueven la felicidad, la autoaceptación y la superación personal, transmitiendo un sentimiento de admiración y esperanza.

Categoría 4: Belleza retocada=no natural obtiene un total de 21 comentarios. En esta categoría se recopilan comentarios que hacen observaciones o críticas hacia la persona por haber recurrido a intervenciones estéticas o retoques en su rostro, considerándolo como algo

negativo. Ejemplos de comentarios en esta categoría son: "Tan joven y tan guapa, y ya tan retocada la cara" y "No te operes más por dios, eras preciosa, cómo te has destrozado la cara 😞😞😞". Estos comentarios reflejan una percepción de los estándares de belleza o la idea de aceptación personal. El primero sugiere que a pesar de ser joven y atractiva, se ha alterado su apariencia facial a través de retoques. El segundo comentario expresa desilusión y tristeza por haberse sometido a intervenciones estéticas, considerando que ha dañado su aspecto facial. Ambos ejemplos muestran una actitud crítica y negativa hacia la belleza retocada y no natural, y utilizan la expresión de tristeza (😞😞😞) para enfatizar el sentimiento de desilusión o angustia ante estos cambios. La categoría de belleza retocada y no natural contiene comentarios que critican el uso de intervenciones estéticas en el rostro, señalándolo como algo negativo. Estos comentarios expresan desilusión, tristeza o angustia ante los cambios realizados.

Categoría 5: Comparación. En esta categoría se encuentran 8 comentarios que realizan comparaciones, principalmente con el objetivo de molestar o expresar una opinión negativa. Ejemplos de comentarios en esta categoría incluyen: "Ke pava es párese un espárrago. 🤔🤔" y "Así de mona dice y en la foto parece un champiñón jajaj". Estas frases comparan a la persona con un espárrago o un champiñón, insinuando que se ve delgada, alta o poco atractiva. El uso de emojis como 🤔 y jajaj enfatizan un tono jocoso y humorístico, pero también pueden transmitir burla o risa hacia la comparación realizada. La categoría de comparación recopila comentarios que utilizan comparaciones despectivas o burlonas para expresar una opinión negativa sobre la apariencia de una persona. Estas comparaciones suelen buscar molestar o ridiculizar a la persona, enfocándose en aspectos físicos específicos.

Categoría 6: Crítica. En esta categoría se recopilaron 21 comentarios que expresan críticas negativas hacia diferentes aspectos. Ejemplos de comentarios en esta categoría incluyen: "Qué fotos más feas y ordinarias" y "Esta chica no es guapa, solo es famosa por haber ligado con un famoso

mucho mayor que ella. Si no llega a ser por eso, no sería conocida". Estos comentarios demuestran una desaprobación específica hacia ciertas fotografías, calificándolas de feas y ordinarias. También expresan una opinión negativa sobre la apariencia de la chica, cuestionando su belleza y sugiriendo que su fama se debe únicamente a su relación con una persona más famosa y mayor que ella. Además, se afirma que sin esa relación, no sería conocida. La categoría de crítica recoge comentarios que expresan desaprobación y opiniones negativas sobre fotografías específicas, así como sobre la apariencia y la fama de una persona. Estas críticas pueden centrarse en la calidad de las imágenes, la belleza percibida o las circunstancias que han contribuido a la fama de las personas en cuestión.

Categoría 7: Descontento. En esta categoría se han recopilado 14 comentarios que expresan críticas y descontento hacia diferentes aspectos. Ejemplos de comentarios en esta categoría incluyen: "No entiendo qué le veis a esta chica, y mucho menos lo creído que se lo tiene 🙄" o "A veces me pregunto quién será el que te hace las fotos. Porque un poco más de tacto le hace falta". Estos comentarios reflejan una expresión de desacuerdo o descontento hacia la calidad de las fotografías de alguien. El remitente muestra incomprensión hacia la atracción o valoración que otros tienen hacia esa persona. Además, se critica la actitud de superioridad o arrogancia que se percibe en la chica en cuestión. El uso del emoji “🙄” transmite frustración, decepción o incredulidad ante la situación. La categoría de descontento recoge comentarios que expresan críticas y desacuerdo hacia la calidad de las fotografías, así como hacia la actitud y percepción de una persona. Estas críticas pueden estar dirigidas hacia la apreciación que otros tienen hacia esa persona, así como hacia la forma en que se presentan a través de las fotografías.

Categoría 8: Peso bajo - negativo. En esta categoría se recopilan 13 comentarios que hacen referencia al peso corporal de una persona de manera negativa. Algunos ejemplos de estos comentarios son: "Tiene más dientes que barriga", "Todo morros y huesos" y "Ay... si cogieras un kilillo...". Estas expresiones buscan señalar que la persona en cuestión muestra una delgadez extrema o esquelética.

El comentario sobre tener "más dientes que barriga" sugiere que la persona tiene una apariencia desproporcionada, enfatizando en la falta de peso en comparación con la prominencia de los dientes. Asimismo, se utiliza la expresión "todo morros y huesos" para describir a alguien que tiene labios grandes o prominentes, pero una apariencia física muy delgada. En general, esta categoría muestra comentarios que critican y hacen alusión negativa al bajo peso de una persona. Se utilizan metáforas para resaltar la delgadez y, en algunos casos, se sugiere la necesidad de aumentar de peso. Es importante recordar que los comentarios relacionados con el peso y la apariencia física pueden ser perjudiciales y deben ser tratados con respeto y empatía.

Categoría 9: Pregunta. En esta categoría se encuentran 16 comentarios que, a pesar de ser preguntas, tienen un tono crítico o despectivo hacia la persona a la que se dirigen. Algunos ejemplos de estos comentarios son: "Y a trabajar te podrías acostumbrar? Vividora". Es una invitación o reflexión dirigida a alguien para que se adapte o se acostumbre a trabajar, expresando una crítica hacia su estilo de vida. La palabra "vividora" se utiliza de manera despectiva para insinuar que la persona vive sin preocupaciones ni esfuerzo aparente. Y "Tienes trastornos alimenticios? 😞". muestra una preocupación por la salud y el bienestar de la persona, pero también puede ser interpretada como una insinuación o crítica negativa sobre su apariencia o relación con la comida. Estas preguntas directas están relacionadas con aspectos sensibles de la vida y el bienestar de la persona. En general, esta categoría de preguntas revela una actitud crítica y despectiva hacia la persona a través de preguntas directas relacionadas con su estilo de vida, salud o apariencia. Es importante recordar que la forma en que se formulan las preguntas puede tener un impacto significativo en cómo se perciben y reciben.

Categoría 10: Recomendación. En esta categoría se recopilan 13 comentarios en los que los seguidores hacen recomendaciones relacionadas con el cuerpo y la apariencia de los influencers. Algunos ejemplos de estas recomendaciones son: "El morado no. Te marca la barriga" y "Esa boca no

te favorece, para mí". En el primer comentario, se sugiere que el color morado no es favorable ya que resalta la barriga de la persona. Esta recomendación puede estar motivada por una preocupación genuina por el bienestar y la imagen de la persona, asociando la apariencia de la barriga con algo negativo. En el segundo comentario, se expresa una opinión personal sobre cómo la boca de la persona no le favorece según el punto de vista del seguidor. Esta recomendación puede estar basada en preferencias estéticas individuales y busca ofrecer una sugerencia para mejorar la apariencia según el criterio del seguidor. Esta categoría de recomendaciones se enfoca en aspectos relacionados con la apariencia física y puede reflejar la preocupación de los seguidores por el bienestar y la imagen de los influencers. Es importante tener en cuenta que las recomendaciones en relación con el cuerpo y la apariencia pueden ser subjetivas y variar según las percepciones individuales.

