

UNIVERSIDAD CATOLICA DE VALENCIA
“San Vicente Mártir”

MÁSTER UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA
GENERAL SANITARIA
TRABAJO FINAL DE MÁSTER

INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN EL
DESARROLLO DE TRASTORNOS DE LA CONDUCTA
ALIMENTARIA. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.

Presentado por:
Doña Estefanía González Torres
Director/a: Dra. Isabel Senabre

Valencia, a 14 de febrero de 2022

Estefanía González Torres

**INFLUENCIA DE LAS REDES
SOCIALES EN EL DESARROLLO DE
TRASTORNOS DE LA CONDUCTA
ALIMENTARIA. REVISIÓN
BIBLIOGRÁFICA.**

Dedicatoria

A mi papá y a mi hermano gracias por enseñarme todo lo que sé y por siempre estar ahí para mí siendo mi principal apoyo. A mi mamá porque, aunque no estés físicamente, siempre te llevo conmigo.

Como bien sabemos nosotros, sempiterno es lo que nos define,

Los quiero.

Agradecimientos

A mi familia, especialmente a mi papá y a mi hermano por la motivación, el apoyo y la paciencia mientras estaba realizando el TFM, se que hubo días más duros que otros.

A mi tutora, Isabel, por la confianza, la ayuda y la motivación en todo momento, confiando en que realizaría un muy buen trabajo.

A mis amigos, por las quedadas a las que no pude ir por que “*tenía que hacer el TFM*” y por todas las otras salidas para distraerme, por escucharme, por motivarme y por siempre sacarme una sonrisa.

A la Universidad Católica de Valencia, por ser mi casa de estudio y permitirme esta oportunidad.

A mi, por mi dedicación, mi disciplina, entrega y por estar un paso más cerca de cumplir todas las metas planteadas.

*Simplemente,
Gracias*

Índice

RESUMEN	10
INTRODUCCIÓN	12
1.1 ANOREXIA NERVIOSA	12
1.3 TRASTORNO POR ATRACÓN	13
1.4 ORTOREXIA NERVIOSA	14
FACTORES PREDISONENTES, PRECIPITANTES Y MANTENEDORES DE LOS TCA.....	14
IMAGEN CORPORAL	17
JUSTIFICACIÓN	20
OBJETIVOS:	21
OBJETIVO GENERAL	20
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	20
METODOLOGÍA	22
BASES DE DATOS CIENTÍFICOS	22
BÚSQUEDA	22
CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y CRITERIOS DE EXCLUSIÓN	24
RESULTADOS DE LA BÚSQUEDA BIBLIOGRÁFICA	24
RESULTADOS	26
3.1 ANÁLISIS DE LOS ARTÍCULOS SELECCIONADOS PARA LA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA	29
CONTENIDO Y FUNCIONAMIENTO DE LAS REDES SOCIALES	46
IMAGEN CORPORAL Y APARIENCIA	42
CONFINAMIENTO POR COVID-19.....	43
DISCUSIÓN	47
PUNTOS FUERTES Y LIMITACIONES DEL ESTUDIO	49
CONCLUSIONES	50
BIBLIOGRAFÍA	51
ANEXOS	56
ANEXO 1: CRITERIOS DIAGNÓSTICOS PARA LA ANOREXIA NERVIOSA SEGÚN EL DSM-V	56
ANEXO 2: CRITERIOS DIAGNÓSTICOS PARA LA BULIMIA NERVIOSA SEGÚN EL DSM-V.	57

ANEXO 3: CRITERIOS DIAGNÓSTICOS PARA EL TRASTORNO POR ATRACÓN SEGÚN EL DSM-V	58
ANEXO 4: CRITERIOS DIAGNÓSTICOS PARA LA ORTOREXIA NERVIOSA SEGÚN MOROZO ET AL (2015).....	59

Índice de tablas

TABLA 1.....	22
TABLA 2.....	23
TABLA 3.....	22
TABLA 4.....	23
TABLA 5.....	24
TABLA 6.....	29
TABLA 7.....	35
TABLA 8.....	42

Índice de figuras

FIGURA 1	16
<i>FACTORES PREDISponentES, PRECIPITANTES Y MANTENEDORES DE LOS TCA</i>	16
FIGURA 2	26
<i>DIAGRAMA DE FLUJO PRISMA UTILIZADO PARA LA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA</i>	26
FIGURA 3	27
<i>GRAFICO DE DISTRIBUCIÓN DE LOS ESTUDIOS EN FUNCIÓN DEL AÑO</i>	27
FIGURA 4	28
<i>GRAFICO DE DISTRIBUCIÓN DE LOS ESTUDIOS EN FUNCIÓN LA RED SOCIAL</i>	28
FIGURA 5	28
<i>GRAFICO DE DISTRIBUCIÓN DE LOS ESTUDIOS EN DEL TIPO DE ESTUDIO</i> ..	28

Índice de abreviaturas y siglas

Acrónimo	Significado
DSM	Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales
TCA	Trastorno de la Conducta Alimentaria
ED	Eating Disorder
AN	Anorexia Nerviosa
BN	Bulimia Nerviosa
ON	Ortorexia Nerviosa
TPA	Trastorno por Atracón
IC	Imagen Corporal
RS	Red Social
IG	Instagram
FB	Facebook
TW	Twitter

Resumen

Introducción: Las redes sociales han potenciado los ideales de belleza caracterizados por la delgadez, la musculatura y la comida saludable, aumentando el riesgo de Trastornos de la Conducta Alimentaria. La presente revisión bibliográfica busca sintetizar y analizar la influencia que ejercen las redes sociales sobre el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria. **Método:** se realizó una búsqueda bibliográfica de artículos desde el año 2016 hasta el 2021, que informaran sobre el uso de redes sociales y su relación con un posible Trastorno de la Conducta Alimentaria en adolescentes, jóvenes y adultos. **Resultados:** Tras la búsqueda bibliográfica se seleccionaron veinte trabajos que cumplieron los criterios de inclusión los cuales se agruparon en tres tipologías específicas: los estudios que analizan la influencia y el contenido publicado en las redes sociales, los que buscan analizar la imagen corporal y los estudios que exploran los efectos del confinamiento por Covid-19 sobre el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria. **Conclusiones:** Las redes sociales más influyentes en el desarrollo de Trastornos de la Conducta alimentaria son Instagram, Twitter y Facebook. Una imagen corporal negativa y una baja autoestima se relacionan con sintomatología de trastornos de alimentación y durante el confinamiento se detectó un incremento en el uso de redes sociales y en las cogniciones sobre Trastornos de la Conducta Alimentaria.

Palabras clave: Trastorno alimenticio, Redes Sociales, Imagen Corporal, Confinamiento, Revisión bibliográfica.

Abstract

Introduction: Social networks have promoted beauty ideals characterized by thinness, muscularity and healthy food, increasing the risk of Eating Disorders. This literature review seeks to synthesize and analyze the influence of social networks on the development of Eating Disorders. **Method:** a literature search was conducted for articles from 2016 to 2021, reporting on the use of social networks and their relationship with a possible Eating Behavior Disorder in adolescents, young adults and adults. **Results:** After the literature search, twenty papers were selected that met the inclusion criteria which were grouped into three specific typologies: studies that analyze the influence and published content of social networks, those that seek to analyze body image and studies that explore the effects of Covid-19 confinement on the development of Eating Disorders. **Conclusions:** The most influential social networks in the development of Eating Disorders are Instagram, Twitter and Facebook. Negative body image and low self-esteem are related to eating disorder symptomatology and during confinement an increase in the use of social networks and in cognitions about Eating Disorders was detected.

Key words: Eating Disorder, Social Networks, Body Image, Confinement, Bibliographic review.

Introducción

La idea de tener un cuerpo perfecto caracterizado por la delgadez ha estado presente desde hace mucho tiempo en la sociedad. Este tipo de información en ocasiones se potencia a través de mensajes de distintos tipos en las redes sociales. Como indica Mclean (2016) el uso de redes sociales y la publicación de fotos está asociado al desarrollo de factores de riesgo como la insatisfacción corporal y la internalización de la apariencia ideal, lo cual conduce a la restricción de la dieta en busca de la delgadez, pudiendo generarse un Trastorno de la Conducta Alimentaria.

La American Psychiatric Association establece que los Trastornos de la Conducta Alimentaria se caracterizan por una alteración grave y persistente del comportamiento alimentario asociado a pensamientos y emociones angustiantes (APA, 2021). El Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, DSM-5 (Asociación Americana de Psiquiatría [APA], 2013), recoge tres categorías diagnósticas principales: la Anorexia Nerviosa (AN), la Bulimia Nerviosa (BN) y el Trastorno por Atracón (TPA). A continuación, se aporta una breve descripción sobre cada una de las categorías diagnósticas.

1.1 Anorexia Nerviosa

Si bien las primeras referencias a la Anorexia Nerviosa se remontan al año 1968 en la obra "*Pthysiologia or a treatise of consumptions*" de Richard Morton, es en 1873 que Charles Lasègue, propone el término *anorexia nerviosa*, haciendo referencia a una falta de apetito (anorexia), y la implicación del sistema nervioso (nerviosa).

Según el DSM-V (APA, 2013), hay tres características básicas referentes a la anorexia nerviosa: en primer lugar, existe una restricción de la ingesta energética persistente; en

segundo lugar, un miedo intenso a ganar peso o engordar o un comportamiento persistente que interfiere en el aumento de peso y, en tercer lugar, una alteración en la percepción del peso y la constitución. (Ver anexo 1. Criterios diagnósticos según DSM-V Anorexia Nerviosa). La prevalencia a los 12 meses de la AN entre las mujeres jóvenes es aproximadamente del 0,4% con una proporción entre mujeres y hombres de 10:1 (DSM V, 2013)

1.2 Bulimia Nerviosa

Las primeras referencias en la literatura científica sobre la Bulimia Nerviosa se remontan al año 1708 en el *Psychical Dictionary* de Blankkart y a 1726, en el diccionario Médico de Quincy (Stein y Laakso, 1988). En 1743, James distingue entre dos afecciones de la bulimia, la primera, “*boulimus*”, refiriéndose a una ingesta descontrolada hasta que se produzca la reacción física de desmayo, mientras que, con la segunda, “*caninus appetitus*”, refiere que el paciente pone fin al atracón con las purgas (Toro, 1996). Sin embargo, es Rusell quien en 1979 acuña el término *de bulimia nerviosa*.

Según el DSM-V (APA, 2013), hay tres características básicas de la bulimia nerviosa: episodios recurrentes de atracones que se caracterizan por ingerir grandes cantidades de comida en un corto periodo de tiempo, comportamientos compensatorios para evitar el aumento de peso¹ y la autoevaluación que se ve influida por el peso y la constitución corporal. (Ver anexo 2 para criterios diagnósticos según DSM-V Bulimia Nerviosa). La prevalencia a los 12 meses de la BN entre las mujeres jóvenes es del 1-1,5% con una proporción entre mujeres y hombres de 10:1 (DSM V, 2013)

1.3 Trastorno por atracón

En 1959, Albert Stunkard, describe el término “*binge*” (atracon) que caracterizaba a los pacientes que realizaban una sobreingesta de comida compulsiva sin la presencia de conductas compensatorias (Cuadro y Baile, 2015). En 1992, el Dr. Spitzer propuso el término trastorno por atracones para definir a la población clínica de pacientes

¹ Comportamientos compensatorios como vómitos o uso de laxantes.

diagnosticados con sobrepeso que se encontraban en un ciclo de dieta-atracón-dieta (Morandé et al., 2014).

Según indica el DSM-V (APA, 2013), el trastorno de atracones se caracteriza por ingerir grandes cantidades de comida en un corto periodo. Se trata de atracones igual que en el caso de la Bulimia, pero sin que se lleguen a producir las posteriores purgas, por lo tanto, el TPA muchas veces está asociado a la obesidad. Es importante destacar que la característica principal del TPA es que los atracones deben producirse, de promedio, al menos una vez a la semana durante tres meses. (Ver anexo 3 para criterios diagnósticos según DSM-V Trastorno por Atracón). La prevalencia a los 12 meses del TPA es para las mujeres de 1,6% y para los hombres de 0,8% (DSM V, 2013)

1.4 Ortorexia Nerviosa

Si bien es cierto que la Ortorexia Nerviosa no aparece dentro de las clasificaciones diagnósticas del DSM-V, la prevalencia de este tipo de alimentación ha aumentado en los últimos tiempos. En el estudio realizado por Ruiz y Quiles (2021) los resultados obtenidos mediante el ORTO-11-Es² en estudiantes universitarios españoles, mostraron que el 30,5% de la muestra presentaba un alto riesgo de desarrollar ON. Steve Bratman en 2004 fue el encargado de definir por primera vez el término de “Ortorexia Nerviosa” en el libro *Health Food Junkies*, el término proviene del griego *ortho* que significa “justo y correcto” y *orexia* que significa “apetencia”.

Según Ruiz y Quiles (2021) la ortorexia nerviosa es un trastorno caracterizado por la obsesión de mantener una alimentación sana, en el que se presenta un patrón de alimentación restrictivo con rituales establecidos y la evitación rígida de alimentos que se consideran no saludables. (Ver anexo 4 para criterios diagnósticos Ortorexia Nerviosa)

Una vez realizado un breve recorrido histórico y una explicación de cada uno de los trastornos, es importante mencionar la existencia de factores predisponentes, precipitantes y mantenedores que influyen en el desarrollo de los TCA.

