



# REPRESENTACIONES Y TENSIONES DEL CANON ESTÉTICO DIGITAL Y LA IMAGEN CORPORAL EN LA ADOLESCENCIA

© Universidad Complutense de Madrid

Se permite la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento siempre que se mencione la fuente y se haga sin fines comerciales.

Primera edición: Noviembre de 2025.

Autores: Núñez Gómez, Patricia; Larrañaga, Kepa Paul; Monguí Monsalve, Mónica.

ISBN: 978-84-09-79535-2

Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y las opiniones expresadas son únicamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea. Ni la Unión Europea ni la autoridad que concede la subvención pueden ser considerados responsables de los mismos.

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.



**Co-funded by  
the European Union**

## Contenido

<b>Introducción</b> .....	<b><u>7</u></b>
2.1. Enfoque desde la sociología de la infancia.....	13
<b>Marco analítico-conceptual</b> .....	<b><u>13</u></b>
2.2. Género, corporalidad e interseccionalidad.....	<u>15</u>
3.1. Enfoque metodológico .....	19
<b>Metodología</b> .....	<b><u>19</u></b>
3.2. Muestreo, selección y perfiles de participantes.....	20
3.3. Procedimiento analítico .....	22
3.4. Criterios interpretativos .....	23
3.5. Dimensiones analíticas.....	24
<b>Trayectorias discursivas sobre estética digital e imagen corporal</b> .....	<b><u>31</u></b>
4.1. Estética digital como estética total .....	34
4.2. Trayectoria discursiva 1: Aspiración e insatisfacción .....	40
4.3. Trayectoria discursiva 2: Performatividad y visibilidad estratégica .....	45
4.4. Trayectoria discursiva 3: Influencia algorítmica y consumo .....	49
4.5. Trayectoria discursiva 4: Salud y respuesta emocional .....	55
4.6. Trayectoria discursiva 5: Resistencia, crítica y agencia .....	60
4.7. Desigualdades y posicionamientos diferenciales: género, clase social, origen y edad.....	66
<b>Conclusiones</b> .....	<b><u>79</u></b>
<b>Bibliografía</b> .....	<b><u>85</u></b>



**1**

# Introducción





# 1

## Introducción

En los últimos años, las redes sociales se han consolidado como espacios centrales de socialización, representación y búsqueda de reconocimiento entre pares en la adolescencia. En este proceso, la imagen corporal ocupa un lugar central, no como dato biológico, sino como construcción social simbólica que se negocia en la interacción cotidiana. La exposición del cuerpo en estos entornos digitales no remite únicamente a una dimensión personal o estética, sino que se constituye como una forma social de estar en el mundo digital, atravesada por desigualdades de género, clase, origen y distintas corporalidades.

Desde una perspectiva crítica, los estudios feministas han mostrado cómo los mandatos de belleza se interiorizan como parte del proceso de sociabilización, condicionando de forma estructural la relación que los adolescentes establecen con su propio cuerpo. En el entorno digital, estos mandatos se reconfiguran bajo

nuevas lógicas de visibilidad, y exposición, así, mostrar, editar, evaluarse y optimizar la propia imagen se convierte en una práctica habitual entre los adolescentes. Ante este escenario, la investigación se propuso indagar cómo los y las adolescentes construyen, experimentan y resignifican su imagen corporal y el canon estético digital en redes sociales, en el marco de procesos de exposición, presión simbólica, consumo cultural y autorrepresentación. El estudio parte de la necesidad de comprender cómo los y las adolescentes en España viven y significan su imagen corporal en plataformas digitales, cómo enfrentan las presiones estéticas que circulan en ellas y qué márgenes de acción y crítica logran desarrollar. El análisis se enmarca en la sociología de la infancia, que reconoce a las y los adolescentes como actores sociales con capacidad para construir sentidos propios, interpretar los discursos hegemónicos y desplegar estrategias frente a ellos.

Este interés por comprender la experiencia adolescente también se inscribe en un contexto político y normativo más amplio, donde instituciones públicas y organismos internacionales han comenzado a responder a los riesgos asociados al entorno digital. El debate sobre los riesgos digitales que afectan a la infancia y adolescencia ha sido acompañado, en el ámbito europeo, por marcos regulatorios orientados a proteger a la infancia y adolescencia en el entorno digital. Desde la Directiva (UE) 2018/1808 sobre servicios de comunicación audiovisual hasta el más reciente Reglamento de Servicios Digitales (DSA), vigente desde 2024, se ha consolidado una preocupación por los impactos que las plataformas digitales tienen sobre la salud mental, la percepción corporal y los derechos digitales de los y las adolescentes. No obstante, estas regulaciones rara vez abordan con profundidad las dimensiones simbólicas de la imagen corporal, ni consideran la intersección entre estética, desigualdad y reconocimiento.

La investigación que se presenta fue realizada por el Departamento de Ciencias de la Comunicación Aplicada de la Universidad Complutense de Madrid, en el marco del proyecto Safer Internet Centre-Spain 4.0, liderado por el Instituto Nacional de Ciberseguridad de España (INCIBE). El estudio se basó en entrevistas cualitativas a adolescentes de entre 13 y 17 años residentes en distintas comunidades autónomas,

y en entrevistas complementarias a personas adultas (madres/padres, profesorado y expertas del ámbito académico).

Su objetivo general fue comprender las formas en que las y los adolescentes construyen, experimentan y resignifican la imagen corporal y el canon estético digital en el entorno de las redes sociales, en el marco de procesos de exposición, presión simbólica, consumo cultural y prácticas de autorrepresentación.<sup>1</sup>

Este objetivo se desarrolló a través de las siguientes líneas específicas de análisis:

### **Objetivos específicos**

- I. Analizar las representaciones y significados atribuidos por los y las adolescentes a los ideales de belleza y perfección corporal en plataformas digitales, así como las motivaciones subyacentes a la publicación de contenido vinculado a su imagen, considerando las tensiones entre la búsqueda de perfección y la gestión de la imperfección en contextos digitales.
- II. Examinar la influencia de la publicidad digital, los algoritmos de recomendación y los influencer en la configuración de referentes corporales y prácticas estéticas, tal como son percibidos y experimentados por los y las adolescentes en sus contextos cotidianos.
- III. Explorar las tensiones entre la corporalidad vivida y la corporalidad digitalizada, incluyendo los procesos de edición, filtrado y escenificación del cuerpo, así como las estrategias que los y las adolescentes desarrollan

---

<sup>1</sup> Este objetivo parte del reconocimiento de que la imagen corporal y el canon estético no son fenómenos individuales, sino construcciones simbólicas que se articulan en contextos culturales concretos, como el ecosistema digital. En dicho entorno, los procesos de exposición refieren a la visibilización del cuerpo a través de imágenes y vídeos, condicionados por la mirada ajena, los algoritmos y la lógica de la validación social. La presión simbólica, por su parte, alude a la circulación persistente de modelos ideales de belleza que, sin imponerse explícitamente, se consolidan como referencia aspiracional mediante likes, comentarios, tendencias y algoritmos de recomendación. El consumo cultural, entendido como apropiación activa de contenidos estéticos y normativos, forma parte del proceso mediante el cual adolescentes no solo reproducen, sino también resignifican tales modelos. Finalmente, las prácticas de autorrepresentación implican la producción deliberada de la propia imagen en redes sociales –a través de decisiones visuales, representaciones, narrativas y performativas– que median entre el deseo de pertenencia, la búsqueda de autenticidad y la negociación con los cánones dominantes.

para gestionar su imagen en entornos digitales.

- IV. Identificar si el género, en interacción con otros ejes como la clase, el origen o la corporalidad, condiciona diferencialmente las exigencias estéticas, los procesos de validación y los mecanismos de exclusión que operan en las redes sociales.

Para responder a estos objetivos, el informe se estructura en cinco capítulos interrelacionados que combinan marco teórico, metodología y análisis de resultados. Tras esta introducción, el segundo capítulo desarrolla el marco analítico-conceptual que guía la investigación. El tercer apartado describe el enfoque metodológico, con especial atención al diseño cualitativo, los criterios de muestreo y el proceso de codificación y análisis de las entrevistas. El capítulo central del informe (capítulo 4) presenta los resultados en forma de trayectorias discursivas, identificando tensiones, contradicciones y resistencias en las narrativas de adolescentes sobre estética digital e imagen corporal. Este análisis incluye además una lectura interseccional de las desigualdades observadas por género, clase, origen y edad. Finalmente, el capítulo 5 recoge las principales conclusiones del estudio y abre posibles líneas futuras de trabajo.

Este estudio se fundamenta en un enfoque epistemológico que articula tres perspectivas interrelacionadas, esto es, la sociología de la infancia, los estudios de género y el análisis interseccional. Estos marcos permiten comprender cómo las y los adolescentes significan y negocian su imagen corporal en redes sociales, no como meros receptores pasivos de discursos normativos, sino como actores sociales activos, situados en relaciones de poder desiguales que atraviesan el cuerpo, la tecnología, la identidad y la representación.

2

# Marco analítico - conceptual





# 2

## Marco analítico-conceptual

### 2.1. Enfoque desde la sociología de la infancia

Desde la sociología de la infancia, se propone un cambio de mirada respecto a los discursos tradicionales que han concebido a la adolescencia como un estadio incompleto de la adultez, definido por la dependencia o la falta. Este campo teórico, ampliamente desarrollado en Europa y América Latina, ha cuestionado los enfoques evolucionistas y adultocéntricos que han subordinado las voces infantiles y juveniles, y ha reivindicado su estatus como actores sociales con capacidad de agencia, interpretación y producción cultural.

Como sostiene Gaitán (2022), la infancia y la adolescencia debe comprenderse como una categoría social y relacional, más allá de una fase biológica o psicológica del desarrollo. Esta comprensión sitúa la adolescencia en un entramado estructural de

relaciones de poder intergeneracionales que configuran la participación, visibilidad y legitimación de los sujetos que la experimentan. Desde esta perspectiva, los discursos de los y las adolescentes no deben considerarse como “preparatorios” o imitativos, sino como producciones simbólicas autónomas, construidas desde su experiencia situada en una sociedad mediatizada, desigual y regulada normativamente.

Este reconocimiento conlleva también una implicación metodológica, pues investigar con adolescentes exige desplazar el lugar tradicional del investigador adulto y generar condiciones para que sus voces emerjan no como datos que ilustran teorías externas, sino como saberes legítimos que interpelan críticamente los discursos normativos sobre cuerpo, estética, redes sociales y subjetividad. Tal como señalan autores como James y Prout (1990), esta perspectiva supone considerar a niños, niñas y adolescentes como informantes válidos sobre sus propios mundos sociales, lo cual exige diseñar dispositivos de investigación que respeten sus tiempos, lenguajes y formas de expresión.

Aplicada al presente estudio, esta mirada permitió abordar las representaciones corporales y prácticas digitales no como conductas a corregir o patologizar, sino como expresiones simbólicas complejas que articulan adaptación, tensión, crítica y creatividad frente a los cánones hegemónicos. De este modo, la sociología de la infancia no solo aporta una clave teórica, sino también ética y política, pues permite ubicar a las y los adolescentes en el centro del análisis como sujetos epistémicamente válidos, cuyas narrativas contribuyen a la comprensión crítica del orden social digital.

## **2.2. Género, corporalidad e interseccionalidad**

Este estudio se sustenta en un enfoque feminista e interseccional que concibe la corporalidad como una construcción social encarnada, situada y atravesada por relaciones de poder. La imagen corporal no se aborda como una vivencia individual o psicológica, sino como un campo de disputa simbólica en el que operan mandatos estéticos, tecnologías de género y lógicas de exclusión diferenciadas según

marcadores sociales como el género, la clase, la racialización, la diversidad corporal o la orientación sexual.

Desde los estudios feministas, el cuerpo ha sido conceptualizado como lugar de inscripción de normas sociales, morales y políticas, atravesado por procesos de disciplinamiento que articulan lo estético con lo afectivo y lo político (Bartky, 1990; Bordo, 1993; Gill, 2007a). En entornos digitalizados, estas formas de regulación se intensifican mediante dinámicas algorítmicas que exigen visibilidad, autocontrol y autorrepresentación constante. Rosalind Gill (2016) ha señalado cómo el cuerpo femenino se convierte en superficie de trabajo y evaluación pública, mientras que Ana de Miguel (2015) problematiza la aparente libertad estética contemporánea como nueva forma de sujeción.

Esta mirada resulta clave para el análisis de la imagen corporal en la adolescencia. El estudio se interesa por cómo los cánones digitales se inscriben en cuerpos diversos y cómo estas normas son internalizadas, negociadas o desafiadas por adolescentes en función de sus trayectorias y posiciones sociales. Tal como plantea el informe de Bizitegi (2022), adoptar una perspectiva de género implica atender a las desigualdades estructurales que atraviesan los cuerpos, las relaciones y las subjetividades, así como visibilizar los márgenes desde los que se cuestionan y resisten las narrativas dominantes.

Frente a las lecturas universalistas del cuerpo, este estudio adopta una perspectiva interseccional que reconoce la heterogeneidad de las experiencias corporales, condicionadas por sistemas de opresión entrecruzados. Desde la perspectiva de la interseccionalidad (Crenshaw, 1989; Collins, 2000), la corporalidad debe leerse como un lugar donde se entretajan y materializan jerarquías estructurales. Como desarrollan Rubio, García-Santesmases y García-Castilla (2024), la interseccionalidad permite analizar cómo los ejes de género, origen, clase, orientación sexual o discapacidad no actúan de manera aislada ni acumulativa, sino de forma entretajida, generando condiciones específicas de vulnerabilidad, exclusión o agencia. Esta mirada permite comprender cómo ciertas identidades –como los cuerpos feminizados, racializados

o no normativos– enfrentan presiones estéticas diferenciadas, y cómo estas se ven intensificadas en plataformas digitales donde la exposición visual se convierte en norma.

Desde este marco, el cuerpo se sitúa en el centro de un entramado de discursos e imaginarios que no solo regulan su apariencia, sino que producen jerarquías de legitimidad, pertenencia y valor social. La interseccionalidad, entendida como herramienta analítica crítica, no solo permite identificar estas múltiples opresiones, sino también leer las formas situadas de resistencia que emergen frente a ellas, especialmente en los espacios digitales habitados por adolescentes.

3

# Metodología





# 3

## Metodología

### 3.1. Enfoque metodológico

La investigación se desarrolló a partir de un diseño cualitativo de carácter exploratorio e interpretativo, centrado en el análisis de discurso como vía para acceder a los significados que adolescentes y personas adultas atribuyen a la imagen corporal en entornos digitales. El diseño articuló técnicas de producción de información individual y grupal, orientadas a reconstruir las experiencias, narrativas y posicionamientos en torno a los cánones estéticos digitalizados, así como a las formas cotidianas de

resistencia, gestión y agencia corporal. La elección metodológica responde a la necesidad de captar la complejidad de las vivencias corporales en la adolescencia. En lugar de cuantificar opiniones o actitudes, se buscaba interpretar cómo los y las adolescentes elaboran narrativas sobre sus cuerpos, cómo negocian su exposición digital, y de qué manera reproducen, resisten o reconfiguran los mandatos estéticos en función de sus trayectorias sociales.

El estudio se apoyó en estrategias de investigación participativa y dialógica, que reconocen a las personas adolescentes no solo como sujetos de estudio, sino como interlocutores válidos en la producción de conocimiento. En esta línea, se incorporaron espacios grupales al inicio y al final del trabajo de campo, tanto para generar conversación colectiva como para devolver y contrastar los hallazgos preliminares con quienes participaron.

Asimismo, el análisis de los discursos se realizó con atención a las tensiones, contradicciones, silencios y resistencias que emergen en la interacción, especialmente en los espacios grupales. Desde esta perspectiva, los cuerpos no son entendidos como objetos pasivos de representación, sino como territorios simbólicos donde se inscriben desigualdades, pero también posibilidades de agencia y resignificación.