Categoría 11: Tono humorístico. En esta categoría se recopilan 9 comentarios en los que se utiliza un tono humorístico para expresar una interpretación equivocada o una situación divertida. Algunos ejemplos de estos comentarios son: "Tanto lloro y luego a posar 😂😂😂😂😂😂", se menciona que alguien llora mucho y luego posa, lo cual se interpreta de manera humorística. El emoji 😂 se utiliza para representar la risa, y los emojis 😂😂😂😂 enfatizan el tono burlón de la situación. O "Pensaba que estabas promocionando aumento de pecho 😂", se indica que inicialmente se pensó que la persona estaba promocionando un aumento de pecho, pero luego se comprendió que no era así. El emoji 😂 se utiliza para expresar risa y remarcar la mala interpretación inicial de la situación. En general, esta categoría se caracteriza por comentarios que muestran una interpretación errónea de la intención o el tema de la persona a la que se dirigen, pero con un tono humorístico. Los emojis y el lenguaje coloquial se utilizan para resaltar el aspecto divertido o irónico de la situación.

2.2.1. ¿Tienes trastornos alimenticios?.

Comenzando con Claudia Martínez, se puede apreciar que la mayor parte de sus publicaciones consisten en fotografías tomadas por alguien más, evidenciando que no son imágenes profesionales, sino instantáneas capturadas en diferentes escenarios, como una pared en la calle o la playa. En muchas ocasiones, comparte imágenes de sus atuendos y de sus viajes. En los pies de foto, suele describir sus intereses y siempre menciona la ubicación del lugar donde se encuentra, así como etiqueta la prenda que lleva puesta o la agencia de viajes que le está facilitando esa experiencia. Claudia recibe una amplia gama de comentarios sobre su apariencia física. Algunos de ellos se centran en su delgadez, como "estás muy delgada" y "sería bueno que ganaras algo de peso". Estos comentarios pueden generar preocupación en relación a cómo su figura podría influir en adolescentes con trastornos alimentarios, y algunos incluso la describen como enferma, lo cual le produce tristeza.

En un artículo publicado en la página web de Tele 5 (Outdoor), se informó que Claudia Martínez había alcanzado su límite y explotó después de ser acusada de fomentar la anorexia. La participante de 'La isla de las tentaciones' estaba cansada de recibir críticas constantes sobre su cuerpo y extrema delgadez. Después de compartir un video en el que simplemente pretende mostrar uno de sus conjuntos más recientes como influencer, Claudia se vio obligada a defenderse. No solo sus nuevos seguidores habían convertido su cuerpo y peso en un tema de debate, sino que también algunos seguidores de siempre habían señalado su notable pérdida de peso en los últimos meses.

A diario, Claudia veía cómo su figura era juzgada y analizada. Recibía numerosos comentarios de personas que opinaban que debería comer más o que su cuerpo parecía el de una niña de 12 años en lugar de una mujer de 26. Pero eso no era todo, también la habían acusado de padecer un Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA). Esto llevó a la influencer a pronunciarse al respecto. Reconociendo haber perdido varios kilos en los últimos meses. "Están siendo tan pesados... Todos los días lo mismo, que coma más, que tengo cuerpo de niña de 12 años...", se quejaba. "La anorexia es un tema muy fuerte y delicado como para usarlo así. Yo misma he pasado por un TCA, lo he dicho millones

de veces. Tenía 18 años, ahora tengo 26 y eso está superado. No estoy incitando a nada. Estoy mostrando mi cuerpo y no tengo que pedir perdón por cómo soy".

El 30 de diciembre, Claudia Martínez compartió una fotografía en la que aparece posando de espaldas contra la pared de una calle, con el objetivo evidente de resaltar el vestido negro que lleva puesto. La prenda tiene un diseño que deja al descubierto toda su espalda, lo cual realza los detalles y la elegancia de la prenda en cuestión.

Imagen 11: Fotografía de Instagram de Claudia Martínez



Fuente: Instagram de Claudia Martínez

En el pie de foto, escribió: "❤️❤️❤️❤️❤️ @prettylittlething publi". Los emojis de corazón negro, “❤️”, suelen utilizarse para expresar amor, afecto o afinidad hacia algo o alguien. En este caso, la repetición de cinco corazones negros podría enfatizar una intensidad o una gran cantidad de amor o aprecio. La mención "@prettylittlething publi" sugiere que se trata de una publicación relacionada con la marca o empresa llamada "PrettyLittleThing". Esta mención indica que la publicación o el contenido está asociado con la marca, ya sea como promoción, colaboración o simplemente mencionando el uso de prendas o productos de esa marca.

La publicación de Claudia Martínez ha generado un total de 794 comentarios, algunos de los cuales incluyen: "¿Tienes trastornos alimenticios? 😞", "Pero muchacha, si estás en los huesos, ven a mi pueblo a disfrutar de unas buenas gachas, ¡verás qué lustre obtendrás!", "Claudia, cuídate. Debes cuidar tu peso, te estás quedando muy delgada. Ánimo, una persona así no merece ni una lágrima 😭". Durante estas fechas, se transmitió el programa "La Isla de las Tentaciones", seguido por el tan esperado reencuentro de Claudia Martínez, una de las participantes, con su pareja. Durante este reencuentro, los seguidores de Claudia notaron un evidente cambio físico en ella, lo cual fue mencionado previamente por la propia influencer, quien compartió que no estaba atravesando un buen momento después de todas las vivencias en el reality.

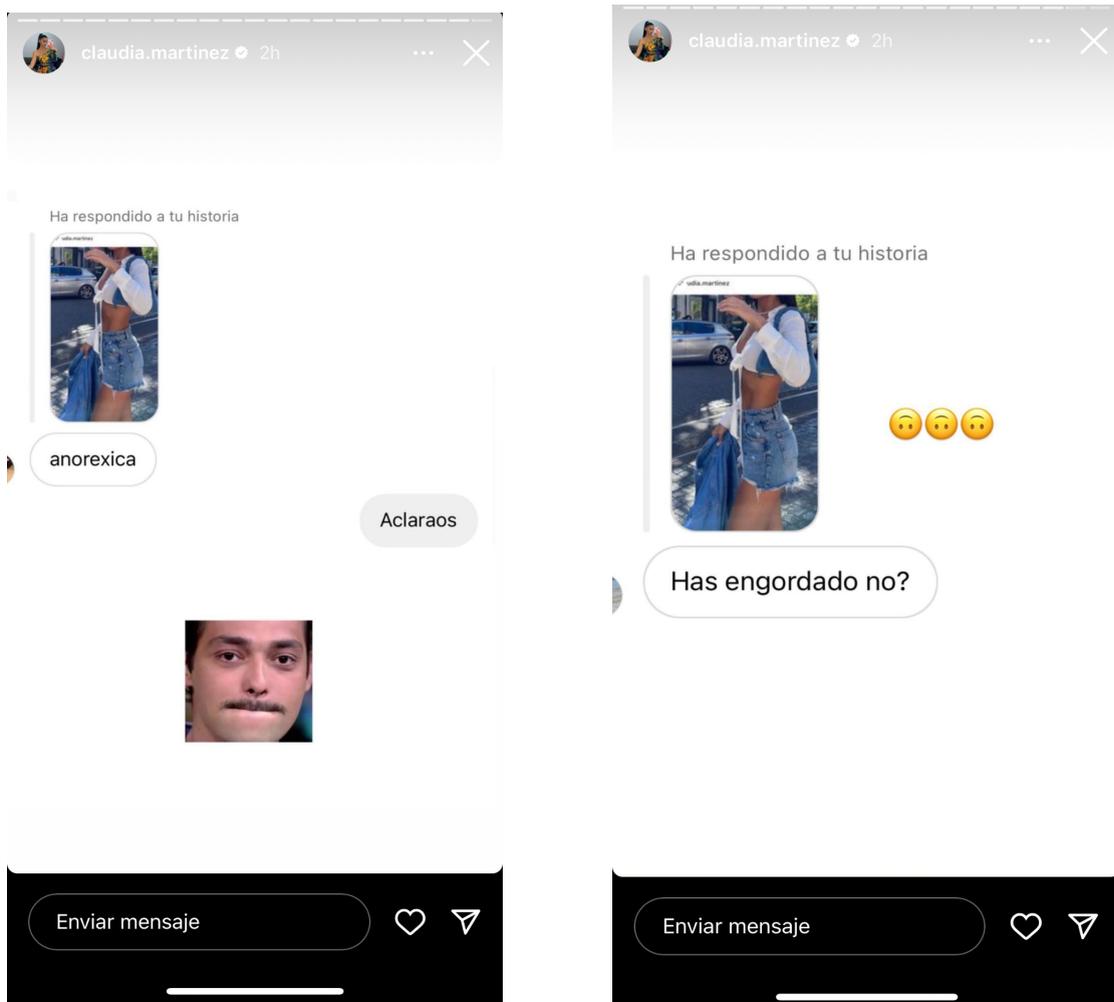
Es importante reconocer que programas de este tipo pueden tener un impacto significativo en la salud mental de los participantes. Las emociones intensas, los conflictos y las situaciones desafiantes pueden afectar la estabilidad emocional de las personas involucradas. En el caso de Claudia Martínez, su experiencia en "La Isla de las Tentaciones" y los eventos posteriores pueden haber generado un nivel de estrés y presión emocional considerable.

