



Universidad
de Navarra

FACULTAD DE ENFERMERÍA

TRABAJO DE FIN DE GRADO

LAS REDES SOCIALES COMO
FACTOR RELEVANTE EN LA APARICIÓN DE
TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA
EN ADOLESCENTES

SAIOA AYECHU ARRARÁS

ÍNDICE

PORTADA	1
ÍNDICE.....	2
RESUMEN.....	3
PALABRAS CLAVE	3
INTRODUCCIÓN.....	4
OBJETIVO	5
METODOLOGÍA.....	5
RESULTADOS	6
ARTÍCULOS QUE NO DEFIENDEN QUE LAS RRSS SON UN FACTOR RELEVANTE.....	7
ARTÍCULOS QUE DEFIENDEN QUE LAS RRSS SON UN FACTOR RELEVANTE	7
FACTORES RELEVANTES EN LA APARICIÓN DE TCA EN ADOLESCENTES	7
FACTORES PROTECTORES Y COMIENZO DE CAMPAÑAS DE PREVENCIÓN EN RRSS	10
DISCUSIÓN.....	10
CONCLUSIONES.....	12
BIBLIOGRAFÍA.....	14
TABLAS Y FIGURAS	17

RESUMEN

Introducción: Los Trastornos de Conducta Alimentaria (TCA) son trastornos psicológicos graves que conllevan alteraciones de la conducta alimentaria. Esta patología se encuentra entre las 3 enfermedades crónicas más frecuentes en los adolescentes y 9 de cada 10 casos se dan en mujeres jóvenes. Las redes sociales (RRSS) junto con un ideal estético delgado asociado al éxito podrían explicar la mayor vulnerabilidad fisiológica a presentar un TCA en las mujeres jóvenes.

Objetivo: Analizar si las RRSS son un factor relevante en la aparición de TCA en adolescentes.

Material y métodos: Se llevó a cabo una revisión bibliográfica en Pubmed, Cinahl y Psycinfo en la que se obtuvo una muestra final de 19 artículos que cumplieran con los criterios de inclusión y exclusión.

Resultados: Las RRSS basadas en imágenes, la influencia de comunidades pro-TCA, los fenómenos de *fitspiration* / *thinspiration* como potenciadores de TCA, los algoritmos de las RRSS y el tiempo dedicado a las mismas hacen que sean un factor relevante en la aparición de TCA en adolescentes.

Conclusiones: Una correcta valoración junto con un fomento del control parental y empoderamiento del adolescente, puede ayudar al profesional de enfermería a identificar grupos de riesgo para descartar el diagnóstico o para favorecer su recuperación.

PALABRAS CLAVE: Redes sociales; trastornos de la conducta alimentaria; adolescentes.

ABSTRACT

Introduction: Eating Disorders (ED) are serious psychological disorders that involve alterations in eating behavior. This pathology is among the 3 most frequent chronic diseases in adolescents and 9 out of 10 cases occur in young women. Social media (SM) with a slim aesthetic ideal associated with success could be factors that explain the greater physiological vulnerability to present an ED in young women.

Objectives: To analyze if social media is a relevant factor in the appearance of an ED in adolescents.

Material and methods: A bibliographic review was done in Pubmed, Cinahl and Psycinfo where a final sample of 19 articles was obtained that comply with the inclusion and exclusion criteria.

Results: SM based on images, the influence of pro-ED communities, the *fitspiration* / *thinspiration* phenomenon as ED enhancers, the SM algorithms and the time spent on this media make them a relevant factor in the appearance of an ED in teenagers.

Conclusion: A correct assessment, along with the promotion of parental control and adolescent empowerment, can help the nursing professional to identify risk groups to rule out the diagnosis or to promote their recovery.

KEY WORDS: Social media; eating disorder; adolescents.

INTRODUCCIÓN

“Los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) son trastornos psicológicos graves que conllevan alteraciones de la conducta alimentaria” (ACAB, 2020).

La ACAB (2020) explica que la persona afectada por este trastorno muestra conductas alteradas en relación con el peso, la imagen corporal y la alimentación que pueden llevar a enfermedades físicas de relevante importancia y en casos extremos pueden desembocar en la muerte. Las causas más frecuentes de fallecimiento son el suicidio o la desnutrición.

La patología más diagnosticada en el periodo de la adolescencia dentro de los TCA es el de TCA no especificado (TCANE), seguido por el de anorexia nerviosa (AN) y bulimia nerviosa (BN) (López & Treasure, 2011).

“Estos trastornos comparten síntomas cardinales tales como la preocupación excesiva por la comida, el peso y/o la figura corporal y el uso de medidas no saludables para controlar o reducir el peso” (López & Treasure, 2011).

Según la Asociación de TCA de Aragón (2020) la prevalencia de TCA en España es del 0,3 % para los hombres y del 4,1 a 6,4 % en mujeres en edades comprendidas entre 12 y 21 años. Cabe destacar que los TCA son más frecuentes en mujeres, ya que 9 de cada 10 casos se dan en este género.

Un 21 % de las chicas y un 15 % de los chicos universitarios españoles están en riesgo de sufrir un TCA y un 11 % de los adolescentes realiza conductas de riesgo que pueden desembocar en un diagnóstico de TCA (Asociación TCA Aragón, 2020).

Pero de especial preocupación es que la aparición de los TCA en los últimos 4 años ha aumentado un 15 % en menores de 12 años y se posiciona entre las tres enfermedades crónicas más comunes en adolescentes (Asociación TCA Aragón, 2020).

Los estudios realizados por los institutos nacionales de salud de los Estados Unidos sobre TCA en el mundo indican que la AN afecta mundialmente al 1 % de la población, mientras que la BN afecta del 2 al 3 % de las adolescentes de Occidente. En España, el 8 % de sus habitantes presenta síntomas de AN y BN (Mérida & López, 2013).