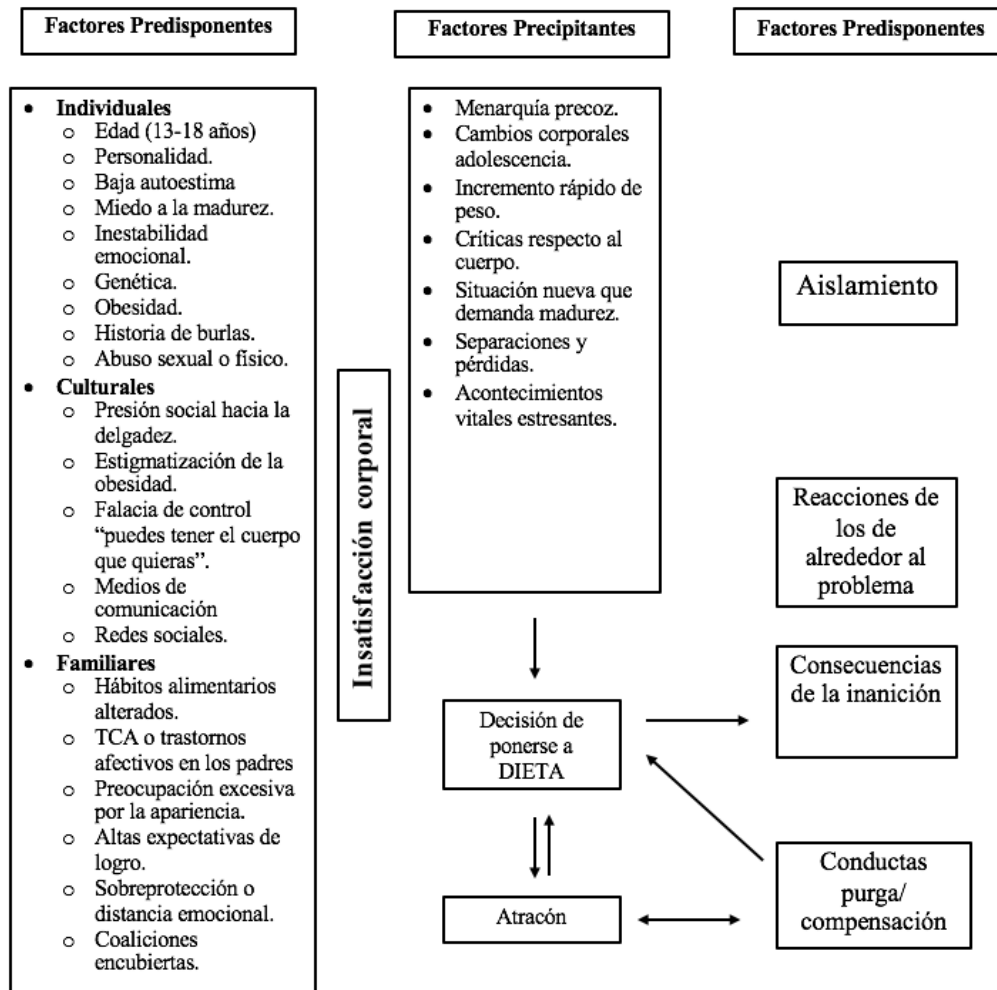
Factores predisponentes, precipitantes y mantenedores de los TCA

² Autoinforme adaptado del ORTO-15, que corresponde con 3 factores relacionados con la conducta alimentaria: a) clínico b) cognitivo-emocional y c) aspectos emocionales.

Según Monserrate (2017) cuando hablamos de factores predisponentes hacemos referencia a todo tipo de variables personales, sociales y/o familiares que facilitan la aparición del trastorno. En el caso de los factores precipitantes, son todos aquellos aspectos que explican el inicio del trastorno, son factores que precipitan la conducta alimentaria patológica característica de cada trastorno, y, por último, los factores mantenedores hacen referencia a las consecuencias del propio trastorno, las cuales actúan como refuerzo y mantienen las conductas alimentarias a largo plazo. Por esta razón, es importante conocer cada uno de estos factores cuando se está frente a un Trastorno de la Conducta Alimentaria para tener una comprensión más integrada del mismo.

A continuación, se presenta una figura que explica cómo los factores predisponentes (como pueden ser la edad, la presión social hacia la delgadez, el uso de redes sociales o la falta de comunicación por parte de los padres) puede generar en el individuo insatisfacción corporal, que seguida de los factores precipitantes, (cómo los cambios corporales en la adolescencia o las críticas con respecto al cuerpo), puede precipitar la decisión de ponerse a dieta, esta decisión puede producir el círculo vicioso de dieta-atracón-conductas compensatorias que, además, se pueden ver reforzadas por el aislamiento, las reacciones de los demás al problema y las conductas de la inanición.

Figura 1
Factores predisponentes, precipitantes y mantenedores de los TCA.



Nota: Adaptado de Garner y Garfinkel, 1982; Garner 1993; Martínez Martín, 2015; Raich, 2017).

En este trabajo nos centraremos en analizar uno de los factores predisponentes en concreto el uso de las redes sociales, y como éstas, en conjunto con la transmisión del ideal de belleza establecido por la cultura, pueden favorecer en el individuo la insatisfacción corporal e influir en el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria. En la mayoría de los casos, las figuras presentadas en las redes sociales son delgadas, esbeltas, tonificadas y musculosas, características que la mayoría de las sociedades y culturas considera la forma corporal ideal (Carrotte et al, 2017).

Imagen Corporal

La imagen corporal (IC) puede definirse como lo que percibimos, pensamos, sentimos y cómo actuamos en función de nuestro cuerpo (Raich, 2017). Es relevante destacar que la IC es un constructo dinámico que puede sufrir variaciones incluso dentro del mismo día.

Según Mora Giral en Raich (2017) existen una serie de componentes que caracterizan la alteración de la imagen corporal:

- **Dimensión perceptiva:** percepción de una imagen distorsionada en la que las medidas corporales de la silueta mental son diferentes a las medidas corporales reales.
- **Dimensión cognitiva:** se refiere a las creencias y pensamientos respecto al cuerpo. Suele ser un diálogo corporal negativo que a su vez incrementa la insatisfacción corporal (Perpiñá et al 2000).
- **Dimensión emocional:** son las experiencias emocionales que se tienen respecto al cuerpo, es decir, como nos sentimos con nuestro cuerpo. (Tasa Vinyals en Raich 2017).
- **Dimensión conductual:** son los comportamientos derivados de una imagen corporal negativa. Estas conductas podrían ser de evitación³ y rituales de comprobación⁴ que actúan como reforzadores en forma de alivio emocional temporal y sensación de “seguridad” aparente (Perpiñá et al 2000).

En este sentido, según Marco et al (2014) la insatisfacción corporal y las alteraciones de la IC, se encuentran asociadas a conductas y actitudes problemáticas hacia la comida. Por esto es tan importante tener presente este factor y más aún relacionarlo con las redes sociales las cuales son un espacio que permite la comparación y la transmisión de ideales de belleza estereotípicos.

³ Taparse el cuerpo, no asistir a eventos, evitar personas o lugares, posturas, entre otros...

⁴ Pesarse o mirarse constantemente al espejo, tocarse el cuerpo, comprobar con marcadores como cinturonos o cintas métricas.

Redes sociales y Trastornos de la conducta alimentaria

Como mencionamos anteriormente, uno de los factores predisponentes en el desarrollo de un TCA es el uso de redes sociales. Las redes sociales se diferencian de los medios de comunicación tradicionales por su inmediatez, interactividad, participación y la conexión que existe entre los usuarios (Pempek, Yermolayeva, y Calvert, 2009).

Las RS transmiten mensajes sobre el peso y la apariencia. Los usuarios pueden interactuar con amigos/compañeros, familia y miembros de las redes sociales (celebridades, famosos, deportistas, etc.), que pueden influir en las normas sociales y apoyar algunos ideales de belleza, fomentando la insatisfacción corporal. El estudio realizado por Pilgrim et al. (2019) indica que los *influencers*,⁵ en su papel de embajadores de marca, anunciantes y socios colaboradores, promueven la posibilidad de alcanzar el objetivo del cuerpo ideal descrito, junto con la salud mental y la felicidad. El comportamiento interactivo/activo en las RS incluye los "me gusta" y los comentarios para representar la aceptación, crear un círculo de conexión (es decir, las normas sociales), y podría considerarse como un indicador de popularidad, ayudando así a la transmisión de ideales sobre la belleza y las formas del cuerpo en los adolescentes (Jong y Drummond, 2013).

Según Zhang et al. (2021) existen dos modelos teóricos que podrían explicar la posible relación entre los trastornos de la conducta alimentaria y el uso de redes sociales. Por un lado, encontraríamos los modelos socioculturales que identifican el trabajo del entorno social y cultural como las fuerzas más influyentes que animan a los individuos a promover y perseguir los ideales de delgadez. Por otro lado, la teoría de la autoobjetivación, que consiste en que los individuos definen su propio valor según el uso y consumo de su cuerpo y apariencia ante los demás (Fredrickson y Roberts, 1997). Es importante tener en cuenta estas bases teóricas ya que sustentan la transmisión del ideal de delgadez y la importancia del físico en las redes sociales como potenciadores de los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

Según el estudio realizado por Alberga et al. (2018) existen diferentes movimientos en las redes sociales relacionados con los trastornos de alimentación: en primer lugar, el

⁵ Según la RAE (2019) la palabra *influencer* es anglicismo usado en referencia a una persona con capacidad para influir sobre otras, principalmente a través de las redes sociales.

movimiento “*thinspiration*”⁶, que consiste en una serie de mensajes o imágenes que promueven la delgadez; en segundo lugar, el movimiento “*fitspiration*”⁷ el cual pretende inspirar a la gente a llevar un estilo de vida sano y saludable mediante imágenes y textos motivadores relacionados con el ejercicio y la dieta (Boepple y Thompson, 2016). Por último, mencionar el movimiento “*realfooding*” el cual según Ríos (2017) es un estilo de vida basado en comer comida real y evitar los ultraprocesados.

El estudio de Boepple y Thompson (2016) demostró que los sitios de *thinspiration* y *fitspiration* fomentan una estigmatización del peso, la objetivización, culpabilidad respecto al peso/cuerpo y la restricción de la dieta. Si bien es cierto que muchas de estas publicaciones tienen una intención positiva como es fomentar un estilo de vida saludable, el representar un solo tipo de cuerpo idealizado, caracterizado por la delgadez y tonificación, llevando una alimentación basada en un tipo de alimentación rígida y restrictiva puede traer como consecuencia alteraciones en la imagen corporal, culpabilidad respecto al peso y/o trastornos de la conducta alimentaria.

⁶ El término proviene “Thin” e “inspiration” y se caracteriza por la idealización de cuerpos excesivamente delgados y la glorificación de restricciones calóricas extremas (Boepple y Thompson, 2016).

⁷ El término proviene de “Fit” e “inspiration” y hace referencia a cuerpos tonificados, esbeltos y delgados (Boepple y Thompson, 2016).

Justificación

El tiempo diario dedicado al uso de las redes sociales aumenta progresivamente cada vez más, según el informe de Digital (2021) alrededor de 8.1 millones de españoles han pasado a ser usuarios activos en redes sociales en el último año, lo que se traduce en que ya el 80% de la población del país utiliza plataformas online, siendo la más utilizadas YouTube (89.3%), Facebook (79.2%), Instagram (69%) y Twitter (52.6%). Las redes sociales nos permiten compartir información de nuestra vida diaria y estar en contacto con grandes cantidades de personas. Mediante el carácter interactivo de las mismas se genera un reforzamiento de su uso. Después del confinamiento por Covid-19 el tiempo que pasamos en ellas ha aumentado, en este sentido, también se ha visto un aumento en el número de personas que comparten contenido relacionado con Trastornos de la Conducta Alimentaria en Redes Sociales como Instagram, Facebook, Twitter y Tiktok.

La presente revisión bibliográfica busca sintetizar y analizar la influencia que ejercen las redes sociales sobre el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria, centrando la atención en el contenido de cada una de las redes evaluando el ideal de belleza que se transmite en la actualidad, su relación con la imagen corporal y los efectos del confinamiento en el desarrollo de sintomatología de trastornos alimentarios. Este trabajo permitirá comprender los distintos conocimientos teóricos, resultados y conclusiones que han desarrollado diferentes estudios con anterioridad relacionados con las redes sociales y la sintomatología alimentaria.

Objetivos

El objetivo general de este Trabajo de Fin de Máster es conocer la relación existente entre el uso de Redes Sociales y Trastornos de la Conducta Alimentaria.

En función de este objetivo general se plantean una serie de objetivos específicos que se muestran a continuación:

1. Determinar la influencia y el contenido publicado en las redes sociales sobre los Trastornos de la conducta alimentaria.
2. Comprobar si existe una influencia de las redes sociales sobre la imagen corporal y apariencia y cómo estas se relacionan con los Trastornos de la Conducta Alimentaria.
3. Analizar los efectos que ha tenido el confinamiento por Covid-19 sobre el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria

Metodología

Para la elaboración de este trabajo se realizó una revisión bibliográfica. Se analizaron estudios cualitativos, cuantitativos, métodos mixtos, metaanálisis y revisiones sistemáticas publicados entre 2016 y 2021. Se utilizó herramienta PICO para desarrollar la pregunta clínica, que, además, aportó especificidad y claridad conceptual de los problemas clínicos objetivos de estudio.⁸

Tabla 1

Descripción de los componentes de la ecuación PICO

P (Población)	I (Intervención/Exposición)	O (Resultados)
Adolescentes y jóvenes adultos. 15-30 años.	Uso de redes sociales.	Aumento riesgo TCA.

Nota: fuente creación propia.

Bases de datos científicos

Las bases de datos consultadas en la búsqueda bibliográfica sobre la cual se basa el trabajo han sido Web Of Science (WOS), PUBMED y ESBCO, completando la información mediante la consulta de la revista especializada en trastornos alimentarios *International Journal of Eating Disorders*, y La Asociación Americana de Psicología *American Psychological Association*.

Búsqueda

Se focalizó la búsqueda alrededor de algunos conceptos clave, en relación al grupo de edad: adolescentes, jóvenes y adultos de 15 a 30 años, en cuanto a los Trastorno de Conducta Alimentaria serían evaluados principalmente la Anorexia Nerviosa, Bulimia Nerviosa, Trastorno por Atracón y Ortorexia Nerviosa, por último, en cuanto a las redes sociales, serán estudiadas principalmente Instagram, Tiktok, Facebook y Twitter.