Es fundamental recordar que, detrás de la imagen pública y la exposición en los medios, hay personas reales con sentimientos y emociones. Es importante brindar apoyo y comprensión a los influencers y participantes de programas de televisión que atraviesan momentos difíciles en su vida personal. Como seguidores, debemos mostrar empatía y respeto, reconociendo que las vivencias en programas como "La Isla de las Tentaciones" pueden tener repercusiones en la salud mental de los participantes. Alentemos un ambiente de apoyo y comprensión, promoviendo conversaciones saludables y mostrando nuestro respaldo en momentos de dificultad. Después de los acontecimientos, Claudia recibió comentarios de apoyo y ánimo, ya que era evidente que estaba pasando por un momento difícil tras romper con su pareja. Algunos de los comentarios fueron: "Debes recuperar los kilos perdidos debido al sufrimiento que has pasado, lo noté en el reencuentro de los tres meses y en el primer debate. Espero que encuentres al chico perfecto. ¡Feliz año, guapa! 🥰" o "ERES UN EJEMPLO A SEGUIR X TDO LO Q HAS PASADO, me das fuerzas para seguir luchando ❤️". Estos comentarios reflejaban compasión y deseaban su pronta recuperación. Para que Claudia pudiera sentirse mejor, sus seguidores mostraron empatía y querían lo mejor

para ella en esa situación tan difícil, ya que estaba enamorada pero sabía que no podía seguir manteniendo esa relación con su pareja.

A pesar de todo, Claudia continúa recibiendo comentarios sobre su apariencia física, tanto a través de mensajes directos como en los comentarios de sus publicaciones. Debido a su experiencia previa con la anorexia, estos comentarios afectan a Claudia de manera más intensa. Como medida de autocuidado, ha decidido ocultar o eliminar aquellos comentarios que se centren en su aspecto en sus publicaciones de Instagram. Esta elección le permite mantener un entorno en línea más positivo y saludable, donde pueda recibir apoyo y afecto de sus seguidores.

Imagen 12 y 13: Captura de pantalla de insta stories de Claudia Martinez en Instagram



Fuente: Instagram de Claudia Martinez

Esta medida tiene como objetivo principal garantizar un entorno seguro y evitar la presencia de mensajes ofensivos en su perfil. Al activar el filtro "Ocultar comentarios ofensivos" en Instagram, la plataforma automáticamente oculta aquellos comentarios desagradables en las publicaciones, historias, reels o vídeos. Aunque esta función no es infalible, puede brindarle a Claudia una mayor tranquilidad al reducir la exposición a contenido negativo. Además, tiene la opción de personalizar aún más esta función utilizando el filtro manual. Al activarlo, se puede especificar palabras o frases específicas que desea que Instagram elimine. Al ingresar estas palabras o frases separadas por comas, la plataforma ocultará automáticamente los comentarios que contengan dicho contenido. Es importante destacar que el objetivo de esta función no es menospreciar las opiniones ajenas, sino más bien permitir a cualquier persona elegir las críticas y comentarios con los que desea interactuar y sentirse cómoda. Cada persona tiene sus propias preferencias sobre el tipo de contenido que desea ver y con el cual desea interactuar. Esta función brinda un mayor control sobre la experiencia en la plataforma Instagram, permitiéndole seleccionar qué comentarios desea ver y cuáles prefiere evitar, en línea con sus necesidades y preferencias.

2.2.2. No considero belleza natural, una belleza retocada. No confundamos términos por favor.

Acerca de Laura Escanes, tiene la costumbre de compartir en sus publicaciones su rutina diaria, ya sea en vacaciones, renovando su DNI, sus logros como concursante en un reality show o simplemente selfies que le gustan. Además de hablar sobre su atuendo, también suele compartir cómo le ha ido el día y cómo se encuentra emocionalmente, si tuvo un buen día o experimentó algún contratiempo. Esto le permite crear una conexión cercana con sus seguidores y brindarles la oportunidad de conocerla mejor.

El 3 de enero, Laura Escanes compartió un conjunto de cuatro publicaciones en su cuenta de Instagram. En la primera imagen, se le ve con una toalla en la cabeza, mientras que en la segunda se aplica un serum en el rostro. En la tercera foto, muestra los productos que utiliza para cuidar su piel, y en la última imagen, sostiene un vaso de agua mientras lleva una mascarilla facial. La foto es sencilla, con el enfoque exclusivamente en su rostro, sin ninguna otra persona o elemento en el fondo.

Imagen 14 y 15: Fotografía de Instagram de Laura Escanes



Fuente: Instagram de Laura Escanes

Imagen 16 y 17: Fotografía de Instagram de Laura Escanes



Fuente: Instagram de Laura Escanes

En el pie de foto, escribió: "En otros momentos, no habría subido estas fotos sin filtros, al azar y sin una pizca de maquillaje... pero aquí van algunas de mis recomendaciones y propósitos para seguir cuidando mi piel: Foto 1: Sin filtro de mi piel. Foto 2: Con el serum Pure Vitamine C de @larocheposay, para darle más luminosidad y firmeza. (Uso retinol por la noche y vitamina C por la mañana, ¡es la mejor combinación!) ❤️ Foto 3: Para que veáis qué productos utilizo (y además, hay un pack disponible para regalar). Foto 4: Un recordatorio para que bebas agua." Parece ser una descripción personal relacionada con el cuidado de la piel. Laura Escanes menciona que en otros momentos no habría subido fotos sin filtros ni maquillaje, pero ahora está compartiendo algunas recomendaciones y propósitos para cuidar su piel.

Esta publicación generó 726 comentarios. Sin embargo, Laura Escanes no se esperaba que en lugar de recibir aplausos por su reivindicación, obtuviera exactamente el efecto contrario. Según la publicación, se ha sometido a intervenciones quirúrgicas en varias ocasiones para realizar retoques en su rostro. En la fotografía, la modelo aparecía "al natural" con pestañas postizas y brillo en los labios. Como resultado, algunos de los comentarios critican precisamente ese aspecto. "El problema es que vendéis naturalidad cuando de natural no tenéis ni las pestañas (literal, además 😊). ¿Que eres libre de hacerlo? Claro, solo faltaría", "Y las pestañas son tuyas?? Tienes unos cuantos retoques, para ser natural", "No considero belleza natural, una belleza retocada. No confundamos términos por favor", fueron algunos de los comentarios más destacados.