### **3.2. Muestreo, selección y perfiles de participantes**

El diseño muestral del estudio ha sido de tipo intencional, orientado a capturar la diversidad de experiencias y posicionamientos en torno a la imagen corporal en redes sociales. En coherencia con el enfoque interseccional, se ha buscado incluir voces diversas atendiendo a criterios de edad, género, origen y nivel socioeconómico, tanto en la población adolescente como en las personas adultas entrevistadas. El trabajo de campo se desarrolló en tres fases complementarias: una fase inicial exploratoria con grupos de discusión, seguida de entrevistas semiestructuradas en profundidad y, finalmente, una fase consultiva con devolución de resultados a través de nuevos grupos.

El estudio incluyó:

- 20 entrevistas semiestructuradas individuales, realizadas a 13 adolescentes y 7 personas adultas (madres, educadoras y expertas), con el objetivo de profundizar en las experiencias personales, las emociones, los conflictos internos o las estrategias que no siempre emergen en espacios colectivos. Las entrevistas permitieron explorar la vivencia subjetiva de la corporalidad digitalizada, la autopercepción, los mandatos estéticos y las prácticas de autorrepresentación. El lenguaje, el ritmo y los contenidos fueron adaptados a cada perfil, priorizando la escucha activa y el cuidado emocional durante todo el proceso.
- Dos grupos de discusión finales, de carácter consultivo, realizados nuevamente con adolescentes. Su objetivo fue contrastar y validar colectivamente los hallazgos preliminares del análisis, a partir de una devolución participada. Estos espacios permitieron incorporar nuevas voces, matizar interpretaciones y enriquecer la comprensión de los discursos sobre imagen corporal desde una perspectiva situada y dialógica.

Este diseño flexible y en espiral –grupos-entrevistas-grupos– permitió triangular datos, detectar patrones y contrastar sentidos emergentes en diferentes niveles de interacción. La integración de voces adolescentes y adultas aporta una mirada comparativa intergeneracional, al tiempo que amplía la comprensión de los marcos simbólicos que configuran la experiencia corporal en la adolescencia contemporánea. La decisión de cerrar la muestra respondió a criterios de saturación teórica (Glaser & Strauss, 1967), al constatar la repetición de patrones discursivos significativos y la suficiente variabilidad interna como para sostener las interpretaciones analíticas.

A continuación, se presenta la tipología de participantes entrevistados/as, anonimizados mediante código, según perfil, género y origen:

**Tabla 1.** *Perfil de personas entrevistadas*

CÓDIGO	PERFIL	GÉNERO	ORIGEN
ADOL_01	Adolescente	Mujer	España
ADOL_02	Adolescente	Mujer	España
ADOL_03	Adolescente	Mujer	Migrante
ADOL_04	Adolescente	Mujer	España
ADOL_05	Adolescente	Mujer	Migrante
ADOL_06	Adolescente	Mujer	Migrante
ADOL_07	Adolescente	Mujer	España
ADOL_08	Adolescente	Mujer	España
ADOL_09	Adolescente	Hombre	Migrante
ADOL_10	Adolescente	Hombre	España
ADOL_11	Adolescente	Hombre	España
ADOL_12	Adolescente	Hombre	Migrante
ADOL_13	Adolescente	Hombre	España
EDU_O1	Educadora	Mujer	España
EDU_02	Educadora	Mujer	España
EXP_01	Experta	Mujer	España
EXP_02	Experta	Mujer	España
MADR_01	Madre/Padre	Mujer	España
MADR_02	Madre/Padre	Mujer	Migrante
PADR_01	Madre/Padre	Hombre	Migrante

### 3.3. Procedimiento analítico

El análisis cualitativo del corpus se realizó con el software Atlas.ti (v. 8.4.3), combinando técnicas de codificación abierta, axial y categorial. La estrategia metodológica se

fundamentó en una lógica abductiva, que articula los marcos teóricos iniciales con las categorías emergentes desde los datos. Se definieron ocho dimensiones analíticas clave que estructuraron la organización del corpus, a partir de una lectura sensible a los discursos adolescentes y a las condiciones estructurales que los atraviesan.

El proceso analítico se desplegó en tres momentos interrelacionados:

- **Codificación inicial inductiva**, orientada a captar el lenguaje propio de las y los adolescentes, sus expresiones idiomáticas, metáforas y marcos simbólicos, sin imponer categorías previas.
- **Agrupación axial de códigos en familias temáticas**, a partir de relaciones de coocurrencia, proximidad semántica y articulación conceptual, lo que permitió delimitar núcleos de sentido con densidad interpretativa.
- **Construcción de redes conceptuales y circuitos discursivos**, que revelan trayectorias de significado, tensiones internas y márgenes de agencia, visibilizando no solo contenidos sino también formas de narrar, disputar o resignificar la experiencia corporal en el entorno digital.

Este enfoque permitió entrelazar el análisis temático con una lectura interseccional de los datos, identificando cómo el género, la clase social, la racialización, la corporalidad o el acceso tecnológico modulan diferencialmente las vivencias de exposición, presión estética y autorrepresentación. El uso del software facilitó además el cruce entre niveles discursivos (individual/colectivo) y perfiles generacionales (adolescentes/personas adultas), enriqueciendo la densidad analítica y la profundidad interpretativa.

### 3.4. Criterios interpretativos

El proceso de análisis se orientó por criterios interpretativos que guiaron la lectura del material desde una perspectiva crítica, interseccional y centrada en la voz adolescente. Estos criterios no se limitaron a la identificación de temas, sino que

buscaron comprender las lógicas subyacentes, los posicionamientos discursivos y los márgenes de resistencia o resignificación presentes en las narrativas. Se establecieron los siguientes ejes interpretativos:

- Comprender cómo las y los adolescentes construyen sentido sobre el cuerpo en el ecosistema digital contemporáneo.
- Identificar los discursos predominantes sobre perfección, imperfección, validación y presión estética.
- Analizar las emociones vinculadas a la exposición corporal en redes sociales y sus efectos subjetivos.
- Reconocer prácticas de resistencia, reapropiación simbólica y creación de narrativas alternativas.
- Observar cómo el género y otras intersecciones estructuran diferencialmente la experiencia corporal y estética.
- Detectar tensiones entre corporalidad vivida, corporalidad digitalizada y autopercepción.

Estos criterios orientaron la lectura crítica de los discursos, buscando no solo describir patrones sino también visibilizar contradicciones, silencios y desplazamientos discursivos, en diálogo con los marcos teóricos del estudio.

### 3.5. Dimensiones analíticas

A partir del proceso de codificación y agrupación semántica, se delimitaron ocho dimensiones analíticas que estructuran el análisis del corpus. Estas dimensiones permiten organizar los sentidos emergentes en torno a la imagen corporal en redes sociales, reconociendo tanto los discursos hegemónicos como los márgenes de resistencia:

- a. **Canon estético digital y referentes de belleza:** Esta dimensión exploró cómo los y las adolescentes construyen y reconocen los modelos estéticos

que circulan en redes sociales. Se analizaron las representaciones ideales de belleza, sus elementos simbólicos, aspiracionales y repetidos, así como las figuras que encarnan esos cánones, desde los influencers hasta los pares populares. También se atendió a los procesos de identificación, exclusión o crítica que estos referentes generan.

- b. Exposición, visibilidad y prácticas de autorrepresentación:** Se analizaron las prácticas mediante las cuales los y las adolescentes se muestran en redes sociales: qué imágenes eligen, cómo se editan, qué filtros utilizan, cómo buscan encajar o destacar visualmente. Esta dimensión incluyó tanto la exposición voluntaria como los mecanismos de protección, las estrategias de posicionamiento identitario y las formas de gestionar la visibilidad del cuerpo.
- c. Tensiones entre corporalidad vivida y corporalidad digitalizada:** Abordó los conflictos que surgen entre el cuerpo real, con sus límites y el cuerpo perfeccionado mediante herramientas digitales. Se examinaron los relatos que expresan disonancia, frustración o insatisfacción, así como las adaptaciones cotidianas que permiten acercarse al ideal digital (poses, edición, ocultamiento). Esta dimensión permitió entender cómo se produce una estética corporal tecnomediada y sus implicaciones subjetivas.
- d. Publicidad, consumo cultural e influencia algorítmica:** Analizó el papel de la publicidad, los algoritmos y la cultura de los influencers en la construcción de referentes corporales. Se atendió a cómo las marcas, las colaboraciones comerciales, las tendencias estéticas y el contenido sugerido inciden en las prácticas de consumo, en la representación del cuerpo y en la configuración de aspiraciones. También se consideraron las formas de apropiación, crítica o rechazo de estos contenidos.
- e. Condicionamientos de género y desigualdad estética:** Esta dimensión permitió identificar cómo el género organiza diferencialmente las exigencias estéticas, las formas de exposición corporal y los mecanismos de validación o exclusión. Se observaron los mandatos estéticos que pesan sobre chicas, chicos y personas no binarias, así como las formas de resistencia o adaptación a dichos mandatos. Se prestó atención a las expresiones explícitas o implícitas de desigualdad estética y al modo en que estas son nombradas, desafiadas o asumidas.

- f. Salud mental, emociones y malestar corporal:** Aquí se analizaron los efectos subjetivos que la exposición en redes sociales tiene sobre la autoimagen y el bienestar emocional de los y las adolescentes. Se exploraron emociones como ansiedad, inseguridad, frustración, orgullo o satisfacción, vinculadas a la publicación de contenido propio, la comparación con otros cuerpos, y la respuesta social que se recibe (likes, comentarios, silencios).
- g. Interseccionalidad y diversidad de cuerpos:** Se atendió a cómo factores como el origen étnico, la racialización, la clase social o el contexto migratorio inciden en la visibilidad, exclusión, exotización o estigmatización de ciertos cuerpos en redes sociales. Esta dimensión permite comprender cómo se distribuye el capital estético y digital, y de qué forma adolescentes de distintos orígenes negocian con los cánones dominantes o generan representaciones alternativas que amplían los márgenes de lo aceptado o visible.
- h. Resistencias cotidianas y estrategias creativas:** Se exploraron las formas de resistencia estética, cuestionamiento del canon o reapropiación del cuerpo que emergen en las prácticas adolescentes. Esto incluyó desde la publicación de imágenes sin filtros hasta el humor, la ironía, la colaboración entre pares, el uso de plataformas de segunda mano para la gestión estética o la producción de discursos que promueven la aceptación corporal y la autenticidad.

Estas dimensiones no se abordan como categorías cerradas o compartimentos estancos, sino como ejes interrelacionados que se entrelazan en circuitos de sentido. Dichos circuitos permitieron comprender cómo las y los adolescentes viven, nombran y gestionan su imagen corporal en un entorno marcado por la performatividad digital, la hipervisibilidad, la lógica algorítmica y las desigualdades estructurales. El análisis se centró en los significados que emergen de estos cruces, así como en las formas en que son negociados, disputados o resignificados en la vida cotidiana.

Este capítulo constituye el núcleo interpretativo del estudio cualitativo y presenta los principales hallazgos en torno a los sentidos, prácticas, tensiones y contradicciones que adolescentes y personas adultas que les rodean, construyen sobre la imagen corporal en las redes sociales. A partir del análisis de los discursos recogidos en las

entrevistas y su codificación temática, se han identificado cinco trayectorias discursivas que permiten mapear un campo complejo y en disputa sobre la corporalidad, la visualidad y la estética digital en contextos sociales contemporáneos.



# 4

## Trayectorias discursivas sobre estética digital e imagen corporal





# 4

## **Trayectorias discursivas sobre estética digital e imagen corporal**

Las trayectorias discursivas que aquí se desarrollan no deben entenderse como categorías fijas ni como agrupaciones meramente temáticas, sino como entramados dinámicos de sentido, articulados a partir de relaciones de coocurrencia, afinidades semánticas, oposiciones, resonancias afectivas y tensiones entre códigos. Cada trayectoria actúa como una constelación relacional que refleja las formas en que adolescentes –y en menor medida personas adultas– experimentan, nombran

y negocian los regímenes de visibilidad, control y validación que operan en las plataformas digitales.

Desde una perspectiva metodológica situada, el análisis de estas trayectorias se enmarca en un enfoque discursivo que combina dos dimensiones clave. Por un lado, la sociología de la infancia, que reconoce a adolescentes como agentes sociales activos, productores de significado y participantes críticos de su entorno sociotécnico; por otro, una mirada interseccional que permite identificar cómo el género, la clase social, el origen y la corporalidad modelan diferencialmente las formas de exposición, regulación, censura y reconocimiento en las redes sociales. Esta doble lente permite trascender los discursos individuales y situarlos en estructuras sociales más amplias, sin desatender los márgenes de agencia que emergen incluso en contextos altamente normativizados.

En ese sentido, este capítulo no se limita a describir qué dicen las personas entrevistadas, sino que busca comprender cómo se construyen sus discursos, qué operaciones simbólicas los sustentan, y cómo se articulan con estructuras de poder, desigualdad y subjetivación. La adolescencia no es abordada aquí como una etapa biográfica homogénea ni como un tránsito hacia la adultez, sino como un territorio de producción cultural y política, desde el cual se elaboran sentidos propios sobre el cuerpo y la tecnología.

El análisis se organiza en torno a cinco trayectorias discursivas principales, precedidas por una reflexión transversal sobre la noción de estética digital como estética total, que opera como matriz estructurante del resto de circuitos. Esta primera sección explora cómo la estética digital se presenta como una lógica omnipresente que no solo moldea la representación del cuerpo, sino que configura prácticas cotidianas, sensibilidades afectivas y formas de estar en el mundo. A partir de allí, se desarrollan las trayectorias discursivas vinculadas a los siguientes ejes:

- Aspiración e insatisfacción corporal, que recoge las tensiones entre el ideal corporal hegemónico y las vivencias de malestar, frustración o distancia con respecto a ese modelo.
- Performatividad y visibilidad estratégica, que analiza las prácticas de autorrepresentación, selección visual, edición y gestión del cuerpo digitalizado.
- Influencia algorítmica y consumo, que indaga la relación entre los discursos sobre imagen corporal y la lógica de las plataformas digitales, la economía de la atención y la circulación de referentes estéticos.
- Salud y respuesta emocional, que identifica las repercusiones subjetivas y afectivas del régimen de exposición corporal.
- Resistencia, crítica y agencia, que recupera discursos y prácticas que tensionan, resignifican o desobedecen las normas estéticas dominantes.

A estas cinco trayectorias principales se suman dos apartados analíticos de carácter transversal. El primero examina cómo las desigualdades estructurales –de género, clase, origen y corporalidad– atraviesan de manera diferenciada las formas de vivir, representar y resistir la estética digital; el segundo aborda las tensiones internas, contradicciones discursivas y silencios que emergen dentro y entre las trayectorias, como señales de una negociación continua entre normas hegemónicas y márgenes de subjetivación.

En conjunto, este capítulo traza un recorrido interpretativo que busca no solo identificar qué discursos existen sobre el cuerpo y la imagen digital en la adolescencia, sino también cómo se producen, circulan, resisten o transforman. Las trayectorias aquí presentadas constituyen una cartografía provisional de sentidos, útil para pensar críticamente los regímenes estéticos contemporáneos y las formas situadas de agencia adolescente en contextos digitales.

## 4.1. Estética digital como estética total

Uno de los hallazgos centrales del estudio es la configuración de una estética digital que desborda el cuerpo físico y se manifiesta como una composición ampliada de elementos materiales, simbólicos y emocionales. A este fenómeno se le ha denominado estética digital como estética total, en tanto no se limita a representar el cuerpo en sentido estricto, sino que articula ambiente, afectividad, consumos, tecnologías visuales y normas estéticas implícitas. Esta estética no es meramente visual, sino un régimen de sentido que estructura modos de mostrarse, pertenecer y ser reconocido socialmente en los entornos digitales. En términos sociológicos, esta estética opera como un dispositivo de socialización que reconfigura las formas de capital simbólico juvenil (Bourdieu, 1986) hacia una lógica visual y algorítmica. Lo estético se convierte en el lenguaje de legitimación y pertenencia dentro de los circuitos digitales, produciendo nuevas jerarquías de visibilidad, donde la validación afectiva se traduce en valor social.

Como plantea Gill (2007a), la cultura visual postfeminista y neoliberal ha desplazado los mecanismos disciplinarios tradicionales del cuerpo hacia formas de autovigilancia emocional y estética, donde el valor social se construye mediante la exposición de una subjetividad feliz, exitosa y bella. Esta lógica se intensifica en el mundo adolescente a través de la tecnología y la performatividad digital. Las y los adolescentes no se refieren únicamente a sus cuerpos cuando hablan de su exposición en redes sociales, sino también a luces, encuadres, fondos, dispositivos, filtros y emociones que deben acompañar la imagen. El cuerpo se transforma así en nodo articulador de una escena estética más amplia.