Las tasas de curación completa no superan el 50-60 % y existe una inclinación a cronificarse en el 20-30 % de los casos en la AN y BN. Las tasas de mortalidad son 10-12 veces mayores que las de la población general y aumentan conforme avanza la enfermedad (Gómez *et al.*, 2018).

En España en el año 2017, 19 millones personas utilizaron internet. Un 86 % de estos internautas emplearon redes sociales (RRSS) y un 30 % de ellos tienen entre 16-30 años (Rica, 2019).

Rica (2019) expone que el 51 % de los usuarios de Instagram acceden diariamente y un 35 % varias veces al día. Asimismo, esta red está predominada por mujeres con un 68 % de los usuarios y para el 32 % de los adolescentes que hacen uso de ella, es su red social más importante.

Por consiguiente: "Instagram es una red en la que confluyen dos aspectos demográficos que se consideran factores de riesgo para el desarrollo de un TCA: ser mujer y ser adolescente" (Rica, 2019).

"La presión social, las RRSS, la necesidad de aceptación y la preocupación por un ideal estético delgado asociado al éxito social, familiar y profesional podrían ser factores que explicaran esta mayor vulnerabilidad fisiológica a presentar un TCA en mujeres jóvenes" (ACAB, 2020).

Todo lo expuesto anteriormente hace que sea evidente la necesidad de implantar programas de prevención e intervención que ayuden a reducir la vulnerabilidad de la población ante los factores de riesgo que pueden llevar a este tipo de trastornos (Sancho & Alberola, 2017).

Los profesionales de enfermería son los encargados de prevenir y detectar de manera precoz los TCA. Realizar una correcta valoración de lo que los adolescentes sienten a la hora de comer o realizando deporte, puede ayudar al profesional a identificar grupos de riesgo para descartar el posible diagnóstico o favorecer su recuperación. La escala de SCOFF (véase tabla 1, pág. 17) puede ser un procedimiento de screening para descartar posibles casos de TCA (Castellot *et al.*, 2018).

OBJETIVO

La pregunta a la que se quiere dar respuesta a través de esta revisión bibliográfica y en la que se plantea el siguiente objetivo es si las RRSS son un factor relevante en la aparición de TCA en adolescentes.

METODOLOGÍA

Para el siguiente estudio se llevó a cabo una revisión sistemática. Se realizó una búsqueda bibliográfica durante el mes de octubre y noviembre de 2020 en las bases de datos de Pubmed, Cinhal y Psycinfo. La búsqueda se cerró el 20 de noviembre de 2020.

La pregunta sigue una estructura PIS en la cual la población son los adolescentes, la intervención es si las RRSS son un factor relevante y la situación es la aparición de TCA.

La búsqueda que se realizó en las 3 bases de datos fue la siguiente: [Teens OR Adolescence OR "Teen age" OR "Young population"] AND [Instagram OR Facebook OR Twitter OR TIKTOK OR Whatsapp OR Snapchat OR Youtube OR "Social media"] AND ["Body change" OR "Eating disorder" OR Shape OR Anorexia OR Bulimia]. Las palabras teens, social media y eating disorder se establecieron como MeSH terms en Pubmed y como encabezamientos de Cinahl en Cinahl (véase figura 1, pág. 17). No se fijaron límites en la búsqueda.

Se establecieron unos criterios de inclusión y exclusión. Los criterios de inclusión fueron: adolescentes y factores económicos. Los de exclusión fueron: adultos, atletas, gimnasia rítmica, búsquedas en

internet, raza, artículos que relacionan las RRSS con problemas sexuales en adolescentes y adultos, aquellos artículos que no hablen de TCA, tesis doctorales, pósteres y libros.

Se obtuvo una búsqueda inicial de 23 artículos en Pubmed, 37 artículos en Psycinfo y 27 artículos en Cinahl (N=87). Tras la lectura del título y abstract, se seleccionaron los artículos potencialmente relevantes, teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión definidos obteniendo así 15 artículos en Pubmed, 10 artículos en Psycinfo y 15 artículos en Cinahl (N=40). A continuación, se eliminaron los duplicados obteniendo 15 artículos en Pubmed, 6 artículos en Psycinfo y 10 artículos en Cinahl (N=31). Por último, tras la lectura completa del texto se logró una muestra final de 12 artículos en Pubmed, 1 artículo en Psycinfo y 6 artículos en Cinahl (N=19) (véase figura 2, pág. 18).

RESULTADOS

La muestra final de esta revisión consistió en 19 artículos comprendidos cronológicamente desde 2013 hasta 2020. El método de recolecta de información más relevante con un 60 % de los artículos, consistió en la recogida de datos a través de escalas, cuestionarios y test en los que se estudió a adolescentes de edades comprendidas entre los 12-29 años. Los países que más estudios han realizado han sido Australia y Estados Unidos abarcando el 70 % de los artículos estudiados (véase tabla 2, pág. 18).

“Los TCA constituyen la tercera enfermedad crónica más común entre las jóvenes llegando a una incidencia del 5 %. Aunque es un trastorno más común en las mujeres, 1 de cada 10 hombres se ven afectados por este problema” (García, 2020).

La adolescencia temprana se ha identificado como un período de riesgo en el que las niñas son particularmente vulnerables al desarrollo de TCA o trastorno alimentario debido a los desafíos normativos asociados con esta etapa de desarrollo, como cambios físicos, mayor deseo de aceptación por parte de los compañeros y comparación social (Latzer *et al.*, 2015).

Bittar & Soares (2019) explican que el énfasis de la sociedad contemporánea en el ideal de delgadez [...] proporciona un entorno sociocultural que justifica la pérdida de peso, trayendo consigo un simbolismo de que la belleza física proporciona autocontrol, poder y "modernidad". Sin embargo, esta imagen corporal idealizada es un patrón imposible o incompatible para la mayoría de la población.