Estos comentarios reflejan la opinión de algunos seguidores de que una persona retocada estéticamente no puede ser considerada como "natural". Sin embargo, es importante recordar que cada persona tiene derecho a tomar decisiones sobre su imagen y estética personal. El hecho de realizar retoques estéticos o utilizar pestañas postizas no debería ser motivo de burla o menosprecio. Es esencial promover el respeto hacia las decisiones individuales y reconocer que la belleza se expresa de diferentes formas. Los comentarios que se burlan o menosprecian a las influencers por sus elecciones estéticas pueden tener un impacto negativo en su bienestar emocional y confianza en sí mismas. Debemos ser conscientes de la importancia de mantener un tono respetuoso y comprensivo en nuestras interacciones en las redes sociales.

Ante las críticas recibidas, Laura Escanes se vio en la necesidad de ofrecer explicaciones y confirmó que efectivamente se ha sometido a tratamientos de bótox y ácido hialurónico, además de utilizar extensiones de pestañas. No obstante, también afirmó que sus imperfecciones son visibles: "Esta es una foto sin filtros ni maquillaje. Se pueden notar mis marcas de acné y mis manchas. También llevo extensiones de pestañas, es cierto. Y sí, me he realizado algunos retoques de bótox o ácido hialurónico. Lo he admitido sin ningún problema cuando ha sido así. ¿Y qué? ¿Acaso no puedo decir que subo una foto sin maquillaje ni filtros?" Estas fueron las palabras que expresó en respuesta a los comentarios recibidos.

Asimismo, cuenta con una variedad de seguidores que están muy interesados en su estilo y en las prendas de ropa que utiliza. Cuando ella sube una foto mostrando su outfit, sus seguidores le preguntan sobre la procedencia de cada prenda. Este interés en su vestuario demuestra la influencia que tiene en el ámbito de la moda y cómo sus seguidores buscan seguir sus recomendaciones y conocer más detalles sobre su estilo personal.

2.2.3. ¿Has sacado al abuelo a pasear? Nieta, el abuelo.

En cuanto a las publicaciones de Marta López Álamo, son fotografías profesionales realizadas en un estudio, ya que ella es modelo. A través de su perfil, comparte imágenes cuidadosamente producidas que destacan su talento y belleza. Su experiencia como modelo se refleja en la calidad y estética de las fotografías que comparte, capturando su estilo y personalidad única. Además, estas publicaciones muestran la versatilidad de Marta en diferentes estilos de moda y escenarios, lo que demuestra su profesionalismo y su dedicación a su carrera.

También se enfrenta a críticas y comentarios negativos por los retoques estéticos que se perciben en su apariencia. Algunos seguidores expresan su descontento y preocupación por los cambios en su rostro, dejando comentarios como: "Tan joven y tan guapa, pero ya tan retocada la cara", "Por favor, deja de operarte, eras preciosa. Has arruinado tu rostro" o "Estás perdiendo tu expresión facial y estás adquiriendo una apariencia masculina". Sin embargo, es importante recordar que cada individuo tiene el derecho de tomar decisiones sobre su propio cuerpo y apariencia. Los comentarios que se enfocan

en criticar y juzgar las elecciones estéticas de alguien no contribuyen a un ambiente de respeto y aceptación.

Es fundamental comprender que la belleza y la expresión personal son subjetivas, y lo que puede resultar atractivo o satisfactorio para una persona puede diferir de las opiniones de los demás. Cada individuo tiene el derecho de explorar su propia identidad y tomar decisiones sobre su apariencia de acuerdo con sus propios valores y deseos. A pesar de estos comentarios desalentadores, Marta ha adoptado una actitud positiva y ha aprendido a no permitir que afecten su vida profesional ni personal. Se esfuerza por no prestarles atención y centrarse en su carrera como modelo. Es importante destacar que cada individuo tiene el derecho de tomar decisiones sobre su apariencia y su bienestar, y Marta ha optado por seguir su propio camino.

Además de enfrentar críticas, Marta López Álamo también cuenta con seguidores que se preocupan por su bienestar y desean que mejore su salud mental. Estos seguidores expresan su apoyo a través de comentarios reconfortantes como: "Marta, la envidia es horrible y solo sabe criticar. Estas personas están aburridas. Tengo 63 años y para mí eres preciosa y tienes un gran corazón. No permitas que te afecten los comentarios. Vive tu vida y sé feliz 🙌🙌", o "Ánimo Marta, todos tenemos momentos difíciles, pero recuerda que lo mejor está por llegar 😍". A través de estos mensajes de apoyo y admiración, los seguidores de Marta López Álamo demuestran su deseo de que supere cualquier adversidad y encuentre la felicidad en su vida. Estas muestras de apoyo son un recordatorio de que tiene un grupo de seguidores que la respaldan y la valoran tal como es.

Marta López Álamo compartió una publicación en la que luce un elegante vestido largo de tirantes en color rojo, en perfecta armonía con el tono de sus labios. Completa su look con unos llamativos pendientes largos en color dorado. La fotografía captura el encanto de un entorno exterior, mostrando una pintoresca calle de fondo.

Imagen 18: Fotografía de Instagram de Marta López Álamo



Fuente: Instagram de Marta López Álamo

En el pie de foto, Marta escribió: "Probando el menú de nuestra boda 💍💍. Quedan menos de 2 meses y estoy tan emocionada 😍😄. (El look completo está etiquetado en la última foto) #zara #zaraoutfit #ootd". En el pie de foto, Marta López Álamo indica que está realizando una degustación del menú que se servirá en su próxima boda, la cual se llevará a cabo en menos de dos meses. Expresa su emoción al respecto utilizando emojis como 💍💍, los cuales representan elementos relacionados con el compromiso, la boda y emociones positivas y de felicidad. Además, utiliza las etiquetas "#zara, #zaraoutfit y #ootd", que son populares en las publicaciones de moda en las redes sociales. Esto indica que está vistiendo un conjunto de ropa de Zara y comparte su atuendo del día (Outfit of the Day, #ootd) en relación con la prueba del menú de la boda.

Esta publicación generó un total de 412 comentarios, algunos de ellos bastante críticos y ofensivos hacia Marta. Algunos de los comentarios incluyeron frases como: "Siento decirlo, pero no me gusta cómo luce esta chica. Se presenta como modelo, pero un cuerpo trabajado y saludable no se ve así. Vives mostrando tu cuerpo y nosotros opinamos sobre tu trabajo y sus resultados, y has ido demasiado lejos con las cirugías. No puedes cerrar la boca, el tamaño de tus implantes no es proporcional a tu cuerpo y tu delgadez es extrema", "¿Has sacado al abuelo a pasear? Nieta, el abuelo", "Mucho postureo... el abuelo tendrá que operarse de todo si quiere que su nieta siga con él".

En esta publicación, se observan comentarios que no solo critican a Marta, sino que también se burlan de su pareja actual utilizando el término "abuelo". Estos comentarios despectivos están motivados por la gran diferencia de edad que existe entre ellos, superando los 40 años. Los seguidores de Marta muestran una clara desaprobación hacia esta relación y expresan sus opiniones a través de comentarios irrespetuosos. Además de atacar su relación, también se meten con su apariencia física y critican su trabajo como modelo. Es importante destacar que estos comentarios no son constructivos ni buscan mejorar, sino que están destinados a causar daño.

A pesar de las críticas, Marta continúa compartiendo su talento y belleza a través de sus publicaciones, transmitiendo confianza y profesionalismo. Su enfoque en la moda y la versatilidad en diferentes estilos y escenarios demuestran su dedicación a su carrera y su pasión por su trabajo. Marta se esfuerza por mantenerse fiel a sí misma y no permitir que los comentarios negativos afecten su autoestima y su trayectoria profesional.

