

# LA SOCIOLOGÍA DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA, LOS MASS MEDIA Y LAS REDES SOCIALES: LAS SUBCULTURAS DE LAS IDENTIDADES PRO-TCA

---

JUAN JOSÉ LABORA-GONZÁLEZ  
*Universidad de Santiago de Compostela*

IRENE RODRÍGUEZ FERNÁNDEZ  
*Universidad Internacional de la Rioja*

OLGA CERVERA-SAINZ  
*Universidad de Sevilla*

ENRIQUE FERNÁNDEZ-VILAS  
*Universidad de Valladolid*

## 1. INTRODUCCIÓN

Los Trastornos de la Conducta Alimentaria (en adelante, TCA) son, por definición, entidades de carácter tremendamente complejo cuando intentamos explicar su etiología. Así pues, los modelos explicativos de los factores de riesgo de los TCA suelen basarse en una división de estos en: predisponentes, desencadenantes y mantenedores; apoyándose en el modo propuesto en los ochenta por Garner y Garfinkel (1984). A este modelo responderían determinadas clasificaciones (e. g. Baños y Miragall, 2015; Jáuregui Lobera, 2006; Toro, 2004). Es decir, las explicaciones deben de ser de carácter multicausal y multidimensional (Cervera, 2007; Garfinkel y Garner, 1982).

En este tipo de modelos -de tipo multidimensional-, los factores predisponentes serían los que responden más claramente a la definición de riesgo, así pues, hacen aparición antes de la presencia de la enfermedad. Estos se corresponden con situaciones, características, etc. que individualmente, o sumadas, hacen más probable que la enfermedad

aparezca. Los factores precipitantes se concretan en situaciones que se convierten en la espoleta que prende la llama de la enfermedad. Por último, los factores mantenedores serían aquellos que una vez una persona tiene un TCA, facilitan que este siga presente y no se produzca una mejora o la curación.

Por otro lado, en estos modelos explicativos se distinguen factores individuales: factores genéticos, formas de pensar, temperamento, estilo cognitivo perfeccionista y/ obsesivo, formas de sentir como la personalidad, la autoestima baja, el nivel de inseguridad, el uso de la evitación, el uso de la comida como elemento compensador, las reacciones emocionales extremas ante amenazas reales y las emociones negativas. A esto se sumarían los hábitos alimentarios, la realización de una posible dieta, la realización de actividad física excesiva y la insatisfacción corporal sentida por la persona.

Finalmente, se señalan distintas formas de actuar como la motivación para actuar en sentimientos de falta de valía, la necesidad de aprobación y las alteraciones comportamentales. Asimismo, se proponen factores familiares como los antecedentes de enfermedad mental, el ambiente familiar de presión sobre la imagen corporal y el funcionamiento familiar (Jáuregui Lobera, 2006; Jáuregui-Lobera y Martínez-Quiñones, 2024).

Los factores individuales se complementan con otros de carácter social como: el modelo ideal de delgadez, la delgadez como símbolo de estatus social, la influencia de los medios de comunicación, la redes sociales, los grupos de iguales (dificultades para establecer, o mantener, relaciones sociales, historia previa de burlas, acoso, etc.), la cosificación de la imagen de la mujer y la pertenencia a determinados grupos profesionales: gimnastas, bailarinas, deportistas, modelos, o similares, la presencia de determinados estresores ambientales (problemas académicos, laborales y personales) (Jáuregui Lobera, 2006; Jáuregui-Lobera y Martínez-Quiñones, 2024).

En resumen, se puede decir que:

La evidencia científica apoya un modelo interactivo de influencias biosociales en la etiología de los trastornos de la conducta alimentaria (TCA). Los nuevos estudios de asociación de genoma completo

sugieren una base de desregulación metabólica en la anorexia nerviosa. Entre los factores psicológicos la insatisfacción corporal (IC) puede considerarse el predictor más consistente, principalmente en el género femenino. Baja autoestima, afecto negativo e interiorización del ideal de delgadez determinan la IC. Ciertos rasgos de personalidad y otros factores individuales como un alto índice de masa corporal, problemas emocionales y algunas enfermedades metabólicas y digestivas, factores sociales como algunas actividades deportivas o profesionales centradas en la presión por la figura corporal, características del entorno familiar, y presiones sociales y del grupo de pares por estar delgada mediado actualmente por el uso/abuso de las redes sociales, actúan como condicionantes de riesgo en los TCA (Canals y Arijá Vals, 2022, p. 16).

## 2. OBJETIVOS

- Analizar el concepto de imagen, estableciendo algunas precisiones en relación a conceptos conexos como: cuerpo, percepción e imagen.
- Estudiar la posible influencia que pueden tener los medios de comunicación en la imagen que tenemos de nosotros/as mismos/as y/o de los/as demás.
- Investigar el papel que pueden estar jugando las redes sociales en el aumento de la prevalencia que se viene dando en los últimos años en los TCA, así como en la conformación de un movimiento social pro-trastornos de la conducta alimentaria que se vehicula a través de la socialización a la que se somete a las personas en las comunidades que pueblan las páginas proTCA.

## 3. METODOLOGÍA

Este trabajo expone los resultados de una revisión bibliográfica sobre la etiología de los TCA y el posible papel jugado por los medios de comunicación y las redes sociales en relación a los mismos.

Para la parte del marco teórico se ha revisado literatura científica sobre los modelos explicativos de los TCA, en este caso, sin límite de fecha. Por otro lado, las búsquedas en relación a las las redes sociales se ha revisado textos a partir de 1990, primando la calidad de las revistas que

hicieron la publicación. Se utilizaron como bases, y motores de búsqueda, Google Scholar, Scopus, PudMed y Dialnet. Los términos para las búsquedas fueron Mass Media + Eating Disorder, Mass Media + Image, Mass Media + Body, ProAna + Social Networks, ProMia + Social Networks.

## 4. RESULTADOS

### 4.1. CUERPO, PERCEPCIÓN E IMAGEN

El concepto de imagen corporal es un concepto evanescente y tremendamente complejo. En principio tendríamos nuestro cuerpo (cuerpo-objeto). A él se sumaría la autopercepción que de él podamos tener (cuerpo-sujeto). Ahora bien, este último se abriría a la necesidad de establecer varias precisiones: en primer lugar, el cuerpo-objeto no tiene por qué coincidir con la percepción que de él tenga cada persona. Además, la autopercepción está influida por el universo simbólico: los imaginarios sociales y el canon de belleza, así como el resto de los elementos culturales que vertebran una sociedad. En este sentido, la valoración del cuerpo ha ido cambiando a lo largo de la historia, pudiéndose considerar que este ha pasado por varios procesos a lo largo de la misma evolucionando de la sacralización a la secularización, a un paulatino binarismo (cuerpo-alma), medicalización, fluidificación y -en los últimos tiempos-, a una progresiva tecnificación (Labora González y Fernández Vilas, 2023).

