



Universidad del Azuay

Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas

Carrera de Comunicación

**EL USO DE LAS REDES SOCIALES Y LA
CONSTRUCCIÓN DE UNA IMAGEN
SALUDABLE EN LAS CUENTAS DE
INSTAGRAM DE NUTRICIONISTAS
ECUATORIANAS**

Autora:

María Emilia Ullauri Ortega

Directora:

Ximena Guerrero-Bacuilima

Cuenca- Ecuador

2022

DEDICATORIA

Todo este trabajo y esfuerzo va dedicado, en primer lugar, a la Emilia de 17 años que nunca se rindió, luchó y salió adelante a pesar de las dificultades.

También a todas las niñas y jóvenes que luchan todos los días contra los estereotipos impuestos por la sociedad y por vencer trastornos psicológicos y alimenticios.

Por último, a mis papis y a mi ñaña por su amor incondicional y por haber estado a mi lado a lo largo del camino, siempre apoyándome y creyendo en mí.

AGRADECIMIENTO

Primero, a mi querida tutora Xime Guerrero y a la Caty González, por su apoyo incondicional durante todo este proceso.

A mi grupito de la U, porque sin ellas nada de esto habría sido posible.

A mis mejores amigas, primo y a mi novio por su apoyo, amor y confianza.

A mi Milki, por estar sentada a mi lado desde el día 1, siempre dándome fuerzas y ánimos para seguir.

RESUMEN

Las redes sociales se han convertido en una parte esencial en la vida de las personas para mostrarse ante el mundo, principalmente Instagram, que se ha convertido en la red del momento para compartir contenido relacionado con la belleza, el bienestar, la salud y el estatus. En este sentido, esta investigación analizó el tipo de contenido y la representación de “vida saludable” que se muestra en las cuentas de Instagram de cinco nutricionistas ecuatorianas. Dentro de los resultados obtenidos se evidenció que sí existe contenido positivo que promueve un estilo de vida saludable, así como contenido para mejorar los hábitos por salud, sin embargo, aún prevalece un contenido negativo que

motiva la pérdida de peso, la compra de productos para conseguir cuerpos delgados y la concepción de una belleza estereotipada.

Palabras clave: Redes sociales, Instagram, Estilo de vida saludable, nutrición, análisis de contenido.

ABSTRACT

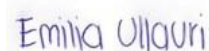
Social networks have become an essential part of people's lives, for showing themselves to the world, mainly Instagram, which has become the popular net to share content related to food, health, fitness and statues. In this sense, this research seeks to analyze the content and representation of "healthy living" shown in the Instagram accounts of Ecuadorian nutritionists. Within the results obtained, it is evident that there is positive content that promotes a healthy lifestyle and also content that promotes habit changes for health. However, negative content that motivates weight loss and the purchase of products to achieve perfect bodies still prevails.

Keywords: Social network, Instagram, healthy lifestyle, fitness, content analysis.

Translated by:



María Emilia Ullauri Ortega
Dpto. Idiomas



Emilia Ullauri

María Emilia Ullauri Ortega