En un artículo de as.com, se menciona que a pesar de que la influencer andaluza suele ignorar los comentarios ofensivos, ha llegado el momento en que ha explotado. Todo ocurrió después de publicar un video donde baila al ritmo de la popular canción de 'Pasión de gavilanes' para celebrar el estreno de la segunda temporada de la serie en Telecinco. La influencer ha recibido cientos de mensajes en los que muchos usuarios cuestionan su delgadez y su apariencia física. Ella habla y se refiere a que no entiende porque, al ser una persona pública, tiene que quedarse callada y tolerarlo todo. "¿Por qué debo soportar insultos sobre mi físico?", comienza diciendo. El video ha desencadenado una oleada de insultos. "¿No puedo bailar sin ser bailarina?" pregunta.

Además, muchas personas le comparan con 'La Veneno' o con una persona transexual, afirmando que si lo sería no tendría ningún problema en decirlo.

Marta López Álamo aprovecha esta oportunidad para dar visibilidad a uno de los grandes problemas de las redes sociales: "Es que digo 'luego pasa lo que pasa', y por eso hay personas que, desafortunadamente, deciden poner fin a todo por estas cosas", señala. Afirma que su trabajo es crear contenido, además de estar estudiando y hacer muchas otras cosas más. "¿Qué debo hacer? ¿Dejar las redes sociales porque un grupo de desalmados decide acosarme constantemente?", comenta sobre su papel como influencer y sobre el hecho de que no está dispuesta a soportar más insultos.

Estas tres influencers comparten muchas características en común, ya que, como hemos podido observar, la mayoría de sus seguidores se enfocan más en su vida personal y su apariencia física que en el contenido que realmente están compartiendo.

Algunos ejemplos adicionales de comentarios que reciben en sus publicaciones incluyen: "Eres real... No sabes cuánto cuesta encontrarlo ❤️". Este comentario es una expresión de sorpresa y aprecio hacia Marta López Álamo. "Eres real": indica que es auténtica, honesta y genuina, en contraposición a la falsedad o la falta de autenticidad que puede encontrarse en otras personas o situaciones. "No sabes cuánto cuesta encontrarlo": encontrar a alguien auténtico y genuino es algo valioso y no ocurre con frecuencia. "❤️": cariño y afecto, transmitiendo el aprecio y el sentimiento positivo hacia la persona. Otro comentario dice: "Marta. No vale la pena llorar . Se feliz. No vale la pena lo que dices 4 años aguantando lo mismo. No debes aguantar nada . Debes ser libre . Debes hacer lo que quieras y no aguantar nada". Este mensaje brinda aliento para superar las dificultades y buscar la alegría en la vida. "No vale la pena lo que dices" enfatiza la importancia de no dar importancia a los comentarios negativos y, en su lugar, centrarse en el bienestar personal. La mención de "4 años aguantando lo mismo" indica que el hablante es consciente de que Marta ha soportado una carga emocional o ha estado en una situación desfavorable durante bastante tiempo. "No debes aguantar nada" y "Debes ser libre" instan a buscar la propia libertad y no permitir que nadie imponga restricciones. "Debes hacer lo que quieras y no aguantar nada" invita a perseguir los propios deseos y necesidades sin tener que soportar o aceptar situaciones que causen malestar o insatisfacción. Es un mensaje de apoyo y aliento hacia Marta, instándole a

buscar la felicidad, liberarse de situaciones negativas y vivir una vida libre de restricciones.

Estos dos comentarios específicos son de una publicación subida por Marta López Álamo, que recibió 340 comentarios. En la imagen, Marta está sentada en el suelo, apoyando todo su peso en su brazo izquierdo y manteniendo sus piernas juntas. Esta posición podría describirse como la pose de una sirena. Su rostro está dirigido hacia el lado derecho y su cabello suelto está un poco desordenado. El pie de foto tiene escrito: “Siempre fuerte ✨💪#nevergiveup”.

La frase "Siempre fuerte" indica una actitud de perseverancia y resistencia ante los desafíos y dificultades de la vida. Es un recordatorio de mantenerse fuerte emocional, física o mentalmente. "✨💪" agregan un toque de positividad y energía al mensaje. El emoji ✨, que representa una estrella brillante, puede simbolizar brillo, éxito o esperanza. El emoji 💪, que representa un brazo musculoso, puede representar fuerza física o determinación. El hashtag "#nevergiveup" refuerza el mensaje de no rendirse nunca, de mantenerse perseverante y luchar incluso cuando las cosas se ponen difíciles. Este tipo de publicación sugiere que Marta López está llegando a un límite y desea mantenerse fuerte sin caer en la trampa de debatir con sus seguidores sobre los comentarios despectivos que recibe. "Es lo que quería... el divorcio 😂😂😂😂... ahora está en la fama y dejó el pasado atrás 😂😂😂". Este comentario fue realizado en una publicación donde se puede ver a Laura Escanes sonriendo en el centro. Detrás de ella se encuentran unas cortinas decorativas y se puede apreciar una bola de discoteca colgando del techo. Laura viste un mono blanco brillante, compuesto por un top corto y pantalones largos. En el pie de foto, escribió: "Mix del #Dulce33 de ayer 💖🌟💪 Happy bday bby @dulceida". El hashtag #Dulce33 indica que la publicación está relacionada con el evento o celebración llamada "Dulce33". El emoji "💖" representa un corazón, lo cual sugiere un sentimiento positivo o afecto hacia alguien o algo relacionado con el evento. El emoji "🌟" puede hacer referencia a la decoración o elementos festivos utilizados en la celebración. El emoji "💪" muestra dos manos formando un corazón, expresando amor y posiblemente indicando que a esa persona le agrada o le desea lo mejor.

La frase "Happy bday bby @dulceida" es un deseo de feliz cumpleaños dirigido a Dulceida, utilizando la abreviatura "bby" como un término cariñoso. La mención de "@dulceida" implica que Laura está etiquetando o mencionando a esa persona en la publicación. Es importante destacar que el comentario realizado por el seguidor/a no guarda relación con la publicación de Laura Escanes. Se refiere a su separación con su ex marido, una situación que es de carácter privado y no se han hecho declaraciones públicas al respecto. Además, la vida privada de Laura Escanes no tiene relación directa con su trabajo en las redes sociales.

En términos generales, es evidente que los comentarios que reciben estas tres mujeres, en la mayoría de las ocasiones, no guardan relación directa con la publicación que están mostrando ni con el pie de foto que han escrito. Esto indica que gran parte de sus seguidores se centran más en aspectos relacionados con su vida personal, su apariencia física o incluso situaciones de su vida privada, en lugar de interactuar y comentar sobre el contenido que están compartiendo. Es importante destacar que esta desconexión entre los comentarios y las publicaciones puede generar una cierta frustración o confusión para las influencers, ya que es probable que deseen recibir comentarios y apreciaciones más centradas en el contenido que están compartiendo, en lugar de comentarios que se desvían hacia otros temas o aspectos personales.

Sin embargo, también es importante mencionar que no todos los comentarios se alejan de la temática de la publicación. A veces, se pueden encontrar comentarios de admiración, apoyo, preguntas relevantes que surgen a partir del contenido compartido o también recomendaciones, que dan los seguidores a las personas que admiran. Como pueden ser: "Lo importante es ser feliz 🧡 y nadie puede juzgar tus actos y decisiones mil cariños preciosa 👑", "De donde es el bikini??" o "Esté peinado no te favorecerá nada de nada."

Estos comentarios demuestran que también existen seguidores genuinamente interesados en el contenido y dispuestos a interactuar de manera significativa. Aprecian el trabajo de las influencers y buscan establecer una conexión más profunda a través de preguntas relevantes o recomendaciones. Esto evidencia que no todos los comentarios se limitan a aspectos superficiales, sino que también existen seguidores que valoran el contenido y buscan una interacción más auténtica y enriquecedora.

Es importante destacar esta diversidad de comentarios para mostrar que la interacción entre las influencers y sus seguidores no se limita únicamente a críticas negativas o aspectos superficiales. Existe un espacio para la admiración, el apoyo y la generación de conversaciones significativas en torno al contenido compartido. Esto refuerza la importancia de valorar la diversidad de opiniones y mantener un ambiente respetuoso y constructivo en las interacciones en línea.