*“[...] subir una foto que salgas... pues bien vestida, maquillada, con un fondo bonito, eso es para la gente verse bien”. (adolescente, mujer)*

*“Verse bien en redes sociales, no sé, supongo que salir guapa en unas fotos y fotos bonitas de yo qué sé, de yo qué sé, no tanto tuyas, sino también, yo qué sé, que se hagan fotos bonitas, pues en la playa, subirlo... o sea, tener un perfil un poco con fotos bonitas”. (adolescente, mujer)*

*“[...] verse bien, tener mucha ropa, verse guapa, salir mucho, hacer viajes, conocer”. (adolescente, mujer)*

Subir una imagen ya no implica simplemente “salir bien”, sino transmitir una atmósfera coherente con un ideal aspiracional de vida perfecta. Este ideal, como desarrollan Dobson y Kanai (2019), no se reduce al cuerpo delgado, musculoso o tonificado, sino que se amplía hacia un look digital compuesto por elementos que escapan al cuerpo, pero lo contextualizan, esto es, ropa de marca, fondos cuidados, estética cromática, encuadres fotográficos, edición de imagen, música de acompañamiento o uso de filtros. Así, el cuerpo aparece como elemento central pero no suficiente; debe insertarse en un paisaje visual estilizado y emocionalmente positivo.

*“[...] Si quiero destacar, debe tener en plan de una vida perfecta”. (adolescente, mujer)*

*“Esos videítos cortos que, sí grabando el mar, que, sí grabando la playita, que, sí grabando una comidita en dos segundos, con fotos tuyas, con tu hermana, el paisaje, las familias, con el mar, el bolsito”. (adolescente, mujer)*

Esta estética responde a un lenguaje digital dominante que, si bien puede ser reapropiado, establece estándares normativos exigentes que operan como criterios de inclusión y exclusión simbólica. Este proceso se ve intensificado por las lógicas algorítmicas que priorizan ciertos contenidos visuales, reforzando estéticas dominantes y penalizando lo que no encaja en sus parámetros. Se internaliza, por tanto, una noción de belleza digital que trasciende lo físico y se alinea con un ideal de perfección vital, estética y emocional. En los discursos analizados, se observa cómo las y los adolescentes son conscientes de esta dinámica algorítmica, refiriéndose a ella como una “regla del juego” invisible, es decir, aquello que determina qué cuerpos, estilos o emociones merecen atención o éxito. Esta dimensión coincide con los hallazgos del último informe de Juventud (Feixa Pampols, 2025), donde se advierte que la juventud identifica críticamente la influencia de los algoritmos en la reproducción de desigualdades simbólicas, especialmente de género y clase.

En este marco, el cuerpo visible no se entiende de forma aislada, sino como un dispositivo interdependiente que moviliza saberes técnicos (fotografía, edición), recursos materiales (espacios, objetos, dispositivos) y competencias emocionales (gestión del ánimo, actitud, expresividad), todo lo cual requiere un trabajo constante de composición visual.

Esta autorrepresentación implica una producción estética minuciosa que no todas las adolescencias pueden sostener. Tal como plantean Larrañaga, Monguí y Núñez-Gómez (2024), estas dinámicas pueden entenderse en el marco del capital digital, entendido como los efectos sociales asociados a la capacidad de gestionar de forma estratégica los recursos del entorno digital. Este capital otorga reconocimiento simbólico y capacidad de agencia, pero no está distribuido de forma equitativa.

*“[...]depende también la calidad de la foto que subes, si sabes hacerla, con qué o cómo lo haces. A ver, si subes una foto pixelada o rosa, lógicamente no. Luego también, ¿cómo es la foto? Claro, depende cómo sea la foto. Lógicamente te pueden tirar unos hate. (adolescente, hombre)”.*

El acceso a dispositivos adecuados, ropa de marca, espacios fotogénicos o saberes técnicos está fuertemente mediado por desigualdades estructurales, como el género, el nivel socioeconómico, el origen o la corporalidad. Los referentes estéticos dominantes responden a una lógica eurocentrada, blanca, delgada, juvenil y emocionalmente positiva. Esta matriz excluye cuerpos diversos, identidades racializadas o experiencias migrantes, generando efectos de invisibilización, autocensura o desplazamiento hacia otros circuitos digitales. La narrativa de los y las adolescentes muestran cómo muchas adolescentes racializadas o de entornos populares viven esta exclusión con conciencia crítica, expresando cansancio ante la uniformidad estética de las redes sociales y el mandato de felicidad constante. De esta forma, la perfección visual se percibe como un privilegio de clase, por lo que “no tener el fondo bonito ni la ropa cara” implica no solo menos visibilidad, sino también menor valor simbólico dentro de su grupo de pares.

Ahora bien, esta estética total es performativa y no está exenta de tensiones. Muchas adolescentes, especialmente mujeres, reconocen que este montaje visual requiere un trabajo continuo y puede generar contradicciones entre lo que se siente y lo que se muestra.

*“No siempre estás bien, pero no vas a subir una foto donde salgas triste, ¿sabes?” (adolescente, mujer).*

*“Bueno, en las redes verse bien es verse limpia, presentable. Verse limpia, presentable y feliz”.*  
*(adolescente, mujer).*

El malestar, la tristeza o la incomodidad quedan desplazados de la escena pública digital, y las emociones también son reguladas estéticamente. En este sentido, lo que se muestra no solo es el cuerpo, sino un estado emocional deseable. Este mandato emocional forma parte del régimen estético, no como una exigencia explícita, sino como una norma interiorizada, naturalizada y reproducida a través de la práctica cotidiana. Gill (2007a) ha conceptualizado este fenómeno como una forma de nano-vigilancia afectiva, esto es, un control microscópico que alcanza no solo la expresión externa del cuerpo, sino la manifestación interna de las emociones. Desde una lectura interseccional, esta nano-vigilancia no se distribuye de forma homogénea, pues las adolescentes mujeres y racializadas son más propensas a experimentar sanción social por mostrarse “demasiado” –ya sea en su cuerpo, su tono emocional o su forma de vestir–, lo que amplifica los mecanismos de autocensura. Estos hallazgos dialogan con el Informe de Juventud (Feixa Pampols, 2025), que identifica una brecha de género y clase en la exposición emocional en redes, donde las jóvenes, pese a su alta conciencia crítica, continúan gestionando su visibilidad bajo un régimen afectivo de aprobación social.

Sin embargo, sería una simplificación analizar estas prácticas como una mera interiorización pasiva de los mandatos estéticos dominantes. El análisis discursivo muestra que muchas y muchos adolescentes sostienen una mirada crítica sobre estos procesos. Lejos de reproducirlos sin reflexión, son conscientes de las normas que

operan en las redes, de las exigencias de presentación y de las emociones que deben encarnar para ser aceptadas/os.

*“Yo creo que ahora la gente aparenta mucho en redes sociales y entonces siempre están intentando verse bien”. (Adolescente, mujer).*

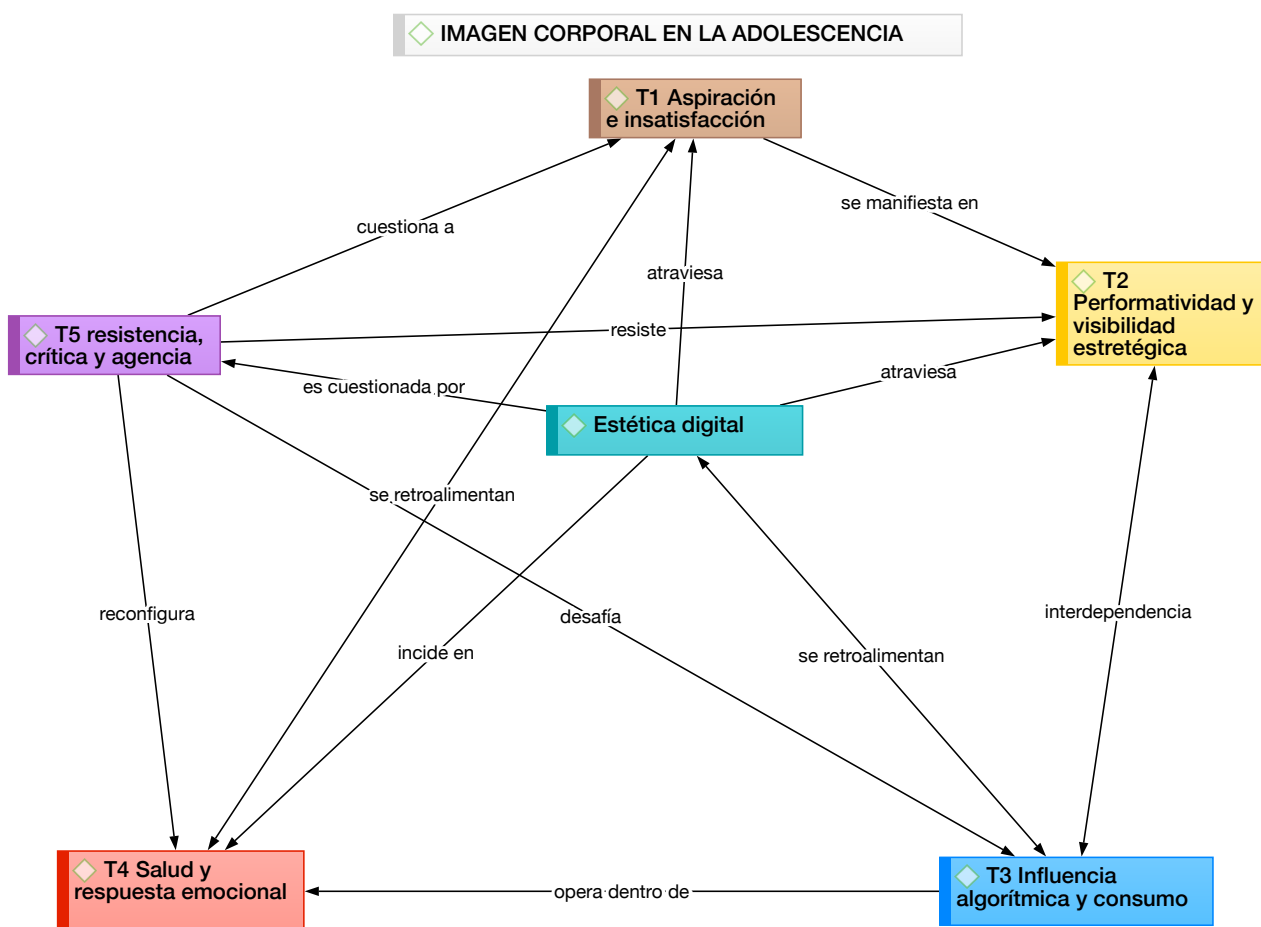
*“[...] subes lo mejor que está pasando en tu vida, porque hay gente que en sí lo quiere presumir”. (Adolescente, mujer).*

Esta conciencia crítica conecta con una nueva sensibilidad feminista no necesariamente declarada como tal, pero presente en la crítica a los estándares estéticos, las lógicas de comparación y el cansancio ante el mandato de perfección. Varios jóvenes rechazan la etiqueta “feminista” por considerarla institucional o polarizadora, pero sostienen una práctica cotidiana de cuestionamiento hacia los mandatos de género y belleza. Esta forma de “feminismo no nombrado” se manifiesta en microgestos de resistencia, como dejar de publicar, mostrarse sin filtros o ironizar sobre los estereotipos visuales dominantes. Y, si bien, esta conciencia crítica no deriva siempre en prácticas disruptivas, si constituye una dimensión interpretativa relevante que interpela directamente las nociones adultocéntricas sobre la supuesta ingenuidad o falta de agencia de las juventudes digitales. La estética digital se refleja entonces como una matriz de socialización compleja, donde se entrecruzan aspiración, presión, creatividad, vigilancia y crítica. Un espacio donde adolescentes no solo se adaptan o se rebelan, sino también negocian, ajustan y seleccionan.

De esta forma, la estética digital como estética total constituye una matriz estructurante del régimen visual adolescente en redes sociales. No se trata de un fenómeno secundario o superficial, sino de una lógica de organización simbólica y afectiva que condiciona profundamente los modos de estar, mostrarse y ser reconocido. Su análisis permite descentrar el foco del cuerpo biológico y pensar la imagen corporal como un ensamblaje complejo de elementos materiales, tecnológicos, emocionales y sociales. A partir de esta categoría, será posible desplegar en los siguientes apartados las trayectorias discursivas identificadas en el análisis, así como los circuitos de sentido

generados en torno a la exposición, la validación y la resistencia. El mapa de redes semánticas que se presenta a continuación permitirá visualizar estas conexiones y profundizar en las relaciones entre los distintos nodos que estructuran el discurso adolescente sobre el cuerpo en el entorno digital.

**Figura 1.** *Mapa semántico estética digital*



Fuente: *Elaboración propia a partir del análisis con Atlas.ti (2025)*

## 4.2. Trayectoria discursiva 1: Aspiración e insatisfacción

Esta trayectoria reúne discursos adolescentes que orbitan entre la búsqueda de validación y la sensación de insuficiencia, configurando un circuito semántico de deseo, comparación y autoevaluación constante mediado por las redes sociales. Este campo discursivo no debe leerse como mera inseguridad individual, sino como un proceso social de subjetivación estética, donde los y las adolescentes se reconocen y son reconocidas dentro de un orden simbólico digital, marcado por la lógica de la visibilidad (Gill, 2007a).

En este contexto, se despliega la trayectoria de aspiración e insatisfacción, donde el canon estético hegemónico se internaliza como referente deseable pero inalcanzable. Los y las adolescentes narran con claridad la exposición a imágenes perfectas y la comparación constante que atraviesa su experiencia cotidiana. La búsqueda de validación digital medida en “likes”, comentarios o visualizaciones, no se presenta solo como deseo superficial, sino como parte de una cultura del reconocimiento que organiza las relaciones entre iguales. El cuerpo se convierte en territorio de validación social, en un proyecto inacabado de mejora permanente. En sus relatos emergen sentimientos de frustración, inseguridad corporal y autopercepción negativa, que en algunos casos derivan en malestar emocional sostenido. Pero, junto a ello, aparece una mirada crítica lúcida y consciente, que reconoce las reglas del juego y las cuestionan desde dentro.

*“[...] a la hora de subir fotos, la edita y tal, solo para que la gente vea algo que no tiene o vea algo de ella” (adolescente, mujer).*

*“Muchas influencers nunca te van a enseñar en el perfil una foto en la que salen mal... Unas fotos que están sentadas y salen un poquito mal, porque yo qué sé, no salen tan recta, tal y al final te van solo a enseñar su mejor versión.” (adolescente, mujer).*

*“[...] tú ves la foto y dices [...], qué perfecta, tendrá años trabajando en el gimnasio, tiene un cuerpazo y tal. Y esa es su intención, que no es así en la vida real.” (adolescente, mujer).*

*“Conozco gente que sí que sube que sube foto, sube, se hace una foto y la edita como que porque se quiere ver mejor y quiere impresionar más a la gente.” (adolescente, hombre).*

El ideal corporal actúa como horizonte aspiracional constante, generando tensión entre lo que se desea y lo que se percibe como posible. Sin embargo, en los discursos adolescentes no se trata de una aceptación ciega del canon, sino de una negociación continua entre deseo, crítica y autoevaluación. Como señalan Gill y Orgad (2022), las culturas visuales contemporáneas no se limitan a imponer normas, sino que generan espacios de autorregulación afectiva. De este modo, las y los adolescentes saben que el ideal es artificial, pero también saben que su valor social pasa por acercarse, aunque sea simbólicamente a él. Este conocimiento no implica conformidad, sino una forma de leer críticamente las condiciones de reconocimiento.