A esto habría que sumar que el cuerpo y la imagen se ven influidos por las relaciones e intercambios sociales que establezca cada persona. Por otro lado, la propia posición, rol y estatus social pueden incidir en el cuerpo y en las imágenes que de él se haga cada individuo. Así, por ejemplo, existen investigaciones que concluyen que los propios profesionales vinculan una imagen de un cuerpo delgado al éxito social de la persona y que los/as profesionales no son inmunes a los patrones sociales de belleza (Labora González, 2018; Poo Figueroa et al., 2022). Así pues, es importante situar el papel de la socialización y la comunicación social en relación a los TCA, en concreto, en las redes sociales (Friero Padín et al., 2021).

Finalmente, la percepción tendría su dimensión individual en la que tendrían su papel: la autoestima, las actitudes, creencias, opiniones, prejuicios, y demás características que pudiera tener cada persona.

Raich (2000), desde el ámbito de la psicología define la imagen corporal como “la representación del cuerpo que cada individuo construye en su mente” (p. 23). Aunque esta definición es en exceso simplificadora de lo que pretende definir. Quizás responde más apropiadamente los límites de este concepto lo que mencionan Rodríguez Testal y Senín cuando dicen que “La imagen corporal es una representación mental compleja (con su correlato y organización neural), multifacética, estable, aunque en constante actualización acerca de nuestro cuerpo y su experiencia emocional” (2013, p. 18). Aunque también esta puede adolecer de ser demasiado individualista y reconcentrada en el yo, dejando de lado la condición social del ser humano.

El cuerpo, como se viene advirtiendo desde el ámbito de las ciencias sociales es una estructura biológica en la que se materializan los discursos sociales, así pues, es necesario entender que el cuerpo entendido desde un punto de vista social está construido por los imaginarios sociales (Labora González, 2018; Le Breton, 2018; Moraña, 2021; Toro, 2015). El cuerpo, en este sentido, encarna la subjetividad, es el lugar de la presencia y articulación de las prácticas (tanto sociales, como culturales, como corporales) y de las representaciones sociales hegemónicas que generan los imaginarios de las distintas sociedades (Suárez Alcántara, 2018), en definitiva, el cuerpo es fuente de identidad.

En general, en la imagen corporal se distinguen cuatro componentes (Ashikali y Dittmar, 2010; Borkoles et al., 2010; Haedt-Matta et al., 2012; Rodríguez Testal y Senín, 2013). Y se puede decir que la investigación asume un nivel de insatisfacción con la imagen del cuerpo que ronda el 50% (Berengüí et al., 2016; Cash, 2002; Tiggemann, 2011) y que la mayoría de las mujeres han sentido insatisfacción con su cuerpo en alguna ocasión (Infante Faura y Ramírez Luna, 2017). Este nivel de insatisfacción es tan alto, que Rodin, Silberstein y Striegel-Moore (1984) establecieron la categoría de *descontento normativo*. Es decir, se distingue un fenómeno subclínico -y, por lo tanto, no patológico-, en el que la situación general de la población coincidiría con la

insatisfacción hacia el propio cuerpo, dicho de otro modo, lo normal es que no nos guste nuestro cuerpo.

Además, hay investigaciones que han podido afirmar que, en los seis meses previos a la realización del estudio, el 31,06% de la muestra utilizada en el estudio reconocía la práctica de una conducta alimentaria de riesgo, mientras que el 35,23% reconocía haber llevado a cabo dos prácticas calificadas como conductas alimentarias de riesgo y el 6,82% admitía haber realizado 3 o 4 conductas alimentarias de riesgo (Beren-güí et al., 2016). Esto es importante dado que la satisfacción con el propio cuerpo es considerada como predictora de una mejor salud mental y calidad de vida, protegiendo de la depresión y aumentando la autoestima (Linardon et al., 2023).

En cualquier caso, se ha identificado como factor de riesgo sociocultural a los medios de comunicación, especialmente la televisión y las redes sociales, sobre todo a través de la influencia ejercida por la publicidad (García Ruiz y González Romero, 2019). Por otro lado, alguna revisión de las investigaciones existentes sobre los estereotipos de belleza, y su influencia en el desarrollo de los TCA, concluye que el 90% de los documentos revisados responsabilizan a los medios de crear, e influir, en el canon estético y que el 85% de las adolescentes aspiran a parecerse al prototipo socialmente fijado de belleza para ser aceptadas socialmente (Gualdron Castañeda, 2020).

Si introducimos la perspectiva de género en el análisis que estamos llevando a cabo la insatisfacción, en el caso de las mujeres, se centraría más en su peso y las conduciría a realizar intentos de reducir este; ya sea dejando de comer y/o mediante el uso de técnicas purgativas. Mientras que, en el caso de los hombres, la insatisfacción se focalizaría más en la forma y contorno (imagen) del cuerpo que en su peso; tomando medidas como la realización excesiva de ejercicio físico, el intento de aumento de la masa muscular a través del uso de esteroides (aunque sin perder la esbeltez de la figura), prefiriendo prácticas como la de los vómitos frente al uso de laxantes o diuréticos (Rodríguez Testal y Senín, 2013). En relación, a la imagen mostrada en los medios Galán (2007), señala que

las investigaciones realizadas en el campo de la publicidad [las mujeres] siguen siendo representadas bajo los mismos tópicos y estereotipos asociados, a menudo, al mundo de las emociones, la pasividad, la maternidad y la sexualidad, en entornos privados o íntimos como el hogar, mientras que a los hombres se les siguió otorgando, de una forma mayoritaria, atributos como el raciocinio, el liderazgo y la acción, ubicándolos, normalmente en ámbitos públicos (p. 15).

También la imagen femenina mostrada en el cine y en los videojuegos sigue utilizando patrones prototípicos que vinculan a la mujer con la pasividad (ver Tabla 1).