La búsqueda realizada en las bases de datos se realizó durante los meses de noviembre y diciembre de 2021. Se procedió a realizar el análisis conceptual accediendo a las listas de

⁸ Esta revisión estuvo enmarcada en la siguiente pregunta PICO: ¿Existe una influencia en el uso de redes sociales en el desarrollo de Trastorno de Conducta Alimentaria en adolescentes y jóvenes adultos?

términos autorizados o tesauros, siendo estas la *Medical Subject Headings* (MeSH) y los Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) como se observa en la siguiente tabla

Tabla 2
Términos MeSH y DeCs

MeSh	DeCS
Anorexia Nervosa	Anorexia, Anorexia Nervosa
Bulimia, Bulimia Nervosa	Bulimia, Bulimia Nervosa
Binge eating	Binge eating disorder, Trastorno
Eating Disorders	por atracón
Appetite Disorders	Red Social, Social Networking
Social Networks, Social Networking	Epidemiología, Epidemiology,
Epidemiology	Prevalencia, Prevalence
Prognosis, Prognostic Factors	Pronóstico, Prognosis
Risk Factors	Factores de Riesgo, Risk Factors

Nota: creación propia.

Los términos utilizados en la búsqueda fueron: “Eating disorders” y “Social Networks”. En las ecuaciones de búsquedas se utilizó el operador boleano “AND”, a fin de lograr la inclusión completa de los términos que fueran situados antes y después de cada uno de ellos, así como el operador boleano OR con el fin de obtener resultados que incluyeran ambos términos.⁹ Además de lo descrito anteriormente, fueron utilizadas como herramientas restrictivas de búsqueda la limitación a 5 años (2016 a 2022), la elección como grupo de edad a la población adolescente, jóvenes y adultos, la selección de trabajos de acceso abierto y, finalmente, la especificación de los idiomas inglés y español.

⁹ Ver Anexo 5 y 6 para las ecuaciones de búsqueda.

Criterios de inclusión

Los criterios de inclusión de los artículos fueron los descritos en la tabla que sigue a continuación:

Tabla 3

Criterios de Inclusión de los artículos

Criterios de Inclusión
Estudios publicados en los últimos 5 años.
Artículos localizados en las bases de datos EBSCO, WOS y PUBMED
Publicaciones en español e inglés.
Textos completos
Edad poblacional de mayores de 15 años.
Artículos que incluyan los términos establecidos en MeSH y DeCS.

Resultados de la búsqueda bibliográfica

Se realizó una búsqueda bibliográfica en las tres bases de datos mencionadas utilizando los mismos términos de búsqueda y especificando que estuvieran presentes tanto en el campo de título como en el del resumen. Es importante mencionar que cada ecuación se adaptó a las bases de datos según los requerimientos de cada una de ellas para disminuir el ruido documental que pudiera generarse. (Ver anexo 5. Primera ecuación de búsqueda)

Una vez realizada la primera búsqueda, se obtiene un total de 94 resultados, la mayoría de estos en inglés, tras la eliminación de duplicados, y la selección en función de los criterios de inclusión, el título y el abstract terminan siendo un total de 9 artículos seleccionados. Al considerarse que este es un número bajo para la realización de una revisión bibliográfica, se procede a establecer una segunda ecuación de búsqueda, añadiendo el término “*Orthorexia Nervosa*”, así como también se especificó cada una de las redes sociales “*Facebook*”, “*Instagram*”, “*Twitter*” y “*Tiktok*”. (Ver anexo 6. Segunda ecuación de búsqueda)

Tras realizarse la segunda búsqueda, se obtiene un total de 246 resultados, la mayoría de estos en inglés, tras la eliminación de duplicados, y la selección en función de los criterios de inclusión, el título y el abstract terminan siendo un total de 12 artículos seleccionados.

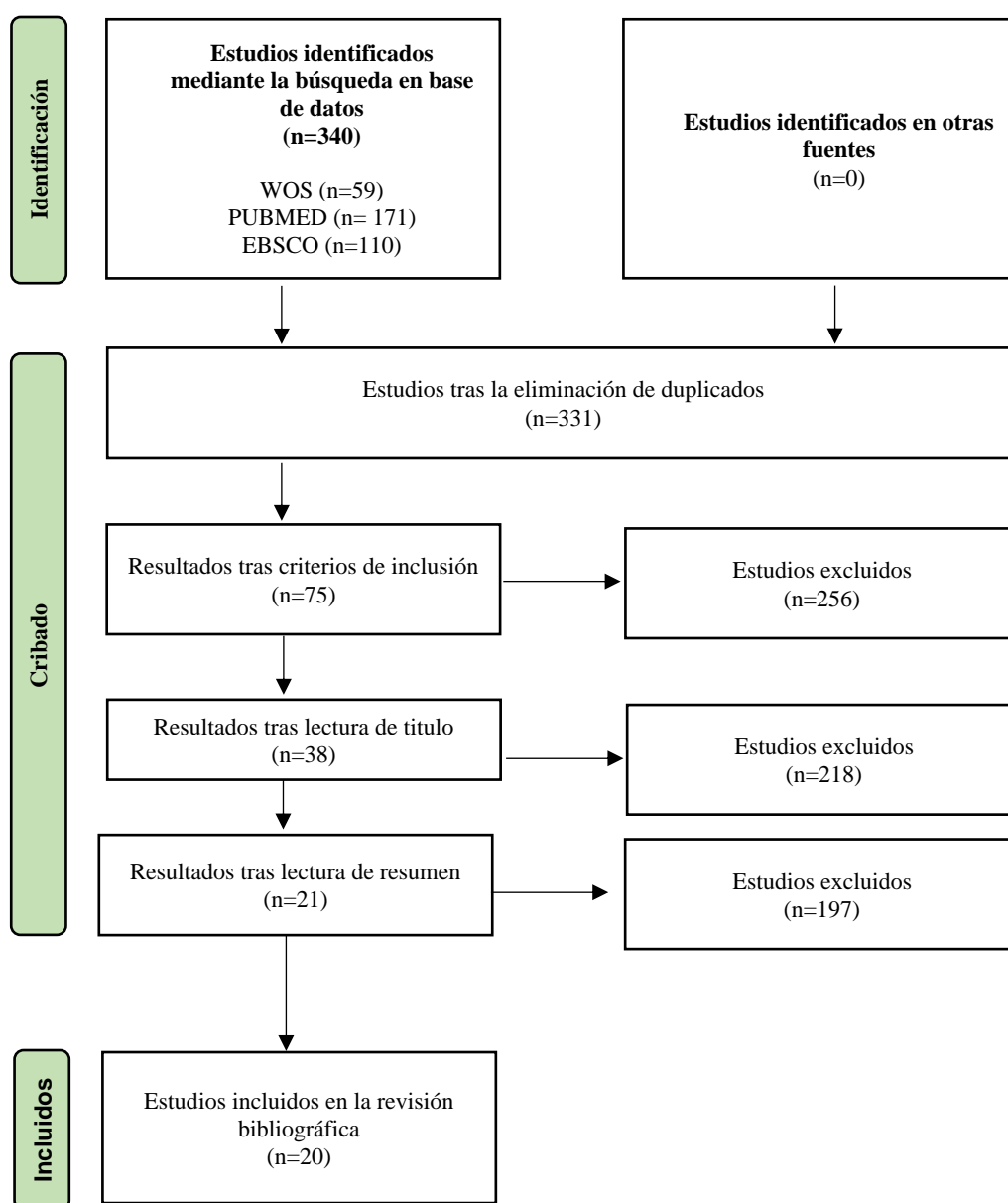
Por lo tanto, al sumar los resultados de la primera búsqueda más los resultados de la segunda búsqueda se obtiene un número total de 20 artículos sobre los cuales se realizará la revisión bibliográfica de este trabajo.

RESULTADOS

Diagrama de flujo PRISMA con los criterios de búsqueda

Figura 2

Diagrama de flujo PRISMA utilizado para la revisión bibliográfica.



Con el objetivo de realizar una explicación de los artículos seleccionados para la revisión bibliográfica, se han agrupado los artículos encontrados en función de año de publicación, la red social estudiada y el objetivo de estudio de los artículos.

Con el fin de destacar el número de los estudios publicados por año, comprendidos entre 2016 y 2021 se realiza un gráfico en el que se evidencia la distribución de los mismos (véase figura 3) de los 20 artículos seleccionados para la revisión bibliográfica, la distribución por año indica que los estudios más frecuentes se realizaron durante el año 2021, seguidos del año 2019 destacando así el carácter reciente de los artículos seleccionados para este trabajo.

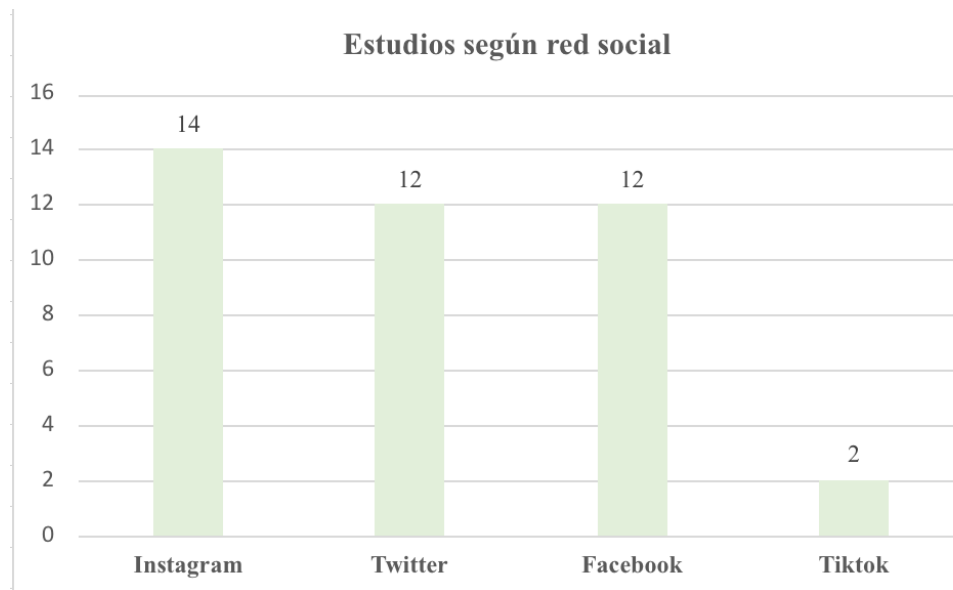
Figura 3
Gráfico de distribución de los estudios en función del año



Nota: elaboración propia

Así mismo, se decide elaborar un segundo gráfico con el fin de analizar las redes sociales que más se estudiaron en los trabajos seleccionados (véase figura 4) pudiéndose apreciar que la red social que más predomina es Instagram con un total de 14 estudios, seguida de Twitter y Facebook que presentan 12 estudios cada uno y por último Tiktok con un total de 2 siendo esta la red social menos estudiada.

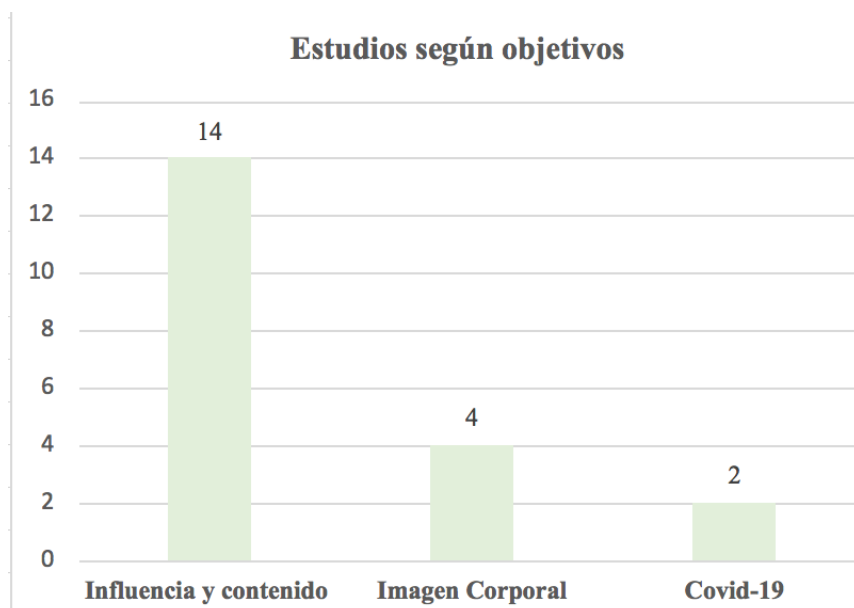
Figura 4
Grafico de distribución de los estudios en función la red social



Nota: elaboración propia

Por último, según el objetivo de cada uno de los estudios analizados se puede observar que en concordancia con los objetivos nuestra revisión, se pueden agrupar los trabajos en tres categorías: los que analizan la influencia y el contenido publicado de las redes sociales; los que analizan la imagen corporal y los que exploran los efectos del confinamiento por covid-19 (véase figura 5)

Figura 5
Grafico de distribución de los estudios en función del tipo de estudio



Nota: elaboración propia

Análisis de los artículos seleccionados para la revisión bibliográfica

Una vez realizada la lectura exhaustiva de cada uno de los artículos seleccionados, se presenta a continuación una tabla resumen con el título, autor, año y resumen de cada uno de los trabajos seleccionados para la realización de esta revisión.

Tabla 6

Título, autor, año y resumen de los artículos usados en la revisión bibliográfica.