Esa negociación constante adquiere formas distintas según el género y la posición social. En los discursos de las chicas, el malestar se verbaliza con mayor claridad y se ancla en la percepción de que su cuerpo es observado, comentado y evaluado bajo estándares que asocian belleza con delgadez, tonificación, limpieza y armonía. Muchas relatan la presión de sostener una imagen “coherente” y cuidada, que haga coincidir el cuerpo que sienten con el que es validado visualmente, una forma de control estético donde el reconocimiento ajeno define los límites de la propia imagen. Pero, a la vez, reconocen que esa coherencia es performativa, una manera de sostener la pertenencia al grupo y evitar quedar fuera de la conversación visual. El cuerpo, en este sentido, se convierte en espacio de comparación y autovigilancia, pero también en un lugar de complicidad entre pares.

*“Lo que más se espera de las chicas pues es que sean delgaditas... guapas, no sé, que no tengan ninguna imperfección o cosas así, no sé, que la ropa que llevan no sea fea, que no huela mal o yo qué sé, no sé, yo así es como lo veo” (adolescente, mujer).*

*“Una presión que nos ponen por la satisfacción, yo qué sé, buscar el like de los niños, buscar la aprobación masculina, pero verdaderamente estás buscando tu propia aprobación” (adolescente, mujer).*

*“Hay gente que, si le importa porque dice “no, si no tengo tantos likes, como que no me veo tan guapa, como que me da” ... en plan, “no, como que debería subir otro contenido” o cosas así...” (adolescente, mujer).*

En los chicos, la presión estética se expresa de forma más encubierta. Pocos la nombran como tal, pero refieren la exigencia de “verse bien”, “estar fuerte” o “tener estilo”. Su preocupación no se centra tanto en la delgadez o la piel, sino en la musculatura, la ropa y la actitud. En ellos, la estética se mezcla con la performatividad de la masculinidad, es decir, mostrar seguridad, no dudar, ocupar espacio. Aunque el malestar no se verbalice, aparece en los silencios y en los gestos de competencia entre pares, en el miedo a parecer “poco atractivo” o “poco seguro”. La diferencia no está en la ausencia de presión, sino en los lenguajes con que se nombra y se gestiona.

*“Si tú tienes un cuerpo bueno y tienes unas buenas características, eres gracioso, haces vídeos buenos, te gusta hacer un vídeo de todo, te gusta muchísimos juegos, todas esas cosas, eso es un punto a favor tuyo”. (adolescente, hombre).*

*“[...] igual que los chavales, que si son ... si tienen músculos, si son gordos, si son flacos”. (adolescente, hombre).*

*“Pues a un chico se le exigiría que se vea fuerte, que se vea más fornido. De verdad que sea capaz, que puede con todo.” (adolescente, hombre).*

Más allá de la comparación entre pares, la medida del valor corporal también se configura en relación con referentes aspiracionales, es decir, modelos, influencers, celebridades o amistades que acumulan visibilidad digital. Estas figuras funcionan como espejos normativos que fijan los márgenes de lo deseable, pero también como guías que reinterpretan, imitan o adaptan según sus posibilidades. En sus relatos,

las y los adolescentes describen el cuerpo como un proyecto siempre inacabado, sometido a revisión constante, donde cada gesto de mejora, como peinarse distinto, hacer ejercicio, probar una dieta, busca reducir la distancia entre el cuerpo vivido y el cuerpo validado.

*“[...] gente que se llega a destruir, que llegan a destruir su propio cuerpo, por simplemente más visitas o hacerse ver más fuerte”. (adolescente, hombre).*

Desde un análisis interseccional, se revela cómo las normas de belleza no operan de forma homogénea, sino que se entrelazan con desigualdades de clase, origen y racialización. Las adolescentes racializadas y/o con menor acceso económico reconocen con claridad la jerarquía estética que privilegia la belleza blanca-europea, la delgadez y el consumo visible como signos de valor social. No lo expresan como carencia, sino como conciencia situada, pues saben que las condiciones materiales como la ropa de marca, los tratamientos estéticos o los espacios fotogénicos, configuran quién puede acercarse más al ideal. Algunas relatan que, en sus contextos, esa diferencia se transforma en rasgo de autenticidad o creatividad, pero son conscientes de que sigue operando como frontera simbólica y económica. Este nivel de lectura muestra que la interiorización del ideal no equivale a pasividad, y es que las y los adolescentes piensan la norma desde su experiencia concreta, identifican sus sesgos y los reinterpretan desde sus propios recursos culturales y materiales.

*“Lo mismo que ha impuesto la sociedad. Que una blanquita va a ser mucho más linda que una negrita [...] No es que es más linda, es que como sociedad rechazamos, a veces inconscientemente a las personas de color oscuro.” (adolescente, mujer).*

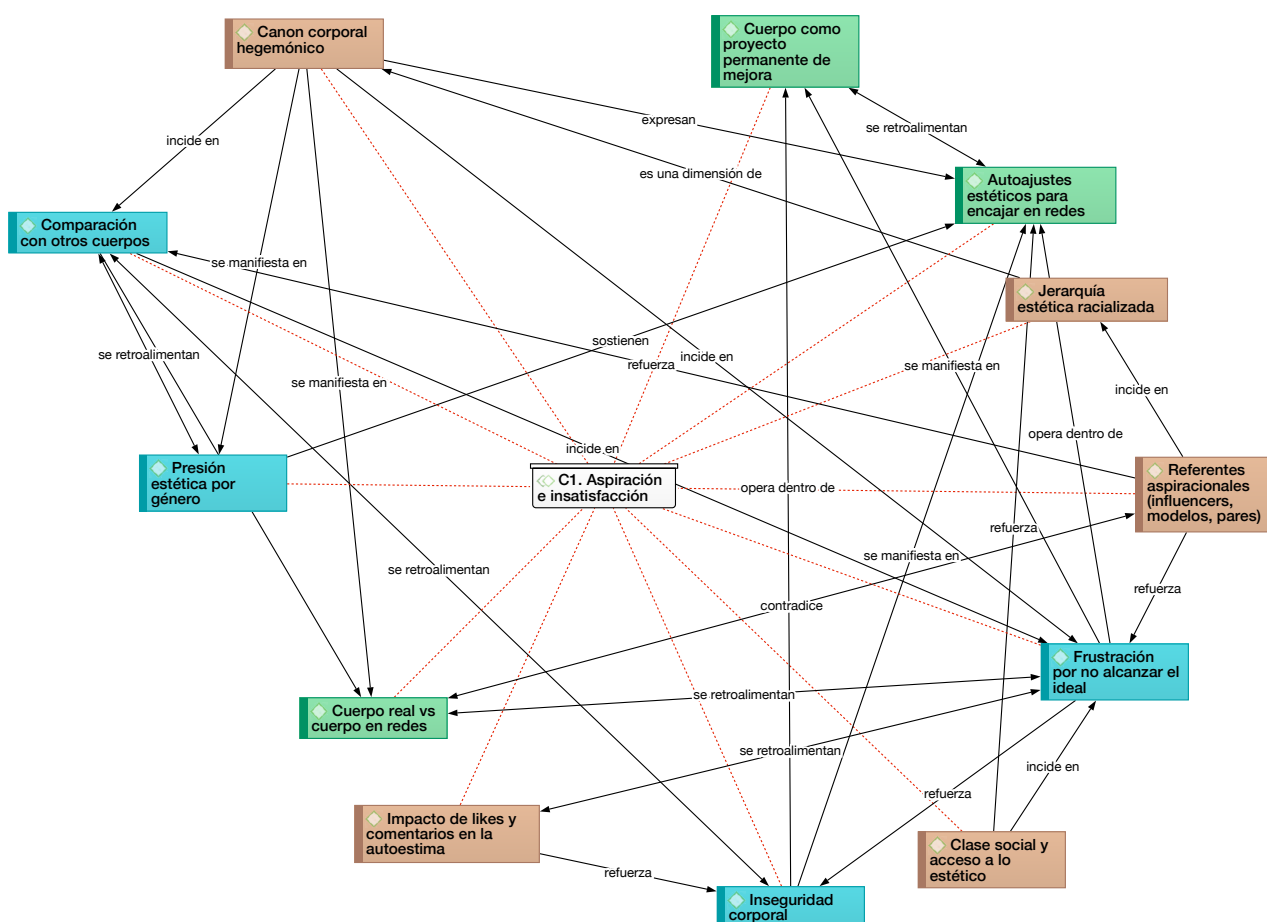
*“Y a personas morenas, por ejemplo, le cuesta más subir de seguidores, más like, o más la influencia... que no tienen tanta visualización, pero por ser como es...” (adolescente, mujer).*

*“tú puedes vestir genial sin tener una ropa de marca. Puedes encontrar ropa muy guay y con mucho rollo que no que no esté en un sitio de marca ni que te valga 100 pavos la prenda, así que sí.” (adolescente, mujer).*

*“Tú no te puedes meter con la ropa de nadie porque a lo mejor tú has tenido más suerte en la vida, ¿sabes? A lo mejor tus padres no te pueden permitir comprarse eso. ¿Sabes que una chaqueta de Armani que vale ciento y pico euros? Hay mucha gente que no se lo puede permitir, que tiene que ir al Berska, al Zara o cualquier cosa de estas. Vamos por una chaqueta de 50 € porque una de ciento y pico no se puede permitir.” (adolescente, hombre).*

Esta capacidad de lectura crítica y adaptación cotidiana refleja un desplazamiento de los marcos interpretativos adultos. Aquello que, desde una perspectiva adulta tradicional podría parecer contradictorio, para muchas adolescentes constituye una redefinición del sentido de la acción. Este cambio evidencia que los marcos de interpretación del mundo adulto resultan insuficientes para comprender las prácticas juveniles. Las y los adolescentes no niegan la presión estética, pero la reinscriben en una cultura donde el control sobre la propia imagen forma parte de las decisiones cotidianas sobre el propio cuerpo.

Figura 2. Mapa semántico trayectoria Aspiración e insatisfacción<sup>2</sup>



Fuente: Elaboración propia a partir del análisis con Atlas.ti (2025)

### 4.3. Trayectoria discursiva 2: Performatividad y visibilidad estratégica

En los discursos adolescentes analizados emerge con fuerza una lógica de autorrepresentación performativa, en la que el cuerpo no es simplemente mostrado, sino cuidadosamente configurado como una imagen que responde a expectativas sociales internalizadas. Las prácticas de exposición digital (selección visual, edición, autocensura) no se verbalizan como imposición externa, sino como parte de una gramática incorporada sobre “lo que se debe mostrar” en cada plataforma, operando

<sup>2</sup> En los mapas de redes conceptuales de las trayectorias específicas, los códigos en color marrón representan factores externos o estructurales, los códigos en azul corresponden a factores internos, y los verdes indican respuestas o manifestaciones visibles.

como una forma de norma estética implícita. Esta interiorización no es ingenua, pues se reconoce como estrategia, como gestión del reconocimiento, y como forma de posicionarse en un ecosistema de visibilidad condicionado por el género, el tipo de cuerpo, el origen social o el contexto sociocultural.

Una constante en estos relatos es la configuración del cuerpo como objeto estético-narrativo, susceptible de ser observado, corregido y optimizado. Los y las adolescentes no se limitan a describir lo que hacen, sino que elaboran una metadiscursividad reflexiva. Son conscientes de los códigos de visualidad vigentes, los reproducen y, en ocasiones, los tensan o ridiculizan. Como plantea Gill (2007b), esta autorregulación visual es parte de una economía afectiva donde el yo es objeto y sujeto de vigilancia constante, fenómeno que funciona como un régimen de observación internalizado que regula la corporalidad visible incluso antes de ser mirada.

*“Se ha convertido en una red social donde todo el mundo se haga su mejor imagen, sube fotos donde ellos salen guapísimos y no puede subir algo malo porque si no estás como rompiendo tu imagen.” (adolescente, mujer)*

*“Quizás sube una foto y en el momento le gustó y después comienza a mirar y mirar y mirar y mirar otra vez y no le gustó más. Comienza a darse cuenta que tiene pequeños errores la foto por ahí y se arrepiente de subirla, porque esto a mí me ha pasado.” (adolescente, mujer)*

*“conozco gente que sube fotos, sube, se hace una foto y la edita como que porque se quiere ver mejor y quiere impresionar más a la gente.” (adolescente, hombre)*

Estas verbalizaciones revelan que el acto de publicar imágenes está precedido por un trabajo minucioso de selección y corrección, que no se justifica tanto por presión externa como por un deber autoimpuesto de coherencia estética. Lo que en apariencia podría leerse como libertad de expresión, se construye discursivamente como un deber de representación, es decir, una obligación de mostrar una versión perfeccionada del yo, conforme a la lógica de la visibilidad hegemónica. Sin embargo, estas prácticas no deben leerse únicamente como efectos de disciplinamiento, sino también como

formas de participación activa en la negociación de la norma estética y afectiva. La performatividad digital no es solo respuesta, sino también agencia, pues los y las adolescentes toman decisiones, editan, seleccionan, cuidan, crean estilos, juegan con los códigos y, en ocasiones, los reformulan. El carácter participativo se manifiesta en el dominio de los lenguajes visuales, en la conciencia sobre las plataformas, en la adaptabilidad contextual y en la capacidad de anticipar cómo será leída cada imagen en función del espacio social y del público.

*“En mi caso sí me ha llegado a pasar [...] yo publico lo que a mí me gusta y si me parece que yo salgo bien, yo lo subo, pero a veces es como que me entra la duda, entonces yo voy y le pregunto a mi hermana y a mi prima [...] ¿en esta foto yo salgo bien, o no salgo bien?, ¿qué le agrego?, ¿qué le quito? Si le pongo una canción, no le pongo una canción, o la dejo así, qué emoji le pongo...”*  
(adolescente, mujer)

*“Hay muchas veces que por ejemplo en TikTok [...] veo muchas fotos y me las guardo de inspiración, o ‘mira me voy a hacer estas fotos’ o la gente recomienda también ángulos o sitios donde hacer las fotos...”* (adolescente, mujer)

*“Porque las redes sociales se han convertido en un sitio donde tienes que dar tu mejor imagen.”*  
(adolescente, mujer)

Aquí, la autocensura no se enuncia como prohibición externa, sino como una forma de curaduría personal situada. La participación en la cultura visual digital no es pasiva, pues requiere conocer y aplicar códigos complejos de lo mostrable y lo aceptable, lo emocionalmente “seguro” y lo estéticamente válido. Tal como señala Butler (1990), la performatividad del género y del cuerpo no se impone unilateralmente, requiere repetición, citación y participación. En este caso, los y las adolescentes participan activamente en la reproducción (y a veces en la fisura) del orden estético y emocional dominante.

Muchas participantes identifican el postureo no como falsedad, sino como una práctica compartida y legítima, un tipo de código social que se aprende y se perfecciona. Publicar, entonces, es un acto performativo, pero también relacional y participativo,

donde se juega la pertenencia, la reciprocidad afectiva y el reconocimiento entre iguales.

*“Yo creo que ahora la gente aparenta mucho en redes sociales y entonces siempre están intentando verse bien... creo que no sólo en el sentido personal, entonces quizás ellos esperan a alguien bien arreglado, estando en un buen lugar...” (adolescente, mujer)*

*“[...] no toda la gente se muestra tal y como es por las personas porque hablan mucho, les critican.” (adolescente, hombre)*

*“[...] la otra cuenta más postureo. Es más para que la gente me vea y diga “Ay mira, qué mona va vestida, ay mira, qué mona”. ¿Sabes?” (adolescente, mujer)*

Estas expresiones muestran cómo el yo visual se construye discursivamente en interacción con los otros. La audiencia anticipada modela la imagen publicada, pero también lo hace la búsqueda de conexión, de afinidad, de validación entre pares. En este sentido, el carácter participativo se amplía, y es que, no solo se participa en la producción de la norma, sino también en su circulación y reinterpretación colectiva.

Estas formas de performatividad no son exclusivamente estéticas, sino también emocionales. Lo que se decide mostrar o silenciar implica un posicionamiento afectivo. El cuerpo visible no es solo superficie, sino territorio emocional expuesto a la validación o al rechazo.