**TABLA 1.** Estereotipos de la imagen femenina en los videojuegos y en el cine

Estereotipo	Descripción
La "madama en el congelador"	La mujer como eterna víctima del asesinato, que dado que no fue protegida carga la losa de la venganza sobre los hombros del personaje masculino, interpretado como un activo héroe vengador de su amada.
La "madama eutanasiada"	En este caso la mujer no solo muere si no que lo hace a manos de su pareja en aras del beneficio de este. Se da pues una justificación de la violencia sobre la propia pareja.
La "madama en apuros"	La mujer incapaz de cuidarse por sí misma, necesitada de ayuda debido a verse acosada por determinadas circunstancias o personas de las que no puede zafarse. Por supuesto, todo esto supone que debe aparecer un hombre que asuma el rol de salvador-activo y haga lo propio por la chica en cuestión.

**Fuente:** Adaptado de: Tur, D. (2016). La evolución de la imagen de la mujer en los videojuegos. En E. Alba, B. Ginés y L. Pérez Ochando (Eds.), *De-construyendo identidades. La imagen de la mujer desde la modernidad* (pp. 301-320). Universidad de Valencia

Así pues, la imagen femenina sigue siendo objetivada, esto puede producir un tipo de imagen construida para el otro-masculino que la mira (Gil Calvo, 2000). Una imagen que adquiere la condición de dependencia y desustanciación que pasa a ser asumida por el uno-masculino.

## 4.2. LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN Y LA CONSTRUCCIÓN DE LA IMAGEN

A lo largo del tiempo se han ido desarrollando una serie de teorías sociológicas para explicar la influencia de los medios de comunicación (ver Tabla 2).

**TABLA 2.** *Teorías sociológicas explicativas de la influencia de los medios de comunicación en alteraciones de la imagen y de la conducta alimentaria*

Teorías	Descripción
Teoría de la cultivación o del cultivo (Gerbner et al., 1994)	El uso de los medios cultiva una visión de la realidad que es diferente de la del mundo real y que incorpora a la delgadez significados como el del éxito, haciendo que se acepten como reales modelos corporales poco realistas sin crítica alguna
Teoría de la Objetivación (Frederickson y Roberts, 1997)	Las mujeres son socializadas para que se vean como objetos mirados por los demás. La definición primaria de la mujer es el de un cuerpo-objeto. Los medios son el principal vehículo de transmisión de esta objetivación
Teoría de la Interiorización (Heinberg et al., 1995)	Los medios permiten dar a conocer el estándar de cuerpo a alcanzar; y transmiten el mensaje de que es importante alcanzarlo

Fuente: Adaptado de: Calado, M. y Lameiras, M. (2014). *Alteraciones de la imagen corporal, la alimentación y el peso*. Tirant Humanidades

Algo en lo que coincide toda la investigación hecha hasta ahora, es que un factor de los que juega un papel más relevante en la imagen es el canon de belleza actual. Este canon estaría vinculado a la extrema delgadez y se internalizaría a edades muy tempranas en el caso de las mujeres. De hecho, alguna investigación expone que esta internalización se produciría a los tres años de edad (Dittmar et al., 2006). Esa internalización permite que se active el mecanismo de comparación que, a su vez, puede llegar a incidir en la insatisfacción con nuestro cuerpo (Keery et al., 2004; Mader et al., 2023; Rogers et al., 2015; Tiggermann, 2011).

La evidencia surgida de 50 estudios de 17 países indica que el uso de los medios de comunicación social conduce a la inquietud con la imagen corporal y riesgos de desarrollar un TCA, ya que la comparación, la internalización del ideal de belleza y la autoobjetivación son los mecanismos que pondría en marcha el mencionado uso. Algo que estaría mediado por las especificidades del medio al que uno se expone, el género o el sufrir inquietudes previas con la propia imagen. Mientras que los elementos protectores serían la alfabetización en el uso de los medios o la apreciación del propio cuerpo (Dane y Bhatia, 2023).

En cualquier caso, el canon de belleza es muy importante y recibe mucho refuerzo social (Jiménez-Rodríguez, 2007), al punto que los

adolescentes diseñan su imagen corporal a través de los medios y sobrevaloran su apariencia (Lozano Sánchez, 2012).

La investigación, por otra parte, advierte que los medios muestran el cuerpo femenino distorsionado (Seva Ruiz y Casadó Marín, 2015) con todo lo que eso significa debido al bombardeo continuo de imágenes que implica el tipo de sociedad hiperconectada y saturada de información en la que vivimos. Se puede concluir que “los medios de comunicación son una fuente extremadamente importante, sino la principal, de la información y refuerzo en relación con la naturaleza del ideal de belleza/delgadez, su importancia y como atenerse a él” (López Guimerá et al., 2010, p. 406).

Además, la influencia de los medios de comunicación no sería la misma en toda la población, existirían sectores más vulnerables a este tipo de influencia. Por ejemplo, las chicas jóvenes y con un nivel de apoyo social reducido son más vulnerables a este tipo de influencia (Helgeson, 2009; Stice, 2002). Por el contrario, la etnicidad parece ser un factor protector ante el riesgo de insatisfacción con la propia imagen, y por lo tanto de que acaben desarrollando un TCA (López Guimerá et al., 2010). Es decir, las mujeres afroamericanas suelen mostrar un grado de satisfacción con su cuerpo más alto que las mujeres caucásicas, pero la investigación revela que según se va produciendo una aculturación de la población latina, afroamericana y asiática en el estándar cultural del canon de belleza de la sociedad occidental blanca, los niveles de insatisfacción crecen (Perloff, 2014).

En el caso de los hombres, la influencia se centra en la satisfacción con el propio cuerpo, la autoestima hacia este, la posibilidad de aumentar el riesgo de desarrollar determinados trastornos como la depresión y el desarrollo de determinadas conductas -por ejemplo-, pautas de ejercicio excesivo. En el caso masculino la influencia de los medios es más acusada en la población universitaria que en el caso de los varones adolescentes; se puede especular que los chicos un poco mayores están más expuestos a los medios que los más jóvenes o que aún no pasaron la pubertad, que alguna investigación cita como factor biológico que perjudica la influencia de los medios. La imagen mostrada no tiene por qué ser especialmente musculada para que se ponga en marcha el proceso

de comparación que pueda estimular emociones de carácter negativo y la insatisfacción con la propia imagen (Barlett et al., 2008).