Los medios de comunicación, en la actualidad, ejercen un gran poder en la construcción de esta imagen corporal y en la formación de estándares estéticos, que inciden en los adolescentes en su fase de vulnerabilidad. Debido a estas características y otras relacionadas con la edad, los jóvenes cambian sus patrones de alimentación, convirtiéndose en riesgos potenciales para el desarrollo de trastornos alimentarios (Bittar & Soares, 2019).

Cabe destacar que tanto los trastornos alimentarios como los TCA reflejan un complejo de causalidades multidimensionales interdependientes, incluidas las genéticas, biológicas, factores psicológicos, familiares y socioculturales (Latzer *et al.*, 2015).

Dentro de las causas socioculturales, encontramos que las RRSS juegan un papel decisivo en la creación y difusión de ideas, comportamientos y, por tanto, ejercen una fuerte función ideológica sobre la sociedad en su conjunto (Bittar & Soares, 2019).

ARTÍCULOS QUE NO DEFIENDEN QUE LAS RRSS SON UN FACTOR RELEVANTE

Ferguson *et al.* (2013) examinó si la televisión, las RRSS y la competencia entre pares tenían influencia sobre la insatisfacción corporal, síntomas de trastornos alimentarios y satisfacción con la vida en una muestra 237 mujeres. 101 de estas chicas fueron reevaluadas en un seguimiento a los 6 meses. Finalmente, afirmó que ni la exposición televisiva a ideales débiles ni el uso de RRSS predicen los síntomas de un trastorno alimentario.

ARTÍCULOS QUE DEFIENDEN QUE LAS RRSS SON UN FACTOR RELEVANTE

Los siguientes autores a través de diversas metodologías defienden que las RRSS son un factor relevante en la aparición de TCA en adolescentes. En primer lugar encontramos aquellos autores que lo defienden a través de encuestas, escalas, cuestionarios y test (Rodgers *et al.*, 2020; Lonergan *et al.*, 2020; Wilksch *et al.*, 2019; Giffits *et al.*, 2018; Saunders & Eaton, 2018; Turner & Lefevre, 2017; Cohen *et al.*, 2017; Carrotte *et al.*, 2015; Latzer *et al.*, 2015; Mabe *et al.*, 2014; Hummel & Smith, 2014). En segundo lugar, localizamos aquellos autores que lo defienden a través de análisis de contenido en distintas RRSS (Cavazos-Rehg *et al.*, 2019; Wang *et al.*, 2018; Llado *et al.*, 2016; Arseniev-Koehler *et al.*, 2016; Holland & Tiggemann, 2016). Y en tercer lugar, encontramos aquellos autores que lo defienden a través de revisiones de literatura (García, 2020; Bittar & Soares, 2019).

FACTORES RELEVANTES EN LA APARICIÓN DE TCA EN ADOLESCENTES

Dentro de los artículos que sí defienden que las RRSS son un factor relevante en la aparición de TCA en adolescentes, encontramos los siguientes fenómenos y características comunes que demuestran este hecho:

Fenómeno “selfie”: cómo las RRSS basadas en imágenes influyen en los TCA.

Dentro de un modelo biopsicosocial de insatisfacción corporal y TCA, el uso de las RRSS hace que aumenten las oportunidades para comparaciones de apariencia desfavorable. Esto se debe a que muchos tipos de RRSS son muy visuales y centradas en la imagen (Rodgers *et al.*, 2020).

El estudio de Wilksch *et al.* (2019) sugiere que las RRSS, particularmente las plataformas con un fuerte enfoque en la publicación y visualización de imágenes, se asocian con elementos, cogniciones y comportamientos de TCA en adolescentes jóvenes.

Es importante examinar comportamientos en las RRSS relacionados con la apariencia debido a que la imagen corporal es un factor de riesgo clave en el desarrollo y mantenimiento de los TCA. Aquellas conductas a tener en cuenta en este aspecto son las relacionadas con los "selfies" (Lonergan *et al.*, 2020).

En el estudio de Cohen *et al.* (2017) el uso de las RRSS se asoció con preocupaciones relacionadas con el cuerpo y la alimentación. En concreto, se observó que una mayor edición de los "selfies" se asoció con una mayor insatisfacción corporal y sintomatología de BN.

Según el estudio de Turner & Lefevre (2017), el 80 % de los participantes que usaron Instagram clasificó la comida como la primera o la segunda categoría de imagen más frecuente que aparece en su cuenta de Instagram.

Al ser Instagram una plataforma basada en imágenes es más probable que los usuarios sigan consejos o imiten las dietas de las "celebrities" de esta red social. Estos consejos pueden fomentar problemas psicológicos en torno a la comida, y en algunos casos, conducen a trastornos alimentarios como AN (Turner & Lefevre, 2017).

Fenómeno *fitspiration* / *thinspiration*: cómo estos fenómenos son usados para promover y fomentar la aparición de TCA.

Holland & Tiggemann (2016) explican que Instagram es un sitio popular dedicado a publicar y compartir fotos y en el que se pueden encontrar dos fenómenos. El primero es el de *fitspiration* (*fitness* e inspiración), el cual consta de imágenes y texto que son diseñados para inspirar a los usuarios a llevar un estilo de vida saludable a través del deporte y la buena alimentación. Este movimiento ha sido promovido como una alternativa saludable al segundo fenómeno, la *thinspiration* la cual se basa en imágenes y texto que inspiran la pérdida de peso y un estilo de vida basado en un trastorno alimenticio.

Los resultados del estudio de Griffiths *et al.* (2018) demostraron que el uso frecuente de RRSS centradas en imágenes se asoció con exposiciones más frecuentes tanto a *fitspiration* como a *thinspiration*.

Pero a pesar de las intenciones positivas, hay varios elementos de la *fitspiration* que son preocupantes. Estos incluyen la representación repetida de un solo tipo de cuerpo que es inalcanzable para la mayoría de las mujeres, y la promoción de la apariencia antes que de los beneficios que tiene para la salud llevar una dieta y hacer ejercicio (Holland & Tiggemann, 2016).