2. CONCLUSIÓN

Es fundamental reconocer que estas figuras públicas tienen derecho a su privacidad y a ser tratadas con respeto en todas las plataformas digitales. Los ataques dirigidos hacia su apariencia física son inapropiados y no contribuyen en nada a un diálogo constructivo. Además, juzgar la legitimidad de su trabajo basándose únicamente en la percepción de estar siempre de vacaciones es injusto y carece de fundamento.

Para mejorar la situación, es necesario fomentar una cultura de respeto y empatía entre los seguidores. Esto implica educar acerca de la importancia de tratar a los demás con cortesía y consideración, independientemente de su estatus o apariencia. Asimismo, es relevante establecer límites claros en cuanto a la invasión de la vida privada de estas personas, ya que todos merecen tener espacios de intimidad y protección. Las figuras públicas también pueden desempeñar un papel activo en esta mejora. Pueden establecer límites en cuanto a los temas que están dispuestas a discutir y promover una comunicación respetuosa en sus plataformas. Además, pueden utilizar su influencia para abogar por un cambio positivo en la cultura digital, alentando a sus seguidores a pensar antes de publicar comentarios hirientes o invasivos. Además, es importante que las figuras públicas mencionadas también jueguen un papel activo en esta mejora. Pueden establecer límites claros en cuanto a los temas que están dispuestas a discutir y promover una comunicación respetuosa en sus plataformas. Al utilizar su influencia, tienen la capacidad de abogar por un cambio positivo en la cultura digital, alentando a sus seguidores a reflexionar antes de publicar comentarios hirientes o invasivos.

A nivel de investigación, este estudio podría proporcionar información valiosa sobre los efectos psicológicos del ciberacoso y los comentarios negativos en influencers de moda en España. Los resultados podrían ayudar a desarrollar estrategias y políticas más efectivas para abordar este problema y mejorar el bienestar de las personas que se dedican a la influencia en línea.

Es destacable que la investigación me ha ayudado a comprender la importancia de establecer límites claros en cuanto a la privacidad y la vida personal de cada individuo. Además, me ha reafirmado la idea de que nadie tiene derecho a hacer comentarios hirientes hacia otras personas, ya sean influencers o no. Todos somos seres humanos y merecemos respeto.

3. REFERENCIAS

Alfonso, C. (12 de Enero de 2023). Laura Escanes: estudios, edad y nueva pareja. La Provincia. Recuperado el 12 de Mayo de 2023, de <https://www.lasprovincias.es/culturas/tv/laura-escanes-estudios-20230112150022-nt.html>

Alonso, M. (18 de Marzo de 2022). El acoso y en redes sociales también se ceba con las mujeres. MUJER.ES. Recuperado el 10 de Mayo de 2023, de <https://www.20minutos.es/mujer/mas-mujer/las-mujeres-obteto-de-odio-en-redes-sociales-4972947/>

Alvarez, M. (15 de Septiembre de 2022). Los insultos que sufre una ‘instagrammer’ de talla 4: “Me dicen feto o foca... no entiendo este odio”. Nius. Recuperado el 10 de Mayo de 2023, de https://www.niusdiario.es/sociedad/insultos-sufre-instagrammer-talla-grande-feto-foca_18_3011670200.html

Barrio, F. (27 de Enero de 2021). Desde María Pombo a Berryuca, cómo los influencers consiguen que la salud mental no sea tabú. El Independiente. Recuperado el 10 de Mayo de 2023, de <https://www.elindependiente.com/sociedad/2021/01/27/desde-maria-pombo-a-berryuca-como-los-influencers-consiguen-que-la-salud-mental-no-sea-tabu/1411953/image/1412960>

Bianchi, M. (6 de Marzo de 2022) Tamara Gorro nos desvela su método para lidiar con la depresión: “terapia, medicación y mucho deporte”. ¡HOLA!. Recuperado el 12 de Mayo de 2023, de <https://www.hola.com/actualidad/20220306310250/tamara-gorro-depresion-salud-mental-terapia/>

Cano Palacio, M. (2016). Crítica a los cuerpos perfectos en la publicidad. [Tesis de grado, Universidad de Valladolid].
<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/18610/TFG-N.%20536.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cueto Urbina, E. (2020) Investigación Cualitativa. *Applied Sciences in Dentistry*, 1(3).
<https://doi.org/10.22370/asd.2020.1.3.2574>

Denzin, N. K., y Lincoln, Y. S. (2012). *El campo de la investigación cualitativa vol I: Manual de investigación cualitativa*. Editorial Gedisa. El campo de la investigación cualitativa: Manual de investigación cualitativa Vol. I

Fernández Lerma, A. (2017). Estudio del origen de la figura del influencer y análisis de su poder de influencia en base a sus comunidades. [Tesis de grado, Facultad de Comunicación Universidad Pompeu Fabra] Estudio del origen de la figura del influencer y análisis de su ...upf.edu<https://repositori.upf.edu> › Fernandez_2017

Gil, M., Ruiz, C., y Del Olmo Arriaga, J.R. (2022). Instagram y Tiktok: el rol de la mujer en las redes sociales. *Revista Internacional De Cultura*, 9 (3), 1-11.
<https://doi.org/10.37467/revvisual.v9.3525>

Gil Vera, V.D., y Quintero López, C. (2021). La ansiedad y la depresión derivadas del abuso de las redes sociales: un análisis relacional. *Universidad Católica Luis Amigó, Medellín, Colombia*.
https://www.researchgate.net/profile/Victor-Gil-Vera/publication/350499466_Anxiety_and_depression_resulting_from_the_abuse_of_social_networks_a_relational_analysis/links/606366e792851cd8ce7aca7b/Anxiety-and-depression-resulting-from-the-abuse-of-social-networks-a-relational-analysis.pdf

Gonzalez Carrion, E. L., y Aguaded, I. (2020). Engagement y evolución de instagramers hispanohablantes de moda. *Revista Latina de Comunicación Social*, 77, 231-252.
<https://doi.org/10.4185/RLCS-2020-1456>

González Forte, M. (2022). *Redes sociales y salud mental*. [Tesis de grado, Universidad de Valladolid].
<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/54898/TFG-N.%201949.pdf?sequence=1>

Herreros, S. (16 de Noviembre de 2022). Claudia Martínez estalla tras las críticas recibidas contra su cuerpo y ser acusada de fomentar la anorexia. Outdoor. Recuperado 12 de Mayo de 2023, de https://www.telecinco.es/outdoor/actualidad/20221116/claudia-martinez-estalla-criticas-cuerpo-fomentar-anorexia-isla-tentaciones_18_07996865.html

Higuera, R. (9 de Marzo de 2022). Dani Martin se abre como nunca: “Estoy medicado desde hace un año”. Semana. Recuperado el 11 de Mayo de 2023, de <https://www.semana.es/corazon/dani-martin-abre-nunca-estoy-medicado-desde-ano-20220309-002469918/>

Instituto de las Mujeres. (2022). _Mujeres jóvenes y acoso en redes sociales. *Catálogo de publicaciones de la Administración General del Estado*, (129), 7-65. Presentación del estudio “Mujeres jóvenes y acoso en redes sociales”

Martínez Valero, L y Mayagoitia Soria, A.M. (2021). Jóvenes y nuevas formas de comunicación y marketing. *Revista Prisma Social*, (34), 4-39. INFLUENCERS Y MENSAJES DE ODIOS - Revista Prisma Social<https://revistaprismasocial.es › article › download>

Megías, L. (30 de Abril de 2022). La salud mental en las mujeres: así influyen las construcciones de género. El Español. Recuperado el 11 de Mayo de 2023, de https://www.elespanol.com/mujer/salud-bienestar/20220430/salud-mental-mujeres-influyen-construcciones-genero-psicologia-mujer/668433298_0.html

Saldaña, J. (2013). *The coding manual for qualitative researchers*. Second edition. Los Angeles: Sage.