Por otro lado, en el caso de los hombres la salud y los ideales estéticos se muestran más distanciados que en el caso femenino, lo que puede funcionar como factor protector ante los TCA. Esto no significa que no exista un gran número de hombres que sufran de insatisfacción con su cuerpo, que sería particularmente alto en el caso de los hombres homosexuales y sin pareja. Aunque la percepción parece no estar determinada tanto por un ideal de belleza sino por la necesidad de ajustarse a normas biológicas que permitan mantener la salud entendida en su sentido estrictamente biológico (Morgan y Arcelus, 2009).

Así, se pueden pues aislar una serie de factores que aumentarían la influencia de los medios en los TCA:

- Los medios serían la herramienta que permite que el ideal de belleza se transmita a las personas “Los medios no sólo glorifican el ideal de delgadez, también enfatizan su importancia y la importancia de la apariencia en general” (Spetigge y Henderson, 2004, p. 16).
- La exposición a los medios parece aumentar la sintomatología típica de los TCA, haciendo que esta sea considerada un factor de riesgo de los muchos que inciden para desarrollar un trastorno alimenticio (Calado y Lameiras, 2014; López Guimerá et al., 2010; Stice, 2002).
- Los medios serían el instrumento que facilita que se mantenga el llamado descontento normativo (Groesz et al., 2002).
- Los medios también funcionarían, no sólo como factor de riesgo de padecer algún TCA, sino también como factores mantenedores del trastorno (Williams et al., 2003).

La literatura coincide en que la imagen más presentada en los medios de comunicación es la de una mujer joven, alta, blanca, con un cuerpo *tubular* (sin curvas) y con melena rubia. Por otro lado, la imagen presentada en el caso de los hombres se puede argumentar que cambió en

los últimos veinticinco años, y confluye en estos instantes en un hombre con pecho ancho y musculado, musculatura en los brazos, hombros anchos y cintura estrecha y un cuerpo en forma de V, es decir, lo que se conoce como cuerpo mesomorfo (Calado y Lameiras, 2014).

Si se deja de lado la distinción entre la imagen masculina y femenina, la verdad es que la fijación y saturación de los medios con el binomio iconográfico comentado, establece una dicotomía que, de forma rígida, elimina cualquier tipo de heterogeneidad; estableciendo por otro lado, una "imagen corporal [que] es atemporal, estática e inmutable, lo que supone un desequilibrio o selectividad de ciertas formas corporales y exclusión e invisibilización de otras formas corporales, relegándolas a la inexistencia formal"(Calado y Lameiras, 2014, p. 80).

No obstante, se impone una imagen u-tópica (más allá de cualquier lugar) y, por lo tanto, irreal, pero paradójicamente al mismo tiempo, se carga sobre los hombros de las personas la responsabilidad de manejar esa mercancía en la que se convirtió su cuerpo a riesgo que, de no hacerlo, se le cargue con el estigma de la obesidad y toda una serie de significados negativos asignados por los imaginarios sociales vigentes.

#### 4.3. LAS REDES SOCIALES Y LAS COMUNIDADES PROANA Y PROMIA

En el ámbito de los TCA desde hace tiempo se ha generado suficiente evidencia científica como para que podamos afirmar el papel del uso de las redes sociales como factor de riesgo a la hora de desarrollar alguno de los trastornos de los que nos venimos ocupando (Arroyo y Brunner, 2016; Brown y Tiggermann, 2016; Frieiro et al., 2022; Mader et al., 2023; Mento et al., 2021; Stefana et al., 2022; Wilksch et al., 2020; Zhang et al., 2021). Sin dejar de lado la influencia de las posibles adicciones al uso de las redes sociales en los TCA (López-Gil et al., 2023).

En este sentido, se puede hablar de los fenómenos proAna y proMia. Estos nacen con la forma de blogs (Benavides y Cuevas Díaz, 2008; Deiana, 2011; Lafuente Martínez, 2012), pero no han tenido un desarrollo lineal. En los años 90 empiezan a aparecer estos términos en blogs y hacia 2001-2003, debido al crecimiento vertiginoso de este tipo

de blogs, el fenómeno muta y empieza a asumir la forma de páginas web (Suárez Alcántara, 2018).

Estas páginas webs sirven de contexto de relación a comunidades de personas que se apoyan en su lucha por mantenerse sin comer (proAna), o para ayudarse y compartir información sobre cómo mantener patrones que permitan no aumentar de peso a través de conductas purgativas (proMia). Se han encontrado hasta 400 de estos sitios web de este tipo dedicados a la promoción de estilos de vida que se enmarcan en un TCA (Levine y Chapman, 2012). Y el fenómeno sigue cambiando, y haciéndose más complejo, ya que, se han convertido en comunidades online con una subcultura basada en la promoción de un estilo de vida que pone en el centro de la vida de las personas el alcanzar un canon de belleza imposible e irreal, a través del apoyo social que se dan entre los miembros de las mencionadas comunidades.

Además, en Internet se encuentran los blogs llamados *Thinspiration* en los que se recurre al apoyo social, que se sabe es algo de suma importancia como elemento potenciador y mantenedor de determinadas conductas o decisiones, de ahí la utilización de los grupos de autoayuda y de los grupos terapéuticos. En cambio, en el caso de los fenómenos tecnológicos que se vienen comentando, este tipo de efectos se vuelven contra las personas vulnerables y la acción de los propios profesionales que tratan este tipo de enfermedades.

En un artículo se describe un sitio proAna investigado por los autores como una:

Comunidad que proporcionaba una web comprensible y un foro, donde los participantes intercambiaban ideas, se proporcionaba apoyo e intercambiaban experiencias, logros y los fallos percibidos. El sitio incluía recetas para promocionar una forma de comer anoréxica y saludable, consejos sobre suplementos nutricionales y “*thinspiration*”: fotografías de celebridades delgadas para inspirar y sostener el comportamiento anoréxico. Las participantes eran de Estados Unidos, Gran Bretaña, Nueva Zelanda y Australia, sobre todo mujeres entre 14 y 42 años, estando la mayoría entre los 17 y los 20 años de edad y estudiantes (Fox y Ward, 2006, p. 471).

Las páginas proAna y proMia promueven lo que estos autores defienden que conforma una verdadera identidad sustentada en un modo de

vida que se basaría en una estricta dieta, acompañada de prácticas purgativas y ejercicio. A lo que se sumaría una ingesta calórica de unas 700 calorías diarias con la supuesta finalidad de mantenerse a salvo en estas condiciones (Fox y Ward, 2006).