Título	Autor	Año	Resumen
Facebook Use and Disordered Eating in College-Aged Women	Walker et al	2016	Influencia de la intensidad del uso de Facebook, la comparación de la apariencia y la charla sobre la gordura sobre el desarrollo de los TCA.
The Association between Social Media Use and Eating Concerns among U.S. Young Adults	Sidani et al	2016	Asociación entre el uso de los medios sociales y las preocupaciones alimentarias
#SocialMedia: Exploring the Relationship of Social Networking Sites on Body Image, Self-Esteem, and Eating Disorders	Santarossa, S., Woodruff, S	2017	Uso problemático de redes sociales se relaciona con la imagen corporal, autoestima y TCA.
Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa	Turner, P y Lefevre, C	2017	Relación entre el uso de Instagram sobre síntomas de Ortorexia Nerviosa
Social interactions in online eating disorder communities: A network perspective	Wang T et al.	2018	Cómo individuos con diferentes trastornos de alimentación interactúan y se relacionan con diferentes comunidades en línea.
“Strong Beats Skinny Every Time”: Disordered Eating and Compulsive Exercise in Women Who Post Fitspiration on Instagram	Holland, G., Tiggemann, M	2019	Presencia de TCA y ejercicio excesivo en mujeres que publican inspiración fitness en Instagram
Social Media, Thin-Ideal, Body Dissatisfaction and Disordered Eating Attitudes: An Exploratory Analysis	Aparicio-Martínez et al	2019	Relación entre conductas TCA y factores socioculturales.
Selling health and happiness how influencers communicate on Instagram about dieting and exercise: mixed methods research	Pilgrim, K and Bohnet-Joschko, S	2019	Información e imagen corporal propagada por los influencers en Instagram.
Analysis of Twitter to Identify Topics Related to Eating Disorder Symptoms	Zhou et al.	2019	Temas sobre los que se habla en Twitter relacionados con los Trastornos de la Conducta Alimentaria

Social media, body image and food choices in healthy young adults: A mixed methods systematic review	Rounsefell et al	2019	Redes sociales, exposición a contenido sobre imagen corporal y elección de alimentos.
“And it snowballed from there”: The development of orthorexia nervosa from the perspective of people who self-diagnose	Valente et al	2020	Visión de la Ortorexia Nerviosa en Instagram.
“When Are We Going to Hold Orthorexia to the Same Standard as Anorexia and Bulimia?” Exploring the Medicalization Process of Orthorexia Nervosa on Twitter	Valente et al	2021	Contenido sobre Ortorexia Nerviosa en Twitter.
Concern About Appearance on Instagram and Facebook: Measurement and Links With Eating Disorders	González-Nuevo et al	2021	Preocupación por la apariencia en RS y riesgo de TCA.
#gainingweightiscool: the use of transformation photos on Instagram among female weightlifters in recovery from eating disorders	Hester et al	2021	Fotos publicadas en Instagram sobre el levantamiento de pesas como recuperación de un TCA.
Examining the Pro-Eating Disorders Community on Twitter Via the Hashtag #proana: Statistical Modeling Approach.	Sukunesan et al	2021	Perfiles y participación de comunidades pro- TCA en Twitter.
The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances and self-esteem among adolescent and young women	Vall- Roque et al	2021	Impacto del confinamiento en el uso de. RS, imagen corporal y autoestima.
The Relationship Between SNS Usage and Disordered Eating Behaviors: A MetaAnalysis	Zhang et al.	2021	Metaanálisis sobre el uso de RS y el desarrollo de TCA
Uso de redes sociales y riesgo de padecer TCA en jóvenes	Ojeda-Martín et al	2021	Relación entre el uso de RS y desarrollar un TCA.
The impact of Facebook use on self-reported eating disorders during the COVID-19 lockdown	Mannino et al.	2021	Miedo al COVID-19, uso de Facebook y desarrollo de TCA.
La influencia de las redes sociales en los Trastornos de la Conducta Alimentaria en adolescentes	Soler López, B	2021	Relación entre TCA y RS.

El objetivo principal de esta revisión bibliográfica fue analizar la evidencia científica de los estudios publicados sobre la influencia de las redes sociales sobre el desarrollo Trastornos de la Conducta Alimentaria.

Los estudios analizados en esta revisión bibliográfica pueden ser agrupados en tres tipologías distintas.:

1. Estudios que analizan la influencia y el contenido publicado en de las redes sociales (**n=14**) (Wang T, Brede M, Ianni A, Mentzakis, E., 2018; Valente, M.,Renckens, S ., Bunders-Aelen,J., Syurina, E., 2021; Hester, HB.,Pope, S y Jamie,K., 2021; Sukunesan et a.,l 2021; Zhou et al., 2019; Holland, G.,Tiggemann, M., 2019; Pilgrim, K and Bohnet-Joschko, S., 2019; Turner, P y Lefevre, C., 2017; Valente et al., 2020; Walker et al., 2016; Zhang et al., 2021; Ojeda-Martín et al., 2021; Sidani et al., 2016; Soler López, B., 2021) (véase tabla 7)
2. Estudios que se basan en analizar la imagen corporal (**n=4**) (Santarossa, S., Woodruff, S., 2017; González-Nuevo., 2021; Aparicio-Martínez et al., 2019; Rounsefell et al., 2019;) (véase tabla 8)
3. Estudios que se exploran los efectos del confinamiento por covid-19 (**n=2**) (Vall-Roque et al, 2021; Mannino et al., 2021), cabe destacar que todos estos comparten el objetivo de estudiar la relación existente con los Trastornos de la Conducta Alimentaria. (véase tabla 9)

A continuación, y para una mejor comprensión de los resultados, se realiza un análisis detallado de cada una de las categorías.

Análisis de la influencia, y el contenido publicado de las redes sociales sobre los Trastornos de la Conducta Alimentaria

En relación al objetivo específico 1 del trabajo, que es determinar la influencia y el contenido publicado en las redes sociales sobre los Trastornos de la conducta alimentaria es posible diferenciar a su vez dos grupos de análisis realizados sobre las redes sociales. Por un lado, se encuentran trabajos que analizan la influencia general de las redes sociales sobre el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria y, por otro lado, encontramos otro grupo de trabajos que se enfocan en analizar de forma específica el contenido publicado en la red social relacionado con los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

En relación con los trabajos que analizan la influencia general de las redes sociales un total de cuatro estudios de los veinte revisados analizaron la influencia general del uso de redes sociales sobre el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria. En este sentido, el estudio realizado por Zhang et al. (2021) encontró una correlación positiva entre el uso de las redes sociales y sintomatología de TCA (ej.: restricción de la ingesta calórica, insatisfacción corporal, comparaciones sociales) siendo los estudiantes universitarios los que mostraron una mayor correlación. En el estudio de Soler (2021) el 82,2% de los adolescentes que participaron en la encuesta¹⁰ opinaron que las redes sociales pueden influir en la aparición de un trastorno de la conducta alimentaria, el 73,3% de los adolescentes piensa que utilizar las redes sociales les perjudica, y el 100% afirmó haber recibido comentarios ofensivos sobre su físico y/o personalidad a través de estas. Sidani et al. (2016) y Ojeda-Martín et al. (2021) en sus estudios concluyen mediante la prueba de Kruskal- Wallis que existe una relación significativa directa con el riesgo global de padecer TCA ($p = ,028$). Encontrando, además, una relación significativa directa entre la variable independiente experiencia negativa del uso de redes¹¹ con la variable dependiente Riesgo de padecer TCA ($p = ,004$).

Un total de 10 trabajos se dedicaron a analizar el contenido de las publicaciones de redes sociales de forma específica. En concreto, 4 de los estudios revisados se

¹⁰ La encuesta consistía en que los participantes hablaran sobre su experiencia, su trastorno de la conducta alimentaria y cuál fue el papel de las redes sociales en cada caso en particular.

¹¹ Hace referencia a la exposición que hay en redes sociales lo que fomenta la comparación y la insatisfacción corporal.

centraron en el análisis de Twitter (Wang et al. 2018; Valente et al. 2021; Sukunesan et al. 2021 y Zhou et al. (2019). Los individuos que participaron en las discusiones sobre TCA en Twitter pueden dividirse en dos grupos: a favor del TCA¹², y en contra del TCA¹³. En el caso del trabajo de Valente et al (2021) que estudiaba el tipo de tweets y usuarios y el tipo de estructura de conversaciones relacionadas con la Ortorexia Nerviosa en twitter se obtiene como resultados que los hashtags más populares son “#edchat”, “#psicología” y “#doctores”. Por otro lado, los estudios realizados por Zhou et al. (2019) y Sukunesan et al. (2021) concluyen que los hashtags¹⁴ #proana, #thinspo, #anorexia y #EDproblems. son los más utilizados, viéndose reflejada la psicopatología específica de los trastornos alimentarios.

Un total de 5 estudios se dedicó a estudiar el contenido de *Instagram* (Hester et al (2021), Pilgrim et al (2019), Lefevre et al (2017), Valente et al (2020), Holland, et al (2019). Las redes sociales generan un espacio en el que los individuos pueden externalizar nuevas construcciones del *self*, se ha visto un fenómeno creciente en Instagram caracterizado por la comida real y el levantamiento de pesas. En este sentido, en el estudio de Hester et al. (2021) se aprecia el levantamiento de pesas como método para la recuperación de los trastornos alimentarios. Por otro lado, el estudio realizado por Holland et al. (2019) indican que las mujeres que publican imágenes de *fitspiration* (ej: mujeres tonificadas y musculosas en gimnasios) en Instagram son más propensas a tener comportamientos de alimentación y ejercicio que son potencialmente perjudiciales para su salud física y mental, resultados que concuerdan con los hallazgos en el estudio de Pilgrim et al. (2019) en el que se evidencia que el contenido publicado por los influencers se basa en el fitness, culturismo y entrenamiento de fuerza o “fitspiration” donde se promueve una imagen corporal estandarizada.

En el trabajo de Walker et al. (2016), la intensidad de Facebook, entendida como la conexión emocional del individuo y la integración de la red social en su vida cotidiana, la comparación de la apariencia física en línea y la conversación sobre la gordura se asociaron de forma significativa y única con los trastornos alimentarios.

¹² Un ejemplo de estas cuentas serían las “Pro-Ana” (a favor de la Anorexia) y “Pro-Mia” (a favor de la Bulimia).

¹³ Cuentas que promueven la recuperación de los Trastornos de Conducta Alimentaria.

¹⁴ Según la RAE (2019) *hashtag* es un anglicismo que se puede sustituir por “etiqueta”.

En líneas generales, Twitter, Instagram y Facebook parecen ser las redes sociales más utilizadas y que más influyen en el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria

Tabla 7
Estudios que analizan la influencia, el contenido publicado y el funcionamiento de las redes sociales.

Autor/ Año	Titulo	Objetivo	Red Social	Metodología	Contenido	Resultados	Conclusiones
Walker et al. (2016)	Facebook Use and Disordered Eating in College-Aged Women	Estudiar si la intensidad de uso de Facebook, la comparación de la apariencia física en línea (y la "charla sobre la gordura" se asociarían positivamente con su conducta alimentaria desordenada.	Facebook	Encuesta en línea a 128 mujeres. Los ítems, midieron la alimentación desordenada, la intensidad de Facebook, la comparación de la apariencia física en línea, la charla sobre la gordura, el IMC, depresión, ansiedad, perfeccionismo, impulsividad y la autoeficacia.	<ul style="list-style-type: none"> • Rol del uso de redes sociales sobre los Trastornos de la Conducta Alimentaria • Relación del uso de Facebook con los Trastornos de la Conducta Alimentaria 	La intensidad de Facebook, la comparación de la apariencia física y la conversación sobre la gordura en línea se asociaron de forma significativa con los TCA. Una mayor intensidad de Facebook se asoció con una menor conducta alimentaria desordenada.	Una mayor intensidad en Facebook se relaciona con menos probabilidades de sufrir TCA cuando se tuvo en cuenta estadísticamente la comparación de la apariencia física en Internet. La intensidad de Facebook puede conllevar tanto riesgos como beneficios para los trastornos alimentarios.
Turner, P y Lefevre, C (2017)	Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa	Investigar la relación entre Instagram y los síntomas de Ortorexia Nerviosa.	Instagram	Encuesta (N=680) que seguían cuentas de alimentación saludables. Se evaluó el uso de las RS, conductas alimentarias y ortorexia nerviosa mediante el ORTO-15.	<ul style="list-style-type: none"> •Crecimiento del uso de RS. •Comunidades que promueven la alimentación saludable. •Ortorexia Nerviosa. •Funcionamiento de IG como RS. •IG y su influencia sobre la salud mental 	Mayor uso de IG se asoció con una mayor tendencia a la ortorexia nerviosa. Twitter mostró una pequeña asociación positiva con los síntomas de ortorexia.	La comunidad de alimentación saludable en IG tiene una alta prevalencia de síntomas de ortorexia. Mayor uso de IG está relacionado con un aumento de los síntomas.

Wang et al (2018)	Social interactions in online eating disorder communities: A network perspective	Explorar como individuos con diferentes trastornos de alimentación interactúan y se relacionan con diferentes comunidades en línea.	Twitter	Mediante el método de muestreo de bola de nieve se recopiló a un conjunto de personas que se identificaban con padecer un TCA en las descripciones de perfil de twitter. Estudiando las conversaciones entre estos usuarios y sus amigos o seguidores mediante “respuesta” y “mención”.	Agrupación de usuarios: Se perfila a cada usuario mediante un vector que caracteriza sus preferencias a la hora de publicar contenidos sobre TCA: Comunidades de medios sociales en línea que promueven la discusión abierta de los pensamientos y comportamientos de TCA.	1. Los individuos que participan en las discusiones sobre TCA en twitter pueden dividirse en dos grupos: a favor del TCA y a favor de la recuperación.	Nuestras conclusiones arrojan nueva luz sobre cómo se forman las comunidades sanitarias en línea pueden tener amplias implicaciones clínicas en la prevención de enfermedades e intervenciones.
Zhou et al. (2019)	Analysis of Twitter to Identify Topics Related to Eating Disorder Symptoms	Explorar los distintos temas sobre los que se habla en Twitter relacionados con los Trastornos de la Conducta Alimentaria.	Twitter	La base de datos se recopiló utilizando una interfaz de programación de aplicaciones (API) de streaming de Twitter, desde el 1 de junio de 2012 hasta el 31 de enero de 2018. Se utilizó una lista de hashtags y palabras para incluir los tuits relacionados con el TCA en la base de datos	El lenguaje utilizado para expresarse sobre los TCA puede promover información en cuanto a prevención y diagnóstico	Los hashtags con más tweets son #thinspo, #anorexia y #EDproblems. Los temas principales fueron: "imagen corporal", y "motivación/aspiración para los desordenes alimentarios" El contenido online refleja el deseo de delgadez, la preocupación por la alimentación y el peso, la revisión del cuerpo, las conductas de pérdida de peso y los síntomas bulímicos	El comportamiento de los trastornos alimentarios en línea es paralelo al del mundo real. Los resultados subrayan la necesidad de aumentar la prevención y la intervención dirigidas al lenguaje utilizado en relación con el TCA en las plataformas de los medios sociales.