Santamaría de la Piedra, E y Meana, R.J. (2017). Redes sociales y fenómeno influencer. Reflexiones desde una perspectiva psicológica. *Revista Comillas*, 75 (147). <https://revistas.comillas.edu/index.php/miscelaneacomillas/article/view/8433/8014>

Ocaña, C. (23 de Septiembre de 2023). Una joven con experiencia en Telecinco: quién es Claudia Martínez de “La isla de las tentaciones 5. Mag. Recuperado el 12 de Mayo de 2023, de <https://mag.elcomercio.pe/fama/quien-es-claudia-martinez-de-la-isla-de-las-tentaciones-biografia-y-fotos-programa-de-telecinco-nnda-nnlt-noticia>

Pink, S., Horst, H., Postill, J., Hjorth, L., Lewis, T., y Tacchi, J. (2019). *Digital ethnography. Principles and Practice*. Ediciones Morata. <https://books.google.es/books?id=vpojEAAAQBAJ&lpg=PP1&hl=es&pg=PP1#v=onepage&q&f=false>

Poncini, P. (10 de Octubre de 2022). Hablando con Influencers: ¿Les afectan las redes sociales a su salud mental?. La Razón. Recuperado el 11 de Mayo de 2023, de <https://www.larazon.es/gente/20221010/ibynowgobvc6fddxd3qhgdeh2e.html>

Rosa del Pino, A.M (16 de Mayo de 2022). Lola Índigo, tras superar la anorexia: “Ahora puedo contar lo que he aprendido”. El Mundo. Recuperado el 12 de Mayo de 2023, de <https://www.elmundo.es/loc/famosos/2022/05/16/627e4c2cfc6c83c3318b4586.html>

20minutos (11 de Abril de 2022). Violeta Mangriñan estalla en las redes tras las críticas por sus últimos dos vídeos: “No sabía que también había tanto ‘hater’ en TikTok”. Recuperado el 12 de Mayo de 2023, de <https://www.20minutos.es/noticia/5117667/0/violeta-mangrinan-estalla-en-las-redes-tras-las-criticas-por-sus-ultimos-dos-videos-no-sabia-que-tambien-habia-tanto-hater-en-tiktok/>

20minutos (4 de Enero de 2023). Laura Escanes recibe fuertes críticas por su fotografía sin maquillaje ni filtros: "Tienes unos cuantos retoques para ser natural". Recuperado el 12 de Mayo de 2023, de <https://www.20minutos.es/noticia/5089789/0/laura-escanes-recibe-fuertes-criticas-por-subir-una-fotografia-sin-maquillaje-ni-filtros-tienes-unos-cuantos-retoques-para-ser-natural/>

4. ANEXO

Anexo I: Análisis de los datos de las fotografías de las influencers. Elaboración propia

NOMBRE	ENLACE A LA FOTO	SEGUIDORES	POST	PIE DE FOTO	DESCRIPCIÓN FOTOGRAFÍAS	DESCRIPCIÓN PIE DE FOTO	Nº DE COMENTARIOS	ALGUNOS COMENTARIOS	COMENTARIOS CON LA PALABRA GUAPA	COMENTARIOS CON LA PALABRA KILOS, KILITOS, DELGADA, DELGADÍSIMA, ANOREXIA, ETC.
Claudia Martínez	https://www.instagram.com/p/Cr68rmvDNHh/	727 mil		Definitivamente me he puesto mala por hacerme esta foto 🤔	En la fotografía, se puede observar a Claudia Martínez de pie junto al portal de una vivienda. El fondo muestra una pared blanca con un bajo revestido de baldosas negras. Claudia se encuentra en el centro de la imagen y luce una coleta alta en su cabello. Viste un vestido corto negro ajustado, botas altas también negras y lleva consigo un bolso del mismo color.	Sentimiento negativo asociado con la acción de tomarse una foto indica que se ha puesto mala como resultado de hacerse la foto, y utiliza el emoticon 🤔 para expresar cierta ironía o sarcasmo.	462	<p>caren_cag_1: Y encima te creerias que estas guapa no?</p> <p>chari.blanco.1422: Estas delgadísima 🤔</p> <p>janee22: Madre mía, se pone de todo y parece que se ha ido. 🤔. Haz deporte, cuida la alimentación y quizá la veas algo mejor...</p> <p>coechagarciaevae: Ay... ¿cogeres un kilo?</p> <p>merche13: Muy delgada Claudia, no te favorece y fíjate favor tu delgadez para los adolescentes que sufren problemas de alimentación. Sinceramente parecen enferma con esa delgadez y me das pena</p>	65	9
Laura Escanes	https://www.instagram.com/p/CkDc3XRdYYS/	1.9 mil		Mix del #Dulce33 de ayer 🥰🥰 Happy bday bby @dulceida	Se puede apreciar a Laura Escanes sonriendo en el centro. Detrás de ella se encuentran unas cortinas decorativas y se puede ver una bola de discoteca colgando del techo. Laura lleva un mono blanco con brillos, compuesto por un top corto y unos pantalones largos.	#Dulce33: El hashtag indica la referencia al evento o celebración llamado "Dulce33" - 🥰 representa un corazón, lo cual sugiere un sentimiento positivo o afecto hacia alguien o algo relacionado con el evento. "bby" puede representar una referencia a la decoración o elementos festivos utilizados en la celebración. "🥰" dos manos formando un corazón, expresa amor además puede decir que a esa persona le agrada o le desea lo mejor. Happy bday bby @dulceida" Esta frase indica un deseo de feliz cumpleaños a Dulceida. La abreviatura "bby", término cariñoso utilizado para dirigirse a la persona que cumple años. La mención de "@dulceida" sugiere que se está etiquetando o mencionando a esa persona en la publicación.	343	<p>marco85: la cuestion es no dar palo a l agua y operarse cada vez mas y mal porque cada vez parecen mas vieja chicas...</p> <p>luispascual: No me gusta nada esta chica, Florén12: Está pensado no le favorecerá nada de nada</p> <p>Sonia Garcia254: Estás embarazada? encor_marcos_marta: Tío jover y tan guapa y ya tan retocada la cara.</p>	25	0
Marta Lopez Alamo	https://www.instagram.com/p/C00TSJdJgb/	357 mil		Thanks again @mbfwmadrid 🇪🇸 @esma.events @esthergarciascapdevila 🇪🇸 ¿Cuál os gusta más? 🇪🇸 @cristobarcelona @isabelsanchiscostura @lolacasademunt @felycampo #model #mbfw	En el desfile de moda, se puede ver a Marta López Alamo desfilando con elegancia. Lleva puesto un vestido corto y ajustado que presenta una tira y una abertura en la pierna izquierda. El vestido tiene tonos verdes, que le dan un aspecto vibrante y llamativo.	"Thanks again @mbfwmadrid" expresa gratitud hacia el evento o la organización llamada "mbfwmadrid". Esto sugiere que la persona que escribió el comentario ha participado o asistido a dicho evento y está agradecida por la experiencia. @esma.events @esthergarciascapdevila, @cristobarcelona @isabelsanchiscostura @lolacasademunt @felycampo" son menciones a las cuentas de Instagram. Esto puede indicar colaboraciones, agradecimientos o reconocimientos hacia estas cuentas o las personas que las representan. "¿Cuál os gusta más?" indica una pregunta dirigida a los seguidores o a aquellos que ven la publicación. Hashtag: "#model #mbfw" son hashtags utilizados para categorizar la publicación y hacerla más visible para aquellos interesados en modelos y en el evento "mbfwmadrid".	407	<p>luchayconstancia: Es familiar de michael jackson??????</p> <p>lasarteangelita: El morado no. Te marca la baringa</p> <p>isaac_garcia78: Es un hombre?</p> <p>emiliari: 77: Todo el mundo sabe que es trans, pero nadie lo dice, no se atreven. Yarchurtele: Madre mía como se ha dejado la cara. Con lo guapa que era.</p> <p>marta.romero.96740671: Que bien estarias que diez kilos más, porque eres monísima y muy profesional pero parecen un saco de huesos</p>	55	3

(Nombre, enlace, seguidores, foto, pie de foto, descripción fotografía, descripción pie de foto, n° de comentarios, algunos comentarios, comentarios con la palabra "guapa", comentarios con las palabras "kilo", "kilito", "delgada", "delgadísima" y "anoréxica").