Es destacable que en este tipo de sitios web el instrumento principal usado es la imagen, más que el propio cuerpo. Se usan así técnicas de “apoyo” entre los miembros de la comunidad como (Behar, 2010):

- La *thinspiration* (*thin* – flaqueza + *inspiration* – inspiración): presentación de la imagen de personas que están en una situación de peso envidiable según los cánones admisibles por el marco de la subcultura proAna o proMia. Debiendo considerarse que la *Thinspiration* (el deseo de estar delgado/a) se vincula más con la psicopatología que la *Fitspiration* (el deseo de estar en forma) (Griffin et al., 2018).
- *Reverse thinspiration*: frente a lo explicado, en este caso se somete a las personas a imágenes de gente obesa o con sobrepeso para ser objeto de mofa a través de comentarios denigrantes, poemas satíricos, canciones ofensivas, etc.
- *Wannabes* (*want to be*): es como se denomina a las personas que aspiran a ser anoréxicas o bulímicas, pero aún no los son.
- *Princesa o Príncipe*: se aplica esta etiqueta a las chicas y chicos cuyo escuálido cuerpo se supone que sirve de modelo a alcanzar por el resto de la comunidad de la web.
- *Monstruolandia*: es como se refiere este tipo de sitios web a las personas obesas.

La investigación revela que estos sitios web compartirían las siguientes características (Fox y Ward, 2006; Perloff, 2014):

- Suelen promocionar el estilo de vida (*lifestyle*) y los ideales “anoréxicos”.
- Suelen usar metáforas típicas del lenguaje religioso.

- Uno de los asuntos del que se habla a menudo es la perfección ligándola a la delgadez.
- Otro de los temas habituales es el de la transformación, interpretando que los TCA pueden transformar a un individuo desde la gordura a la bella delgadez.
- Se habla también de éxito, que se vincula a la fuerza y a la habilidad de mantenerse en un peso bajo.
- Las personas participantes adoptan “firmas” que reflejan el peso, altura y metas alcanzadas.
- La etiología de la enfermedad la suelen situar las personas participantes en la esfera social: la industria de la belleza, la obsesión de los medios de comunicación con el estilo de vida de las celebridades y la asimilación de la delgadez a: la belleza, el éxito, la felicidad y la salud.

Hay que tener en cuenta que alguna investigación puso de manifiesto que el 35,5% de las enfermas con TCA habían visitado, antes del diagnóstico, este tipo de páginas; y de ellas, el 96% aprendieron en ellas nuevas prácticas para mantener o agravar su situación (Wilson et al., 2005). Así pues, la investigación describe que se pueden encontrar en las redes sociales perfiles que se autoidentifican con prácticas sostenedoras de TCA que acaban funcionando como herramientas que socializan a las personas en estilos de vida Pro-TCA, reforzando así una identidad organizada alrededor de un TCA (Arseniev-Koehler et al., 2016). Hay que considerar que estas páginas, que hoy asumen la forma de verdaderas comunidades online disponen de un lenguaje propio, por ejemplo, llaman princesas a las chicas pro-TCA y príncipes a los chicos pro-TCA, adoptan signos compartidos (por ejemplo, el uso de pulseras identificativas de color rojo y morado), y comparten una serie de discursos y valores; así pues, estamos hablando de verdaderas subculturas generadoras de identidad en las personas (Olivier Toledo y Zúñiga Martínez, 2021).

Esto es un problema si consideramos que la Agència de Qualitat d'Internet (IQUA) y la Asociación contra la Anorexia y la Bulimia (ACAB)

señalan que entre 2006 y 2011 las páginas ProAna y ProMia aumentaron un 470% y que el 75% de sus usuarios son menores de edad (Agència de Qualitat d'Internet/Asociación contra la Anorexia y la Bulimia, s. d.). Como ejemplos de lo que está pasando, se puede señalar que si en 2016 aparecían 84 millones de resultados en Google si se hacía la búsqueda “cómo no comer” (Las redes sociales fomentan en la sombra la anorexia y la bulimia, 2016), a día de hoy aparecen 575.000.000. Además, etiquetas como #A4Paperchallenger, #iphone6challenge o #collarbonechallenge, están teniendo mucho éxito proponiendo retos que pretenden que la cintura de una persona sea más estrecha que una hoja DIN A4 o que las dos rodillas juntas sean más estrechas que un iPhone 6.

A pesar de los intentos de las instituciones para controlar esta situación la solución no parece ser fácil ya que ante el cierre cada una de este tipo de páginas se asegura que se crean cinco nuevas (Vásquez, 2013). Creándose estas evitando las referencias a términos como Ana o AN (Oliver Toledo y Zúñiga Martínez, 2021). Aunque investigaciones recientes concluyen que aunque se pueden localizar más de un millón de entradas ProAna y ProMia, estas son páginas mal posicionadas con mayor difusión en Facebook y X (la anteriormente llamada Twitter). Aunque, por desgracia si la búsqueda se cambia a “anorexia” esta es abundante y estaría bien posicionada en las búsquedas (Lladó et al., 2017). Frente a esto se propone el aumento de la alfabetización de los, y las adolescentes, para reducir el riesgo de padecer un TCA por el uso de las redes sociales (McLean et al., 2017).

Toda esta situación se ha complicado después de la pandemia del covid-19 ya que esta ha elevado la prevalencia de algunos trastornos mentales. En concreto, uno de los que más ha aumentado son los TCA (Zipfer et al., 2022). Se habla de que los TCA han pasado de un 37,5% al 56,2% debido al efecto de la pandemia (Vindegaard y Benros, 2020). Produciéndose el incremento tanto en la anorexia, como en la bulimia, el trastorno por atracón y los trastornos nos especificados (Devoe et al., 2023).

