



ESCUELA UNIVERSITARIA DE ENFERMERIA
NUESTRA SEÑORA DE CANDELARIA
Centro adscrito a la Universidad de La Laguna



**INFLUENCIA DE LA PUBLICIDAD Y LAS REDES
SOCIALES EN LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA
ALIMENTARIA: UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA**

Memoria de Trabajo de Fin de Grado para optar al título de Graduado en Enfermería

CURSO ACADÉMICO

2022-2023

Paula López González

Francisco Javier Castro Molina



Agradecimientos

En primer lugar quiero agradecer a mi tutor Francisco Javier Castro Molina, por su paciencia, atención y dedicación. Por darme siempre libertad y apoyo durante todo este proceso.

A mi familia, sobre todo a mis padres Montse y José, por dedicarme todo su tiempo, esfuerzo y amor, por haber fomentado mi curiosidad y mi vocación de vivir ayudando a los demás. También a mi hermana Débora, la persona que me ha inspirado no sólo en este trabajo, sino en mi vida, por ser mi modelo a seguir.

A mis amigos, por ayudarme (o más bien forzarme) a desconectar, por estar siempre.

A Tania, por recordarme quién soy cuando más lo necesito, por la motivación y la alegría infinita que aporta a todo el que rodea.

Por último, gracias a ti, Carlos, por ser una constante en mi vida, por creer en mí, por los mejores días que aún no han llegado.



DOCUMENTO DE REVISIÓN

DOCUMENTO 1

RESUMEN

NOMBRE: Paula López González

NIF:

CORREO ELECTRÓNICO: Alu0101235509@ull.edu.es


DIRECCIÓN: Ctra. Gral. del Rosario, 145, 38010 Santa Cruz de Tenerife

TITULO DE LA REVISIÓN: INFLUENCIA DE LA PUBLICIDAD Y LAS REDES SOCIALES EN LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA: UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.

ÁREA Y LÍNEA TEMÁTICA DEL PROYECTO: Salud mental, trastornos de la conducta alimentaria, prevención y actuación enfermera.

HAGO CONSTAR (señalar lo que proceda):

1. Que no hemos recibido ayudas o subvenciones con el mismo objeto de cualquier Administración o Ente Público
2. Que son ciertos todos los datos que figuran en esta solicitud

Investigador Principal (firma y nombre): Paula López González 	Tutor del trabajo (firma y nombre): Francisco Javier Castro Molina
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------

En Santa Cruz de Tenerife, a 25 de mayo de 2023.



DOCUMENTO DE REVISIÓN	
------------------------------	--

DOCUMENTO 2	MEMORIA
--------------------	----------------

INVESTIGADOR PRINCIPAL: Paula López González.

TÍTULO: Influencia de la publicidad y redes sociales en los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

PALABRAS CLAVE: Trastornos de la conducta alimentaria, publicidad, redes sociales, prevención, atención de enfermería.

RESUMEN

Introducción: A lo largo de la historia, los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) han resultado una constante en la sociedad. Como sabemos, esta patología no puede entenderse fuera del contexto social y el auge de los nuevos medios de comunicación ha perpetuado el canon de belleza que ya venía impuesto por la publicidad. El presente estudio tiene como objetivo analizar la literatura existente sobre la influencia de la publicidad y las redes sociales en estos trastornos.

Metodología: Una vez planteada la pregunta de investigación PICO, se realizó una búsqueda bibliográfica en diferentes bases de datos. Se seleccionaron en total 27 artículos tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión determinados.

Resultados: La evidencia encontrada sobre la problemática de la exposición a la publicidad y las redes sociales determina sus efectos como influyentes y nocivos para la conducta alimentaria. Además, aunque se han implementado medidas que puedan mitigar estos efectos, no existe evidencia de sus beneficios a largo plazo, por lo que es esencial destacar el papel de la educación mediática en los más jóvenes. El papel de la enfermera resulta fundamental en el manejo de los pacientes con TCA, sin embargo, se precisan más investigaciones sobre intervenciones relacionadas con la educación para la salud.

Conclusión: Abordar los TCA supone un asunto de salud pública que requiere de la colaboración de distintos actores sociales y de la implicación de las familias y la sociedad en su conjunto. El auge de nuevos medios de comunicación vuelve a poner sobre la mesa la necesidad de que se siga investigando sobre estas patologías, sobre su prevención y tratamiento, que debe ser estandarizado y basado en la literatura científica.



TITLE: Influence of advertising and social networks on eating disorders: a literature review.

KEYWORDS: Feeding and eating disorders, advertising, social media, prevention, nursing care.

SUMMARY

Introduction: Throughout history, eating disorders (ED) have been a constant in society. As we know, this pathology cannot be understood outside the social context and the rise of the new media has perpetuated the beauty canon that had already been imposed by advertising. The present study aims to analyse the existing literature on the influence of advertising and social networks on these disorders.

Methodology: Once the PICO research question was posed, a bibliographic search was carried out in different databases. A total of 27 articles were selected after applying the determined inclusion and exclusion criteria.

Results: The evidence found on the problem of exposure to advertising and social networks determines its effects as influential and harmful for eating behaviour. In addition, although measures have been implemented that can mitigate these effects, there is no evidence of their long-term benefits, so it is essential to highlight the role of media education in the youngest. The role of the nurse is fundamental in the management of patients with eating disorders; however, more research is needed on interventions related to health education.

Conclusion: Addressing eating disorders is a public health issue that requires the collaboration of different social actors and the involvement of families and society as a whole. The rise of new media once again puts on the table the need for further research on these pathologies, on their prevention and treatment, which must be standardized and based on scientific literature.



INTRODUCCIÓN.

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) no resultan algo novedoso para la humanidad. A lo largo de la historia, sus síntomas han sido descritos en numerosas ocasiones con distintas connotaciones como la religiosidad, el misticismo o la renuncia a la feminidad a través de la restricción y la purga(1) . Diferentes figuras históricas han sido identificadas con este tipo de conductas en el transcurso del tiempo. Uno de los casos más relevantes es el de Catalina de Siena, también conocida como Catalina la Santa, una religiosa italiana del siglo XIV. Desde su adolescencia mantuvo conductas de ayuno y purga de inspiración religiosa, que fueron agravándose hasta manifestar lo que se ha denominado la “anorexia santa” o “holy anorexia”, puesto que, según las crónicas, a la edad de veinticinco años sólo ingería hierbas amargas que a menudo escupía (2). En ningún caso se buscaba un ideal de belleza físico a través de la restricción como sucede en la actual anorexia nerviosa, a pesar de que sus manifestaciones físicas son similares. El alimento se consideraba algo impuro e incompatible con el acercamiento a Dios, atribuyéndose la inanición a un deseo de rebelión contra la sociedad y a una búsqueda incansable de la pureza espiritual(3).

Como ella, Santa Wilgefortis, Santa Liduina de Chiedam y Sor Juana Inés de la Cruz, entre otras, sufrieron la anorexia santa como método de mortificación al cuerpo y acercamiento a Dios, lo que llevó a su canonización. Santa Teresa de Ávila, en el siglo XVI, también manifestó conductas de purga, ya que se inducía el vómito con una ramita de olivo y manifestaba que sus estados de éxtasis se producían en momentos de máximo ayuno. Estos hechos no solo se documentan en mujeres, ya que hombres como el poeta inglés Lord Byron, también recurrían a la restricción de la alimentación acompañada de un ejercicio físico intenso, convirtiéndose en ejemplo para muchas jóvenes de la época y siendo uno de los primeros casos que se recogen sobre la Anorexia Nerviosa (AN) y la Bulimia Nerviosa (BN) (4).