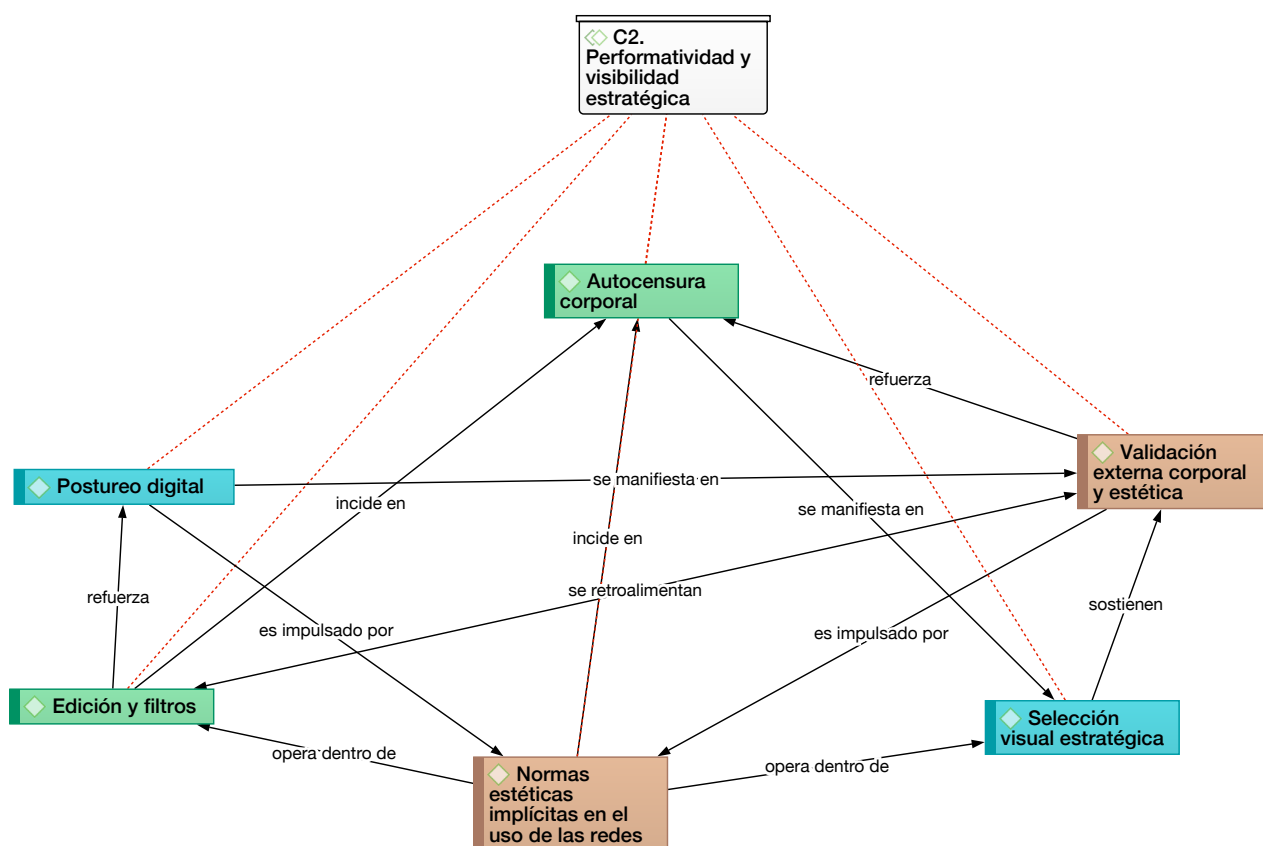
*“Tú puedes estar bien, pero si subes algo que no gusta tanto, te vienes abajo. Te da inseguridad.” (adolescente, mujer)*

*“Yo es que no subo nada, la verdad.” (adolescente, hombre)*

*“Porque no toda la gente se muestra tal y como es por las personas, porque hablan mucho, les critican.” (adolescente, hombre)*

La performatividad digital se configura como un proceso de construcción del yo atravesado por afectos, algoritmos y relaciones sociales, donde los y las adolescentes no solo se muestran, sino que participan activamente en los modos de representación que legitiman ciertos cuerpos, emociones y narrativas sobre lo deseable y lo válido.

**Figura 3.** Mapa semántico trayectoria Performatividad y visibilidad estratégica



Fuente: Elaboración propia a partir del análisis con Atlas.ti (2025)

#### 4.4. Trayectoria discursiva 3: Influencia algorítmica y consumo

La trayectoria discursiva que articula la influencia algorítmica y el consumo aspiracional revela un entramado complejo de relaciones entre lógica digital, deseo estético y posicionamiento social, donde las y los adolescentes no solo son receptores pasivos

de contenidos, sino agentes activos en su circulación, interpretación y reproducción. Los entornos digitales contemporáneos configuran una economía de la atención donde los cuerpos, los estilos y los referentes son mediatizados por una estructura técnica que prioriza determinadas imágenes sobre otras. El algoritmo, entendido no como una herramienta neutra sino como una tecnología cultural (Bucher, 2018), incide directamente en la exposición selectiva a ciertos modelos corporales, aspiraciones y productos. Esta exposición condiciona las formas en que los y las adolescentes construyen su imaginario estético, proyectando modelos de deseabilidad que rara vez escapan al canon normativo, blanco, delgado y asociado a una estética occidentalizada.

Los enunciados que conforman esta trayectoria muestran que la noción de “influencia” no se percibe como algo externo, sino como una presencia naturalizada que define el horizonte de lo visible. El algoritmo aparece representado como una entidad abstracta, pero con agencia.

*“[...] a mí me aparece mucho en TikTok como para inspiración. Sí. Y que si rutina, que si entrenando brazo, pierna y ahí vas aprendiendo. Este tipo de aplicaciones es un algoritmo. Lo que tú vas consumiendo te sigue apareciendo. Que, si te pones a ver cosas de chiste, te van a seguir apareciendo esas cosas. Si te pones a ver, no sé, moda, te va a seguir apareciendo, cosas así, peinados, vas aprendiendo.” (adolescente, mujer)*

Este tipo de construcciones gramaticales son indicativas de un reconocimiento tácito de poder, pues los y las adolescentes comprenden que lo que ven no depende enteramente de su elección, sino de una estructura que decide qué cuerpos, estilos y narrativas ocupan el centro de la pantalla.

*“Yo creo que, o sea, yo creo que a mí me sale, esos cuerpos porque yo quiero tener ese cuerpo, ¿sabes? me gusta como el rollo este de deportista, que a lo mejor alguien le gusta más que sea Delgada y ya está, a mí me gusta como que se marquen los músculos y no solo ser delgada. entonces a lo mejor a mí me salen así.” (adolescente, mujer)*

El discurso sitúa así al algoritmo como tecnología cultural (Bucher, 2018) que no solo organiza la visibilidad, sino que regula la emocionalidad, aquello que se repite, se desea; lo que no aparece, se desvanece. Los y las adolescentes son conscientes que esta repetición no solo moldea los imaginarios individuales, sino que genera procesos de sociabilización estética, donde lo normativo se legitima por saturación. La reiteración de cuerpos delgados, blancos, hegemónicos y sexualizados instala una estética aspiracional que reconocen como omnipresente, incluso cuando la rechazan. En su discurso se perciben marcas de resistencia (“sé que es falso”, “no quiero compararme”), pero también de internalización (“aun así me afecta”, “quiero verme así algún día”). Estas formas de hablar –dubitativas, condicionales, contradictorias– son indicativas de una subjetividad que se negocia performativamente (Butler, 1990), entre la crítica y la adhesión.

*“Normalmente las marcas pues eligen a chicas guapas, con el cuerpo ese que está idealizado por la sociedad, y eso es lo que transmite también sobre todo a las adolescentes, es que tú tienes que verte así, porque eso es lo que eligen todas las marcas.” (adolescente, mujer)*

La influencia algorítmica, sin embargo, no puede entenderse como un proceso unidireccional. Los y las adolescentes no son únicamente receptores de contenidos, sino que participan activamente en su circulación, curaduría y producción. En los discursos analizados, el acto de “subir”, “editar”, “borrar” o “cuidar el perfil” revela una forma de agencia mediada. No se trata de un poder absoluto, sino de una negociación con las lógicas de visibilidad. El perfil digital se convierte en un espacio de autorrepresentación gestionada, donde se ensayan modos de mostrarse, de pertenecer y de diferenciarse. Este ejercicio debe entenderse como una práctica de competencia simbólica, en el que los y las adolescentes interpretan las reglas del entorno algorítmico y las utilizan estratégicamente para construir reconocimiento entre pares.

El discurso adolescente da cuenta de esta influencia como un condicionamiento reiterado que actúa desde lo que aparece y lo que se repite.

*“Pues yo de cuerpos veo cuerpos la mayoría de cuerpos perfectos, ¿sabes? La mayoría que te salen de por defecto, de por likes, de por visitas y todo eso, es gente que tiene cuerpo, o sea, me refiero que tiene un cuerpo bueno dentro de lo que cabe más o menos la edad que tiene.”*  
(adolescente, hombre)

Esta repetición no solo visibiliza determinados cuerpos, sino que, al hacerlo, invisibiliza otros, reforzando una jerarquización estética que se alinea con estructuras sociales más amplias, como la clase, racialización, género. Desde esta perspectiva, la influencia algorítmica no es simplemente una mediación técnica, sino una forma de gubernamentalidad digital que configura deseos, expectativas y frustraciones, especialmente entre quienes no pueden acceder a los estándares sugeridos.

A partir de esta exposición sesgada, se activan lógicas de aspiración estética que no son únicamente materiales, sino simbólicas. El consumo aspiracional que emerge en el discurso de los y las adolescentes no se limita a la adquisición de objetos, sino que se manifiesta también en la simulación, el anhelo, la curaduría del propio perfil como espacio de performance. Muchas veces, este deseo se orienta a lo inalcanzable, como en el caso de quienes crean “listas de deseos” en tiendas como Shein o Zara, pero como parte de una práctica ritualizada de pertenencia simbólica. Este fenómeno se vincula directamente con el capital estético, donde la apariencia se convierte en un recurso diferencial que estructura el reconocimiento entre pares.

Los referentes aspiracionales, que incluyen influencer, modelos, celebridades y compañeras/os populares en redes sociales, actúan como mediadores simbólicos entre el deseo y el canon. Estos referentes no operan solo desde lo aspiracional externo, sino también desde lo próximo, lo cotidiano, lo posible. Algunas adolescentes identifican a otras chicas de su entorno como modelos a seguir en términos de estilo, edición de fotos o número de seguidores. En ese sentido, lo aspiracional se hibrida entre lo macro y lo micro, entre la celebrity y la influencer de aula, generando un campo de comparación constante y multidireccional.

La relación entre consumo aspiracional y referentes es, por tanto, bidireccional, es decir, lo que se desea proviene de lo que se observa y viceversa. Esta lógica se intensifica con la presencia de publicidad estética y colaboraciones, que muchas veces aparecen camufladas entre contenidos personales. Los y las adolescentes reconocen estas prácticas y, en algunos casos, aspiran a formar parte de ellas. El ideal de convertirse en influencer no está ligado únicamente al deseo de reconocimiento estético, sino también a la posibilidad de capitalizarlo.

*“[...]otras personas por querer hacer publicidad de sus propias marcas, sus propios productos en venta y cosas así.” (adolescente, mujer)*

*“Si eres alguien que se ve que tienes gran cantidad de números, que eres realmente influyente dentro de las personas, pues claro las empresas van a estar peleándose por ti, para que promocione tu producto.” (adolescente, hombre)*

Esta dinámica desdibuja la frontera entre lo íntimo y lo mercantil, haciendo que el cuerpo y su representación en redes funcionen como una plataforma de visibilidad que puede traducirse en ingresos económicos. Así, la lógica neoliberal del emprendimiento encuentra una de sus expresiones más sutiles en estas prácticas adolescentes, donde el cuidado estético se convierte en forma de inversión simbólica.

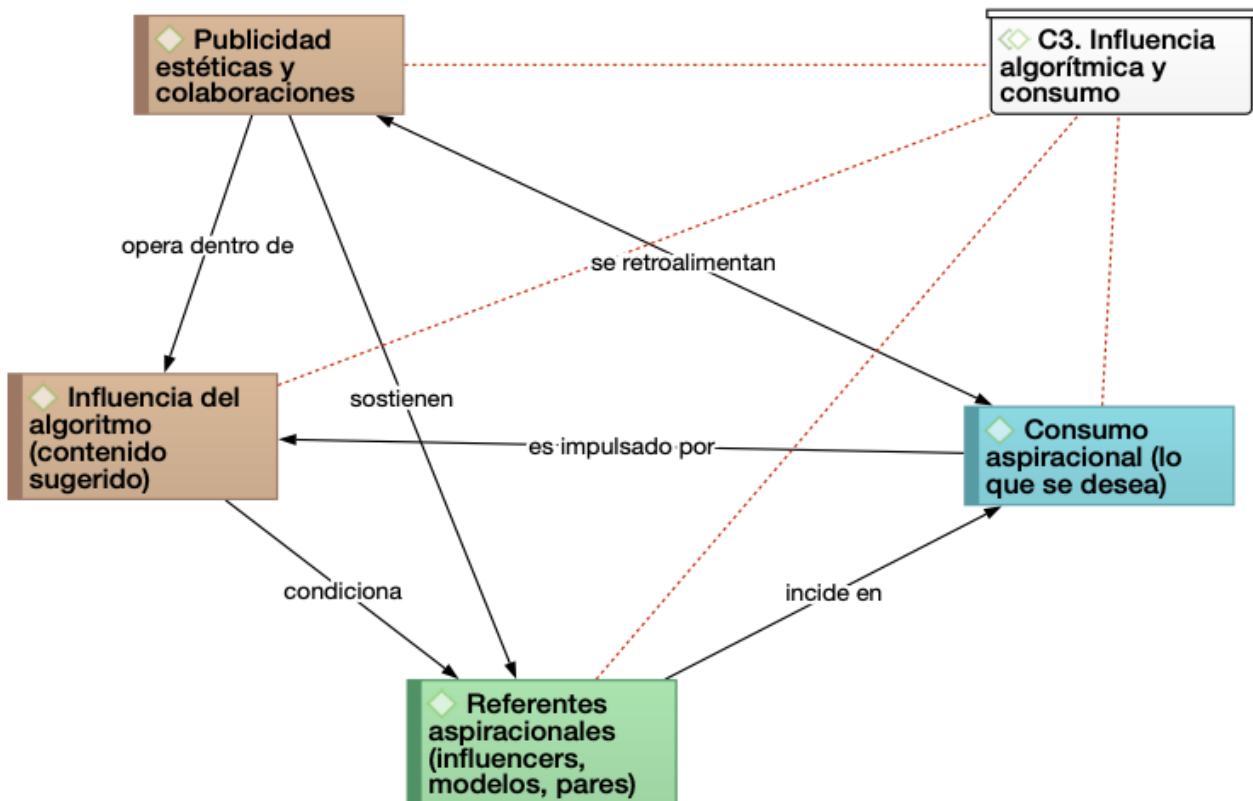
*“Hay influencer que... la mayoría los siguen porque son guapas o porque tienen un cuerpo bonito.” (adolescente, mujer)*

*“yo pienso que no todo el mundo puede llegar a ser influencer con un montón de seguidores. Yo pienso que tiene que ser guapa, tenga buen cuerpo, tengas dinero, entonces si vas a llegar a algo.” (adolescente, mujer)*

Este entramado da cuenta de una economía simbólica que opera dentro de los marcos algorítmicos y publicitarios, pero que se reconfigura con las prácticas juveniles. La agencia adolescente, se redefine en términos de producción de contenido, cuidado

estético y participación en las lógicas de visibilidad. Como muestran diversos estudios (Plan Internacional, 2025), las adolescentes no están simplemente bajo la influencia de modelos externos, sino que aprenden a moverse estratégicamente en estos entornos, utilizando el lenguaje visual, los filtros, las poses y las narrativas digitales como formas de expresión, pero también como herramientas de capital cultural y estético. No obstante, esta agencia se encuentra constantemente tensionada por las desigualdades materiales, las diferencias raciales y los límites del reconocimiento social. Por ello, el análisis de esta trayectoria debe inscribirse en una lectura crítica del ecosistema digital como espacio de oportunidades y de reproducción de exclusiones, donde las posibilidades de ser vistas, validadas o monetizadas están profundamente atravesadas por el género, la clase y el origen.