Asimismo, se han incrementado los ingresos por estos trastornos un 48% y las visitas a urgencias un 11%, con incrementos todavía mayores si solo se tiene en cuenta a la población femenina y las adolescentes (Meier et al., 2022) o a las personas con identidades marginalizadas

(Mikhail, 2023). Pero, además, se ha complicado la manera en que se presentan este tipo de trastornos ya que una “proporción más alta de pacientes con trastornos de la conducta alimentaria en 2020 tuvieron ideaciones suicidas (ratio de peligro (*hazard ratio*) HR = 1.30, 1.16-1.47) o intentos de suicidio (HR = 1.69, 1.21-2.35)” (Taquet et al., 2021, p.3). Algo que se mantiene hasta la actualidad en la que los pacientes de TCAs “presentan mayor riesgo de exacerbación de sintomatología y riesgo de autolesiones y suicidio” (Huete Cordova, 2022, p. 70). De hecho, la prevalencia de autolesiones no suicidas (NSSI) en los TCA sería de un 34,59%, siendo en todos los TCA superior al 20% (Kirkpatrick et al., 2024). Estos aumentos en las prevalencias de los TCA son tan grandes, y la evidencia científica se está acumulando a tal velocidad, que alguna investigación ha puesto en duda las metodologías utilizadas (Kirkpatrick et al., 2024). En resumen, se puede decir que

las redes sociales han ocupado el espacio de los medios de comunicación tradicionales, por lo que han asumido su papel y perpetúan el problema de los estereotipos de belleza ya existentes, pero añadiéndole el factor social del que los anteriores carecían. También se concluyó que no es posible hablar de redes sociales, en general, puesto que estas son muy heterogéneas, siendo Facebook e Instagram las más relacionadas con la anorexia y la bulimia nerviosas (Villar del Saz Bedmar y Baile Ayensa, 2023, p. 141).

## 5. CONCLUSIONES

Se puede concluir que los TCAs son trastornos con una etiología compleja. Entre los factores que influyen en esta, desde un punto de vista social, se distinguen dos conceptos vinculados. El concepto de imagen y el de cuerpo, y la percepción y autopercepción que pueden generar. Ambos se ven afectados por la diferencia establecida por el género al que pertenece cada persona.

En cualquier caso, los medios de comunicación transmiten a la sociedad la estructuración del eje interpretativo de género en relación a la imagen de las personas. Asimismo, son estos los que agravan el nivel de descontento normativo, y facilitar la comparación de los diferentes cuerpos con un canon de belleza que no se corresponde con la realidad, lo que se puede convertir en un factor de riesgo en relación al aumento de la

incidencia de los TCAs, dado el papel de las redes sociales como factor de riesgo para el desarrollo de estos trastornos como se ha visto a lo largo de este capítulo.

Así pues, debe de tenerse en cuenta la importancia de los propios medios de comunicación como creadores de realidad y de las nuevas tecnologías que facilitan que los mensajes “inunden” la sociedad. Estos mensajes sobre la imagen y el cuerpo en los últimos tiempos suelen vehicularse a la alimentación como práctica que, como se ha visto, puede acabar configurando comunidades online que son verdaderas subculturas que socializan a las personas a través de identidades pro-TCA lo que habría que intentar frenar, a través del aumento del control de las redes sociales, a través de programas de alfabetización en el uso de las redes sociales, el desarrollo de campañas que rompiesen con la canon normativo de belleza, que hoy día es patológico, y la difusión de las corporalidades no hegemónicas para no estigmatizar la diferencia, para, finalmente, implementar políticas públicas que intenten frenar el aumento de la prevalencia de trastornos como los TCAs que ponen en riesgo el bienestar y la propia vida de las personas.

## 6. AGRADECIMIENTOS/APOYOS

Esta investigación se ha llevado a cabo con la financiación de la Xunta de Galicia a través de las Ayudas para Grupos de investigación con potencial de crecimiento: ED431B 2022/31.

También ha recibido el apoyo del «Programa de captación de talento investigador EMERGIA». Consejería de Transformación Económica, Industria, Conocimiento y Universidades. Secretaría General de Universidades, Investigación y Tecnología, Junta de Andalucía: EMERGIA EMC21\_00331.

## 7. REFERENCIAS

Arroyo, A. y Brunner, S. R. (2016). Negative body talk as an outcome of friends' fitness posts on social networking sites: body surveillance and social comparison as potential moderators. *Journal of Applied Communication Research*, 44, 216–235. <https://doi.org/10.1080/00909882.2016.1192293>

- Ashikali, E. M. y Dittmar, H. (2010). Body image and restrained eating in blind and sighted women: A preliminary study. *Body Image*, 7, 172-175. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.01.002>
- Baños, R. M. y Miragall, M. (2015). Los trastornos alimentarios y sus causas. En M. A. Martínez Martín (Dir.), *Todo sobre los Trastornos de la Conducta Alimentaria* (pp. 51-96). Altaria
- Barlett, C. P., Vowels, C. L. y Saucier, D. A. (2008). Meta-Analyses of the effects of media images on men's body-image concerns. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37(3), 279-310. <https://doi.org/10.1521/jscp.2008.27.3.279>
- Berengüí, R., Castejón, M. A., Torregrosa, M. S. (2016). Body dissatisfaction, risk behaviors eating disorders in university students. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 7, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.rmta.2016.02.004>
- Borkoles, E., Polman, R. y Levy, A. (2010). Type-D personality and body image in men: The role of exercise status. *Body Image*, 7, 39-45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.10.005>
- Brown, Z. y Tiggemann, M. (2016). Attractive celebrity and peer images on Instagram: Effect on women's mood and body image. *Body Image*, 19, 37-43. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.08.007>
- Haedt-Matta, A. A, Zaltab, A. K., Forbush, K. T. y Keel, P. K. (2012). Experimental evidence that changes in mood cause changes in body dissatisfaction among undergraduate women. *Body Image*, 9, 221-226. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.11.004>
- Calado, M. y Lameiras, M. (2014). *Alteraciones de la imagen corporal, la alimentación y el peso*. Tirant Humanidades
- Canals, J. y Arijia Vals, V. (2022). Factores de riesgo y estrategias de prevención de los trastornos de la conducta alimentaria. *Nutrición Hospitalaria*, 39(2), 16-26. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.04174>
- Cash, T. F. (2002). A "Negative Body Image": Evaluating Epidemiological Evidence. En T. F. Cash y B. Pruzinsky (Eds.), *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice* (pp. 269-276). Guildford Press
- Cervera, M. (2007). *Riesgo y prevención de la anorexia y la bulimia*. Pirámide
- Dane, A. y Bhatia, K. (2023) The social media diet: A scoping review to investigate the association between social media, body image and eating disorders amongst young people. *PLOS Glob Public Health*, 3(3), 1-26. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0001091>