Aunque estas conductas problemáticas en torno a la alimentación y el cuerpo han existido desde la antigüedad tal y como se ha expuesto, fue en el siglo XX cuando comenzaron a ser abordadas. En 1970 se celebra la primera conferencia internacional sobre los trastornos alimentarios, sin embargo, no fue hasta el año 1980 que se acuñó el término de “Trastornos de la Conducta Alimentaria” al incluirse en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales III (DSM-III), sentando las bases para la divulgación y difusión de este problema social que nos acompaña hasta el día de hoy(5).

Cuando hablamos de estos trastornos nos referimos a un grupo de afecciones en las que las creencias negativas sobre la comida, la imagen corporal y el peso se asocian a comportamientos como la restricción de la ingesta, atracones, ejercicio excesivo, provocación del vómito o uso de laxantes.

Actualmente, en la clasificación DSM-5, encontramos:

- Los TCA típicos, en el que se incluyen la AN, BN y Trastorno por atracón (TA).
- Los Trastornos Alimentarios Especificados, que se caracterizan por no cumplir los criterios de diagnóstico de un TCA específico pero que causan un malestar significativo y repercuten la vida diaria, siendo estos la AN, BN y TA atípicos, el trastorno por purga y el síndrome de ingestión nocturna de alimentos.
- Por último, los TCA no especificados (TCANE), que resultan en todos los demás trastornos en los que no existe suficiente información para realizar un diagnóstico específico(6,7).

Aunque los TCA afectan a ambos sexos, la prevalencia es mayor en mujeres jóvenes: en Europa, la prevalencia de la AN entre las mujeres es de un 1 a un 4%, la BN se encuentra entre un 1-2% y el TA un 1-4%. Por otro lado, entre los hombres, los TCA se presentan en un 0,3-0,7%. En España, entre un 4,1 y el 6,4% de mujeres y un 0,3% de los hombres sufren TCA. A nivel autonómico, según un estudio realizado en Gran Canaria entre estudiantes de 12 a 20 años, la prevalencia de la AN fue de 0,19%, para la BN de 0,57% y para TCANE de 3,34% (8-10).

La etiología de los TCA resulta compleja y multifactorial. Se conoce que las causas comprenden factores ambientales o biológicos, pero esta patología no puede entenderse fuera del contexto social. Uno de los factores más relevantes para la aparición de este trastorno es la insatisfacción corporal (IC), precedida de una interiorización del canon de belleza impuesto por la sociedad que promueve modelos corporales inalcanzables para la mayoría de la población. Estos modelos difieren en cuanto al género: las mujeres tienden a desear la delgadez, sin embargo, los hombres aspiran a un cuerpo más musculado con poco porcentaje de grasa corporal. Dichos modelos corporales se asocian con el éxito y la aceptación, por lo que se ven representados a menudo en los medios de comunicación como resultado de una multitud de intereses de tipo comercial(11,12).

Dentro del contexto sociocultural de los trastornos alimentarios, es fundamental tener en cuenta cómo la publicidad influye en la sociedad, su autopercepción y sus valores. A menudo, los anuncios televisivos refuerzan esos estereotipos y los promueven de forma concentrada en un espacio limitado, lo que puede

llevar a una estimulación impulsiva hacia la delgadez a través de modelos y famosas que son presentadas como símbolo de triunfo. Además, la lectura de revistas enfocadas al mundo del fitness o de la industria de la moda pueden afectar directa o indirectamente a la autoestima, hábitos alimentarios y comportamiento general de salud de los lectores, ya que ofrecen mensajes contradictorios al incluir publicaciones sobre planes de dieta radicales, consejos para perder peso y programas de ejercicio junto a anuncios de alimentos poco saludables. Las presiones sociales de las industrias de medios de comunicación, moda y publicidad son cada vez mayores y pueden afectar negativamente al consumidor(13).

En la actualidad, Internet y las redes sociales (RRSS) resultan cruciales en la difusión de publicidad e información. Los jóvenes están expuestos a múltiples estímulos de manera constante, existiendo contenido que promueve los TCA como un estilo de vida que imitar y que está al alcance de todos. Según el Instituto Nacional de Estadística (INE), en España, un 92,6% de la población de 16 a 24 años hace uso de RRSS, un rango de edad que podría resultar más vulnerable a estos estímulos(14).

Por otra parte, surge una nueva figura que sirve como modelo para los más jóvenes, los “influencers”, que además de generar una relación de confianza entre iguales con sus seguidores, transmiten publicidad y consejos patrocinados por diferentes empresas, tratando temas como bienestar, belleza o incluso salud. Esta manera de comunicar resulta incluso más peligrosa que la expuesta en páginas webs, ya que los mensajes peligrosos pasan más desapercibidos. Es por esto por lo que resulta de imperiosa necesidad una legislación que regule el flujo de información a través de estos medios como ya ocurre en países como Francia e Italia(13).

La educación juega un papel importante a la hora de filtrar e identificar valores que comprometan la conducta saludable en pantallas y medios impresos. La alfabetización mediática puede ser una herramienta útil para enseñar a los adolescentes y jóvenes a convertirse en consumidores conscientes y críticos con los medios en relación con la apariencia y con ello, prevenir la IC y las conductas alimentarias alteradas. Se ha demostrado que las intervenciones basadas en la educación mediática reducen la comparación social y la internalización de ideales estéticos inalcanzables(12).

El objetivo general de esta revisión bibliográfica es analizar la literatura disponible sobre la influencia de la publicidad y las RRSS en los trastornos de la conducta alimentaria.

Los objetivos específicos son:

- Conocer los efectos que produce en la conducta alimentaria la exposición a los medios y RRSS en adolescentes y jóvenes.
- Averiguar medidas para prevenir los efectos nocivos de los medios de comunicación en la conducta alimentaria.
- Resaltar el papel de la enfermería en el manejo del paciente con TCA y la educación para la salud relacionada con RRSS en pacientes vulnerables.

METODOLOGÍA

Se ha llevado a cabo una revisión de la literatura, realizando una búsqueda bibliográfica con el objetivo de encontrar publicaciones que analicen la relación entre la publicidad y las RRSS con los Trastornos de la Conducta Alimentaria.

La estrategia de búsqueda se realizó desde el mes de diciembre de 2022 hasta enero de 2023. Respecto a los criterios de inclusión, se han considerado útiles aquellos artículos que trataran la problemática de la exposición a la publicidad y el uso de RRSS seleccionadas: Facebook, Tiktok, Instagram o Twitter en relación con la conducta alimentaria, aquellas publicaciones con acceso abierto, publicadas en español o inglés. De la misma forma, fueron descartados los artículos que tras realizar una lectura comprensiva no estaban relacionados con el tema a estudio, aquellos con una puntuación CASPe menor a 7, STROBE con puntuación menor a 13 y Berra con valoración de calidad baja y publicaciones que trataran específicamente sobre comunidades en línea descritas como Pro-TCA, ya que el objetivo de la revisión se refiere al uso de las RRSS y el consumo de la publicidad cotidianos, no a la exposición voluntaria a medios que promueven dichos trastornos.

El objetivo de esta revisión responde a la pregunta realizada en formato PICO que se expone a continuación:

→P (paciente o población) : Adolescentes y jóvenes.

→I (intervención) : Uso habitual de las RRSS y exposición a publicidad.

→C (comparación) : No hacer uso habitual de RRSS y exposición limitada a la publicidad

→O (outcome, resultado) : Padeecer o no un TCA.

Para la búsqueda se utilizaron las siguientes bases de datos: PubMed, *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Biblioteca Virtual de la Salud (BVS) y *Cumulative Index of Nursing and Allied Literature* (CINAHL).