De particular preocupación es el hallazgo de que casi una quinta parte de las mujeres que postearon contenido de *fitspiration* estaban en riesgo de sufrir un trastorno de conducta alimentaria de importancia significativa (Holland & Tiggemann, 2016).

“Me gusta” o “seguir”: cómo algoritmos de RRSS filtran la búsqueda para personalizar el contenido.

Las RRSS pueden estar sujetas a un "filtrado social", un algoritmo en el que el comportamiento de un sujeto en estas redes y su historial de búsqueda es utilizado para predecir el comportamiento futuro y para entregar contenido personalizado para atraer a ese individuo (Griffiths *et al.*, 2018).

Turner & Lefevre (2017) explican que las RRSS permiten y fomentan la exposición selectiva, ya que los usuarios eligen las cuentas que desean seguir y están continuamente expuestos al tipo de contenido que estas cuentas producen. Esta exposición limitada, a su vez, puede llevar a las personas a creer que un comportamiento es más frecuente o normal de lo que es en realidad.

Comunidades pro-TCA en RRSS: cómo estas comunidades difunden contenido a favor de TCA.

Como tal, la "*fitspiration*" se ha comparado con la "*thinspiration*" y contenido "pro-ana" (a favor de la anorexia / TCA), que idealiza cuerpos delgados y está diseñado para motivar a los usuarios a perder peso. Mientras tanto, más de un tercio de los jóvenes con problemas de alimentación han informado haber visitado estos sitios y haber aprendido nuevas técnicas de adelgazamiento y depuración (Carrotte *et al.*, 2015).

Saunders & Eaton (2018) exponen que habitualmente estas comunidades esconden sus síntomas por sentimientos de vergüenza o miedo al estigma y no buscan ayuda profesional. Para permanecer en el anonimato, la mayoría buscan apoyo social o información relacionada con esta enfermedad en comunidades online, particularmente a través de RRSS como Twitter y Facebook.

Arseniev-Koehler *et al.* (2016) explica que Twitter permite a aquellos que se adscriben a contenido Pro-TCA que puedan expresar su TCA y puedan obtener un apoyo de la red social e información para su TCA. Por ejemplo, el uso de la etiqueta #proana (proanorexia) permite a los usuarios de Twitter publicar y ver contenido que apoye los estilos de vida de los TCA.

La investigación es relevante para manifestar la existencia de comunidades en las RRSS que fomentan, apoyan y / o publican con franqueza sobre los TCA (Cavazos-Rehg *et al.*, 2019).

Influencia del tiempo dedicado a RRSS: aquellos adolescentes que dedican más horas a las RRSS tienen mayor probabilidad de desarrollar un TCA.

Saunders & Eaton (2018) exponen que el tiempo dedicado al uso de RRSS y la frecuencia de exposición a estos medios se corresponden con una mayor influencia en el modelo sociocultural de los TCA.

Turner & Lefevre (2019) a través de su estudio llegaron a la conclusión de que un mayor uso de Instagram se asociaba a una mayor tendencia a la ortorexia nerviosa. Este trastorno alimentario consiste en la obsesión patológica por comer sano.

Con respecto a los comportamientos de TCA, las niñas que pasaban más tiempo usando Instagram o Snapchat tenían una mayor probabilidad de informar un comportamiento de TCA en un futuro. En este estudio no se encontró una relación significativa para los niños (Wilksch *et al.*, 2019).

FACTORES PROTECTORES Y COMIENZO DE CAMPAÑAS DE PREVENCIÓN EN RRSS

Los hallazgos del estudio de Latzer *et al.* (2015) indican que el papel de los padres es particularmente importante durante este período crítico de la adolescencia, ya que es cuando se pueden desarrollar conductas de salud y enfermedad que pueden ser de importancia no solo para el bienestar presente sino también para el futuro. Sus hallazgos muestran que el papel de la relación padres-adolescentes es significativa para el desarrollo o la prevención de una conducta alterada, incluidos los trastornos de conducta.

Una característica personal protectora que puede servir como amortiguador contra las comparaciones, mensajes dañinos en los medios de comunicación y conductas alimentarias desordenadas es el sentido de empoderamiento, es decir, su capacidad para resistir y analizar críticamente la presión de grupo. Los hallazgos destacan la influencia dañina de las RRSS en los TCA e indican que el apoyo paternal actúa como un factor protector contra la baja autoestima, malas actitudes alimentarias y los TCA en adolescentes (Latzer *et al.*, 2015).

Respecto a las campañas de prevención en RRSS, a pesar de que los pasos para contrarrestar el contenido que fomenta los TCA han sido tomados por muchos sitios como Instagram y Facebook, Twitter no ha hecho ningún intento de limitar el contenido Pro-TCA (Arseniev-Koehler *et al.*, 2016).

DISCUSIÓN

Como se ha podido ver en los resultados obtenidos las RRSS basadas en imágenes, la influencia de comunidades pro-TCA, los fenómenos de *fitspiration* / *thinspiration* como potenciadores de TCA, los algoritmos de las RRSS que implican una influencia selectiva y el tiempo dedicado a las RRSS hacen que estas sean factores relevantes en la aparición de TCA en adolescentes.

A continuación se discutirán 3 temas: aquellos artículos que sí defienden la pregunta de investigación frente a los que no lo hacen, el punto de confluencia de las RRSS y los blogs, y la raza como factor protector.

En primer lugar, en los resultados se observan 19 artículos que defienden el objetivo de la revisión y un artículo que no lo evidencia.

Por un lado, el artículo que no lo defiende consiste en una muestra de 237 mujeres con edades comprendidas entre los 10-17 años de las que 101 fueron reevaluadas en un seguimiento a los 6 meses (Ferguson *et al.*, 2013). Por otro lado, los artículos que sí lo defienden consisten en muestras desde

101 mujeres (Holland & Tiggemann, 2016) hasta 1.001 estudiantes (Carrotte *et al.*, 2015) en los que se estudian participantes en edades comprendidas entre los 11-47 años.