- Devoe, D., Han, A., Anderson, A., Katzman, D. K., Patten, S. B., Soumbasis, A., Flanagan, J., Paslakis, G., Vyver, E., Marcoux, G. y Dimitropoulos, G. (2023). The impact of the COVID-19 pandemic on eating disorders: A systematic review. *Int J Eat Disord*, *56*(1), 5-25.  
<https://doi.org/10.1002/eat.23704>
- Dittmar, H., Halliwell, E. y Ive, S. (2006). Does Barbie make girls want to be thin? The effect of experimental exposure to images of dolls on the body image of 5 to 8-year-old girl. *Developmental Psychology*, *42*, 283-292.  
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.283>
- Frederickson, B. y Roberts, T-A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, *21*(2), 173-206.  
<https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Frieiro, P., Gonzalez-Rodríguez, R. y Domínguez-Alonso, J. (2022). Self-esteem and socialisation in social networks as determinants in adolescents' eating disorders. *Health & Social Care in the Community*, *30*(6).  
<https://doi.org/10.1111/hsc.13843>
- Friero Padín, P. F., González-Rodríguez, R., Verde-Diego, C. y Vázquez-Pérez, R. (2021). Social Media and Eating Disorder Psychopathology: A Systematic Review, *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, *15*(3).  
<https://doi.org/10.5817/CP2021-3-6>
- García Ruiz, L. J. y González Romero, Y. (2019). *Los factores psicosociales de la anorexia y la bulimia en adolescentes* [Tesis]. Universidad Cooperativa de Colombia
- Garfinkel, P. E. y Garner, D. M. (1982). *Anorexia Nervosa a multidimensional perspective*. Brunner/Mazel Publishers.
- Garner, D. M. y Garfinkel, D. E. (1984). *Handbook of Psychotherapy for Anorexia Nervosa and Bulimia*. Guilford Press
- Gerbner, G., Gross, L., Morgan, M. y Signorelli, N. (1994). Growing up with television: The cultivation perspective. En J. Bryant y D. Zillmann (Eds.), *Media effects: Advances in theory and research* (pp. 17-41). Lawrence Erlbaum Associates
- Griffiths, S., Castle, D., Cunningham, M., Murray, S. B., Bastian, B. y Barlow, F. K. (2018). How does exposure to thinspiration and fitspiration relate to symptom severity among individuals with eating disorders? Evaluation of a proposed model, *Body Image*, *27*, 187-195.  
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.10.002>
- Groesz, L. M., Levine, M. P. y Murnen, S. K. (2002). The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: A meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders*, *31*, 1-16.  
<https://doi.org/10.1002/eat.10005>

- Gualdron Castañeda, T. L. (2020). *Anorexia y bulimia asociada a estereotipos de belleza en mujeres adolescentes de 13 a 17 años de edad* [Tesis]. Universidad Cooperativa de Colombia
- Heinberg, L. J., Thomson, J. K. y Stormer, S. (1995). Development and validation of the socio-cultural attitudes toward appearance scale (SATAQ). *International Journal of Eating Disorders*, 17, 81-89
- Helgeson, V. S. (2009). *The psychology of gender* (3<sup>a</sup> ed.). Pearson Prentice Hall
- Huete Cordova, M. A. (2022). Trastorno de la conducta alimentaria durante la pandemia del SARS-CoV-2. *Revista Neuropsiquiatría*, 85(1), 66-71. <https://doi.org/10.20453/rnp.v85i1.4156>
- Infante Faura, J. R. y Ramírez Luna, C. M. (2017). Uso de Facebook y la autopercepción de la imagen corporal en mujeres. *Avances en Psicología*, 252, 209-222. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2017.v25n2.356>
- Jáuregui Lobera, I. (2006). *La imagen de una sociedad enferma: anorexia, bulimia, atracones y obesidad*. Grafema
- Jáuregui-Lobera, I. y Martínez-Quiñones, J. V. (Eds.). (2024). *Eating: Pathology and Causes*. Intechopen
- Jiménez-Rodríguez, D. (2007). *La anorexia nerviosa y los medios de comunicación*. Paraninfo digital
- Keery, H., Van den Berg, P. y Thompson, J. K. (2004). An evaluation of the Tripartite Influence Model of body dissatisfaction and eating disturbance with adolescent girls. *Body Image*, 1, 237–251. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.03.001>
- Kirkpatrick, R. H., Breton, E., Biorac, A., Munoz, D. P. y Booij, L. (2024). Non-suicidal self-injury among individuals with Eating Disorder: A systematic review and prevalence meta-analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 57, 223-248. <https://doi.org/10.1002/eat.24088>
- Labora González, J. J. (2018). *A evolución da percepción social dos trastornos da conduta alimentaria dos profesionais da saúde en Galicia* [Tesis]. Universidade de Santiago de Compostela.
- Labora González, J. J. y Fernández Vilas, E. (2023). Una Historia Social de la corporeidad: del cuerpo físico al cuerpo vivido. *Cultura de los cuidados*, 27(67), 175-205. <https://dx.doi.org/10.14198/cuid.22251>
- Le Breton, D. (2018). *La sociología del cuerpo*. Siruela
- Linardon, J., Anderson, C. y Zoe McClure, Z. (2023). Body appreciation predicts better mental health and wellbeing. A short-term prospective study. *Body Image*, 45, 20-24. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.02.001>