Los estudios se identificaron utilizando los Descriptores de ciencias de la Salud (DeCS)/Medical Subject Headings (MeSH) siguientes: “Trastornos de Alimentación y de la Ingestión de Alimentos/Feeding and Eating Disorders”, utilizando su sinónimo cuando los resultados no eran los esperados (“Trastornos de la Conducta Alimentaria/ Eating Disorders”), “Atención de enfermería/ Nursing Care”, “Medios de Comunicación Sociales/ Social Media”, “Publicidad/ Advertising”

Una vez establecida la pregunta PICO en lenguaje documental mediante los descriptores tesauros, los agrupamos mediante los operadores booleanos “AND” y “OR”. En la tabla 1 se muestra los resultados iniciales de las estrategias de búsqueda.

<i>Base de datos</i>	<i>Fecha de búsqueda</i>	<i>Descriptores y operadores utilizados</i>	<i>Artículos encontrados</i>	<i>Artículos escogidos</i>	<i>Límites (Filtros de búsqueda)</i>
Pubmed	20-12-22	Feeding and eating disorders AND social media OR advertising	7213	22	Free full text + 2012-2022
	20-12-22	Feeding and eating disorders AND nursing care	216	4	Free full text + 2012-2022
SciELO	22-12-22	Feeding and eating disorders AND social media or advertising	17	1	2012-2022
	22-12-22	Eating disorders AND social media OR advertising	6	5	2012-2022
	22-12-22	Feeding and eating disorders AND nursing care	0	0	2012-2022
	22-12-22	Eating disorders AND nursing care	7	0	2012-2022
Biblioteca Virtual de la Salud (BVS)	02-01-23	Feeding and eating disorders AND social media OR advertising	3565	11	Texto completo disponible, Inglés o Español, 2012-2023
	02-01-23	Feeding and eating disorders AND nursing care	162	9	Texto completo disponible, Inglés o Español, 2012-2023
Cumulative Index of Nursing and Allied Literature (CINAHL)	07-01-23	Feeding and eating disorders AND social media OR advertising	3402	1	Texto completo, 2013-2023
	07-01-23	Eating disorders AND social media OR advertising	3494	6	Texto completo, 2013-2023



	07-01-2023	Feeding and eating disorders AND nursing care	2	0	Texto completo, 2013-2023
--	------------	-----------------------------------------------	---	---	---------------------------

Tabla 1. Elaboración propia.

Tras la primera exploración realizada en las diferentes bases de datos, se llevó a cabo una búsqueda de bibliografía inversa para encontrar otras fuentes de literatura científica con el fin de ampliar y profundizar la información, logrando acercarnos lo máximo posible a los objetivos de la revisión.

Tras analizar la evidencia científica disponible, se logró recuperar 59 documentos para la lectura crítica. A través de la búsqueda inversa, se encontraron 7 artículos adicionales. Se clasificaron los artículos teniendo en cuenta el título y el resumen de los mismos, descartando las publicaciones duplicadas. Finalmente, al aplicar los criterios de inclusión y exclusión y teniendo en cuenta las puntuaciones de la parrilla CASPe, STROBE y Berra, (Véase anexo 1) el número total de estudios a revisar fue de 49, de los cuales 27 se incluyeron en la revisión tal y como se muestra en la figura 1.

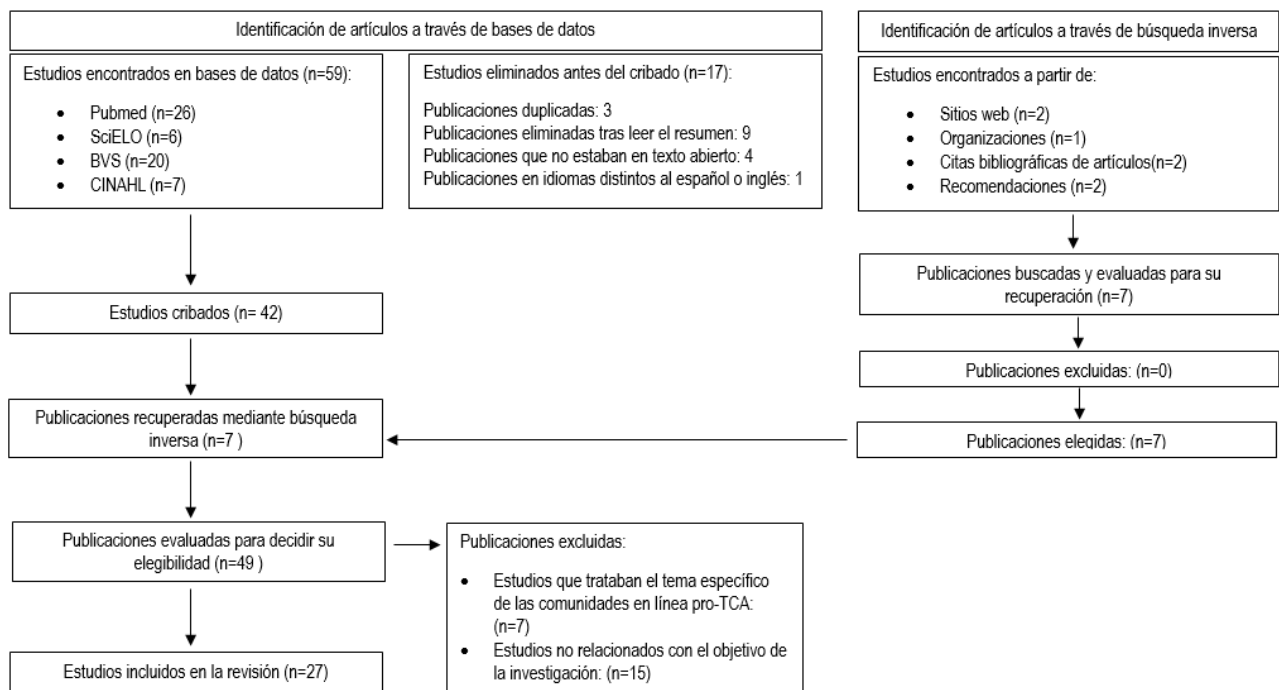


Figura 1: Diagrama de la revisión. Elaboración propia

RESULTADOS

INFLUENCIA DE LA PUBLICIDAD EN LOS TCA

La exposición a la publicidad ha sido una presencia constante en la sociedad moderna desde su aparición en el siglo XVIII, acelerándose fruto de la Revolución Industrial y evolucionando a lo largo de los años en una variedad de formatos y canales desde la publicidad impresa en periódicos y revistas hasta la publicidad en televisión, radio, internet y RRSS. A pesar de que la publicidad puede considerarse una parte integral de la cultura contemporánea, a menudo transmite valores positivos como la felicidad, el éxito o la aceptación social vinculados a un ideal de belleza inalcanzable. Esta representación distorsionada de la apariencia física puede generar expectativas poco realistas que tengan peso en la conducta alimentaria, fomentando la aparición o perpetuación de hábitos perjudiciales para la salud que pueden conducir a TCA. En un estudio realizado en Barcelona en el año 2013, se testeó la percepción de 25 valores en 7 spots publicitarios sobre alimentación en 139 jóvenes con y sin TCA. Los resultados arrojaron que los jóvenes que sufrían un trastorno en ese momento valoraron negativamente los anuncios que promovían mensajes peligrosos como el no cenar, sentimiento de culpa por tomar dulces o la obsesión por contar calorías, puntuando negativamente las variables “salud”, “bienestar” y “esfuerzo”, mientras que los sujetos que no padecían ningún TCA los valoraron positivamente. Esto demuestra que este último grupo fue incapaz de detectar los mensajes nocivos que incentivaban conductas perjudiciales para la salud porque han asumido completamente los patrones socioculturales actuales. Esta distorsión de los valores promovidos en los medios de comunicación puede desempeñar un papel significativo en la aparición de TCA ya que oculta la raíz del problema(12).