Se puede observar que en esta revisión, el 94,7 % de los artículos defienden la pregunta de investigación y poseen muestras de participantes mayores. Además el artículo que no defiende la pregunta está compuesto por una muestra de solo mujeres, mientras que aquellos que sí lo hacen poseen muestras de ambos géneros. Por lo que aquellos artículos que sí justifican la pregunta de investigación se pueden considerar concluyentes.

En segundo lugar, esta revisión se ha centrado en las RRSS, pero los blogs son objeto de discusión debido a su estrecha relación en la difusión de contenido a favor de los TCA en internet.

Jiménez (2010) relata que los TCA aparecieron en internet como foros donde se intercambiaban trucos para adelgazar evitando a familiares y sanitarios. Poco a poco se acabaron convirtiendo en páginas estructuradas en las que se apoyaba y difundía contenido a favor de la AN y BN. Estas comunidades daban a entender que si no pertenecías a este colectivo jamás obtendrías aceptación social, realización personal o incluso la felicidad. A pesar de que estos espacios fueron perseguidos y clausurados, hoy en día la presencia de TCA sigue estando activa.

Los resultados obtenidos a través de la revisión indican que existen comunidades en línea que fomentan los TCA a través de RRSS como Twitter o Facebook (Saunders & Eaton, 2018), pero no son los únicos medios por los que se difunde este tipo de contenido. Jiménez (2010) explica que aparte de encontrar la enfermedad amparada bajo las RRSS, la AN y BN aparecen en internet en forma de espacios personales, mayoritariamente blogs, que con el sobrenombre de “Ana y Mia” (Ana por AN y Mia por BN) hacen apología del trastorno estudiado.

De especial preocupación son las investigaciones de la Policía Nacional Española en 2008 en las que: “Se detectaron 150 espacios que, a modo de diario personal, actuaban como instructores para miles de jóvenes en fases iniciales del trastorno. Estos blogs tenían entre 1.500 y 8.000 visitas al mes” (Jiménez, 2010).

Jiménez (2010) expone que una búsqueda con términos con los que habitualmente se suelen denominar a los TCA, hace que solo en una red social como puede ser Facebook se encuentren 150 grupos que defienden esta patología. Pero el punto que une a las RRSS con los blogs es cuando estos clanes saludan a los usuarios con la perfección como lema para llevarlos a espacios virtuales externos a la red social: los blogs.

En tercer y último lugar, en los resultados de la revisión se ha visto que el control parental durante la adolescencia y el fomento del sentido de empoderamiento actúan como factores protectores contra las comparaciones, mensajes dañinos en los medios y conductas alimentarias desordenadas. Estos factores se pueden ampliar ya que según Opara & Santos (2019), la identidad étnica y el sentido de pertenencia, pueden ser un punto clave en el sentido de empoderamiento para afrontar los estereotipos actuales de la sociedad.

Opara & Santos (2019) explica que las latinas suelen usar sus entornos sociales inmediatos para formar opiniones, ideas y puntos de vista sobre ellas mismas al formar su propia identidad. Por lo tanto, el fortalecimiento de la identidad étnica puede ser una estrategia eficaz para promover la salud y comportamientos positivos.

CONCLUSIONES

La presente revisión ha presentado la relevancia de las RRSS en la aparición de TCA en adolescentes. Por un lado, la evidencia ha demostrado que las RRSS basadas en imágenes se asocian con cogniciones y comportamientos de TCA en adolescentes dando lugar a una mayor insatisfacción corporal y sintomatología de BN.

La influencia de las comunidades pro-TCA en la promoción y fomento de TCA en RRSS conducen a la AN y junto con los fenómenos de *fitspiration* y *thinspiration*, casi una quinta parte de las mujeres que lo postean está en riesgo de sufrir un TCA de importancia significativa.

Todo lo expuesto, junto con los algoritmos que implican una influencia selectiva de las RRSS y el tiempo dedicado a las mismas, hacen que sean un factor relevante en la aparición de TCA en adolescentes.

Por otro lado, se ha podido ver como el sentido de empoderamiento en los adolescentes hace que desarrollen habilidades para resistir y analizar críticamente la presión de grupo y que junto con el control parental previenen el desarrollo de malas conductas de salud que puedan dar lugar a TCA.

Cabe destacar que algunas RRSS como Instagram o Facebook han comenzado con campañas de prevención contra contenido pro-TCA, pero otras como Twitter no han dado ese paso, por lo que es evidente que queda mucho camino por delante en este ámbito.

Limitaciones de la revisión e implicaciones para el futuro.

Las principales limitaciones que se encuentran en esta revisión han sido que la mayor parte de los participantes que constituyen los estudios son mujeres, por lo que ha limitado la visión de los varones respecto a la enfermedad, esto se justifica en que 9 de cada 10 casos de TCA son en mujeres. Otra limitación ha sido que la revisión está centrada en los adolescentes y no se ha tenido en cuenta a los adultos, esto se justifica en que hoy en día el uso de las RRSS está predominado por adolescentes y teniendo en cuenta la fase de vulnerabilidad y cambios en los que se encuentran son más susceptibles a desarrollar un TCA. La búsqueda bibliográfica se realizó solo en 3 bases de datos excluyendo las demás y limitando así los resultados de la búsqueda. Las bases de datos seleccionadas fueron PubMed, Cinahl y Psycinfo por ser las más relevantes en el ámbito de la salud.

El uso de las RRSS se ha convertido en una parte esencial para la población adolescente por lo que para futuras implicaciones en la práctica, docencia e investigación considero oportunas las siguientes medidas:

Respecto al ámbito de la práctica, actualmente en España un aspecto que se pregunta a través de las revisiones de los niños/adolescentes es si posee televisión/vídeo/ordenador en la habitación y cuántas horas a la semana pasa el niño/adolescente con ordenadores, videojuegos, televisión... Es evidente la necesidad de ampliar e implantar test/cuestionarios/escalas para identificar la potencialidad del adolescente de desarrollar un TCA ya que, como se ha mencionado anteriormente, los TCA constituyen la tercera enfermedad crónica más común entre las jóvenes con 9 de cada 10 casos y los jóvenes con 1 de cada 10 casos.