Holland, G., Tiggemann, M (2019)	“Strong Beats Skinny Every Time”: Disordered Eating and Compulsive Exercise in Women Who Post Fitspiration on Instagram	Investigar la presencia de Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) y el ejercicio excesivo en mujeres que publican inspiración fitness en Instagram	Instagram	Las participantes fueron 101 mujeres entre 18 y 48 años que publican contenido de inspiración fitness en Instagram y un grupo comparativo que publica imágenes de viajes, esto se evaluó mediante los hashtags #fitspiration y #travel. Ambos grupos completaron cuestionarios sobre TCA (Inventario de Trastornos de la conducta Alimentaria- EDI) y ejercicio excesivo.	<ul style="list-style-type: none"> • Influencia de las RS sobre los TCA. • Movimiento “fitspiration” • Movimiento “thinspiration” 	<ul style="list-style-type: none"> • Las mujeres que publican imágenes de inspiración fitness puntuaron más alto en impulso de delgadez, bulimia, impulso de musculación y ejercicio compulsivo. • 17.5% estaban en riesgo de un diagnóstico de TCA en comparación con el grupo que publicaba fotos de viajes. • El ejercicio compulsivo está relacionado con el TCA en ambos grupos, pero la relación fue más alta en el grupo de mujeres que publican inspiración fitness. 	<ul style="list-style-type: none"> • La mayor diferencia entre los grupos radica en el impulso de delgadez y el impulso de musculatura. • Las mujeres que postean contenido de inspiración fitness se ejercitan para conseguir el cuerpo ideal prescrito por la sociedad (delgado y tonificado), en lugar de hacerlo por salud y estado físico.
Pilgrim, K and Bohnet-Joschko, S (2019)	Selling health and happiness how influencers communicate on Instagram about dieting and exercise: mixed methods research	Entender la comunicación de los influencers en RS. Se analizaron los contenidos y las técnicas de comunicación, así como la IC propagada y el papel de la salud. Se recogieron, evaluaron y clasificaron las respuestas digitales a los contenidos comunicados por los influencers para comprender mejor el cambio de comportamiento comunicativo de los jóvenes respecto a los temas relacionados con la salud	Instagram	Con un enfoque de métodos mixtos, se analizaron 1000 publicaciones de influencers en Instagram. Posteriormente, se realizó un análisis de contenido en profundidad de 9 hilos de comunicación extremos y 27 típicos.	<ul style="list-style-type: none"> • Aumento de la población con obesidad en el 2016 • Uso de redes sociales como medios para transmitir la información • 85% de adolescentes de 12 a 17 años invierten al menos 3hrs al día en redes sociales • Instagram como una de las redes sociales más usadas en Alemania a partir del 2010 	<ul style="list-style-type: none"> • Contenido comunicado Énfasis evidenciado en el fitness, culturismo y entrenamiento de fuerza o “fitspiration” Los influencers promueven una IC estandarizada. • Técnicas de comunicación: comunicación destinada a aumentar el atractivo personal o aumentar la similitud, familiaridad y simpatía percibidas. • Proceso de comunicación Mediante el uso de imágenes cuidadosamente diseñadas y técnicas de comunicación dirigidas 	A la hora de desarrollar futuras estrategias de prevención y promoción de la salud, deben tenerse en cuenta los ideales específicos de la figura corporal y el comportamiento que se propicia para alcanzar estos ideales. Esta plataforma debería utilizarse para desarrollar medidas de promoción de la salud y campañas de prevención eficaces y sostenibles.

Valente et al (2020)	et al	“And it snowballed from there”: The development of orthorexia nervosa from the perspective of people who self-diagnose.	Incluir la perspectiva de quienes comparten contenido sobre la ortorexia nervosa (ON) en Instagram y se auto diagnostican con ON (SD-ON) para rastrear desarrollo de ON, obtener información sobre los factores de riesgo, los síntomas y la recuperación, y explorar las diferencias con los que no se auto diagnostican la ON.	Instagram	Diseño de métodos mixtos, El componente cuantitativo (n= 185) tenía como objetivo identificar los factores biológicos, psicológicos, interpersonales y contextuales que desempeñan un papel en cada fase del desarrollo de la ON. El componente cualitativo (n = 10) tenía como objetivo investigar cómo y por qué los individuos que se auto-diagnostican con ON sienten que ciertas experiencias que han determinado el desarrollo de la ON.	Definición de Ortorexia Nerviosa Fases en el Desarrollo de la Ortorexia Nerviosa Factores de riesgo psicológicos en el desarrollo de la Ortorexia Nerviosa	La ON como una obsesión por una alimentación sana y alimentos limpios o puros, con efectos poco saludables para el bienestar físico, mental o social. Tres fases del desarrollo de la ON: inicio, progresión y búsqueda de ayuda. En la progresión de la ON la obsesión por la alimentación sana el más frecuente. •La ON no fue percibida por los seres queridos hasta que se produjeron problemas de salud importantes, lo que supuso una barrera para la recuperación.	ON como una obsesión con la alimentación saludable, que da lugar a deficiencias biopsicosociales. Los participantes que se auto-diagnostican ON informaron que se desarrolla gradualmente y que está impulsada por la interacción y el refuerzo mutuo de factores contextuales y biopsicointerpersonales. La mayoría de las personas que auto-diagnostican ON afirman que querían perder peso por motivos de salud, lo que indica que la ON puede no ser fácil de distinguir de otros TCA., tratamiento.
Valente et al (2021)	et al	“When Are We Going to Hold Orthorexia to the Same Standard as Anorexia and Bulimia?” Exploring the Medicalization Process of Orthorexia Nervosa on Twitter	Investigar el Contenido sobre Ortorexia Nerviosa en Twitter.	Twitter	Los datos cuantitativos se obtuvieron por medio de las métricas de Twitter y la estructura de la conversación. El análisis cualitativo se realizó generando códigos de los tweets originales y clasificándolos en temas más amplios que reflejan los principales conceptos que surgen de la literatura en torno a la medicalización.	Todos los tweets contenían la palabra “Ortorexia” como hashtag o como palabra. Se evaluó las 5 cuentas más activas, prominentes y visibles que participaban en las conversaciones sobre ON. La ortorexia como un problema medico: usando la medicina como marco. La ortorexia como problema social: tendencias socioculturales y el surgimiento de la “sociedad ortorexica” El surgimiento de una tensión desalentadora: ¿Estamos patologizando el comer saludable?	Los hashtags más populares son “#edchat”, “#psicología” y #doctores, Los usuarios más activos, prominentes y visibles son las nuevas cuentas, nutricionistas, investigadores, un profesor y un editor. Los usuarios que participan en las conversaciones sobre ON en Twitter están aislados unos de otros. La medicalización de la ON se manifiesta en Twitter en forma de discursos (a nivel micro y meso) y en forma de identidades (a nivel micro, macro y meso).	En una época donde la “auto medicalización” se hace más fuerte, el papel de las RS en las que los individuos son tanto creadores como consumidores de información se ha vuelto muy importante. Los resultados de este estudio enriquecen la literatura sobre la medicalización y sirven para comprender cómo se desarrolla en la sociedad un trastorno alimentario en la época de los medios de comunicación.

Hester et al (2021)	#gainingweightiscool: the use of transformation photos on Instagram among female weightlifters in recovery from eating disorders	Explorar las fotos de transformación publicadas en IG de personas que usaban el levantamiento de pesas como una estrategia de recuperación de un TCA.	Instagram	Mediante la triangulación de la entrevista la obtención de fotos y los datos de la netnografía de la investigación sobre el levantamiento de pesas femenino como herramienta para la recuperación de los trastornos alimentarios, se exploró la transformación fotos	<ul style="list-style-type: none"> • Nuevos modos de "llegar a ser", • Representación y "memorias mediadas". • Supervivencia e identidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Las RS generan un espacio en el que los individuos pueden externalizar nuevas construcciones del self. • Las fotos de transformación permiten reflejar y darles sentido a sus experiencias. • Identidad de superviviente: camino de recuperación, supervivencia y autorrealización • Proceso de resurgir, formación de una nueva identidad. 	Las fotos de transformación tienen un significado importante para las mujeres que practican el levantamiento de pesas en la recuperación de los TCA, ya que proporcionan acceso a nuevos modos de devenir, actuando como "memorias mediadas", y exteriorizando el movimiento hacia nuevas identidades
Sukunesan et al (2021)	Examining the Pro-Eating Disorders Community on Twitter Via the Hashtag #proana: Statistical Modeling Approach.	Examinar los perfiles y la participación de las comunidades Pro-TCA junto con los estilos de tuiteo más usados entre los usuarios. Identificar el hashtag más usado entre los perfiles de Twitter que incluyen "proana" como hashtag principal.	Twitter	Se utilizaron estadísticos descriptivos para identificar el estilo de publicación preferido de los usuarios de Twitter (ya sea mencionando a otro usuario en un tuit o sin hacerlo), así como su hashtag más utilizado, además de #proana. A continuación, se realizaron una serie de pruebas U de Mann Whitney para comparar el estilo de publicación preferido en función del número de seguidos, seguidores, tweets y favoritos. Por último, se aplicaron modelos lineales con un enfoque de pasos hacia delante a los usuarios de Twitter Pro-TCA para examinar los factores asociados a su número de seguidores.	<ul style="list-style-type: none"> • Aumento de la prevalencia de los TCA. • Medios de comunicación e ideal de delgadez. • Movimientos thinspiration y fitspiration • Funcionamiento de las comunidades Pro-TCA • Funcionamiento de Twitter como Red Social. 	Este estudio analizó 11.620 cuentas de Twitter Pro-TCA que publicaron utilizando el hashtag #proana entre septiembre de 2015 y julio de 2018. Estos perfiles se sometieron a un cribado de 2 pasos mediante criterios de inclusión y exclusión. Más del 90% de los perfiles tenían menos de 6 tweets dentro del período de 34 meses. La mayoría de los usuarios preferían un estilo de tuiteo de mención (718/967, 74,3%) sobre el de no mención (248/967, 25,7%). Además, los hashtags #proana y #thinspo se utilizaron indistintamente para propagar temas compartidos, y hubo un efecto recíproco entre los seguidores y los seguidos.	El número de cuentas seguidas y el número de tweets Pro-TCA publicados fueron predictores significativos del número de seguidores que tiene un usuario, en comparación con los likes. Los resultados obtenidos podrían ser útiles para que las plataformas de medios sociales comprendan qué características podrían ayudar o restringir la difusión de los mensajes y la actividad de las comunidades Pro-TCA, siendo estas de naturaleza transitoria, participando en hilos de discusión superficiales pero resistentes, emulando el comportamiento cibernético.

Análisis de la relación entre la Imagen Corporal y el uso de Redes Sociales

En relación con el objetivo específico 2 del trabajo, que es comprobar si existe una influencia de las redes sociales sobre la imagen corporal y apariencia y como éstas se relacionan con los Trastornos de la Conducta Alimentaria, se desprenden los datos que revisamos a continuación.

Santarrosa et al. (2017) concluye que el uso problemático de redes sociales (ej: grado de dependencia con la red social) se asocia con tener peor imagen corporal¹⁵, menor autoestima y mayores síntomas de TCA¹⁶. En este sentido, de las mujeres que puntuaron con más de 20 puntos en el EAT-26¹⁷ el 40,81% tenía control oral de la comida, el 38,77% presentaba bulimia y preocupación por la comida y el 20,5% hacía dieta.

En los trabajos realizados por Aparicio- Martínez et al. (2019) y González-Nuevo et al. (2021). los participantes con una alta preocupación por la apariencia en las redes sociales presentaron un mayor riesgo de TCA, y que la adicción a las redes sociales, mostró correlación con los estereotipos, la autoestima, el método de cambio, la imagen corporal más delgada y la parte del cuerpo que se desea cambiar, en este sentido, cuando los valores estaban por encima d 20 puntos en el EAT-26 las mujeres presentaban mayores niveles de insatisfacción corporal. Además, las mujeres que participaron en este estudio informaron de niveles moderados de insatisfacción corporal (el 93% de las mujeres deseaban cambiar al menos tres zonas de su cuerpo usando como mínimo dos métodos diferentes¹⁸) y preocupaciones por el cuerpo, que se asociaron de forma consistente y fuerte con actitudes de trastornos alimentarios.

En líneas generales, de los hallazgos presentados en estos estudios podemos extraer la importancia de la imagen corporal y la preocupación con la apariencia, buscando alcanzar el ideal de belleza presentado en redes sociales sobre el desarrollo de un TCA, ya que la interiorización del ideal atlético predice el ejercicio compulsivo y la interiorización del ideal de delgadez predice la restricción alimentaria y la insatisfacción corporal (Carrote

¹⁵ Las conversaciones frecuentes sobre la apariencia pueden aumentar los problemas existentes de IC comparando el propio cuerpo con las imágenes que se ven.

¹⁶ Se relaciona el mayor tiempo que se pasa en las RS con niveles más altos de dieta.

¹⁷ Test de Actitudes Alimentarias. Evalúa tres dimensiones: dieta (D), bulimia y preocupación por la comida (B) y control oral (CO)

¹⁸ Actividad física (92%), dieta (48%), cirugía (24%) y productos de belleza o alimenticios (23%).

et al. 2017 y De Bruin et al. 2018). Por lo tanto, la insatisfacción con el cuerpo podría ser un agente potencial en la imagen corporal y el deseo de cambiar la misma (Aparicio-Martínez et al., 2019).