Anexo 2: Análisis de los comentarios de las fotografías de las influencers. Elaboración propia

Comentarios	Análisis códigos descripción	Códigos mas generales agrupados por temáticas repetidas
Deja de ser tan bonita 😞	Atractiva 😍 = admiración o encanto hacia esa cualidad	ADMIRACIÓN
Súper guapa!!! ❤️❤️❤️	extremadamente atractiva ❤️ = afecto o amor	ADMIRACIÓN
Como un Ángel 🥰🥰🥰. Preciosa 💖	describir a alguien que se ve de manera especialmente hermosa. 😍=admiración o encanto hacia esa cualidad. Preciosa= muy bonita. 💖 = amor, afecto o aprecio	ADMIRACIÓN
🔥🔥 mejor que tenga una buena delantera de cintura para arriba	expresión subjetiva o coloquial de referirse a la apariencia física de una persona, específicamente enfocándose a los atributos superiores del cuerpo. 🔥=atracción o belleza.	APARIENCIA FÍSICA
Presiosa pero se ve una pancita embarazo oh no ..me gusta verte feliz	reacción sorprendida o preocupada sobre el estado físico de una persona puede ser incorrecto o invasivo. me gusta verte feliz= afecto y alegría a ver a alguien en un estado de felicidad.	APARIENCIA FÍSICA
A mi sinceramente, me das miedo.	sensación de inseguridad que el hablante expresa hacia la persona	APARIENCIA FÍSICA
👏👏👏	apoyo, reconocimiento o aprobación	APOYO= APROBACIÓN
Claudia, hay gente mala por el mundo que todavía se meten con el físico de los demás, eso es intolerable y desconsiderado, no quiero usar términos mal sonantes. Se como te de la gana, estas estupenda y preciosa.	tono de apoyo y defensa hacia Claudia, mientras se aborda el tema de la crítica hacia la apariencia física.	APOYO= APROBACIÓN
la cuestion es no dar palo a l agua y operarse cada vez mas y mal porque cada vez pareces mas vieja chica...	No dar palo al agua= no trabajar. Operarse cada vez más= feo	BELLEZA RETOCADA= NO NATURAL
Tan joven y tan guapa y ya tan retocada la cara.	observación o comentario crítico, sugiriendo que a pesar de ser joven y hermosa, ha recurrido a intervenciones estéticas o retoques en su rostro como algo negativo.	BELLEZA RETOCADA= NO NATURAL
Eres superficial ...te creía mejor...ADIOS	expresar desilusión o descontento. "ADIOS" al final indica una despedida o finalización de la relación o interacción	BELLEZA RETOCADA= NO NATURAL
Ke pava es párese un esparago. 🤔🤔	Opinión negativa. La frase compara a la persona con un esparago insinuando que se ve delgada o larguirucha. Pava= persona tonta o de aspecto poco atractivo. 🤔=diversión o risa	COMPARACIÓN
Así de mona dice y en la foto parece un champiñón jaj	Contraste entre la afirmación y la apariencia. jajajaja= tono jocosos y humorístico	COMPARACIÓN
Por un momento pensé que era Lana Rhodes.	Cumplido o expresión de sorpresa hacia la apariencia física de la persona mencionada	COMPARACIÓN

Y la gente encima la jalea. Y le dicen Guapa.... Eso es lo peor. Esta señora será muy buena persona...pero a ver, guapa no es. Y de la azotea no creo que esté muy bien tampoco.	<i>comentario crítico y despectivo. desaprobación de que la gente la elogie y la llame "guapa", al tiempo que cuestiona su apariencia física y sugiere que también podría tener problemas mentales.</i>	CRÍTICA
Q ropa más fea	<i>opinión negativa sobre la ropa</i>	CRÍTICA
Que fotos más feas y ordinarias	<i>desaprobación hacia unas fotos específicas, calificándolas de feas y ordinarias. Expresa su opinión negativa sobre la calidad o el contenido de las fotografías en cuestión.</i>	CRÍTICA

Menuda put# tontería 😂	<i>Expresión de descontento. 😂 = representa la risa que puede interpretarse como un intento de disminuir la gravedad del comentario</i>	DESCONTENTO
A veces me pregunto quien sera el que te hace las fotos!! Por quee un poco mas de tacto le hace falta!	<i>expresión de crítica o descontento hacia la calidad de las fotografías de alguien. El remitente expresa su inquietud o curiosidad sobre quién está a cargo de tomar las fotos y sugiere que esa persona debería tener más habilidad o sensibilidad al hacerlo.</i>	DESCONTENTO

Muy delgada Claudia, no te favorece y flaco favor tu delgadez para los adolescentes que sufren problemas de alimentación. Sinceramente pareces enferma con esa delgadez y me das pena	<i>peso corporal muy bajo. Problemas de alimentación: anorexia, bulimia</i>	PESO BAJO= NEGATIVO
Estás delgadísima 🙄	<i>Delgadísima= peso corporal muy bajo.</i>	PESO BAJO= NEGATIVO
Ay...si cogieras un kilillo....	<i>aumentar el peso corporal</i>	PESO BAJO= NEGATIVO

Tienes trastornos alimenticios? 😞	<i>pregunta directa relacionada con la salud y bienestar de la persona a la que se dirige.</i>	PREGUNTA
De dónde es el top? 🙄	<i>pregunta específica sobre una prenda en particular</i>	PREGUNTA
De donde es el bikini??	<i>pregunta específica sobre una prenda en particular</i>	PREGUNTA

Eres guapísima pero debes recuperarte y cuidarte estas extremadamente delgada besos ❤️	<i>combina un cumplido sobre la apariencia física de alguien con una preocupación por su salud. ❤️=afecto, cariño o amor.</i>	RECOMENDACIÓN
Cariño guapísima pero come mas y estaras mucho mejor bss	<i>combina un cumplido sobre la apariencia física de alguien con una sugerencia de que coma más para mejorar su bienestar</i>	RECOMENDACIÓN
Claudia necesita pasarse por Andalucía y comerse unos buenos cocidos	<i>recomendación o deseo de que Claudia tenga la experiencia de probar los cocidos tradicionales de Andalucía, que son platos populares y reconocidos por su sabor y tradición culinaria en la región.</i>	RECOMENDACIÓN

Deja de ponerme los cuernos 😂	<i>tono humorístico o irónico, para transmitir que siente que la otra persona le está engañando o traicionando de alguna manera, pero en un sentido no romántico o literal, el uso de 😂 al final de la frase indica que el remitente lo dice en tono de broma y no como una acusación seria.</i>	TONO HUMORÍSTICO
Oye claudia hacemos una cosa tu me das tu cuerpo de top model y yo te doy el mio, como lo ves, me das envidia 😂	<i>Cuerpo de top model= describir el cuerpo de una persona como atlético, delgado o con características físicas consideradas deseables desde una perspectiva de la moda o la belleza. Me das envidia= deseo de tener algo que la otra persona posee o ser como ella en algun aspecto. 😂=diversión, alegría o risa</i>	TONO HUMORÍSTICO

(Comentarios, analisis códigos descriptivos y códigos más generales agrupados por temáticas repetidas)