Las revisiones son un punto clave para enfermería en el que se debe fomentar la prevención y diagnóstico de TCA. El uso de la escala de SCOFF (*Sick Control One Fat Food Questionnaire*) como método de screening puede ayudar al profesional a identificar a grupos de riesgo para descartar el diagnóstico o para favorecer su pronta recuperación (véase tabla 1, pág. 17).

En docencia, sería interesante ampliar el temario en lo que respecta a los TCA en los adolescentes. La importancia del control parental y empoderamiento debe ser transmitida en las asignaturas de "Atención de enfermería en la persona adulta V" la cual corresponde a toda atención que debe dar un enfermero respecto al ámbito de salud mental y la asignatura de "Atención de enfermería en la infancia y en la adolescencia" que corresponde a toda atención que un enfermero debe dar en el ámbito de la infancia y adolescencia.

Respecto a la investigación, se debe seguir indagando en la influencia de las RRSS en la prevención, aparición y tratamiento de TCA en adolescentes teniendo en cuenta el entorno sociocultural cambiante en el que nos encontramos. A pesar de que esta enfermedad predomina en el sexo femenino y que gran parte de los artículos de la revisión solo poseen muestras de mujeres, considero conveniente para futuras investigaciones estudiar esta influencia en los hombres. Otro aspecto a destacar en este ámbito es que el 70 % de los artículos de la búsqueda son de Estados Unidos de América y Australia, por lo que sería relevante para futuro que esta temática sea más estudiada en España para obtener resultados más específicos de este país.

BIBLIOGRAFÍA

- Arseniev-Koehler, A., Lee, H., McCormick, T., & Moreno, M. A. (2016). #Proana: Pro-Eating Disorder Socialization on Twitter. *Journal of Adolescent Health, 58*(6), 659–664. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.02.012>
- Asociación TCA Aragón. (2020, 1 de junio). *Estadísticas sobre los TCA*. <https://www.tca-aragon.org/2020/06/01/estadisticas-sobre-los-tca/>
- Associació Contra l'Anorèxia i la Bulímia (ACAB). (2020, 7 julio). *¿Qué son los TCA?*. <https://www.acab.org/es/los-trastornos-de-conducta-alimentaria/que-son-los-tca/>
- Bittar, C., & Soares, A. (2020). Media and eating behavior in adolescence. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, 28*(1), 291–308. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoar1920>
- Carrotte, E. R., Vella, A. M., & Lim, M. S. (2015). Predictors of “Liking” Three Types of Health and Fitness-Related Content on Social Media: A Cross-Sectional Study. *Journal of Medical Internet Research, 17*(8), e205. <https://doi.org/10.2196/jmir.4803>
- Castellot, L., Sancho, S., Santisteban, A., Sánchez, B., & Marco, V. (2018, 27 de septiembre). *Rol de enfermería frente a pacientes con TCA*. Revista Electrónica de Portales Médicos. <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/rol-de-enfermeria-frente-a-pacientes-con-tca/>
- Cavazos-Rehg, P. A., Krauss, M. J., Costello, S. J., Kaiser, N., Cahn, E. S., Fitzsimmons-Craft, E. E., & Wilfley, D. E. (2019). “I just want to be skinny”: A content analysis of tweets expressing eating disorder symptoms. *PLOS ONE, 14*(1), e0207506. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0207506>
- Cohen, R., Newton-John, T., & Slater, A. (2018). ‘Selfie’-objectification: The role of selfies in self-objectification and disordered eating in young women. *Computers in Human Behavior, 79*, 68–74. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.10.027>
- Ferguson, C. J., Muñoz, M. E., Garza, A., & Galindo, M. (2013). Concurrent and Prospective Analyses of Peer, Television and Social Media Influences on Body Dissatisfaction, Eating Disorder Symptoms and Life Satisfaction in Adolescent Girls. *Journal of Youth and Adolescence, 43*(1), 1–14. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9898-9>
- García, D. (2020). Influencia del uso de Instagram sobre la conducta alimentaria y trastornos emocionales. Revisión sistemática. *Revista Española de Comunicación en Salud, 11*(2), 244. <https://doi.org/10.20318/recs.2020/5223>