**Figura 4.** Mapa semántico Influencia algorítmica y consumo



Fuente: Elaboración propia a partir del análisis con Atlas.ti (2025)

## 4.5. Trayectoria discursiva 4: Salud y respuesta emocional

La trayectoria discursiva vinculada a la salud emocional y la vivencia corporal no se presenta como un bloque temático cerrado, sino que atraviesa transversalmente los relatos, filtrándose entre líneas, aflorando a veces en forma de confesión, otras como advertencia o resignación, y en muchos casos como una tensión no resuelta entre lo que sienten, lo que hacen y lo que creen que deberían hacer. Los y las adolescentes no solo hablan de cuerpos, sino que construyen un discurso emocionalmente cargado en torno a lo que significa habitar un cuerpo expuesto a miradas, juicios, comparaciones y métricas públicas.

El malestar corporal aparece como un significante flotante, que toma forma a través de experiencias de comparación constante, necesidad de validación y sentimiento de inadecuación. En este sentido, la inseguridad corporal no es narrada como algo exclusivamente individual, sino como una emoción compartida, estructural, que se intensifica en determinados contextos visuales y sociales. La manera en que los y las adolescentes hablan de esta inseguridad revela una conciencia clara de que no se trata solo de “no gustarse”, sino de estar inmersas en una lógica estética que genera permanentemente la sensación de no ser suficiente.

Este malestar se reproduce discursivamente en frases que oscilan entre la crítica y la justificación, dejando ver una estructura de contradicción performativa. Por un lado, saben que muchas de las imágenes que circulan no son reales o justas, pero a la vez sienten que no tienen opción. No se trata solo de representar un cuerpo, sino de sostener emocionalmente una imagen que debe responder a un canon cambiante, exigente y selectivo.

*“puede llegar a afectar mucho a la gente, porque, digamos, si alguien, postea una foto de ella, de ella o él, y tiene un filtro que lo hace, que lo hace ver más.... Que le quita las pecas... y hay gente que le dice “Ah, igual con o sin el filtro sigues igual de fea” ... eso les puede seguir afectando, eso no significa que con filtros o sin filtros te van a llegar a caer el odio... te puede caer de las dos formas.” (Adolescente, hombre).*

*“Un estereotipo de belleza que crea que la gente se sienta insegura con su cuerpo, ya que siente que no encaja en él.” (Adolescente, mujer).*

El lugar de las métricas visibles (likes, comentarios) se vuelve fundamental en esta construcción de sentido. No se mencionan como algo externo, sino como marcadores afectivos internos, que regulan el estado de ánimo y generan dependencia emocional. El reconocimiento digital, por mínimo que sea, se convierte en termómetro de autoestima, y su ausencia puede detonar inseguridad o sensación de fracaso. En los discursos, esta dependencia aparece muchas veces normalizada, con expresiones como “si no tiene likes, te sientes mal”, que encarnan una lógica de valor algorítmico interiorizada.

*“[ si no tiene muchas reacciones ni likes ni comentarios]Lo que pasa, pues que no se siente bien, porque piensa que no se ve bien... por eso la gente no le da like.” (Adolescente, hombre).*

*“cuando no le ponen nada, ningún me gusta, y lo ve mucha gente, pero ni me gusta, ni le dicen nada, ni que guapa sale o que guapo sale... pues eso como que se siente... le sienta mal.” (Adolescente, mujer).*

*“si tú subes una foto, es que prácticamente es para eso, para ver cuántas reacciones a cuántos likes te dan.” (Adolescente, mujer).*

A medida que estas dinámicas se sostienen en el tiempo, emergen en los relatos referencias directas o veladas a trastornos de la conducta alimentaria (TCA). En estos casos, la manera de nombrar el sufrimiento es reveladora, pues algunas adolescentes utilizan el término con cautela, otras evitan la palabra, pero describen conductas compatibles con una sintomatología restrictiva o compulsiva. El cuerpo ya no es solo imagen, sino campo de intervención y control, y el lenguaje utilizado da cuenta de una subjetividad corporal disciplinada por la mirada digital. Esta narrativa aparece con mayor frecuencia y detalle en las voces femeninas, lo que pone de relieve cómo el mandato estético opera de manera especialmente intensa sobre los cuerpos feminizados, articulando una presión diferencial atravesada por el género.

*“Pues niñas que dejan de comer o se matan al ejercicio y acaba creando enfermedades graves cómo un TCA.” (Adolescente, mujer).*

*“Hay mucha gente que le puede dar más igual o no, pero al fin y al cabo te acuerdas y hay gente que lo pasa fatal y o deja de comer o se pone o no quiere salir de casa o no sé. Es que hay gente que lo pasa muy mal.” (Adolescente, mujer).*

Estas experiencias de malestar no se expresan únicamente en clave emocional o alimentaria, sino que también se traducen en propuestas concretas de transformación corporal. En muchos discursos, intervenir el cuerpo se plantea como una vía legítima para resolver ese sufrimiento, desplazando el foco desde el síntoma hacia la modificación física como solución esperable. Esta transición entre el malestar y la acción transforma la presión estética en una narrativa de elección, aunque esta esté profundamente condicionada por las normas sociales que definen qué cuerpos merecen ser vistos o valorados.

La normalización de las transformaciones corporales aparece aquí como un discurso que ha dejado de estar en el terreno de lo excepcional. En el relato adolescente, se presenta como un paso posible, incluso esperable, que responde muchas veces a una lógica de adecuación más que de deseo genuino. Lo significativo aquí no es tanto que se planteen intervenir su cuerpo, sino cómo esa posibilidad se enmarca como una opción legítima, accesible y casi normativa. Esto desdibuja los límites entre elección y mandato, entre autonomía y presión estética. En este contexto, la idea de “modificarse” se convierte no solo en una forma de agencia, sino también en una estrategia para lidiar con el malestar. Más que demonizar las decisiones individuales, lo relevante es visibilizar cómo estas elecciones se producen dentro de un marco social que define qué cuerpos son válidos, deseables o suficientes.

*“Si los hombres no son fuertes y eso, puede se van más horas y horas en el gimnasio... las chicas también, o se operan o hacen lo que sea para encajar en ese prototipo.” (Adolescente, mujer).*

*“Se puso un poco de moda esto de operarse, eso que no está mal, la verdad que a mí me da igual lo que la gente haga con su cuerpo, pero el mostrar un poquito más a la gente y enseñar eso es lo que les gusta y eso es lo que esperan.” (Adolescente, mujer).*

*“Por ejemplo si hubiese nacido con la nariz de estas que son así muy grandes, yo me la habría operado, pero no... porque a mí no me gusta. No me pega con mi cara y no... me la habría operado. Si tengo mucha papada y no me gusta cómo me queda tanto la papada para verme yo mejor, me la quitaría también.” (Adolescente, mujer).*

En este entramado, la regulación del cuerpo no se impone únicamente desde fuera, sino que se internaliza y se traduce en decisiones cotidianas orientadas al ajuste y la prevención. La exposición digital implica una vigilancia constante –propia y ajena– que moldea tanto el deseo de transformarse como el miedo a ser juzgada. Así, las mismas dinámicas que legitiman la modificación corporal como opción “libre” también alimentan estrategias de autoprotección frente a la mirada externa.

El ciberbullying estético, aunque no aparece en todos los discursos, sí se tematiza como una amenaza que condiciona el comportamiento. Lo interesante no es solo que teman ser criticadas, sino cómo internalizan anticipadamente la crítica como forma de control. Este fenómeno se traduce en estrategias de autocensura que actúan como mecanismos de defensa simbólica, donde el juicio externo se anticipa y se neutraliza desde dentro.

*“Por ejemplo lo de ciberbullying y eso también se transmiten mucho por redes sociales... porque a lo mejor, le hacen lo típico de los “stickers” y lo suben y eso, a esa persona... primero no tiene consentimiento y segundo no le gusta.” (Adolescente, mujer)*

*“Por ejemplo, no cualquiera se va a atrever a mostrar su cuerpo o tu personalidad o tu vida y hacer la pública en una red social tan amplia como lo es TikTok. Que cualquier persona lo puedo ver [...]Una persona con perfil falso va y te dice, “Eres la persona más fea que he visto” “Estás gorda o rebaja, ah.” Tú estás consciente de que una vez que empiezas a subir vídeos, tienes ese riesgo.” (Adolescente, mujer)*

La comparación con otros cuerpos es el mecanismo que da forma y dirección a muchas de las emociones descritas. Esta comparación no es solo con influencer o celebridades, sino también con sus pares. El hecho de que las personas de su entorno también participen del circuito de exposición genera una competencia estética horizontal, que desdibuja los límites entre admiración, rivalidad y autocrítica. En esta dinámica, la comparación aparece como una práctica habitual, inevitable, que forma parte del guion cotidiano de la navegación digital, y que se convierte en un marco interpretativo desde el cual mirarse a sí mismas.

*“Porque somos siempre las que nos comparamos. Y al final del día somos las personas que más nos fijamos en nuestro físico, y en el de los demás.” (Adolescente, mujer)*

Esta trayectoria discursiva permite leer el malestar emocional no como algo patológico o individual, sino como un síntoma estructural de un entorno digital altamente estetizado. Los y las adolescentes no solo sufren los efectos de este ecosistema, sino que lo comprenden, lo nombran, lo critican y lo cuestionan. Su discurso no es ingenuo, pues más bien, está lleno de matices, de ironía, de contradicciones que expresan una conciencia situada. Y es precisamente en esa conciencia, en ese saber del malestar, donde puede leerse también la posibilidad de resistencias, cuidados y reappropriaciones.



presión por cumplir con el canon o experiencias de ciberbullying— que atraviesa otras trayectorias como la exposición algorítmica, la aspiración frustrada o la comparación corporal. En ese sentido, estas prácticas críticas no eliminan la presión estética, pero introducen quiebres, fisuras y formas de negociación subjetiva con el canon y la lógica de validación digital. Estas microresistencias, aunque no siempre colectivas ni explícitamente políticas, permiten cierto margen de autonomía frente a los mandatos estéticos. Se trata de prácticas cotidianas que muestran una conciencia crítica situada, en la que el humor, la intimidad o la selección del contenido funcionan como formas de cuidado subjetivo.

Uno de los elementos centrales en esta trayectoria es la reapropiación estética del cuerpo. Publicar imágenes sin filtros, mostrarse con granitos, sin maquillaje, o compartiendo contenido considerado “ridículo” o “natural” se configura como un gesto de autenticidad que subvierte, al menos parcialmente, la lógica de perfección visual. Esta reapropiación no implica necesariamente una crítica explícita al sistema estético, pero sí supone una decisión activa sobre qué mostrar, cómo hacerlo y ante quién. Desde el discurso, estas prácticas aparecen ancladas a una búsqueda de coherencia subjetiva, donde el valor estético se redefine en función del bienestar, la identificación con otras personas o la comodidad personal.

*“yo hay muchas veces que he tenido granitos, pero digo, me veo bien en otros aspectos y la he subido porque a mí la verdad no me importa lo que me digan.” (adolescente, mujer)*

*“Pues, mira, todas estas niñas, son niñas muy naturales [...] después suben vídeos, una de ellas sin maquillar, riéndose... haciendo el tonto que se ven mucho más naturales” (adolescente, mujer)*

*“Yo me tomo la foto y me hago el video como esté. Ni siquiera me hago, que si me retoco” (adolescente, mujer)*

Este impulso por mostrarse de manera natural y auténtica también se articula con una dimensión afectiva y relacional que aparece como sustento de estas formas de

resistencia. La red de apoyo entre iguales –especialmente entre amigas– emerge como clave en los relatos. Estos se convierten a su vez en espacios seguros donde se comparten imágenes, se suspenden los juicios estéticos y se validan otras formas de mostrarse. Las cuentas privadas, los grupos reducidos, los directos informales entre amigas o incluso el uso de plataformas más íntimas como WhatsApp son formas de acotar la exposición y recuperar el control sobre la representación.

*“Mi red social más grande es Facebook pero no la uso. Uso más WhatsApp porque es como mi club, sí, y ahora es menos de 30 contactos. [...] Puedo subir cualquier cosa, así sea una foto chistosa. No me importa quién la ve y sé que no la van a juzgar” (adolescente, mujer)*

*“Tenemos una cuenta de las amigas y subimos cosas más nosotras, haciendo bromas, sin maqui-llarnos... más diversión” (adolescente, mujer)*

Este tipo de agencia afectiva se vincula también con el código de desintoxicación digital, que representa no solo una retirada parcial de las redes, sino una forma de ruptura simbólica con el ciclo de sobreexposición y validación constante. No se trata de desaparecer de las plataformas, sino de modular el uso, borrar aplicaciones temporalmente, activar el modo privado o simplemente “pasar” de los estándares impuestos.

*“Yo estoy tratando de desintoxicarme y tratar de no usarlo tanto. Porque tú te conoces y llegas a un punto que dices: estás pasando mucho tiempo en el celular, haz otra cosa” (adolescente, mujer)*

*“Ahorita no soy tan activa en redes sociales. Salir un poco de ese mundo” (adolescente, mujer)*

Junto a estas prácticas personales, también se construyen espacios colectivos de conversación y crítica. Aunque escasos, estos espacios son valorados por su capacidad de generar conciencia crítica y conexión emocional. Los y las adolescentes que han participado en talleres, asociaciones juveniles o espacios educativos con dinámicas

o enfoques colaborativos, expresan la necesidad de que existan más espacios donde hablar sin juicio sobre imagen corporal, malestar, filtros, presión y estereotipos. Esta demanda también encuentra eco en las voces adultas, especialmente entre educadoras, madres y figuras de referencia, que destacan la importancia de promover entornos de aprendizaje afectivo y crítico donde el bienestar corporal y emocional de las adolescencias sea una prioridad.

*“Me parece muy bien que se dé este apoyo a gente que puede necesitar” (adolescente, mujer)*

*“Hay que enseñar a hablar de forma positiva del tema [...] poder hablar entre ellas de una forma positiva con alguien que modere” (persona adulta, educadora)*

*“Yo creo que falta poner a la gente joven en el centro de estas cuestiones. Escucharles. Co-construir con ellos cómo se puede abordar todo esto” (persona adulta, experta)*

En este entramado, la ironía, la autenticidad y la expresión identitaria funcionan como herramientas discursivas de resistencia, es decir, formas de hablar que desacralizan la estética digital, se apropian del lenguaje de las redes para subvertirlo, o simplemente priorizan la conexión emocional frente a la imagen. Son prácticas menores, incluso ambiguas, pero que muestran una conciencia situada sobre la artificialidad del canon y los efectos del entorno digital.

*“Yo con tal de que la foto me guste a mí, yo la subo” (adolescente, mujer)*

*“Subimos cosas haciendo el tonto, nos reímos. Es una cuenta que la disfrutamos” (adolescente, mujer)*

Las demandas y propuestas que emergen desde estos relatos no son meramente reactivas. Aunque muchas veces fragmentarias, estas voces apuntan a la necesidad de un cambio estructural en la forma en que se representa, valida y educa en torno a los

cuerpos. Los y las adolescentes proponen, imaginan y enuncian otras formas posibles de estar en las redes y de construir la imagen corporal, incluso cuando reconocen las dificultades para materializarlas.

Estas propuestas representan el germen de una crítica más amplia, que no solo se dirige a los contenidos que circulan en redes, sino al propio diseño estructural de las plataformas. Las y los adolescentes interpelan los algoritmos, la lógica de visibilidad basada en métricas, y la falta de mecanismos efectivos para frenar el odio o los filtros que distorsionan la realidad. Cuestionan que estas tecnologías estén pensadas desde criterios comerciales y estéticos que intensifican la presión corporal, sin tener en cuenta sus efectos psicosociales. Esta crítica se extiende también a las instituciones adultas –escuelas, familias, reguladores– a quienes perciben como ausentes, poco formados o ineficaces para acompañar los desafíos que enfrentan en los entornos digitales. Lo que se reclama, en definitiva, no es mayor protección, sino participación en el diseño de soluciones que contemplen sus voces, experiencias y derechos.