Otro estudio que contó con la participación de casi 3000 jóvenes españoles de entre 12 y 21 años mostró que los usuarios que leían revistas para niñas y adolescentes tenían el doble de riesgo ante el desarrollo de un TCA. El consumo de este tipo de revistas que están dirigidas a un público de menor edad puede tener un impacto negativo ya que su audiencia se encuentra en pleno proceso de formación de su identidad y autoimagen. Las imágenes de celebridades y los mensajes poco realistas sobre la apariencia física que se presentan en este tipo de revistas pueden influenciar de sobremanera la percepción de sí mismas y su valoración personal. En este sentido, las niñas que manifiestan querer parecerse a estrellas de cine, televisión o revistas también presentaron el doble de probabilidades de desarrollar preocupación sobre su imagen corporal, malos hábitos alimenticios y purga, según un gran estudio de casi 7000 niños de 9 a 14 años(15).

Estas revistas, además, a menudo transmiten mensajes incompatibles: mientras las imágenes promueven estándares de belleza difícilmente accesibles, el texto que las acompaña invita a los lectores a pensar fuera de los ideales marcados por la sociedad. Un estudio que analizó portadas de revistas encontró que el 61% ofrecía titulares contradictorios. Se encontró también que las revistas de moda incluyeron durante un periodo

de 6 meses 14.8 artículos sobre estrategias para bajar de peso en comparación con 11.2 y 5.7 artículos en revistas más tradicionales y revistas modernas respectivamente. Por otra parte, en revistas dirigidas a hombres como Men's Health y Men's Fitness más del 95% de los modelos presentados tenían un nivel extremadamente bajo de grasa corporal y la mayoría se consideraban muy musculosos(16).

Si bien la publicidad en los medios tradicionales ha resultado perjudicial en estos aspectos, la publicidad transmitida a través de nuevas plataformas como las RRSS puede resultar aún más perjudicial ya que los mensajes suelen pasar desapercibidos con mayor facilidad.

RRSS VS TCA

En la última década hemos podido ser testigos del nacimiento y auge de las RRSS, siendo los adolescentes y jóvenes sus principales usuarios y formando parte de los grupos de edad más vulnerables a la hora de sufrir TCA. Conocemos que la etiología de estos trastornos es multifactorial y que una influencia social como puede ser la exposición a estos nuevos medios de comunicación puede favorecer el desarrollo de estas patologías, que probablemente estén mediadas por la internalización de un ideal de belleza basado en una delgadez difícilmente alcanzable. La evidencia encontrada para la realización de esta revisión bibliográfica indica que existe una relación entre el uso de las RRSS y el riesgo de instauración de los síntomas de TCA y su mantenimiento, además de perjudicar en su posterior recuperación (12,17–28).

Algunos de los factores que pueden influir en la aparición de estos síntomas son la comparación física propia con la de las personas seguidas en RRSS(17) , la creencia subjetiva de gordura o la preocupación por perder el control sobre la propia alimentación(18). El uso de Instagram también parece estar asociado a otros trastornos emocionales tales como la disminución de la autoestima, ansiedad o depresión(19) aunque estos efectos pueden variar según diferentes variables como el IMC o la frecuencia de uso (18,19,21).

Con el auge de esta red social aparecen los denominados “influencers” que construyen relaciones de confianza y cercanía con sus seguidores mediante creación de contenido cotidiano centrado a menudo en el aspecto físico. Estos inciden en la importancia de la dieta y el ejercicio como elementos a controlar para alcanzar la perfección corporal, pero, además, añaden el consumo de ciertos suplementos dietéticos y el uso de determinadas marcas de ropa como una manera sencilla de llegar a sus objetivos. La problemática reside en este tipo de publicidad directa e indirecta de productos específicos de la industria, ya que la población más joven, que puede ser más vulnerable, se identifica con los roles e ideales mostrados por los influencers y pueden ver satisfechas sus necesidades en distintos niveles, creando una relación de dependencia con las personas a las que siguen(29).

Por otra parte, contenidos que son exclusivamente dedicados al mundo fitness o la comida saludable como los movimientos “*fitspiration*” y “*realfood*” se han relacionado con el riesgo de Ortorexia nerviosa (ON): (24,30–32). Según un estudio realizado en Australia que analizaba la percepción de estos movimientos en usuarios de RRSS, el contenido de inspiración física, si bien reportaba algunos beneficios, también podría influir negativamente en su bienestar y percepción de su propia salud(30). Además, el uso de RRSS por más de 60 minutos al día reveló una prevalencia del riesgo de ON del 28.5%, mayor que la de usuarios que solo consumen estos medios de comunicación menos de 15 minutos al día(31). Sin embargo, el impacto de las RRSS en el autoconcepto y los TCA podría estar limitado por experiencias personales relacionadas con la edad y las habilidades para hacer frente a la presión social(28).

La comunicación y publicidad a través de influencers en RRSS será cada vez más importante en los próximos años, debido a la demanda de los usuarios y a los beneficios de marketing que aportan a las empresas. Estos resultados plantean la necesidad de proteger y apoyar a los jóvenes en su desarrollo, utilizando estrategias de prevención dirigidas a estos grupos específicos.

PREVENCIÓN DE LOS EFECTOS NOCIVOS DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN SOBRE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

Como sabemos, los TCA son un problema de salud complejo y multifactorial que puede tener graves consecuencias para la salud física, psicológica y social de quienes los padecen. La significativa carga para la salud pública asociada a estos trastornos hace evidente la necesidad de abordar los factores de riesgo ambientales y ampliar los esfuerzos de prevención. Diferentes iniciativas han surgido en distintas partes del mundo con el objetivo de abordar los problemas relacionados con la imagen corporal en la publicidad y la moda y varían en términos de alcance, impacto y base científica. Algunas de estas iniciativas incluyen la regulación de la publicidad engañosa en Gran Bretaña o la prohibición, en Madrid e Israel, de la contratación de modelos que tienen un bajo peso para evitar la promoción de cuerpos extremadamente delgados. Además, en otras ciudades como Quebec, se han ofrecido capacitaciones a los profesionales de la industria para promover una imagen saludable cambiando el enfoque de las campañas publicitarias y fomentando una representación más diversa y realista de los cuerpos en los medios. En Francia e Israel, se ha requerido que las imágenes que han sido retocadas digitalmente para alterar el tamaño corporal sean etiquetadas como tal, para que los consumidores puedan reconocer cuándo las imágenes han sido modificadas. En este aspecto,

en un estudio realizado en el contexto legal de los Estados Unidos sobre iniciativas políticas diseñadas para regular la manipulación de imágenes mostradas en publicidad, se mostraron diferentes alternativas que iban desde regular las imágenes alteradas con Photoshop a través de la Federal Trade Commission considerándolas publicidad engañosa hasta desincentivar este tipo de imágenes a través del sistema tributario, sin embargo, aún se interponen diferentes problemas prácticos y constitucionales(33).