- Gómez, C., Palma, S., Miján de la Torre, A., Rodríguez, P., Matía, P., Loria, V., Campos, R., Virgili, M. N., Martínez, M., Mories, M. T., Castro, M. J., & Martín, N. (2018). Consenso sobre la evaluación y el tratamiento nutricional de los trastornos de la conducta alimentaria: anorexia nerviosa, bulimia nerviosa, trastorno por atracón y otros. Resumen ejecutivo. *Nutrición Hospitalaria*, 35(2), 489-494. <http://dx.doi.org/10.20960/nh.1819>
- Griffiths, S., Castle, D., Cunningham, M., Murray, S. B., Bastian, B., & 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>
- Holland, G., & Tiggemann, M. (2016). “Strong beats skinny every time”: Disordered eating and compulsive exercise in women who post fitspiration on Instagram. *International Journal of Eating Disorders*, 50(1), 76–79. <https://doi.org/10.1002/eat.22559>
- Hummel, A. C., & Smith, A. R. (2014). Ask and you shall receive: Desire and receipt of feedback via Facebook predicts disordered eating concerns. *International Journal of Eating Disorders*, 48(4), 436–442. <https://doi.org/10.1002/eat.22336>
- Jiménez, M. (2010, 1 de octubre). *Trastornos del comportamiento alimentario en internet. De la blogosfera a las RRSS*. ICONO 14. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=552556585006>
- Latzer, Y., Spivak-Lavi, Z., & Katz, R. (2015). Disordered eating and media exposure among adolescent girls: the role of parental involvement and sense of empowerment. *International Journal of Adolescence and Youth*, 20(3), 375–391. <https://doi.org/10.1080/02673843.2015.1014925>
- Lladó, G., González-Soltero, R., & Blanco Fernández de Valderrama, M. J. (2017). Anorexia y bulimia nerviosas: difusión virtual de la enfermedad como estilo de vida. *Nutrición Hospitalaria*, 34(3), 693. <https://doi.org/10.20960/nh.469>
- Lonergan, A. R., Bussey, K., Fardouly, J., Griffiths, S., Murray, S. B., Hay, P., Mond, J., Trompeter, N., & Mitchison, D. (2020). Protect me from my selfie: Examining the association between photo-based social media behaviors and self-reported eating disorders in adolescence. *International Journal of Eating Disorders*, 53(5), 755–766. <https://doi.org/10.1002/eat.23256>
- López, C., & Treasure, J. (2011). Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes: descripción y manejo. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 22(1), 85–97. [https://doi.org/10.1016/s0716-8640\(11\)70396-0](https://doi.org/10.1016/s0716-8640(11)70396-0)
- Mabe, A. G., Forney, K. J., & Keel, P. K. (2014). Do you “like” my photo? Facebook use maintains eating disorder risk. *International Journal of Eating Disorders*, 47(5), 516–523. <https://doi.org/10.1002/eat.22254>

- Mérida, C. (2013, diciembre). *Prevalencia de los trastornos de la conducta alimentaria y su relación con la ansiedad y depresión en adolescentes de secundaria de la ciudad de La Paz*. SciELO. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322013000200007#: %7E:text=En %20relaci %C3 %B3n %20a %20estudios %20realizado s,3 %25 %2C %20de %20las %20adolescentes %20de
- Opara, I., & Santos, N. (2019). A Conceptual Framework Exploring Social Media, Eating Disorders, and Body Dissatisfaction Among Latina Adolescents. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 41(3), 363–377. <https://doi.org/10.1177/0739986319860844>
- Rica, R. (2018, 3 de abril). *Cuando los TCA conocieron las redes sociales*. Instituto Centta. <https://centta.es/articulos-proprios/cuando-los-tca-conocieron-las-redes-sociales>
- Rodgers, R. F., Slater, A., Gordon, C. S., McLean, S. A., Jarman, H. K., & Paxton, S. J. (2020). A Biopsychosocial Model of Social Media Use and Body Image Concerns, Disordered Eating, and Muscle-Building Behaviors among Adolescent Girls and Boys. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(2), 399–409. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01190-0>
- Sancho, D. & Alberola, S. (2017, 14 de noviembre). *Programa de prevención y detección de incidencias sobre los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) en adolescentes de secundaria*. Enfermería21. <https://www.enfermeria21.com/revistas/ridec/articulo/27128/programa-de-prevencion-y-deteccion-de-incidencias-sobre-los-trastornos-de-la-conducta-alimentaria-tca-en-adolescentes-de-secundaria/>
- Saunders, J. F., & Eaton, A. A. (2018). Snaps, Selfies, and Shares: How Three Popular Social Media Platforms Contribute to the Sociocultural Model of Disordered Eating Among Young Women. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(6), 343–354. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0713>
- Turner, P. G., & Lefevre, C. E. (2017). Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 22(2), 277–284. <https://doi.org/10.1007/s40519-017-0364-2>
- Wang, T., Brede, M., Ianni, A., & Mentzakis, E. (2018). Social interactions in online eating disorder communities: A network perspective. *PLOS ONE*, 13(7), e0200800. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0200800>
- Wilksch, S. M., O’Shea, A., Ho, P., Byrne, S., & Wade, T. D. (2019). 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>

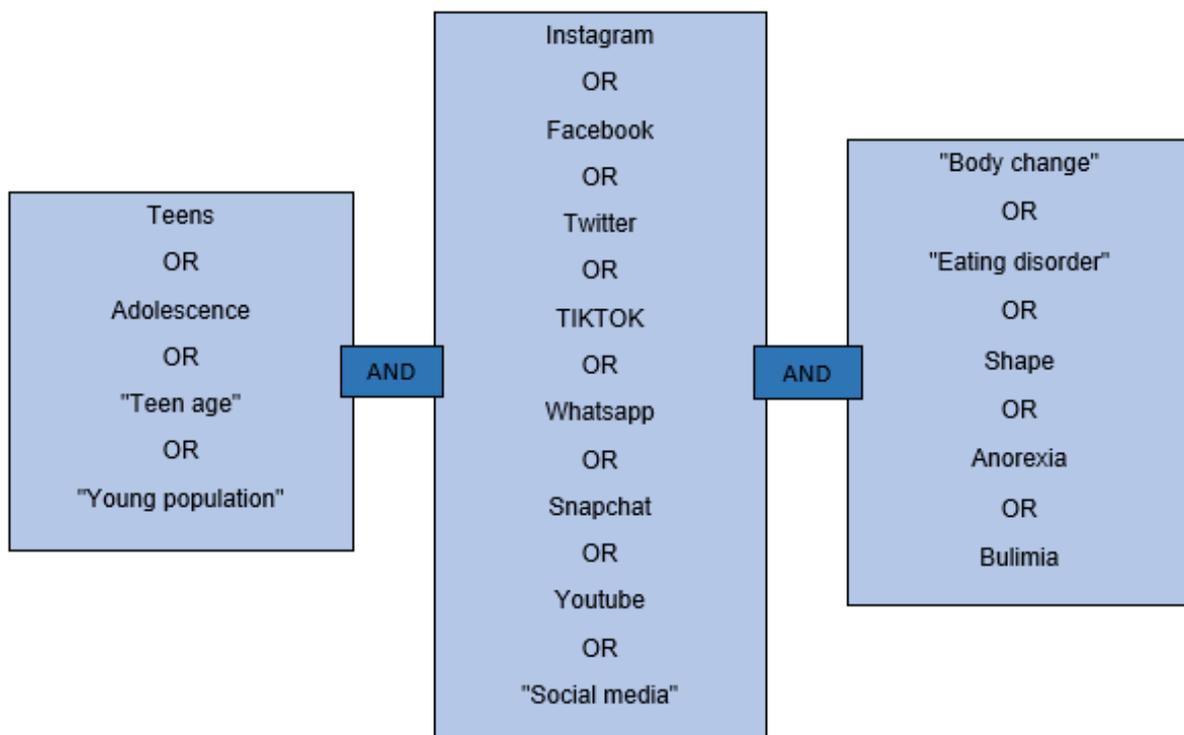
TABLAS Y FIGURAS

Tabla 1. Escala de SCOFF.