Tabla 8
Estudios que analizan la imagen corporal

Autor/ Año	Título	Objetivo	Red Social	Metodología	Contenido	Resultados	Conclusiones
Santarossa, S.Woodruff, S (2017)	#SocialMedia: Exploring the Relationship of Social Networking Sites on Body Image, Self-Esteem, and Eating Disorders	Investigar si el uso problemático de redes sociales se relaciona con la imagen corporal, autoestima y trastornos de la conducta alimentaria en jóvenes adultos.	<ul style="list-style-type: none"> • Facebook • Twitter. • Instagram • Pinterest 	Aplicación de una entrevista en línea a un grupo de jóvenes adultos de entre 18 y 29 años.	<p>Variables dependientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Imagen corporal (IC) • Autoestima • Síntomas/conocimientos sobre TCA <p>Variables independientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Uso problemático de RS, • Uso RS. • Número de seguidos y seguidores. • Actividad RS. • Fotografías RS. 	El uso problemático de RS se asocia con tener peor IC, menor autoestima y mayores síntomas de TCA. La IC se relaciona con mirar el propio perfil, mirar el perfil de otros y dejar comentarios en el perfil de otras personas. El tiempo de uso de las redes sociales se relaciona con mayores síntomas de TCA.	Posible influencia correlacional de las redes sociales sobre los síntomas/preocupaciones de IC, AU y TCA. Es importante destacar que la participación en actividades específicas de las RS puede predecir la IC, y la cantidad de tiempo dedicado a las RS puede influir en los síntomas/preocupaciones de TCA.
Turner, P y Lefevre, C (2017)	Social Media, Thin-Ideal, Body Dissatisfaction and Disordered Eating Attitudes: An Exploratory Analysis	Determinar la relación entre las conductas de trastornos alimentarios de las estudiantes universitarias y los factores socioculturales, como el uso de RS, los ideales de belleza, la satisfacción corporal, la IC y la IC deseada. Determinar si existe una relación entre las actitudes de trastornos alimentarios, la adicción a las RS y los niveles de testosterona como factor biológico.	<ul style="list-style-type: none"> • Twitter • Facebook • Instagram, • YouTube • Snapchat. 	La muestra (N = 168) estaba compuesta por mujeres universitarias de entre 18 y 25 años. Los datos se obtuvieron mediante encuestas validadas (EAT-26, BSQ, CIPE-a, SNSA) y medidas indirectas de testosterona prenatal. Los datos se analizaron mediante chi-cuadrado, la prueba t de Student, pruebas de correlación y pruebas de regresión logística.	<ul style="list-style-type: none"> • Definición de Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) • Prevalencia de los TCA. • Factores asociados (psicobiológicos, sociales y culturales) • Relación de los neurotransmisores (testosterona) con los TCA. • Uso de RS (Facebook e Instagram) y la influencia en el desarrollo de TCA mediante la promoción de ideales de delgadez. 	<ul style="list-style-type: none"> • Las actitudes de trastornos alimentarios estaban relacionadas con la autoestima ($p < 0,001$), la IC ($p < 0,001$), el cuerpo que se desea lograr ($p < 0,001$), el uso de de los medios sociales ($p < 0,001$) y la testosterona prenatal ($p < 0,01$). • Los métodos más utilizados fueron la actividad física, la dieta, la cirugía y los productos de belleza o alimenticios 	Niveles elevados de insatisfacción corporal y su relación con el deseo de conseguir una IC más delgada. -El ideal de delgadez parece estar muy extendido en las RS. - El estudio sugiere una conexión entre las actitudes de trastornos alimentarios, los impactos negativos de la exposición al contenido del ideal de delgadez, la adicción a los medios sociales y los niveles de testosterona intrauterinos.

Rounsefell et al (2019)	Social media, body image and food choices in healthy young adults: A mixed methods systematic review	Evaluar el impacto del uso habitual de medios sociales o la exposición a contenidos relacionados con la imagen sobre la imagen corporal y la elección de alimentos en adultos jóvenes sanos (18-30 años).	Facebook Instagram Twitter Google Myspace Pinterest Tumblr LinkedIn Snapchat Youtube	Búsqueda en seis bases de datos entre 2005-2019. Los criterios de inclusión fueron: estudios sobre la participación en los medios sociales o exposición a contenido relacionado con imágenes en adultos jóvenes. Los resultados fueron: imagen corporal (satisfacción o insatisfacción) y elección de alimentos (alimentación saludable, dieta/restricción, atracones).	Juventud como momento crucial para fomentar opciones alimentarias saludables Uso de RS para fomentar un ideal de belleza y salud entre los jóvenes. IC. Usuarios negativos de las RS. Teoría de la comparación social y de la objetivación Movimientos fitspiration y thinspiration	<ul style="list-style-type: none"> Se identificaron 30 estudios. La participación en los medios sociales o la exposición a contenidos relacionados con imágenes se asoció a una mayor insatisfacción corporal, hacer dieta/restringir la comida, comer en exceso y elegir alimentos saludables. Cinco temas: las RS fomentan la comparación entre los usuarios, las comparaciones aumentan los sentimientos sobre el cuerpo, los adultos jóvenes modifican su apariencia para mostrar una imagen ideal, los jóvenes adultos son conscientes del impacto de las RS en la IC y la elección de alimentos. 	El uso y la participación en las redes sociales o la exposición a contenidos relacionados con la imagen pueden afectar negativamente a la imagen corporal y la elección de alimentos en algunos adultos jóvenes sanos. Los profesionales de la salud que diseñen campañas en los medios sociales para adultos jóvenes deben tener en cuenta el contenido relacionado con la imagen, para no aumentar la insatisfacción corporal.
González- Nuevo et al (2021)	Concern About Appearance on Instagram and Facebook: Measurement and Links with Eating Disorders	Desarrollar y validar la escala de preocupación por la apariencia en las Redes Sociales (CONAPP), y analizar las relaciones entre la preocupación por la apariencia en las Redes Sociales (RS) y el riesgo de Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA)	Facebook Instagram	La recogida de datos fue durante octubre de 2018. La muestra estuvo compuesta por 576 mujeres, con edades comprendidas entre los 18 y los 62 años (M = 28,88, SD = 11,14). Para obtener la muestra se utilizó la selección de muestreo de bola de nieve. Instrumentos de medición: Test de Actitudes Alimentarias-26 (EAT-26) y Preocupación por la apariencia en las redes sociales (CONAPP)	Preocupación por la apariencia en redes sociales: <ul style="list-style-type: none"> Preparación de fotos (cuidado de las fotograffas) Comparación social (comparación social en las RS relacionados con el TCA) Preocupación por la presencia en los medios sociales (preocupación por conseguir mas seguidores) Influencia de la participación de las RS en el día a día (impacto en la rutina diaria del uso de RS) Preocupación por la apariencia en RS y riesgo de urgencias 	<ul style="list-style-type: none"> El CONAPP tuvo un coeficiente alfa de $\alpha = .95$ y un coeficiente omega de $\omega = .95$. La correlación más alta fue entre EAT-TOTAL y CONAPP ($r = .38, p \leq .001$); la subescala con mayor correlación fue Bulimia y Preocupación por la Comida y CONAPP ($r = .33, p \leq .001$); la siguiente fue Dietas y CONAPP ($r = .33, p \leq .001$), CONAPP y el uso general de IG fue alta ($r = .64, p \leq .001$) 	Clara relación entre el nivel de preocupación por la apariencia en RS y el riesgo de sufrir un trastorno alimentario. Los más jóvenes tienen una mayor preocupación por la apariencia en las RS, y el uso de IG es más importante que el de FB.

Nota: fuente elaboración propia

Análisis de los efectos del confinamiento por Covid-19 y el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria.

En relación con el objetivo específico 3 del trabajo, que es analizar los efectos que ha tenido el confinamiento por Covid-19 sobre el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria se exponen los siguientes hallazgos

Vall-Roque et al. (2021) en su estudio sobre el impacto del confinamiento en el uso de RS, imagen corporal y autoestima demuestra la existencia de un aumento estadísticamente significativo en la frecuencia de uso de todas las RS estudiadas (Instagram, YouTube, TikTok, Twitter y Facebook)¹⁹ durante el confinamiento, así como relaciones significativas entre la frecuencia de uso de Instagram y la insatisfacción corporal, el impulso de la delgadez y la baja autoestima en el grupo de edad más joven (14-24 años), en este sentido, los participantes que pasaban más de dos horas al día usando Instagram tenían niveles significativamente más altos de insatisfacción corporal y de deseo de delgadez, y niveles de autoestima significativamente más bajos. También se encontró una correlación entre la frecuencia de uso de Instagram y el impulso de delgadez en el grupo de mayor edad (25-35 años) ya que aquellos que usaban Instagram durante más de dos horas al día mostraron niveles significativamente más altos de impulso por la delgadez que los que informaron de que usaban Instagram menos de una hora al día.

Siguiendo la misma línea de investigación, los hallazgos de Maninno et al. (2021) concuerdan en que las cogniciones de desorden alimenticio²⁰ de los participantes aumentaron durante la pandemia, así como una influencia del uso disfuncional de Facebook ²¹en el aumento de las cogniciones sobre Trastornos de la Conducta Alimentaria durante la pandemia, ya que, los resultados de las pruebas estandarizadas indicaron que un mayor tiempo diario dedicado a Facebook predijo una mayor preocupación por la forma y por el peso.

¹⁹La prueba de Wilcoxon reveló un aumento estadísticamente significativo en la frecuencia de uso de todas las redes sociales estudiadas: Instagram ($z = 27,68$, $p < .001$), Youtube ($z = 18,68$, $p < .001$), TikTok ($z = 23,01$, $p < .001$), Twitter ($z = 17,54$, $p < 0,001$), y Facebook ($z = 13,01$, $p < 0,001$).

²⁰ Hacen referencia a las preocupaciones por el cuerpo y el peso.

²¹ Hace referencia al uso pasivo de Facebook como por ejemplo leer publicaciones o visitar el perfil de amigos.

Estos resultados sugieren que el confinamiento tuvo un impacto en el uso de las redes sociales, y esto podría estar relacionado con el aumento de la tendencia a la delgadez y el riesgo de trastornos alimentarios.

Tabla 9

Estudios que exploran los efectos del confinamiento por covid-19

Autor/ Año	Título	Objetivo	Red Social	Metodología	Contenido	Resultados	Conclusiones
Vall-Roque et al. (2021)	The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances and self-esteem among adolescent and young women	Determinar el impacto del confinamiento por COVID-19 en el uso de redes sociales y explorar como el uso de redes sociales está asociado a alteraciones de la imagen corporal y a una baja autoestima.	<ul style="list-style-type: none"> • Twitter • Instagram • Facebook • Tiktok • Youtube 	Un total de 2601 mujeres que vivían en España con edades comprendidas entre 14 y 35 años completaron un cuestionario que evaluaba autoestima, insatisfacción corporal e impulso de delgadez. En la entrevista se les preguntó a las participantes sobre el uso de redes sociales en el momento de contestar a la entrevista y después del confinamiento.	<ul style="list-style-type: none"> • Impacto del confinamiento sobre la salud mental. • Aumento en el uso de redes sociales y su relación con la insatisfacción corporal y baja autoestima. 	<p>Aumento en la frecuencia de uso de Instagram, YouTube, TikTok, Twitter y Facebook) durante el confinamiento</p> <p>Mayor número de mujeres que siguen cuentas de IG centradas en la apariencia</p> <p>Relaciones significativas entre la frecuencia de uso de IG y la insatisfacción corporal, el impulso de la delgadez y la baja autoestima en el grupo de edad más joven (14-24), y entre la frecuencia de uso de Instagram y el impulso de delgadez en el grupo de mayor edad (25-35).</p>	Estos resultados sugieren que el confinamiento tuvo un impacto en el uso de las redes sociales, y esto podría estar relacionado con el aumento de la tendencia a la delgadez y el riesgo de trastornos alimentarios entre las adolescentes y las jóvenes.
Mannino et al. (2021)	The impact of Facebook use on self-reported eating disorders during the COVID-19 lockdown	Estudiar la relación entre el miedo al COVID- 19, el uso de Facebook y el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria.	Facebook	<p>Se utilizó un modelo de ecuación estructural para analizar los datos de la encuesta en dos fases (T0: primer cierre en Italia; T1: después de dos meses) durante la pandemia.</p> <p>Se les evaluó el uso de Facebook, las cogniciones disfuncionales y el miedo a la COVID-19</p>	COVID-19 y Trastornos de la Conducta Alimentaria. Uso de Facebook y Trastornos Alimentarios.	Las cogniciones de desorden alimenticio aumentaron durante la pandemia. En T0, un mayor temor a la COVID- 19 se asoció con el tiempo dedicado a Facebook, que a su vez predijo las cogniciones de desorden alimentario en T1. El uso desadaptativo de Facebook medió en la relación entre el tiempo diario en Facebook y la preocupación por la forma.	Los hallazgos de este estudio sugieren una influencia del uso disfuncional de Facebook en el aumento de las cogniciones sobre Trastornos de la Conducta Alimentaria durante la pandemia.

Nota: fuente elaboración propia

Discusión

En este trabajo nos planteamos llevar a cabo una revisión bibliográfica respondiendo a la pregunta ¿Existe una influencia en el uso de redes sociales en el desarrollo de Trastorno de Conducta Alimentaria en adolescentes, jóvenes y adultos?

Tras describir los criterios de inclusión y exclusión, la selección de los estudios permitió incluir 20 investigaciones que, tras cumplir los criterios, fueron utilizadas para el desarrollo de los resultados de esta revisión.

Durante la realización de esta revisión se analizaron tres tipos de trabajos: 1) aquellos que estudiaban el contenido y la influencia de las Redes Sociales sobre el desarrollo de un TCA, 2) aquellos que estudiaban la influencia de las redes sociales sobre la imagen corporal y apariencia y como estas se relacionan con los TCA y 3) los estudios que buscaban estudiar el impacto del confinamiento por COVID-19 en el uso de redes sociales y su asociación con los TCA. Encontrándose dentro de la primera categoría el análisis específico de las redes sociales Twitter, Instagram y Facebook, que como se mencionó anteriormente, fueron las redes sociales más estudiadas en los artículos seleccionados.