*“Yo quitaría los comentarios negativos porque hay mucha gente que le afectan mucho” (adolescente, mujer)*

*“Hacen cuentas anónimas y se dedican a eso, entonces, claro. Exactamente, o que no existieran cuentas anónimas, si no que tú tuvieras tu nombre y ha apellido en tu cuenta.” (adolescente, mujer)*

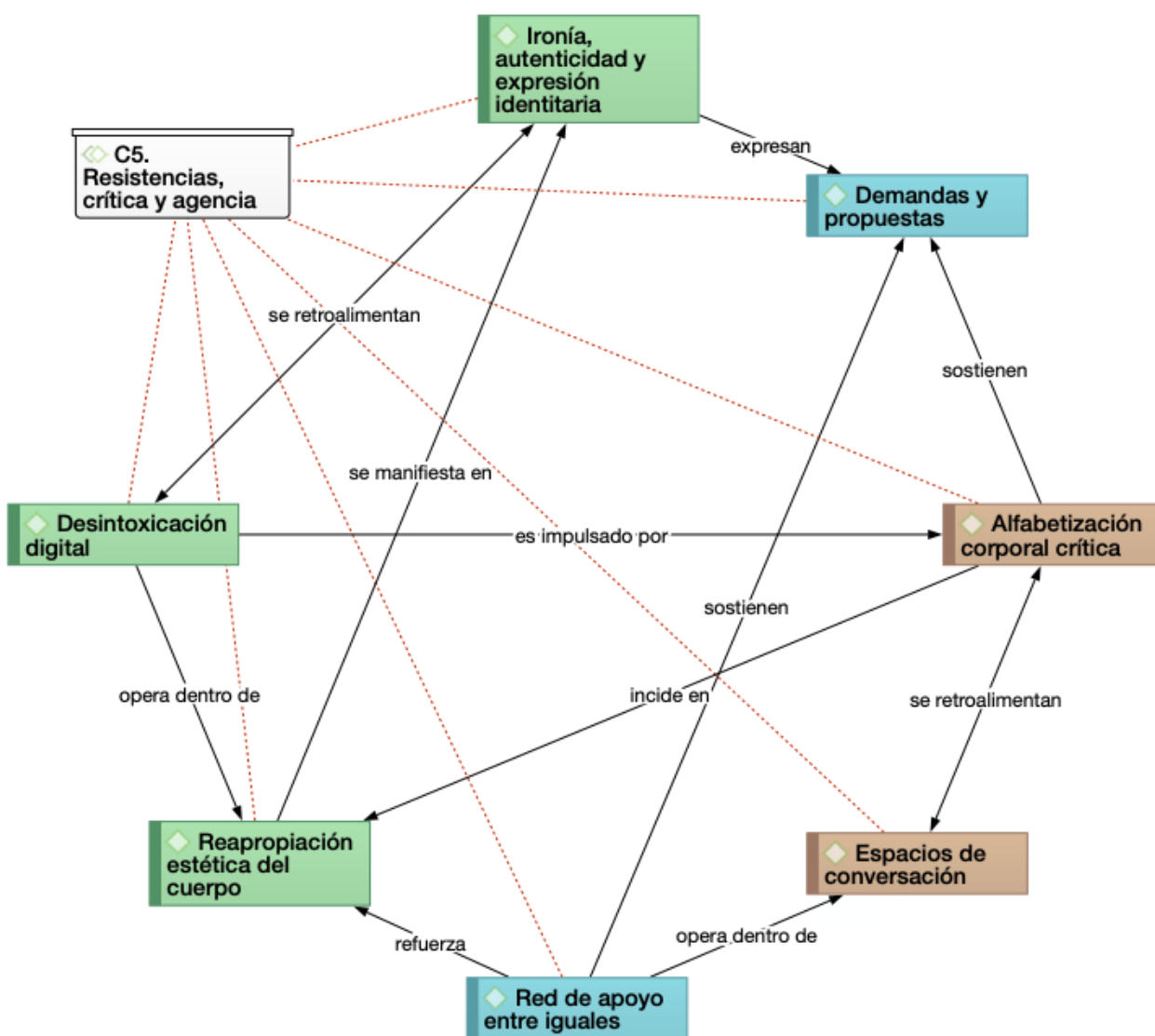
*“Sé que hay que cambiar algo, pero no sé el qué.” (adolescente, hombre)*

*“Yo quitaría lo de esto, lo de comentarios, lo de comentarios, porque ahí te critica mazo” (adolescente, hombre)*

Lo que emerge no es un relato unificado de resistencia, sino un conjunto de prácticas discursivas que se entretajan con la vivencia cotidiana de estar en redes. Se trata de una crítica encarnada, que se expresa no solo en lo que se dice, sino en cómo se

dice, en silencios, dudas, ironías, afirmaciones ambiguas, decisiones estéticas. Así, la agencia adolescente no puede entenderse como simple autonomía o como libertad individual, sino como una práctica situada, ambivalente y relacional que se ejerce dentro del sistema que se cuestiona. Resistir, en este caso, no es salir del marco, sino habitarlo de otro modo.

**Figura 6.** Mapa semántico de resistencias, crítica y agencia.



Fuente: Elaboración propia a partir del análisis con Atlas.ti (2025)

## 4.7. Desigualdades y posicionamientos diferenciales: género, clase social, origen y edad

El análisis discursivo de las entrevistas y grupos realizados en el trabajo de campo, evidencia que los sentidos construidos en torno a la imagen corporal no son homogéneos, sino que están profundamente atravesados por desigualdades estructurales que operan de forma interdependiente. Las categorías de género, clase social, origen y edad configuran posicionamientos diferenciales desde los cuales se articulan tanto los malestares como las resistencias, revelando así las condiciones materiales y simbólicas que moldean las experiencias corporales y digitales de las y los adolescentes.

### **Género: feminismos, corporalidad y agencia situada**

La dimensión de género aparece como una de las diferencias más marcadas en los discursos adolescentes, especialmente en relación con la experiencia de la imagen corporal en redes sociales y otras plataformas digitales. Las chicas, en particular, expresan una conciencia creciente sobre la presión estética diferenciada que enfrentan y sobre la desigualdad estructural que la sustenta. Sin embargo, esta conciencia no siempre se formula desde las lógicas adultas del feminismo, sino que emerge de experiencias situadas que son, a menudo, contradictorias, ambivalentes o fragmentarias.

Para muchas adolescentes, el feminismo no se encarna en discursos politizados o normativos, sino que se manifiesta como una lectura crítica del sistema de valores que las rodea. No rechazan el contenido de valores como la igualdad, el cuidado o la autonomía, sino la forma en que se les transmite desde figuras de autoridad, a menudo con un tono que perciben como recriminatorio o moralizante. Este distanciamiento puede entenderse como una forma de resistencia epistémica frente al adultocentrismo discursivo, es decir, no se rechaza el feminismo, sino su enunciación vertical. En consecuencia, las adolescentes se apropian selectivamente

de estos valores y los transforman en prácticas estéticas, digitales y afectivas que desafían el binarismo clásico.

*“Decir que eres feminista ahora es como que te pones una etiqueta y todo el mundo opina sobre ti” (adolescente, mujer).*

*“Yo creo que existe cierto miedo a decir, yo soy feminista, ¿no? Porque te juzgan y ya es como que asocian el ser feminista a algo negativo, ¿no? Más entre hombres y mujeres, porque si un chico a ti te pregunta cómo te posicionas, y si es feminista, es como “Uff, me va a saltar aquí un discurso”” (adolescente, mujer).*

*[...] si tú hablas con una mujer [...], yo puedo hablar tranquilamente y abiertamente sobre esos temas y no existe ese miedo a que me juzguen” (adolescente, mujer).*

*“Yo creo en la igualdad y todo eso, pero no me gusta decir que soy feminista porque enseguida te juzgan” (adolescente, mujer).*

Como se observa en el trabajo de campo, las adolescentes no niegan el feminismo, sino que reconfiguran su sentido, lo desmarcan de la confrontación binaria entre hombres y mujeres y lo articulan desde la empatía, el cuidado y las experiencias entre pares. Las chicas reconocen que sus cuerpos son observados y evaluados en los entornos digitales, pero no se limitan a reproducir estas lógicas. Negocian su exposición y resignifican los valores feministas. Se trata de un feminismo más situado, emocional y relacional, que se desplaza del aula institucional al espacio digital cotidiano. Esta relectura evidencia una brecha intergeneracional, pues, mientras que padres, madres e incluso educadoras interpretan esta desafección como falta de conciencia o compromiso, las chicas expresan hartazgo ante el tono moralizante con que se les interpela, percibiendo una saturación del discurso institucional.

*“Estamos cansadas de que todo el rato nos den charlas de igualdad. Si nos hablaran como iguales, lo entenderíamos mejor” (adolescente, mujer).*

En este marco, el feminismo no se vive como una etiqueta política, sino como una práctica cotidiana, que se puede reflejar en conversaciones entre amigas, decisiones sobre qué mostrar en redes, formas de cuidarse mutuamente. Tal como apuntan Figueras-Maz, Arciniega-Cáceres y Palacios-Esparza (2025), lo político se desplaza del discurso a los gestos cotidianos. Esta forma de agencia situada, aunque no siempre reconocida por el mundo adulto, redefine el campo semántico del feminismo desde un enfoque generacional.

El género, por tanto, no solo estructura la vivencia digital y corporal, sino que también actúa como un terreno de disputa simbólica. Las adolescentes desarrollan una comprensión crítica de las desigualdades, pero se distancian del lenguaje institucional del feminismo. Esta desafección no implica ignorancia, sino una reacción frente a su institucionalización y moralización, que desde su perspectiva diluye su potencia afectiva y transformadora.

En contraste, los adolescentes varones participan mucho menos en estas reflexiones. Tanto en sesiones grupales como individuales, se observa un mayor silencio y menor implicación por su parte en relación con cuestiones de género, desigualdad o presión estética. Esta ausencia no necesariamente se traduce en oposición, sino más bien en desidentificación, lo cual refuerza un modelo de masculinidad que evita el cuestionamiento y la vulnerabilidad. Mientras ellas resignifican el feminismo desde una clave afectiva y relacional, muchos chicos se mantienen al margen, lo que también refleja los límites impuestos por la socialización masculina, que penaliza la reflexión emocional.

Esta brecha se amplifica con los discursos adultos, que tienden a proyectar sobre los y las adolescentes esquemas interpretativos heredados. Se espera que los y las jóvenes se adapten a marcos ajenos a sus prácticas y lenguajes, sin que se cuestionen los referentes adultos.

*“[...] nos cuesta entender que las chicas de hoy están en otro lenguaje, y eso también es feminismo” (experta, mujer).*

Esta distancia reproduce una asimetría epistémica, pues los y las adolescentes deben explicar su posición ante marcos conceptuales ajenos a su experiencia, mientras las personas adultas raramente se cuestionan sus propios esquemas interpretativos. De esta forma, la mirada adulta continúa aplicando esquemas interpretativos del pasado a situaciones presentes, generando una brecha de reconocimiento entre generaciones.

Estas tensiones visibilizan no solo los conflictos que atraviesan la categoría de género, sino también los desajustes intergeneracionales a la hora de nombrar lo político. Para muchas adolescentes, el feminismo se encarna en los cuidados cotidianos, no en los discursos institucionales. Su distancia con la etiqueta no implica rechazo de fondo, sino crítica a la forma en que se presenta, es decir, moralizante, autoritaria, poco dialógica. En este sentido, su posicionamiento debe entenderse como resignificación situada, no como déficit.

El conflicto generacional, entonces, no radica tanto en los valores compartidos, sino en las formas de nombrarlos. Las adolescentes expresan agencia sin necesidad de adscripción política explícita, mientras que muchos adolescentes varones quedan fuera de la conversación. Estos silencios deben ser entendidos como efectos del género, resultado de una socialización que desalienta la introspección emocional y el diálogo sobre la desigualdad.

### **Clase social: acceso, aspiración y diferencias simbólicas**

El análisis evidencia que las condiciones materiales y las trayectorias socioeconómicas modulan la relación de las y los adolescentes con la estética digital, pero no de forma determinista. En contextos de menor poder adquisitivo, el acceso a la moda, la cosmética o los objetos asociados a la imagen corporal no desaparece, en cambio, se transforma mediante estrategias de reapropiación, creatividad y circulación alternativa

del valor simbólico.

En los discursos adolescentes, la moda low cost –particularmente Shein, Temu o tiendas digitales de precios reducidos– aparece como un espacio clave para “estar dentro” de las tendencias sin quedar fuera del circuito de validación estética. Estas plataformas son descritas como accesibles, aspiracionales y, al mismo tiempo, objeto de análisis crítico. Algunas adolescentes revisan reseñas, comparan precios o buscan “réplicas” de marcas costosas, demostrando competencia digital y consumo estratégico, más que dependencia pasiva de la publicidad.

*“Me encanta ver cosas de Shein, hago listas” (adolescente, mujer).*

*“En Shein... No sé si ves un vestido y tú dices “No, yo lo quiero, es que me parece súper lindo, lo voy a comprar” Bueno, en esas cosas te influyen mucho” (adolescente, mujer).*

El “hacer listas” o mirar sin comprar no es solo una práctica de deseo, sino una forma de participar simbólicamente en el consumo, de aprender estilos y de compartir hallazgos con otras personas del grupo. A la par, se extienden prácticas de economía circular juvenil como el uso de plataformas como Vinted, Wallapop o Depop que permiten adquirir o revender ropa de segunda mano, intercambiar prendas entre pares o acceder a productos de marca a precios más asequibles. Estas dinámicas producen un capital estético relacional, que combina ingenio, sostenibilidad y pertenencia.

Desde una perspectiva de clase, la diferencia no radica solo en lo que se posee, sino en cómo se narra el acceso al ideal corporal y estético. En los grupos de clase media y alta, el consumo digital se asume como parte de la normalidad cotidiana; en los grupos de clase baja, en cambio, se articula con discursos de esfuerzo, búsqueda y creatividad.

*“Existe una jerarquía de cuerpos absoluta en torno a los ejes de desigualdad. El cuerpo ideal [...] está asociado a una clase social privilegiada [...]. En los contextos socioeconómicos más altos lo encarnan, lo tienen corporalizado. Y en clases sociales más bajas no...”. (experta, mujer).*

La jerarquía estética que atraviesa clase, origen y raza se encarna de forma diferencial, pues mientras quienes pertenecen a clases altas tienden a reproducir los códigos del cuerpo ideal con naturalidad, los y las adolescentes de contextos populares despliegan estrategias compensatorias que combinan aspiración, ironía y adaptación de tendencias. En sus discursos, el cuerpo se convierte en un territorio de negociación simbólica, donde el deseo de pertenencia coexiste con una mirada crítica sobre los mecanismos de exclusión.

Desde esta perspectiva, las redes sociales no son únicamente espacios de desigualdad, sino también de creación y redistribución de valor estético, donde los y las adolescentes –especialmente las chicas– reapropian el consumo y lo traducen en saber práctico, competencia digital y vínculo social. Este modo de estar en lo digital expresa una forma de agencia situada que combina imaginación, estrategia y resistencia cotidiana.

### **Origen y racialización: jerarquías estéticas**

Las narrativas también revelan que los referentes de belleza más repetidos en redes sociales responden a un canon hegemónico blanco, delgado y eurocentrado. Las adolescentes racializadas –aunque pocas lo verbalizan en esos términos– manifiestan sentirse fuera de ese ideal, o bien reconocen que su cuerpo no encaja en lo que se premia visualmente.

*“[...] normalmente las marcas eligen ese... así blanquitas, finitas...” (adolescente, mujer).*

*“[...] si eres de piel oscura y no tiene el cuerpo que a la gente le gusta, pues no te vuelves famosa o tienen malo comentario...” (adolescente, mujer).*

*“Lo mismo que ha impuesto la sociedad. Que una blanquita va a ser mucho más linda que una negrita” (adolescente, mujer).*

Estas experiencias de exclusión simbólica no siempre se traducen en discursos explícitos sobre el racismo, pero sí se filtran en las formas de narrar la diferencia, el desajuste o la no pertenencia. Desde un enfoque interseccional, resulta crucial atender cómo se articulan las experiencias de género y clase con las de racialización, generando formas particulares de vivencia corporal en el espacio digital.

La lógica algorítmica y los circuitos de viralización refuerzan esta desigualdad perceptiva. Aunque existen influencers racializadas, no suelen ser las más promocionadas, ni reciben el mismo nivel de validación.