Si bien es cierto que la investigación en modelos de prevención diseñados para mitigar los efectos nocivos de los medios en la imagen corporal y los TCA ha mostrado un éxito limitado, se ha encontrado que ver figuras mediáticas saludables y de tamaño normal puede contrarrestar los mensajes negativos y, de hecho, se ha demostrado que ver imágenes de modelos de tamaño promedio disminuye la ansiedad por la apariencia del propio cuerpo en mujeres(13). Ocurre lo contrario cuando hablamos sobre el uso de etiquetas de advertencia que previenen a los lectores sobre la alteración digital de las imágenes que están viendo o proceden a ver. En un estudio que examinó la influencia de estas etiquetas a corto y largo plazo en la IC, síntomas de TCA y consumo de kcal en 118 mujeres de 18 a 25 años, se encontró que cuando se exponían a las advertencias, a pesar de calificar las imágenes de manera negativa en comparación a personas que no estaban expuestas a las etiquetas, las participantes con patrones de alimentación restrictiva consumieron aún menos kcal cuando se expusieron a anuncios de moda con aviso de alteración digital. Además, también mostraron una mayor atención a su apariencia después de exposiciones repetidas a este tipo de anuncios. Esto sugiere que las etiquetas de advertencia podrían tener más efectos adversos ya que podrían aumentar potencialmente la preocupación por la apariencia e inducir a las personas vulnerables a conductas de restricción. Todo ello podría deberse a que las etiquetas fomentarían una mayor atención visual a los cuerpos presentados en los anuncios y por lo tanto, a una comparación social ascendente(34). Por otra parte, algunos autores sugieren que la implementación de aplicaciones denominadas “ad-blocking” cuya función es bloquear anuncios emergentes en páginas web podría resultar beneficiosa. Sin embargo, lejos de implementar herramientas de detección de “peligros” la alfabetización mediática resulta clave para aprender cómo reconocer roles positivos de imagen corporal, cómo encontrar educación sanitaria online y cómo bloquear contenido no deseado que actúe como “trigger” como podría ser determinados hashtags o publicaciones concretas(35).

Debido a estos hallazgos, la educación mediática se presenta como la mejor herramienta para contrarrestar los mensajes e imágenes dañinos a los que son expuestos diaria y continuamente. Este enfoque implicaría capacitar a los jóvenes para ser consumidores conscientes, críticos y discernidos en relación a todos los medios de comunicación.

PAPEL DE LA ENFERMERÍA EN EL MANEJO DEL PACIENTE CON TCA

La evidencia que respalda el papel de la enfermería en el manejo de pacientes con TCA es escasa, especialmente en lo que respecta a la influencia de la publicidad y las RRSS. Esta limitación podría deberse al hecho de que se trata de un tema de plena actualidad y la bibliografía científica disponible es limitada. Además, la búsqueda de evidencia específica sobre el manejo de este tipo de pacientes por parte del personal de enfermería también es complicada, dado que las publicaciones existentes enfatizan en un enfoque multidisciplinario en el abordaje de los TCA. Sin embargo, en las referencias bibliográficas encontradas, el papel de la enfermera se destaca como fundamental en la supervisión del paciente con TCA, atendiendo a las medidas conductuales en el contexto hospitalario: prestar atención al uso de duchas y baños, evitar la realización de actividad física intensa o las autolesiones y favorecer un ambiente que promueva conductas alimentarias saludables y prevenga la restricción calórica(36). El rol de la enfermería en unidades específicas de tratamiento de TCA es similar: tal y como relata una enfermera del Centro San Juan de Dios de Ciempozuelos en Madrid, que inauguró en 2021 una unidad de media estancia para este tipo de trastornos, su función no sólo consiste en la realización de técnicas de enfermería como analíticas, cura de heridas y autoagresiones y administración de medicación, sino que va más allá. Los enfermeros atienden de manera individual y cercana con el objetivo de conocer las preocupaciones y necesidades específicas de cada paciente, que a menudo se centran en la comida y su propia imagen corporal. Se les proporciona educación sanitaria relacionada con la nutrición, pero la gestión de las emociones supone una tarea más relevante y a menudo, más complicada. Es por esto por lo que el equipo de enfermería acompaña y ayuda para que no recurran a mecanismos de afrontamiento negativos como las autolesiones. El objetivo final es que los pacientes aprendan a manejar situaciones adversas no sólo en la unidad, sino en su vida diaria fuera del centro. En cuanto a la exposición a publicidad y RRSS, las pacientes no tienen permitido hacer uso de dispositivos móviles salvo en momentos puntuales, el resto del día se presupone que están en terapia(37).

Si bien en España existen diferentes guías de práctica clínica para el abordaje de los TCA, no son actuales y en las mismas aparecen mensajes que advierten que han transcurrido más de 5 años desde su publicación y que las recomendaciones han de ser consideradas con precaución ya que su vigencia ha de ser evaluada. Por ello, surge la necesidad de ampliar investigaciones en el manejo de pacientes con este tipo de trastornos para ofrecer información actual, científica y estandarizada a los profesionales de la salud sobre una enfermedad que lejos de erradicarse, está más a la orden del día que nunca.

DISCUSIÓN

En la actualidad, la publicidad juega un rol importante en la sociedad ya que puede influir en las actitudes, creencias y comportamientos de las personas. En muchas ocasiones, se promueven ideales de belleza inalcanzables y se promocionan modelos corporales irreales y distorsionados asociados a rasgos positivos como el éxito, la aceptación o incluso la felicidad que fomentan la IC, la comparación social y el desarrollo de conductas alimentarias alteradas que pueden constituir el inicio de TCA. De acuerdo con esto, la evidencia encontrada sobre la problemática de la exposición a la publicidad en televisión, radio y revistas o periódicos y determinan sus efectos como influyentes y nocivos para la conducta alimentaria (15,16).

Sumado a la publicidad y como nuevo medio publicitario aparecen las RRSS. En los últimos años hemos podido experimentar el crecimiento de estas plataformas que, si bien según la evidencia encontrada podrían resultar beneficiosas en algunos aspectos(30,35) la mayoría de los estudios encontrados afirman categóricamente que medios de comunicación transmiten un ideal de belleza que puede afectar negativamente la salud emocional y física de las mujeres. Estos mensajes pueden influir en el desarrollo de malos hábitos alimentarios, lo que a su vez puede llevar a padecer TCA. (12,17–28). Diversos artículos trataron en profundidad sobre la nueva figura del “influencer”, que entabla una relación de confianza con sus seguidores, a menudo menores de edad, siendo más vulnerables a la hora de sufrir este tipo de trastornos. Estos crean contenido visual focalizado en la imagen corporal y el culto al cuerpo, promueven hábitos que pueden resultar perjudiciales para la salud y, además, aprovechan para promocionar diferentes productos que ayuden a su audiencia a lograr el objetivo de forma “más sencilla”, constituyendo una estrategia de marketing provechosa para las empresas que los contratan. (13,27,29). Por otra parte, la bibliografía encontrada también trató en profundidad el contenido específico enfocado en el mundo del fitness y alimentos saludables, que, si bien algunos usuarios calificaron como beneficiosa a la hora de encontrar motivación y apoyo online, a menudo se relacionaron con la aparición de síntomas de ON (24,31,32).

Debido a estos hallazgos, resulta de imperiosa necesidad la creación de programas de prevención específicos para la problemática que nos acontece. Entre los estudios analizados se encontraron distintas medidas que comprendían desde la regulación de la publicidad a través de legislación o impuestos específicos hasta la implementación de etiquetas de advertencia ante imágenes digitalmente modificadas. Sin embargo, la reflexión final es similar en todas las publicaciones: la alfabetización mediática es el camino. No obstante, en ningún artículo se describen intervenciones basadas en la educación en los medios a la población más vulnerable, por lo que sería conveniente enfocar futuras investigaciones a la creación de este

tipo de programas específicos (13,33–35).

Uno de los objetivos específicos de la revisión era el de resaltar el papel de la enfermería en el manejo del paciente con TCA y la educación para la salud relacionada con RRSS en pacientes vulnerables. Sin embargo, sólo dos artículos hablaron sobre el rol que cumple la enfermera en este contexto (36,37). La información resulta insuficiente y es de vital importancia perfilar la función de la enfermera que atiende a pacientes con TCA ya que, sobre todo en contexto hospitalario, supone la primera interviniente. Además, los protocolos de actuación deben ser estandarizados y basados en la evidencia científica.

