

# ¿INFLUYEN LAS REDES SOCIALES EN LOS TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA?

Juan de Dios Olivares Santamaría, Alejandra Aznar Núñez, Gonzalo Santamaría Carboné

## INTRODUCCIÓN

Las redes sociales se consideran herramientas muy útiles, pero también se debe tener en cuenta su repercusión en la vida social y emocional de los consumidores.

En los últimos años destaca el incremento del uso de redes sociales, utilizadas principalmente por adolescentes que se nutren de las imágenes que se publican y a partir de las cuales comparan sus cuerpos. Este dominio visual basado en la idea de un cuerpo perfecto podría operar a favor de la insatisfacción física y fomentando la delgadez. (1)

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) han aumentado de forma notable en los últimos años, convirtiéndose en enfermedades muy frecuentes y muy graves; ya que se alcanzan riesgos extremos para conseguir el ideal que se considera sinónimo de belleza. (2)



## OBJETIVO

Describir la relación que existe entre el uso de redes sociales y el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria, como la anorexia nerviosa y la bulimia.



Búsqueda bibliográfica  
PubMed



< 5 años  
Inglés y español



"social network"  
"eating disorder"  
"adolescent"

## DESARROLLO

Factores desencadenantes de Trastornos de la Conducta Alimentaria en la adolescencia:

- o Consumo de **redes sociales**, debido al proceso de desarrollo de su identidad como persona. Los adolescentes visualizan y comparan fotografías con grupos de iguales, fomentando así una preocupación excesiva por el peso y promoviendo patologías como la bulimia y la anorexia nerviosa. (2)
- o **Vulnerabilidad** que sufren los adolescentes en las redes sociales. Asocian un aspecto delgado con éxito social, lo que les puede llevar a seguir dietas restrictivas con tal de alcanzarlo. (1)

## CONCLUSIONES

- o Las redes sociales tienen una influencia directa cuando hablamos del desarrollo de un trastorno de conducta alimentaria, en especial en adolescentes, debido a la vulnerabilidad que presentan.
- o La seguridad radica de forma directa en el control que deben ejercer los padres sobre el contenido que visitan sus hijos.
- o La detección temprana y la prevención son las herramientas más efectivas para poder evitar consecuencias más graves a corto y largo plazo.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Vall-Roqué H, Andrés A, Saldaña C. The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances and self-esteem among adolescent and young women. Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry [Internet]. 2021 [Consultado 1 Dic 2022]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8569938/>
2. Aparicio-Martinez P, Perea-Moreno AJ, Martinez-Jimenez MP, Redel-Macias 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 [Consultado 1 Dic 2022]; 16(21). Disponible en: <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/21/4177>
3. Lozano-Muñoz N, Borrallo-riego Á, Guerra-Martín M.D. Influencia de las redes sociales sobre la anorexia y la bulimia en las adolescentes: una revisión sistemática. An Sist Sanit Navar [Internet]. 2022 [Consultado 1 Dic 2022]; 45 (2). Disponible en: <https://recyt.fecyt.es/index.php/ASSN/>