En líneas generales se ha encontrado una evidencia común en todos los artículos: efectos del uso de redes sociales sobre el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria, así como la relación que existe entre el uso de las redes con una peor imagen corporal y peor autoestima, siendo el periodo de confinamiento un momento en el que aprecia un aumento en el uso de estas.

Dentro de las redes sociales estudiadas muestran una mayor influencia Twitter, Instagram y Facebook. En twitter se puede destacar la importancia del uso de hashtags en los estilos de twitteo, siendo los más comunes #proana, #thinspo, #anorexia y #EDproblems (Sukunesan et al, 2021) y apreciándose también la existencia de comunidades Pro-TCA (Ej: Pro-ana) y comunidades pro-recuperación.

En cuanto a Instagram y Facebook, se ha demostrado que la "actividad fotográfica" está especialmente relacionada con la imagen corporal, por lo que las plataformas de imágenes pueden ser especialmente influyentes (Holland y Tiggemann, 2019). Del mismo modo, tener una imagen corporal negativa y una preocupación por la apariencia presentada en las redes sociales aumenta la probabilidad de tener comportamientos alimentarios

irregulares (Santarrosa et al. (2017); Aparicio- Martinez et al. (2019) y Gonzalez-Nuevo et al (2021). Esto unido al ideal de belleza establecido por la sociedad y transmitido por las redes sociales, el cual actualmente se caracteriza por la delgadez y el fitness fomenta la comparación y el aumento de los efectos negativos del uso de las mismas, teniendo una especial importancia de esta transmisión los influencers tal como indican los hallazgos de Pilgrim et al (2019) en su estudio.

Otro factor relevante evaluado en este estudio es el efecto del confinamiento por Covid-19 en el uso de redes sociales y a su vez sobre el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria, en este sentido, dado el aislamiento social obligatorio, el uso de los medios sociales, especialmente de las redes sociales, podría haber aumentado durante el confinamiento (Cellini et al. 2020), generando también un aumento en el número de seguidores de cuentas centradas en la apariencia y las cogniciones sobre Trastornos de la Conducta Alimentaria como se sustenta en los estudios de Mannino et al. (2021) y Vall-Roque et al (2021), lo que a su vez potencia la insatisfacción de la imagen corporal, el impulso a la delgadez, buscar alcanzar el ideal de belleza y la elección de comida saludable y ejercicio como métodos para alcanzarlo.

Una vez realizado el análisis de los estudios, es posible observar ciertos aspectos comunes. En primer lugar, en el ideal de belleza impuesto por la sociedad, actualmente hay dos coexistiendo: el ideal atlético/ musculoso y el ideal delgado (Homan,. 2010) unido al crecimiento que han tenido las redes sociales en el último tiempo ha incrementado la exposición a estos ideales, alterando la imagen corporal y disminuyendo la autoestima los cuales podrían actuar como factores predisponentes en el desarrollo de trastornos de conducta alimentaria y, en segundo lugar, independientemente de la red social usada y de su forma de funcionamiento, todas son un espacio en el que las personas pueden compartir información, ya sea de forma visual o escrita de sus vidas y crear así una identidad de grupo compartida, ya que pueden recibir feedback mediante comentarios, likes, retweets, entre otros, lo cual puede actuar como reforzador.

Futuras investigaciones podrían analizar a profundidad el funcionamiento de Tiktok que es una red social que ha tenido un crecimiento bastante grande en los últimos años, más aún durante la cuarentena, y su relación con el desarrollo de trastornos de conducta alimentaria, así como los videos de tendencias relacionados con las publicaciones sobre comida o sobre las recuperaciones de TCA. Sería interesante también llevar a cabo

investigaciones sobre el uso de aplicaciones móviles cuyo objetivo es determinar si un alimento es saludable o no (ej: MyRealFood o Yuka) y como se relaciona con el desarrollo de sintomatología TCA, como es el caso de la Ortorexia Nerviosa. Además de lo descrito anteriormente, puede ser interesante la creación e implementación de programas de prevención para niños, adolescentes y padres con el fin de concientizar sobre el uso de redes sociales y como el contenido encontrado en las mismas puede influir en el desarrollo de patrones alimentarios no saludables, con el objetivo de prevenir el desarrollo de un Trastorno de la Conducta Alimentaria.

Puntos fuertes y limitaciones del estudio

Una serie de limitaciones pueden ser encontradas en este trabajo, siendo estas a nivel de número de artículos recuperados tras las ecuaciones de búsqueda, encontrando así un total de 20 tras el filtrado realizado. Otra limitación ha sido la poca cantidad de estudios en los que se estudia a la población española, así como la poca presencia de estudios experimentales controlados y aleatorizados, por lo tanto, no se cuenta con una muestra representativa para proceder a la generalización de los resultados obtenidos. Tomando en cuenta estas limitaciones, sería recomendable ampliar las investigaciones en esta línea con el fin de solventarlas y poder obtener resultados generalizables.

En cuanto a los puntos fuertes y aportaciones de este trabajo encontramos: 1) no hay conocimiento de otra revisión bibliográfica realizada en castellano sobre la influencia de las RS sobre el desarrollo de TCA, 2) el trabajo se ha basado en publicaciones realizadas en los últimos 5 años, por lo tanto las aportaciones son actualizadas, 3) se estudian los efectos del confinamiento sobre el uso de RS y su influencia sobre la sintomatología TCA y 4) estudiando el funcionamiento de las RS y su influencia sobre los TCA se abren nuevas líneas investigación para la realización de programas de prevención e intervención.

Conclusiones

Las conclusiones del presente Trabajo Fin de Máster son:

- Las redes sociales que muestran una mayor influencia sobre el posible desarrollo de Trastornos de Conducta Alimentaria son: 1) Instagram, principalmente en relación con la publicación de contenido basado en el *thinspiration* y *fitspiration*, 2) Twitter, mediante el uso de hashtags #proana, #thinspo, #anorexia y #EDproblems y 3) Facebook, en el que la intensidad de Facebook entendida como la conexión emocional del individuo y la integración de la red social en su vida cotidiana, se relacionó con un aumento de la comparación de la apariencia física en línea, que a su vez se asoció con un mayor desorden alimenticio. Estas tres redes sociales también fueron las más estudiadas en los artículos seleccionados.
- El uso de redes sociales se asocia con tener peor imagen corporal, menor autoestima y mayores síntomas de TCA. La cuestión reside en que el ideal de delgadez presentado en las redes sociales produce una peor imagen corporal, lo cual genera una insatisfacción con el cuerpo y, como vimos, en la figura explicativa de los factores que influyen en el desarrollo de un TCA, esto puede derivar en el desarrollo de actitudes alimentarias patológicas como lo son la restricción dietética, las purgas o los atracones.
- Aumento estadísticamente significativo en la frecuencia de uso de las redes sociales como Instagram, YouTube, TikTok, Twitter y Facebook, así como un aumento en el número de mujeres que empezaron a seguir cuentas de Instagram que se basaban en la apariencia. También se encontró un aumento en el número de las cogniciones de desorden alimenticio, como son las preocupaciones por el cuerpo y el peso, de los participantes durante el confinamiento por Covid-19, lo cual se puede deber al distanciamiento social obligatorio.

Bibliografía

- Alberga, A. S., Withnell, S. J., & von Ranson, K. M. (2018). Fitspiration and thinspiration: a comparison across three social networking sites. *Journal of Eating Disorders*, 6(1), 1-10.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5* (5a Ed.). Washington, DC: APA.
- Aparicio- Martínez et al (2019). Social Media, Thin-Ideal, Body Dissatisfaction and Disordered Eating Attitudes: An Exploratory Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. doi:10.3390/ijerph16214177
- Arnal, L (2021). Relación entre el uso de redes sociales y Trastornos de la Conducta Alimentaria. [Trabajo fin de grado, Universidad Católica de Valencia]. <https://riucv.ucv.es/bitstream/handle/20.500.12466/1769/RELACIÓN%20ENTR E%20EL%20USO%20DE%20REDES%20SOCIALES%20Y%20TRASTORN OS%20DE%20LA%20CONDUCTA%20ALIMENTARIA.pdf?sequence=1&is Allowed=y>
- Boepple, L. and Thompson, J., 2015. A content analytic comparison of fitspiration and thinspiration websites. *International Journal of Eating Disorders*, 49(1), pp.98-101.
- Boepple, L., Ata, R. N., Rum, R., & Thompson, J. K. (2016). Strong is the new skinny: A content analysis of fitspiration websites. *Body Image*, 17, 132–135. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.03.001>
- Carrotte ER, Prichard I, Lim MS (2017). "Fitspiration" on Social Media: A Content Analysis of Gendered Images. *J Med Internet Res*. 2017 Mar 29;19(3):e95. doi: 10.2196/jmir.6368.
Compulsive Exercise in Women Who Post Fitspiration on Instagram. *International Journal of Eating Disorders* 50:1 76–79. DOI: 10.1002/eat.22559
- Cuadro, E., & Baile, J. I. (2015). Binge eating disorder: analysis and treatment. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 6(2), 97-107.
- De Bruin, A.P.; Oudejans, R.R.D. Athletes' body talk: The role of contextual body image in eating disorders as seen through the eyes of elite women athletes. *J. Clin. Sport Psychol*. 2018, 12, 675–698
- *Descriptores en ciencias de la salud*. Biblioteca virtual en salud. . Recuperado el 20 de noviembre de 2021 de <http://decs2020.bvsalud.org/E/homepagee.htm>

- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of women quarterly*, 21(2), 173-206
- González-Nuevo, C., Cuesta, M., & Muñiz, J. (2021). Concern about appearance on Instagram and Facebook: Measurement and links with eating disorders. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 15(2), Article 9. <https://doi.org/10.5817/CP2021-2-9>
- Hester Hockin-Boyers, Stacey Pope & Kimberly Jamie (2021) #gainingweightiscool: the use of transformation photos on Instagram among female weightlifters in recovery from eating disorders, *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 13:1, 94-112, DOI: 10.1080/2159676X.2020.1836511
- Holland et al (2017). “Strong Beats Skinny Every Time”: Disordered Eating and
- Homan, K. Athletic-ideal and thin-ideal internalization as prospective predictors of body dissatisfaction, dieting, and compulsive exercise. *Body Image* 2010, 7, 240–245.
- Jong, S y Drummond, M (2013). Shaping adolescent girls' body image perceptions: the effect of social media on Australian adolescent girls. *Research Gate*.https://www.researchgate.net/publication/279533677_Shaping_adolescent_girls%27_body_image_perceptions_the_effect_of_social_media_on_Australian_adolescent_girls
- Koven, Nancy & Abry , Alexandra (2015) . The clinical basis of orthorexia nervosa: Emerging perspectives. *Neuropsychiatric disease and treatment*.1 1.385-94.10.2147/NDT.S61665.
- Mannino et al (2021). The impact of Facebook use on self-reported eating disorders during the COVID-19 lockdown. *BMC Psychiatry*. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03628-x>
- Martina Valente, Tomris Cesuroglu, Nanon Labrie & Elena V. Syurina (2021)“When Are We Going to Hold Orthorexia to the Same Standard as Anorexia and Bulimia?” Exploring the Medicalization Process of Orthorexia Nervosa on Twitter, *Health Communication*, DOI: [10.1080/10410236.2021.1875558](https://doi.org/10.1080/10410236.2021.1875558)

- *Medical Subject Headings*. National Library of Medicine . Recuperado el 20 de noviembre de 2021 de <https://meshb-prev.nlm.nih.gov>
- Monserrate, P (2017). Etiopatogenia Del Trastorno Por Atracón: Estudio De Los Factores Predisponentes, Precipitantes Y Mantenedores. [Trabajo de Fin de Grado, Universidad de Zaragoza]. <https://zaguan.unizar.es/record/62715/files/TAZ-TFG-2017-1763.pdf>
- Morandé, G., Graell Berna, M., y Blanco, M. A. (2014). Trastornos de la conducta alimentaria y obesidad: un enfoque integral (No. 616.89-008.441. 42). Médica Panamericana,.
- Ojeda-Martín A, López-Morales MP, Jáuregui-Lobera I, Herrero-Martín G. Uso de redes sociales y riesgo de padecer TCA en jóvenes. JONNPR. 2021;6(10):1289-307. DOI: 10.19230/jonnpr.4322
- Parra Fernández, M. (2018). Riesgo de Ortorexia: Adaptación y validación al español del cuestionario (Ortho 15). [Tesis doctoral, Universidad de Ciudad Real] <https://ruidera.uclm.es/xmlui/bitstream/handle/10578/20453/TESIS%20Parra%20Fernández.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Pempek, T. A., Yermolayeva, Y. A., & Calvert, S. L. (2009). College students' social networking experiences on Facebook. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30(3), 227–238. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2008.12.010>
- Perpiñá, C., Botella, C. y Baños, R.M. (2000). Imagen corporal en los trastornos alimentarios. Evaluación y Tratamiento mediante realidad virtual. Valencia: Promolibro.
- Pilgrim, K y Bohnet-Joschko, S (2019). Selling health and happiness how influencers communicate on Instagram about dieting and exercise: mixed methods research. *BMC Public Health* <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7387>
- Raich, R.M. (2017). La tiranía del cuerpo. ¿Por qué no me veo cómo soy? Editorial Siglantana.
- REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed., [versión 23.5 en línea]. <https://dle.rae.es> [09 de febrero de 2022]
- Rounsefell et al (2019). Social media, body image and food choices in healthy Young adults: A mixed methods systematic review. *Nutrition and Dietetics Wiley*. DOI: 10.1111/1747-0080.12581
- Ruiz, A y Quiles, Y. (2021). Prevalencia de la Ortorexia Nerviosa en estudiantes universitarios españoles: relación con la imagen corporal y con los trastornos

alimentarios. *Anales de Psicología*, 37 (3), 493-499.
<https://doi.org/10.6018/analesps.449041>