En cuanto a las limitaciones encontradas a la hora de realizar esta revisión bibliográfica, es importante reconocer que se basa en un alcance específico, limitando la selección de estudios, por lo que se podría haber dejado fuera estudios relevantes o información importante en otros idiomas o publicaciones con acceso privado. Por otra parte, aunque se intentó que la selección de artículos fuera de calidad, fueron necesarios tres tipos de herramienta de lectura crítica, CASPe, STROBE y Berra debido a la variedad de estudios, por lo que la evaluación de la calidad de la evidencia comprende tres métodos distintos. Por último, a pesar de que se ha intentado manejar el tema propuesto con la mayor objetividad, podrían haberse incluido sesgos involuntarios en la selección de estudios.

CONCLUSIONES.

- Los resultados obtenidos revelan de manera concluyente que la exposición a los medios de comunicación tiene un impacto negativo en la conducta alimentaria de los adolescentes y jóvenes. La presencia de estímulos diarios y continuos relacionados con la imagen corporal, hábitos alimenticios o actividad física, así como la representación de valores positivos asociados a imágenes distorsionadas contribuyen al desarrollo de patrones alimentarios disfuncionales y a la adopción de comportamientos perjudiciales para la salud. La aparición de la figura del “influencer” constituye un gran altavoz para los más jóvenes que, lejos de utilizarse para promocionar la necesidad de un cuerpo perfecto, podría ser beneficiosa si se utiliza para difundir valores positivos y fomentar el crecimiento personal, además de proporcionar información realmente saludable y contrastada.
- En cuanto a la prevención de los efectos nocivos que producen los medios de comunicación en la conducta alimentaria, se requiere la implementación de medidas preventivas en diferentes niveles. Por una parte, sería conveniente que las autoridades competentes implementaran iniciativas que



regulen la publicidad relacionada con la alimentación o la imagen corporal. Estas medidas podrían incluir leyes o impuestos que restrinjan la promoción de suplementos alimenticios para la disminución del peso, abogar por la aparición de modelos de todas las tallas o incluir advertencias sobre las imágenes que han sido modificadas, aunque esta última opción parece no ser beneficiosa según los hallazgos encontrados. Es por esto por lo que resulta esencial destacar la importancia de la alfabetización mediática dirigida a todos los usuarios pero especialmente a los jóvenes, ya que tienen una baja capacidad para prever los efectos nocivos de ciertos mensajes con intereses comerciales, brindándoles herramientas que los ayuden a comprender y cuestionar los mensajes publicitarios que reciben. Esto implica fomentar el pensamiento crítico, crear una imagen corporal positiva y enseñar estrategias para manejar la presión de la sociedad relacionada con la apariencia física y los estándares de belleza interiorizados. Además, estas medidas deben ir acompañadas de un núcleo familiar en el que se promuevan estilos de vida saludables.

- Respecto al papel de la enfermería, se reconoce su potencial fundamental en el manejo de pacientes con trastornos de la conducta alimentaria. Aunque la evidencia disponible es limitada, se sugiere que los profesionales de enfermería pueden desempeñar un rol significativo en el abordaje integral de estos trastornos. Esto implica la implementación de cuidados conductuales en el contexto hospitalario, así como en la vida diaria de los pacientes. La enfermería puede desempeñar un papel en la vigilancia de la salud y el bienestar de los pacientes, brindando apoyo emocional, educación para la salud y ayudando en la gestión de emociones relacionadas con la alimentación. Sin embargo, es necesario llevar a cabo más investigaciones para respaldar y fortalecer el papel de la enfermería en relación con las redes sociales y la salud de los pacientes con estos trastornos.
- Tal y como se ha visto a lo largo de esta revisión bibliográfica, abordar los TCA supone un asunto de salud pública que requiere de la colaboración de distintos actores sociales y de la implicación de las familias y la sociedad en su conjunto. El auge de nuevos medios de comunicación vuelve a poner sobre la mesa la necesidad de que se siga investigando sobre estas patologías, sobre su prevención y tratamiento, que debe ser estandarizado y basado en la literatura científica.

BIBLIOGRAFÍA.

1. San Sebastián Cabasés J. Aspectos históricos en la medicina sobre los trastornos alimentarios. Estudios de juventud. [Internet]. Instituto Nacional de Gestión Sanitaria. 1999 [citado 22 de diciembre de 2022]. Disponible en: <https://ingesa.sanidad.gob.es/ciudadanos/suSalud/jovenes/anorexia/aspectosHistoricos.htm>
2. Baile Ayensa JI, González Calderón MJ. ¿Anorexia Nerviosa en el siglo XIV?: el caso de Santa Catalina de Siena. Revista mexicana de trastornos alimentarios [Internet]. 2012 [citado 22 de diciembre de 2022];3(2):80-8. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-15232012000200001&lng=es&nrm=iso&tlng=es
3. María Fernández Hernández A. Historia de la anorexia nerviosa. MoleQla. [Internet]. 2015 [citado 2 de mayo de 2023]. 20. Disponible en: <https://www.upo.es/cms1/export/sites/upo/moleqla/documentos/Numero20/Destacado-2.pdf>
4. Castaño Recuero G. La anorexia nerviosa: Concepto, historia y diagnóstico. [Internet] Nuestro psicólogo en Madrid. 2019. Disponible en: <https://nuestropsicologoenmadrid.com/anorexia-nerviosa-concepto-y-diagnostico/>
5. Gil García E. La creación de la categoría clínica Trastornos de la Conducta Alimentaria. Norte de Salud Mental. [Internet]. 2006 Vol. 6(25):71-76 [citado 22 de diciembre de 2022]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4830362>
6. Arija Val V, Santi Cano MJ, Novalbos Ruiz JP, Canals J, Rodríguez Martín A, Arija-Val V, et al. Characterization, epidemiology and trends of eating disorders. Nutr Hosp [Internet]. 2022 [citado 2 de mayo de 2023];39(SPE2):8-15. Disponible en: <https://www.nutricionhospitalaria.org/articles/04173/show>
7. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. 5th ed. American Psychiatric Association; 2013.
8. Keski-Rahkonen A, Mustelin L. Epidemiology of eating disorders in Europe. Curr Opin Psychiatry. [Internet] 2016 [citado 29 de diciembre de 2022] ;29(6):340-5. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27662598/>
9. Los trastornos de la conducta alimentaria son la tercera enfermedad crónica más frecuente entre adolescentes [Internet]. Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia. 2018 [citado 29 de diciembre de 2022]. Disponible en: <https://www.semg.es/index.php/noticias/item/326-noticia-20181130>
10. Álvarez-Malé ML, Bautista Castaño I, Serra Majem L. Prevalencia de los trastornos de la conducta

alimentaria en adolescentes de Gran Canaria. *Nutr Hosp* [Internet]. 2015 [citado 2 de mayo de 2023];31(5):2283-8. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112015000500050&lng=es&nrm=iso&tlng=es