Las personas adultas rara vez problematizan estas jerarquías estéticas desde la raza o el origen. Esta omisión refuerza la necesidad de abordar el análisis reconociendo no solo la diversidad de experiencias adolescentes, sino también sus silencios, ambivalencias y desplazamientos discursivos.

### **Edad y generación: diferencias entre adolescentes y personas adultas**

La variable edad opera como un eje de análisis que estructura no solo las experiencias, sino también los marcos interpretativos desde los cuales se habla sobre el cuerpo en redes sociales. En el estudio, se observan diferencias significativas entre los discursos de las personas adolescentes y los de las personas adultas entrevistadas, tanto en el tono como en la posición subjetiva desde la que se expresan.

Mientras las y los adolescentes construyen sus relatos desde lo vivencial, lo emocional y lo inmediato, las personas adultas tienden a adoptar una mirada más externa, en ocasiones normativizadora, sobre las prácticas digitales adolescentes. Esta diferencia no implica necesariamente una falta de conciencia en el grupo adolescente, sino más bien un modo distinto de significar su experiencia cotidiana en entornos digitales altamente visuales y performativos.

*Yo a veces me veo en una foto y digo: uf, no me gusta, y no la subo. O si la subo es porque tiene filtro. Pero también me cansa que todo tenga que estar perfecto. Como que ya no sabes si lo haces por ti o porque los demás te den like.” (adolescente, mujer)*

La frase refleja con nitidez la tensión entre autenticidad y validación externa, y la conciencia crítica que muchas adolescentes expresan sobre los efectos de las redes en su imagen corporal. Esta conciencia convive, sin embargo, con prácticas de autoajuste, comparación y exposición selectiva, que responden a la lógica de la estética digital dominante.

En contraste, los discursos de madres y padres suelen incorporar un diagnóstico general sobre “la pérdida de autonomía” o “la dependencia de las redes”, desde una perspectiva a menudo moralizante o preocupada:

*“Ellos quieren imitar todo lo que ven en las redes, les influye mucho. Yo le hablo a mi hija, pero al final hacen lo que quieren” (adulto, padre).*

*“[...] andan pendientes de las redes... Ellas [las adolescentes] se dejan llevar por todo lo que ven en redes. Si las influencers usan uñas largas o se inyectan los labios, todas hacen lo mismo” (adulto, madre).*

Estas narrativas corren el riesgo de simplificar los procesos complejos que atraviesan a la adolescencia en su relación con el entorno digital. Además, pueden obstaculizar el diálogo intergeneracional si no reconocen la agencia de las y los adolescentes en la gestión cotidiana de su imagen y sus emociones.

En el caso de las educadoras y personas expertas consultadas, se identifican discursos más matizados, que reconocen las tensiones propias de la adolescencia, la centralidad de las redes como espacio de socialización, y la necesidad de generar acompañamientos críticos, en lugar de respuestas punitivas o restrictivas.

*“No se trata de alejarlos de las redes, sino de ayudarles a leer lo que ven, a pensar cómo se ven y por qué” (adulta, educadora).*

Estas diferencias deben leerse en clave generacional, evitando visiones adultocéntricas que sitúan la adolescencia como “víctima pasiva”. El estudio muestra que, aun con contradicciones, muchas personas adolescentes son capaces de identificar los mecanismos que regulan la estética digital, cuestionarlos parcialmente e incluso construir estrategias situadas de resistencia, reapropiación o negociación.

En lugar de interpretar sus prácticas desde la carencia, el análisis invita a reconocerlas como formas de agencia estética situada, propias de su contexto generacional y social. Así, el enfoque intergeneracional no solo permite observar las brechas de percepción entre grupos de edad, sino también imaginar puentes educativos y afectivos que respeten las voces adolescentes y fortalezcan su autonomía crítica.

#### **4.8. Tensiones, contradicciones y coocurrencias relevantes**

El análisis discursivo revela una red compleja de tensiones que atraviesan la vivencia adolescente de la imagen corporal en redes sociales. Lejos de un posicionamiento unívoco o polarizado, los discursos muestran contradicciones internas, coexistencia de marcos simbólicos diversos y negociaciones situadas con la normatividad estética digital.

Una de las principales tensiones se sitúa entre la necesidad de reconocimiento y la crítica a la superficialidad de las redes. Esta contradicción aparece tanto en chicas como en chicos adolescentes, aunque con matices de género. Las adolescentes verbalizan de forma más explícita el malestar que produce ajustarse a una imagen idealizada, al tiempo que reconocen los beneficios afectivos o sociales de recibir validación externa.

Entre los adolescentes varones también se identifican tensiones en torno a la exposición. Aunque suelen expresar mayor distancia emocional frente al cuerpo, varios señalan estrategias de control sobre qué subir o no, preocupaciones por la musculatura o por “verse bien” en determinadas situaciones, especialmente cuando hay comparación con referentes masculinos dominantes en redes. En estos casos, la presión estética se enuncia de forma menos directa, pero se cuele en formas de autorregulación, silencios o bromas.

Otra tensión transversal es la coexistencia entre crítica al canon estético hegemónico y la participación activa en su reproducción. En los discursos se articulan posiciones que oscilan entre el rechazo a las imposiciones corporales y la adopción de prácticas que las refuerzan, como el uso de filtros, la edición o la elección estratégica de imágenes. Esta doble lógica no puede leerse como contradicción ingenua, sino como parte de una agencia situada que negocia el deseo de pertenencia con el malestar subjetivo.

Asimismo, se observa una coocurrencia relevante entre emociones negativas (ansiedad, inseguridad, comparación) y estrategias de resistencia o reapropiación. Algunas adolescentes señalan que han dejado de seguir a influencer que les hacían sentir mal, mientras que otros adolescentes optan por reducir el tiempo en redes o diferenciar entre cuentas “personales” y “públicas”. Estas prácticas muestran formas cotidianas de gestión emocional y crítica, que deben ser interpretadas no como adaptación pasiva, sino como respuesta situada ante un entorno altamente prescriptivo.

Por último, se detectan contradicciones generacionales en los relatos. Mientras adolescentes explican su experiencia en primera persona, desde lo emocional, lo relacional y lo cotidiano, las personas adultas tienden a enmarcar sus juicios desde el deber ser o el riesgo. Esta diferencia en el posicionamiento discursivo no implica necesariamente una falta de conciencia crítica en los y las adolescentes, sino un modo diferente de producir sentido desde su lugar generacional.

*“Yo le digo [...] muchas veces que tiene que tener cuidado con las redes sociales, que es un arma de doble filo. Tú pones una foto y ya están los compañeros comentando que si esto, que si la gorda, que si no sé qué... Eso no es bueno, después te influye mentalmente.” (adulto, padre)*

*Yo creo que hay que enseñarles a mirar, a preguntarse por qué siguen a ciertas personas, qué les están vendiendo, cómo les hace sentir eso. No vale con decirles que se alejen de las redes, porque las redes forman parte de su mundo.” (adulta, educadora)*

Estas tensiones revelan la necesidad de comprender la imagen corporal en redes no como un fenómeno lineal, sino como un campo de disputas simbólicas en el que las y los adolescentes actúan con agencia situada, capacidad reflexiva y marcos propios de interpretación, en diálogo –y a veces en fricción– con los discursos adultos, los algoritmos y las estéticas dominantes.

5

# Conclusiones





# 5

## Conclusiones

La imagen corporal, lejos de ser un asunto meramente individual o estético, aparece en este estudio como un espacio en el que se cruzan y se activan significados sociales profundos sobre género, reconocimiento, pertenencia y poder. A través del cuerpo, se expresan y se disputan formas de valor social, identidad y jerarquía. En el contexto de las redes sociales, esta carga se intensifica, ya que la imagen del cuerpo se convierte no solo en un lugar de expresión, sino también en un territorio de evaluación, de circulación afectiva y de reproducción de normas. En este escenario, adolescentes y personas adultas elaboran sentidos divergentes, a menudo contradictorios, que revelan no solo su posicionamiento generacional, sino también los marcos normativos desde los que interpretan la experiencia corporal y digital.

Desde el enfoque de la sociología de la infancia, este trabajo reconoce a las y los adolescentes como sujetos activos, cuyas narrativas configuran formas propias de

comprender y negociar los mandatos estéticos contemporáneos. La investigación revela que las formas en que adolescentes significan su imagen no pueden comprenderse al margen de los regímenes de visibilidad que operan en redes sociales, pero tampoco mediante marcos reduccionistas centrados exclusivamente en la idea de daño. Las chicas adolescentes, especialmente, se sitúan en una paradoja constante, pues reconocen las exigencias del canon y sus efectos sobre la autoestima, pero también encuentran en las redes sociales espacios para construirse, para jugar con su identidad, para compartir afectos o simplemente para formar parte de algo. Esta tensión no puede leerse como una falta de conciencia crítica, sino como un modo situado de habitar un entorno que las interpela permanentemente desde lo visual.

Lejos de una lectura binaria entre subordinación y resistencia, los hallazgos permiten hablar de prácticas de agencia ambivalente, creativa y situada. Los y las adolescentes desarrollan estrategias de desplazamiento del canon, como el uso irónico de filtros, el posicionamiento explícito frente a estándares corporales o el seguimiento de referentes estéticos alternativos, que no siempre constituyen una ruptura, pero sí una reconfiguración del marco dominante. Estas formas de reapropiación expresan no solo una conciencia crítica, sino también la capacidad de intervenir en los lenguajes visuales que ordenan la visibilidad.

El estudio también muestra que, aunque el cuerpo sigue siendo un eje central de disciplinamiento, los modos de habitarlo se han diversificado. Hay una creciente apropiación de discursos sobre salud mental, autocuidado o diversidad corporal, aunque muchas veces conviven con prácticas contradictorias de autocensura, hipervisualización o dependencia del juicio ajeno. Estas ambivalencias forman parte de una generación que ha crecido en la simultaneidad de discursos entre la crítica al canon y la búsqueda de validación estética; entre el empoderamiento y la fatiga.

Uno de los hallazgos más relevantes, es la creciente distancia afectiva de una parte de las y los adolescentes respecto al feminismo institucionalizado. Esta distancia no equivale a un rechazo explícito del feminismo como horizonte de justicia, pero

sí cuestiona las formas en que ha sido vehiculado, especialmente en el ámbito escolar. El estudio recoge expresiones de desconexión, incomodidad o desafección tanto entre chicos como entre chicas, lo que pone de manifiesto un problema de traducción generacional y política. Cuando el discurso feminista se reduce a consignas moralizantes, a esquemas binarios de víctimas y culpables, o a protocolos escolares centrados en la sanción más que en la comprensión, corre el riesgo de volverse ineficaz, o incluso de reforzar lógicas defensivas o reactivas, especialmente entre varones adolescentes.

Este fenómeno no puede explicarse solo por el avance de discursos antifeministas o por la supuesta “confusión” adolescente. Más bien, apunta a una disputa simbólica sobre quién tiene autoridad para nombrar la desigualdad, y desde qué lugar se habilita o se bloquea la posibilidad de hablar. En ese sentido, las emociones políticas que emergen en los discursos de las y los adolescentes –como la desconfianza, la culpa, la saturación o el hartazgo– son también una forma de relación con el feminismo, que merece ser escuchada y analizada críticamente. Si no se reconocen estas tensiones, se corre el riesgo de producir un vacío de sentido que puede ser rápidamente ocupado por narrativas reaccionarias, como las que circulan en ciertos espacios digitales o comunitarios.

Estos hallazgos desafían las intervenciones adultocéntricas centradas en el riesgo, la protección o la corrección. La investigación muestra que los y las adolescentes poseen marcos propios de interpretación, aunque no siempre articulados en los términos del discurso adulto. Escuchar estos marcos no implica romantizar su experiencia, sino reconocer que las políticas y acciones solo pueden ser eficaces si se vinculan con la subjetividad real de quienes van dirigidas. Más allá de ofrecer “herramientas para protegerse”, las propuestas pedagógicas deben abrir espacios de reflexión compartida, donde se reconozca la conflictividad como parte constitutiva del proceso formativo. En este sentido, construir justicia corporal y digital pasa por habilitar conversaciones intergeneracionales que no reproduzcan jerarquías de saber, sino que reconozcan las tensiones, contradicciones y saberes situados de cada grupo.

Así, los hallazgos interpelan directamente a los marcos de intervención existentes. No basta con “proteger” a la adolescencia de los efectos de las redes, ni con promover discursos normativos sobre autoestima o aceptación. Se requiere abrir espacios de conversación real, donde las contradicciones no sean censuradas sino reconocidas como parte del proceso de construcción de subjetividad. Esto implica diseñar propuestas pedagógicas interseccionales, participativas y sensibles al conflicto, que no traduzcan las demandas juveniles en diagnósticos patológicos, sino que acompañen la construcción de otros lenguajes posibles sobre el cuerpo, el deseo y la pertenencia.





- Bartky, S. L. (1990). *Femininity and domination: Studies in the phenomenology of oppression*. Routledge.
- Bizitegi. (2022). *Perspectiva de género e interseccionalidad en la intervención social: Impacto de la socialización de género en los procesos de exclusión social grave*. Bilbao: Bizitegi.
- Bourdieu, P. (1986). The forms of capital. In J. G. Richardson (Ed.), *Handbook of theory and research for the sociology of education* (pp. 241-258). Greenwood Press.
- Bordo, S. (1993). *Unbearable weight: Feminism, Western culture, and the body*. University of California Press.
- Bucher, T. (2018). *If ... then: Algorithmic power and politics*. New York: Oxford University Press.
- Butler, J. (1990). *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity*. New York: Routledge.
- Collins, P. H. (2000). *Black feminist thought: Knowledge, consciousness, and the politics of empowerment* (2nd ed.). Routledge.
- Crenshaw, K. (1989). *Demarginalizing the intersection of race and sex: A Black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics*. University of Chicago Legal Forum, 1989(1), 139-167.
- De Miguel, A. (2015). *Neoliberalismo sexual: El mito de la libre elección*. Ediciones Cátedra.
- Dobson, A. S., & Kanai, A. (2019). From "can-do" girls to insecure and angry: affective dissonances in young women's post-recessional media. *Feminist Media Studies*, 19(6), 771-786.
- Feixa Pampols, C. (Dir.). (2025). Informe Juventud en España 2024: Entre la emergencia y la resiliencia (Vols. I & II). Instituto de la Juventud (INJUVE), Ministerio de Juventud e Infancia.
- Figueras-Maz, M., Arciniega-Cáceres, L., y Palacios-Esparza, M. (2025). Género,

feminismo y prácticas socioafectivas de la juventud. En Feixa Pampols (Dir.), Informe Juventud en España 2024. Volumen II: Entre la emergencia y la resiliencia (pp. 251-285). Instituto de la Juventud (INJUVE). Ministerio de Juventud e Infancia.

Gaitán, L. (2022). Debates y desafíos en la sociología de la infancia ante una nueva era. *Política y sociedad*, 59(3), 79783.

Gill, R. (2007a). *Postfeminist media culture: Elements of a sensibility*. *European Journal of Cultural Studies*, 10(2), 147166.

Gill, R. (2007b). *Gender and the media*. Polity Press.

Gill, R. (2016). *Post-postfeminism?: New feminist visibilities in postfeminist times*. *Feminist Media Studies*, 16(4), 610-630.

Gill, R. & Orgad, S. (2022). *Confidence Culture*. Durham, NC: Duke University Press.

Glaser, B. G., & Strauss, A. L. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. Aldine.

James, A. & Prout, A. (1990). *Constructing and Reconstructing Childhood: New Directions in the Sociological Study of Childhood*. London: Routledge.

Núñez-Gómez, P., Larrañaga, K. y Monguí, M. (2024). *Los retos de la Alfabetización Mediática e Informacional en España*. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.

Plan Internacional (2025). *Así somos: voces adolescentes sobre cuerpo, redes y presión estética*. Informe nacional.

Rubio Guzmán, E. M., García-Santesmases, A., y García-Castilla, F. J. (2024). Interseccionalidad y trabajo social: un encuentro necesario. En E. M. Rubio Guzmán, J. M. Pérez Viejo, F. J. García-Castilla & L. Martín de la Peña (Eds.), *Interseccionalidad y trabajo social* (pp. 19-34). Madrid: Dykinson.





UNIVERSIDAD  
**COMPLUTENSE**  
MADRID