- López-Gil, J. F., Chen, S., Jiménez-López, E., Abellán-Huerta, J., Herrera-Gutiérrez, E., Panisello-Royo, J. M., Mesas, A. E. y Tárraga-López (2023). Are the Use and Addiction to Social Networks Associated with Disordered Eating Among Adolescents? Findings from the EHDLA Study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01081-3>
- Lopez Guimerá, G., Levine, M. P., Sánchez-Carracedo, D. y Fauquet, J. (2010). Influence of Mass Media on Body Image and Eating Disordered Attitudes and Behaviors in Females: A Review of Effects and Processes. *Media Psychology*, *13*, 387-416. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/15213269.2010.525737>
- Lozano Sánchez, Z. B. (2012). La familia y las redes sociales en los trastornos alimenticios en adolescentes de la época moderna contemporánea. *In Crescendo*, *3*(2), 299-301. <https://doi.org/10.21895/incres.2012.v3n2.11>
- Mader, L., Müller, K. W., Wölfling, K., Beutel, M. E. y Scherer, L. (2023). Is (Disordered) Social Networking Sites Usage a Risk Factor for Dysfunctional Eating and Exercise Behavior? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *20*, 3484, 1-11. <https://doi.org/10.3390/ijerph20043484>
- McLean, S. A., Wertheim, E. H., Masters, J. y Paxton, S. J. (2017). A pilot evaluation of a social media literacy intervention to reduce risk factors for eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, *50*, 847–851. <https://doi.org/10.1002/eat.22708>
- Meier, K., van Hoeken, D., Hoek, H. W. (2022). Review of the unprecedented impact of the COVID-19 pandemic on the occurrence of eating disorders. *Curr Opin Psychiatry*, *35*(6), 353-361. <https://doi.org/10.1097/ycp.0000000000000815>
- Mikhail, M. E. (2023). Unheard voices: The impact of the COVID-19 pandemic on disordered eating in people with marginalized identities: Commentary on Devoe et al. (2022), Linardon et al. (2022) and Schneider et al. (2022). *Int J Eat Disord*, *56*(1), 68-71. <https://doi.org/10.1002/eat.23725>
- Moraña, M. (2021). *Pensar el cuerpo. Historia, materialidad y símbolo*. Herder
- Morgan, J. F. y Arcelus, J. (2009). Body image in Gay and Straight Men: a Qualitative Study. *European Eating Disorders*, *17*, 435-443. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/erv.955>
- Perloff, R. M. (2014). Social Media Effects on Young Women's Body Image Concerns: Theoretical Perspectives and an Agenda for Research. *Sex Roles: a Journal of Research*, *71* (11-12), 363-377. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s11199-014-0384-6>

- Poo Figueroa, A. M., Espinoza, S., Torres, N. y Vera, K. (2022). Representaciones de cánones de belleza en profesionales sanitarias que atienden a mujeres chilenas diagnosticadas con Trastornos de la Conducta Alimentaria. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 12, 1, 25-38. <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2022.1.728>
- Raich, R. M. (2000). *Imagen corporal. Conocer y valorar el propio cuerpo*. Pirámide
- Rodgers, R. F., McLean, S. A. y Paxton, S. J. (2015). Longitudinal relationships among internalization of the media ideal, peer social comparison, and body dissatisfaction: Implications for the tripartite influence model. *Developmental Psychology*, 51(5), 706–713. <https://doi.org/10.1037/dev0000013>
- Rodin, M. P., Silberstein, L., Striegel-Moore, R. H. (1984). Women and weight: A normative discontent. En T. B. Sonderegger (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation* (pp. 267-307). University of Nebraska Press
- Rodríguez Testal, J. F. y Senín, M. C. (2013). Introducción. En J. F. Rodríguez Testal (Coord.), *Alteraciones de la imagen corporal* (pp. 17-56). Síntesis
- Seva Ruiz, M. y Casadó Marín, L. C. (2015). La construcción de la identidad e imagen corporal en la adolescencia a través de los medios de comunicación social: estrategias para el Desarrollo de un modelo de prevención. *Revista Científica del Colegio Oficial de Enfermería de Valencia*, 108, 68-73
- Spetigge, W. y Henderson, K. A. (2004). Eating Disorders and the Role of the Media. *The Canadian Child and Adolescent Psychiatry Review*, 13(1), 16-19
- Stefana, A., Dakanalis, A., Mura, M., Colmegna, F. y Clerici, M. (2022). Instagram use and mental wellbeing: The mediating role of social comparison. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 210(12), 960–965. <https://doi.org/10.1097/nmd.0000000000001577>
- Stice, E. (2002). Risk and maintenance factors for eating pathology: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 128(5), 825-848. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.5.825>
- Suárez Alcántara, M. C. (2018). Belleza y salud en espacios pro Ana y pro Mía. Anorexia y Bulimia en la Web. En M. A. Sánchez Neira, A. Oyosa Romero y L. G. Álvarez Corona (Coords.), *Miradas convergentes frente a cuerpos disidentes* (pp. 2-29). Politics & Social Sciences Kindel eBooks
- Taquet, M., Geddes, J. R., Luciano, S. y Harrison, P. J. (2021). Incidence and outcomes of eating disorders during COVID-19 pandemic. *The British Journal of Psychiatry*, 220(5), 1-3. <https://doi.org/10.1192/bjp.2021.105>

- Tiggermann, M. (2011). Sociocultural Perspectives on Human Appearance. En T. F. Cash y L. Slomak (Eds.), *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention* (2ª ed, pp. 12-19). Guilford Press
- Toro, J. (2004). *Riesgo y causas de la anorexia nerviosa*. Ariel
- Toro, J. (2015). *El cuerpo como delito: anorexia, bulimia, cultura y sociedad* (6ª impre.). Ariel
- Tur, D. (2016). La evolución de la imagen de la mujer en los videojuegos. En E. Alba, B. Ginés, L. Pérez Ochando (Eds.), *De-construyendo identidades. La imagen de la mujer desde la modernidad* (pp. 301-320). Universidad de Valencia
- Villar del Saz Bedmar, M. y Baile Ayensa, J. I. (2023). La influencia de las redes sociales como factor de riesgo en el Desarrollo de la anorexia y la bulimia nerviosas durante la adolescencia. *Tecnología, Ciencia y Educación*, 24, 141-168. <https://doi.org/10.51302/tce.2023.743>
- Vindegaard, N. y Benros, M. E. (2020). COVID-19 pandemic and mental health consequences: Systematic review of the current evidence. *Brain Behav Immun*, 89, 531-542. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.048>
- Wilksch, S. M., O'Shea, A., Ho, P., Byrne, S. y Wade, T. D. (2020). The relationship between social media use and disordered eating in young adolescents. *International Journal of Eating Disorders*, 53(1), 96–106. <https://doi.org/10.1002/eat.23198>
- Williams, M. S., Thomsen, S. R. y McCoy, J. K. (2003). Looking for an accurate mirror: A model for the relationship between media use and anorexia. *Eating Behaviors*, 4, 127-134. [https://doi.org/10.1016/s1471-0153\(03\)00015-1](https://doi.org/10.1016/s1471-0153(03)00015-1)
- Zhang, J., Wang, Y., Li, Q. y Wu, C. (2021). The relationship between SNS usage and disordered eating behaviors: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 12, 641919. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.641919>
- Zipfer, S., Schmidt, U. y Giel, K. E. (2022). The hidden burden of eating disorders during COVID-19 pandemic. *The Lancet Psychiatry*, 9, 9-11. [https://doi.org/10.1016/s2215-0366\(21\)00435-1](https://doi.org/10.1016/s2215-0366(21)00435-1)