11. Canals J, Arijá Val V. Risk factors and prevention strategies in eating disorders. *Nutr Hosp* [Internet]. 2022 [citado 2 de mayo de 2023];39(SPE2):16-26. Disponible en: <https://www.nutricionhospitalaria.org/articles/04174/show>
12. Mas-Manchón L, Rodríguez-Bravo Á, Montoya-Vilar N, Morales-Morante F, Lopes E, Añaños E, et al. The perception of values in food commercials on the part of young people with and without eating disorders. *Salud Colect.* [Internet] 2015 [citado 2 de enero de 2023] 11(3):423-44. Disponible en: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-82652015000300009&lng=es.
13. de Diego Díaz Plaza M, Belmonte Cortés S, Novalbos Ruiz JP, Santi Cano MJ, Rodríguez Martín A. Advertising and the media in eating disorders. *Nutr Hosp.* [Internet] 2022 [citado 2 de enero de 2023] 39(Ext2):55-61. Disponible en: <https://www.nutricionhospitalaria.org/articles/04179/show>
14. INEbase. Porcentaje de usuarios de redes sociales en España en 2022, por edad. [Internet]. Instituto Nacional de Estadística. 2022 [citado 2 de enero de 2023]. Disponible en: <https://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?tpx=55071>
15. Strasburger VC, Jordan AB, Donnerstein E. Children, Adolescents, and the Media: Health Effects. *Pediatric Clinics of North America.* [Internet] 2012 [citado 2 de mayo de 2023] Vol. 59, p. 533-87. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0031395512000260?via%3Dihub>
16. Benowitz-Fredericks CA, Garcia K, Massey M, Vasagar B, Borzekowski DLG. Body Image, Eating Disorders, and the Relationship to Adolescent Media Use. *Pediatric Clinics of North America.* [Internet] 2012. [citado 2 de mayo de 2023] Vol. 59 p. 693-704. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0031395512000181?via%3Dihub>
17. Jiotsa B, Naccache B, Duval M, Rocher B, Grall-Bronnec M. Social media use and body image disorders: Association between frequency of comparing one's own physical appearance to that of people being followed on social media and body dissatisfaction and drive for thinness. *Int J Environ Res Public Health.* [Internet] 2021. [citado 2 de mayo de 2023] 18(6):1-14. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8001450/>
18. Peat CM, Von Holle A, Watson H, Huang L, Thornton LM, Zhang B, et al. The association between internet and television access and disordered eating in a Chinese sample. *International Journal of Eating Disorders.* [Internet] 2015 [citado 2 de mayo de 2023] 48(6):663-9. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4411187/>

19. García Puertas D. Influencia del uso de Instagram sobre la conducta alimentaria y trastornos emocionales. Revisión sistemática. REVISTA ESPAÑOLA DE COMUNICACIÓN EN SALUD. [Internet] 2020 [citado 2 de mayo de 2023] 11(2):244. Disponible en: <https://e-revistas.uc3m.es/index.php/RECS/article/view/5223/4178>
20. Ojeda-Martín Á, Del Pilar López-Morales M, Jáuregui-Lobera I, Herrero-Martín G. Uso de redes sociales y riesgo de padecer TCA en jóvenes. Journal of negative and no positive results. [Internet] 2021. [citado 2 de mayo de 2023] 6(10): 1289-1307. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2021001001289&lng=es&nrm=iso
21. Pallotti F, Tubaro P, Casilli AA, Valente TW. "You See Yourself Like in a Mirror": The Effects of Internet-Mediated Personal Networks on Body Image and Eating Disorders. Health Commun. [Internet] 2018 [citado 2 de mayo de 2023] 33(9):1166-76. Disponible en: <https://hal.science/hal-01520138/document>
22. Bittar C, Soares A. Media and eating behavior in adolescence. Brazilian Journal of Occupational Therapy. [Internet] 2020 [citado 2 de mayo de 2023] 28(1):291-308. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/cadbto/a/mfTpzZ6F3YhywBGx5tVLkqx/?format=pdf&lang=en>
23. Wilksch SM, O'Shea A, Ho P, Byrne S, Wade TD. The relationship between social media use and disordered eating in young adolescents. International Journal of Eating Disorders. [Internet] 2020 [citado 2 de mayo de 2023] 53(1):96-106. Disponible en: https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/eat.23198?casa_token=L0X5XDU5IVAAAAA%3AF-VQoPyAS9fS8hf83XYhacbRwf9-YXhHofb9b4MkOFggKVAAlZVRE2r6skcHoxhTKUSJy6jAT7SVUBA
24. Yurtdaş-Depboylu G, Kaner G, Özçakal S. The association between social media addiction and orthorexia nervosa, eating attitudes, and body image among adolescents. Eating and Weight Disorders. [Internet] 2022 [citado 2 de mayo de 2023] 27(8):3725-35. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40519-022-01521-4>
25. Restrepo JE, Castañeda Quirama T. Risk of Eating Disorders and Use of Social Networks in Female Gym-Goers in the City of Medellín, Colombia. Rev Colomb Psiquiatr. [Internet] 2020 [citado 2 de mayo de 2023] 49(3):162-9. Disponible en: <https://www.elsevier.es/en-revista-revista-colombiana-psiquiatria-english-edition--479-articulo-risk-eating-disorders-use-social-S2530312020300497>
26. Ioannidis K, Chamberlain SR. Digital Hazards for Feeding and Eating: What We Know and What We Don't. PSYCHIATRY IN THE DIGITAL AGE [Internet]. 2021 [citado 2 de mayo de 2023] 23(56) Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s11920-021-01271-7>
27. Aparicio-Martinez P, Perea-Moreno AJ, Martinez-Jimenez MP, Redel-Macías MD, Pagliari C, Vaquero-Abellan M. Social media, thin-ideal, body dissatisfaction and disordered eating attitudes: An exploratory

- analysis. *Int J Environ Res Public Health*. [Internet] 2019 [citado 2 de mayo de 2023] 16(21). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6861923/>
28. Piko BF, Kiss H, Gráczér A, Fitzpatrick KM. Risk of disordered eating in emerging adulthood: media, body and weight-related correlates among Hungarian female university students. *J Prev Med Hyg* [Internet] 2022 [citado 2 de mayo de 2023];63(1):E83-9. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9121682/>
29. Pilgrim K, Bohnet-Joschko S. Selling health and happiness how influencers communicate on Instagram about dieting and exercise: Mixed methods research. *BMC Public Health*. [Internet] 2019 [citado 2 de mayo de 2023];19(1). Disponible en: <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-019-7387-8>
30. Raggatt M, Wright CJC, Carrotte E, Jenkinson R, Mulgrew K, Prichard I, et al. «I aspire to look and feel healthy like the posts convey»: Engagement with fitness inspiration on social media and perceptions of its influence on health and wellbeing. *BMC Public Health*. [Internet] 2018 [citado 2 de mayo de 2023]18(1). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6086030/>
31. Tarsitano, M.G, Pujja, R, Ferro Y, Mocini E, Proni G, Lenzi F.R, Pujja A, Giannetta, E. Symptoms of Orthorexia Nervosa are associated with time spent on social media: a web-based survey in an Italian population sample. *European Review for Medical and Pharmacological Sciences*. [Internet] 2022 [citado 4 de mayo de 2023] 26: 9327-9335. Disponible en: <https://www.europeanreview.org/article/30683>
32. Turner PG, Lefevre CE. Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa. *Eating and Weight Disorders*. [Internet] 2017 [citado 4 de mayo de 2023] ;22(2):277-84. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s40519-017-0364-2>
33. McBride C, Costello N, Ambwani S, Wilhite B, Austin SB. Digital Manipulation of Images of Models' Appearance in Advertising: Strategies for Action Through Law and Corporate Social Responsibility Incentives to Protect Public Health. *Am J Law Med*. [Internet] 2019 [citado 4 de mayo de 2023] ;45(1):7-31. Disponible en: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0098858819849990>
34. Kwan MY, Haynos AF, Blomquist KK, Roberto CA. Warning labels on fashion images: Short- and longer-term effects on body dissatisfaction, eating disorder symptoms, and eating behavior. *International Journal of Eating Disorders*. [Internet] 2018 [citado 4 de mayo de 2023] ;51(10):1153-61. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6289689/>
35. Drtilová H, Šmahel D, Šmahelová M. Advantages and Disadvantages of Internet Use: The Perspective of Women with Eating Disorders Experience. *Health Commun*. [Internet] 2022 [citado 4 de mayo de

2023];37(7):791-801.