- Russell, G. (1979). Bulimia nervosa: An ominous variant of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 9, 429-448.
- Salgado, L (2021) *DIGITAL 2021 ESPAÑA: 8 MILLONES DE NUEVOS USUARIOS EN REDES SOCIALES*. We are Social. Recuperado el 1 de febrero de 2022 de <https://wearesocial.com/es/blog/2021/02/digital-2021-espana-8-millones-de-nuevos-usuarios-en-redes-sociales/>
- Santarrosa, S y Woodruff, S (2017). #SocialMedia: Exploring the Relationship of Social Networking Sites on Body Image, Self-Esteem, and Eating Disorders. *Social Media + Society*. DOI: 10.1177/2056305117704407
- Sidani et al (2017). **The Association between Social Media Use and Eating Concerns among U.S. Young Adults.** *J Acad Nutr Diet*. doi:10.1016/j.jand.2016.03.021.
- Stein, D. M., & Laakso, W. (1988). Bulimia: A historical perspective. *International Journal of Eating Disorders*, 7(2), 201–210.
- Steve Bratman, M. D (2004) *Health Food Junkies: Overcoming the Obsession with Healthful Eating: The Rise of Orthorexia Nervosa - the Health Food Eating Disorder*. Broadway.
- Sukunesan et al (2021). Examining the Pro-Eating Disorders Community on Twitter Via the Hashtag #proana: Statistical Modeling Approach. *JMIR Mental Health*. vol. 8. doi: 10.2196/24340
- Toro, J. (1996). El cuerpo como delito: anorexia, bulimia, cultura y sociedad. Barcelona: Ariel.
- Turner, P y Lefevre, C (2017). Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa. *Eat Weight Disord*. DOI 10.1007/s40519-017-0364-2
- Valente et al (2020). “And it snowballed from there”: The development of orthorexia nervosa from the perspective of people who self-diagnose. *Elsevier* <https://doi.org/10.1016/j.appet.2020.104840>
- Vall- Roque et al (2021). The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances and self-esteem among adolescent and young women. *Progress in Neuropsychopharmacology & Biological Psychiatry*. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2021.110293>

- Walker et al (2016). Facebook Use and Disordered Eating in College-Aged Women. *J Adolesc Health*. doi:10.1016/j.jadohealth.2015.04.026.
- Wang T, Brede M, Ianni A, Mentzakis E (2018) Social interactions in online eating disorder communities: A network perspective. *PLoS ONE* 13 (7)<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0200800>
- What are eating disorders? *American Psychiatric Association* <https://www.psychiatry.org/patients-families/eating-disorders/what-are-eating-disorders>
- Zhang et al (2021). The Relationship Between SNS Usage and Disordered Eating Behaviors: A Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*. doi: 10.3389/fpsyg.2021.641919
- Zhou et al. (2019). Analysis of Twitter to Identify Topics Related to Eating Disorder Symptoms. *IEEE Int Conf Healthc Inform.* doi:10.1109/ichi.2019.8904863.

Anexos

Anexo 1: Criterios diagnósticos para la Anorexia Nerviosa según el DSM-V

Anorexia Nerviosa

- A. Restricción de la ingesta energética en relación con las necesidades, que conduce a un peso corporal significativamente bajo con relación a la edad, el sexo, el curso del desarrollo y la salud física.
- B. Miedo intenso a ganar peso o engordar, o comportamiento persistente que interfiere en el aumento de peso, incluso con un peso significativamente bajo.
- C. Alteración en la forma en la que uno percibe su propio peso o constitución, influencia impropia del peso o la constitución corporal en la autoevaluación, o falta persistente de reconocimiento de la gravedad del bajo peso corporal actual.

Especificar si:

Tipo restrictivo: durante los últimos tres meses, el individuo no ha tenido episodios recurrentes de atracones o purgas (es decir, vomito autoprovocado o utilización incorrecta de laxantes, diuréticos o enemas). Este subtipo describe presentaciones en las que la pérdida de peso es debida sobretudo a la dieta, el ayuno y/o ejercicio excesivo.

Tipo con atracones/purgas: durante los últimos tres meses, el individuo ha tenido episodios recurrentes de atracones o purgas (es decir, vomito autoprovocado o utilización incorrecta de laxantes, diuréticos o enemas)

Especificar si:

En remisión parcial: después de haberse cumplido con anterioridad todos los criterios para la anorexia nerviosa, el Criterio A (peso corporal bajo) no se ha cumplido durante un periodo continuado, pero todavía se cumple el Criterio B (miedo intenso a aumentar de peso o a engordar o comportamiento que interfiere en el aumento de peso) o el Criterio C (alteración de la autopercepción del peso y la constitución).

En remisión total: después de haberse cumplido con anterioridad todos los criterios para la anorexia nerviosa, no se ha cumplido ninguno de los criterios durante un periodo continuado.

Especificar la gravedad actual:

Leve: $IMC \geq 17 \text{ kg/ m}^2$

Moderado: $IMC 16-16,99 \text{ kg/ m}^2$

Grave: $IMC 15-15,99 \text{ kg/ m}^2$

Extremo: $IMC < 15 \text{ kg/ m}^2$

Nota. Recuperado de American Psychiatry Association. *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (DSM-5) 5ªEd. Madrid: Editorial Médica Panamericana, 2014.

Anexo 2: Criterios diagnósticos para la Bulimia Nerviosa según el DSM-V.

Bulimia Nerviosa

307.51 (F50.2)

- A. Episodios recurrentes de atracones. Un episodio de atracón se caracteriza por los dos hechos siguientes:
1. Ingestión, en un periodo determinado (p.ej dentro de un periodo cualquiera de dos horas), de una cantidad de alimentos que es claramente superior a la que la mayoría de las personas ingerirían en un periodo similar en circunstancias parecidas.
 2. Sensación de falta de control sobre lo que se ingiere durante el episodio (p. ej sensación de que no se puede dejar de comer o controlar lo que se ingiere o la cantidad de lo que se ingiere).
- B. Comportamientos compensatorios inapropiados recurrentes para evitar el aumento de peso, como el vómito autoprovocado, el uso incorrecto de laxantes, diuréticos u otros medicamentos, el ayuno o el ejercicio excesivo.
- C. Los atracones y los comportamientos compensatorios inapropiados se producen, de promedio, al menos una vez a la semana durante tres meses.
- D. La autoevaluación se ve debidamente influida por la constitución y el peso corporal.
- E. La alteración no se produce exclusivamente durante los episodios de anorexia nerviosa.

Especificar si:

En remisión parcial: después de haberse cumplido con anterioridad todos los criterios para la bulimia nerviosa, algunos, pero no todos los criterios no se han cumplido durante un periodo continuado.

En remisión total: después de haberse cumplido con anterioridad todos los criterios para la bulimia nerviosa, no se ha cumplido ninguno de los criterios durante un periodo continuado.

Especificar la gravedad actual:

Leve: un promedio de 1-3 episodios de comportamientos compensatorios inapropiados a la semana.

Moderado: un promedio de 4-7 episodios de comportamientos compensatorios inapropiados a la semana.

Grave: un promedio de 8-13 episodios de comportamientos compensatorios inapropiados a la semana.

Extremo: un promedio de 14 episodios o más de comportamientos compensatorios inapropiados a la semana.

Nota. Recuperado de American Psychiatry Association. *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (DSM-5) 5ªEd. Madrid: Editorial Médica Panamericana, 2014.

Anexo 3: Criterios diagnósticos para el Trastorno por Atracón según el DSM-V

Trastorno por atracón**307.51 (F50.8)**

- A. Episodios recurrentes de atracones. Un episodio de atracón se caracteriza por los dos hechos siguientes:
1. Ingestión, en un periodo determinado (p.ej dentro de un periodo cualquiera de dos horas), de una cantidad de alimentos que es claramente superior a la que la mayoría de las personas ingerirían en un periodo similar en circunstancias parecidas.
 2. Sensación de falta de control sobre lo que se ingiere durante el episodio (p. ej sensación de que no se puede dejar de comer o controlar lo que se ingiere o la cantidad de lo que se ingiere).
- B. Los episodios de atracones se asocian a tres (o más) de los hechos siguientes:
1. Comer mucho más rápidamente de lo normal.
 2. Comer hasta sentirse desagradablemente lleno.
 3. Comer grandes cantidades de alimentos cuando no se siente hambre físicamente.
 4. Comer solo debido a la vergüenza que se siente por la cantidad que se ingiere.
 5. Sentirse luego a disgusto con uno mismo, deprimido o muy avergonzado.
- C. Malestar intenso con respecto a los atracones.
- D. Los atracones se producen, de promedio, al menos una vez a la semana durante tres meses.
- E. El atracón no se asocia a la presencia recurrente de un comportamiento compensatorio inapropiado como la bulimia nerviosa y no se produce exclusivamente en el curso de la bulimia nerviosa o la anorexia nerviosa.

Especificar si:

En remisión parcial: después de haberse cumplido con anterioridad todos los criterios para el trastorno de atracones, los atracones se producen con una frecuencia media inferior a un episodio semanal durante un periodo continuado.

En remisión total: después de haberse cumplido con anterioridad todos los criterios para el trastorno de atracones, no se ha cumplido ninguno de los criterios durante un periodo continuado.

Especificar la gravedad actual:

Leve: 1-3 atracones a la semana.

Moderado: 4-7 atracones a la semana.

Grave: 8- 13 atracones a la semana.

Extremo: 14 o más atracones a la semana.

Nota. Recuperado de American Psychiatry Association. *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)* 5ªEd. Madrid: Editorial Médica Panamericana, 2014.

Anexo 4: Criterios diagnósticos para la Ortorexia Nerviosa según Morozo et al

Ortorexia Nerviosa

- A. Preocupación obsesiva por la comida saludable focalizada en preocupaciones al respecto de la calidad y la composición de los alimentos. Se cumplen dos o más de las siguientes:
1. Dieta desbalanceada nutricionalmente respondiendo a preocupaciones sobre su pureza.
 2. Preocupaciones sobre comer alimentos impuros o insanos y por el efecto de la calidad y composición de la comida en la salud física, emocional o ambas.
 3. Evitación rígida de comidas que la persona cree “insanas”; esto podría incluir alimentos que contienen grasas, conservantes, aditivos, productos animales u otros ingredientes considerados por la persona como no saludables.
 4. Para personas que no son profesionales de la alimentación, pasar cantidades excesivas de tiempo (ej. 3 horas o más al día) leyendo, comprando o preparando tipos específicos de comida basándose en su percepción de calidad y composición.
 5. Sentimientos de culpa y preocupaciones si la persona se salta la norma y consume alimentos “insanos” o “impuros”.
 6. Gasto excesivo de dinero en aspectos relacionados con la alimentación en función de la calidad y composición percibidas.
- B. Esta preocupación afecta a cualquiera de las siguientes áreas:
1. Deterioro de la salud física debido a desequilibrios nutricionales.
 2. Malestar clínicamente significativo o deterioro del funcionamiento social, académico o laboral debido a los pensamientos y conductas obsesivas focalizadas en las creencias del paciente sobre la “comida insana”
- C. El problema ni es una complicación de los síntomas de otro trastorno mental como el Trastorno Obsesivo Compulsivo, Esquizofrenia u otro Trastorno Psicótico.
- D. El comportamiento no se explica mejor por creencias religiosas o preocupaciones relacionadas con una alergia o condición médica diagnosticada por un profesional que requiere una dieta especial.

Nota. Criterios diagnósticos propuestos por Morozo et al., en Koven y Abry (2015)

Anexo 5: Primera ecuación de la búsqueda bibliográfica.

Ecuación de búsqueda

WOS: (TI=((Eating disorder? OR Disordered Eating OR Anorexia Nervosa OR Bulimia OR binge Eating) AND (Social network? OR Social Networking)) AND AB =((Eating disorder? OR Disordered Eating OR Anorexia Nervosa OR Bulimia OR binge Eating) AND (Social network? OR Social Networking)))

PUBMED: (Eating disorder?[Title/Abstract] OR Disordered Eating[Title/Abstract] OR Anorexia Nervosa[Title/Abstract] OR Bulimia[Title/Abstract] OR binge Eating)[Title/Abstract] AND (Social network?[Title/Abstract] OR Social Networking)[Title/Abstract]

EBSCO: TI (=(Eating disorder? OR Disordered Eating OR Anorexia Nervosa OR Bulimia OR binge Eating) AND (Social network? OR Social Networking))) AND AB (=(Eating disorder? OR Disordered Eating OR Anorexia Nervosa OR Bulimia OR binge Eating) AND (Social network? OR Social Networking)))

Anexo 6: Segunda ecuación de la búsqueda bibliográfica

Ecuación de búsqueda

WOS: (TI=((Eating disorder? OR Disordered Eating OR Anorexia Nervosa OR Bulimia OR binge Eating OR Orthorexia Nervosa) AND (Social network? OR Social Networking OR Facebook OR Instagram OR Twitter OR Tiktok)) AND AB =((Eating disorder? OR Disordered Eating OR Anorexia Nervosa OR Bulimia OR binge Eating OR Orthorexia Nervosa) AND (Social network? OR Social Networking OR Facebook OR Instagram OR Twitter OR Tiktok)))

PUBMED: (Eating disorder?[Title/Abstract] OR Disordered Eating[Title/Abstract] OR Anorexia Nervosa[Title/Abstract] OR Bulimia[Title/Abstract] OR Binge Eating[Title/Abstract] OR Orthorexia Nervosa)[Title/Abstract] AND (Social Network?[Title/Abstract] OR Social Networking[Title/Abstract] OR Facebook[Title/Abstract] OR Instagram[Title/Abstract] OR Twitter[Title/Abstract] OR Tiktok)[Title/Abstract]

EBSCO: TI ((Eating disorder? OR Disordered Eating OR Anorexia Nervosa OR Bulimia OR binge Eating OR Orthorexia Nervosa) AND (Social network? OR Social Networking OR Facebook OR Instagram OR Twitter OR Tiktok)) AND AB (Eating disorder? OR Disordered Eating OR Anorexia Nervosa OR Bulimia OR binge Eating OR Orthorexia Nervosa) AND (Social network? OR Social Networking OR Facebook OR Instagram OR Twitter OR Tiktok))