Disponible

en:

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10410236.2020.1868076>

36. Vázquez N, Urrejola P, Vogel M, Vogel DM. Actualizaciones en el manejo intrahospitalario de la anorexia nerviosa: recomendaciones prácticas. Rev Med Chile. [Internet] 2017 [citado 4 de mayo de 2023] 145. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872017000500013
37. TCA: Cuando la comida es mi enemiga. Enfermería facultativa. [Internet] 2023 [citado 4 de mayo de 2023] 6-11. Disponible en: <https://www.consejogeneralenfermeria.org/actualidad-y-prensa/sala-de-prensa/revistas-enfermeria-facultativa/cgerevista/enfermeria-facultativa-numero-384>

ANEXOS

- Anexo 1: Valoración de la evidencia encontrada según las herramientas CASPe, Berra y STROBE.

Elaboración propia.

Año/Título	Autor/es	Tipo de estudio	Valoración de la evidencia
Valores percibidos en la publicidad de alimentos por jóvenes con y sin trastornos de la conducta alimentaria	Mas-Manchón L, Rodríguez-Bravo Á, Montoya-Vilar N, Morales-Morante F, Lopes E, Añaños E, et al.	Estudio cuasiexperimental	Puntuación CASPe 8/11
Advertising and the media in eating disorders	Diego Díaz Plaza M, Belmonte Cortés S, Novalbos Ruiz JP, Santi Cano MJ, Rodríguez Martín A.	Revisión bibliográfica	Puntuación CASPe 9/10
Social Media Use and Body Image Disorders: Association between Frequency of Comparing One's Own Physical Appearance to That of People Being Followed on Social Media and Body Dissatisfaction and Drive for Thinness	Jiotsa B, Naccache B, Duval M, Rocher B, Grall-Bronnec M.	Estudio observacional transversal	Valoración con Berra: calidad alta
The Association between Internet and Television Access and Disordered Eating in a Chinese Sample	Peat CM, Von Holle A, Watson H, Huang L, Thornton LM, Zhang B, et al.	Muestreo aleatorio por conglomerado	Puntuación CASPe 8/11
Influencia del uso de	García Puertas D.	Revisión sistemática	Puntuación CASPe 8/10

Instagram sobre la conducta alimentaria y trastornos emocionales. Revisión sistemática			
Uso de redes sociales y riesgo de padecer TCA en jóvenes	Ojeda-Martín A, Del Pilar López-Morales M, Jáuregui-Lobera I, Herrero-Martín G.	Estudio transversal	Valoración con Berra: calidad alta
“You See Yourself Like in a Mirror”: The Effects of Internet-Mediated Personal Networks on Body Image and Eating Disorders	Pallotti F, Tubaro P, Casilli AA, Valente TW.	Estudio descriptivo prospectivo	Valoración con Berra: calidad alta
Media and eating behavior in adolescence	Bittar C, Soares A.	Revisión. Bibliográfica	Puntuación CASPe 10/10
The relationship between social media use and disordered eating in young adolescents	Wilksch SM, O’Shea A, Ho P, Byrne S, Wade TD.	Estudio analítico multicentro	Puntuación CASPe 9/11
The association between social media addiction and orthorexia nervosa, eating attitudes, and body image among adolescents	Yurtdaş-Depboylu G, Kaner G, Özçakal S.	Estudio transversal	Valoración con Berra: calidad alta
Riesgo de trastorno de la conducta alimentaria y uso de redes sociales en usuarias de gimnasios de la ciudad de Medellín, Colombia	Restrepo JE, Castañeda Quirama T.	Estudio cuantitativo descriptivo transversal	Valoración con Berra: calidad alta
Digital Hazards for Feeding and Eating: What We Know and What We Don’t	Ioannidis K, Chamberlain SR.	Revisión bibliográfica	Puntuación CASPe 9/10
Social Media, Thin-Ideal, Body Dissatisfaction and Disordered Eating Attitudes: An Exploratory Analysis	Aparicio-Martinez P, Perea-Moreno AJ, Martinez-Jimenez MP, Redel-Macias MD, Pagliari C, Vaquero-Abellan M.	Análisis exploratorio	Puntuación CASPe 8/11
Risk of disordered eating in emerging adulthood: media, body and weight-related correlates among Hungarian female university students	Piko BF, Kiss H, Gráczér A, Fitzpatrick KM.	Encuestas	Puntuación STROBE 22/27
“I aspire to look and feel	Raggatt M, Wright	Estudio transversal	Valoración con Berra:

healthy like the posts convey”: engagement with fitness inspiration on social media and perceptions of its influence on health and wellbeing	CJC, Carrotte E, Jenkinson R, Mulgrew K, Prichard I, et al.		calidad alta
Symptoms of Orthorexia Nervosa are associated with time spent on social media: a web-based survey in an Italian population sample	M.G. Tarsitano, R. Pujia, Y. Ferro, E. Mocini, G. Proni, F.R. Lenzi, A. Pujia, E. Giannetta	Encuestas	Puntuación STROBE 23/27
Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa	Turner PG, Lefevre CE.	Encuestas	Puntuación STROBE 22/27
Children, adolescents and the media	Strasburger VC, Jordan AB, Donnerstein E.	Revisión bibliográfica	Puntuación CASPe 9/10
Body Image, Eating Disorders, and the relationship to adolescent media use	Benowitz-Fredericks CA, Garcia K, Massey M, Vasagar B, Borzekowski DLG.	Revisión bibliográfica	Puntuación CASPe 10/10
Digital Manipulation of Images of Models’ Appearance in Advertising: Strategies for Action Through Law and Corporate Social Responsibility Incentives to Protect Public Health	McBride C, Costello N, Ambwani S, Wilhite B, Austin SB.	Revisión bibliográfica	Puntuación CASPe 9/10
Warning labels on fashion images: Short- and longer-term effects on body dissatisfaction, eating disorder symptoms, and eating behavior	Kwan MY, Haynos AF, Blomquist KK, Roberto CA.	Estudio quasiexperimental pre-post test	Puntuación CASPe 8/11
The Association between Social Media Use and Eating Concerns among US Young Adults	Sidani J, Shensa A, Hoffman B, Hanmer J, Primack A.	Estudio transversal	Valoración con Berra: calidad alta
Selling health and happiness how influencers communicate on Instagram about dieting and exercise: mixed methods research	Pilgrim K, Bohnet-Joschko, S.	Estudio de métodos mixtos	Puntuación CASPe 9/11
Factores de riesgo y estrategias de prevención en los	Canals, J, Victoria Arijá Val, V.	Revisión bibliográfica	Puntuación CASPe 9/10



trastornos de la conducta alimentaria			
Advantages and Disadvantages of Internet Use: The Perspective of Women with Eating Disorders Experience	Drtilová H., Šmahel, D., Šmahelová M.	Estudio cualitativo	Puntuación CASPe 8/10
A mixed-methods study of American Millennials' views about celebrity endorsement of foods and beverages	Zhou M, Kraak V.	Estudio de métodos mixtos	Puntuación CASPe 8/11
Protect me from my selfie: Examining the association between photo-based social media behaviors and self-reported eating disorders in adolescence	Lonergan A, Bussey K, Fardouly J, Griffiths S, Murray S, Hay P, Mond J, Trompeter N, Mitchison D.	Regresión logística multinomial	Puntuación STROBE 24/27