	SI	NO
¿Tiene la sensación de estar enferma porque siente el estómago tan lleno que le resulta incómodo?		
¿Está preocupada porque siente que tiene que controlar cuanto come?		
¿Ha perdido recientemente más de 6 Kg en un periodo de 3 meses?		
¿Cree que está gorda aunque otros digan que está demasiado delgada?		
¿Diría que la comida domina su vida?		
PUNTUACIÓN TOTAL		

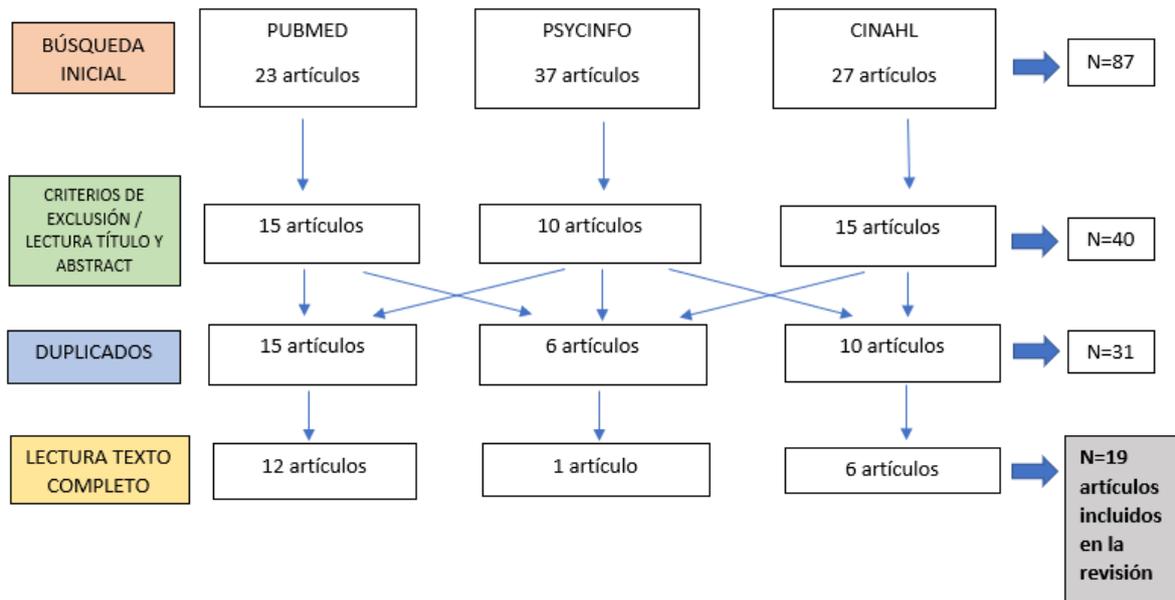
Fuente: Castellot *et al.* (2018).

Figura 1. Búsqueda bibliográfica.



Fuente: elaboración propia.

Figura 2. Proceso de selección de artículos.



Fuente: elaboración propia.

Tabla 2. Tabla de los artículos seleccionados.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA	PAÍS	DISEÑO	MÉTODO DE RECOGIDA DE DATOS	POBLACIÓN DE ESTUDIO	PRINCIPALES RESULTADOS DEL ESTUDIO
Arseniev-Koehler <i>et al.</i> (2016)	Estados Unidos de América	Estudio descriptivo	Búsqueda de perfiles en Twitter	45 perfiles en Twitter pro-ana -- > 4.245 twits analizados.	Los hallazgos sugieren que los perfiles que se autoidentifican como Pro-TCA expresan trastornos patrones de alimentación a través de tweets y tener una audiencia de seguidores, también hacen referencia a su TCA en sus propios perfiles. La socialización de TCA en Twitter puede proporcionar apoyo social, pero en el contexto del TCA, esta actividad también podría reforzar la identidad del TCA.
Bittar & Soares (2019)	Brasil	Revisión sistemática	Revisión de literatura	55 artículos	El estudio mostró que los medios de comunicación ejercen un gran poder en la construcción de la imagen corporal y en la formación de estándares estéticos, que inciden en la adolescentes en su fase de vulnerabilidad. Los jóvenes acaban cambiando sus patrones de alimentación, convirtiéndose riesgos potenciales para el desarrollo de trastornos alimentarios.
Carrotte <i>et al.</i> (2015)	Australia	Estudio exploratorio	Encuesta	1.001 participantes. Edad media: 21 años.	El estudio presentó que un total de 378 (37,76 %) participantes informaron consumir al menos 1 de los 3 tipos de contenido relacionados con la salud y el fitness. 308 (30,77 %) páginas de <i>Fitspiration</i> , 145 (14,49 %) páginas de desintoxicación y 235 (23,48 %) páginas de planes de dieta / fitness. 85,7 % (324/378) son mujeres y el 44,8 % (324/723) de ellas consumieron al menos un tipo de contenido de RRSS relacionado con la salud y el fitness.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA	PAÍS	DISEÑO	MÉTODO DE RECOGIDA DE DATOS	POBLACIÓN DE ESTUDIO	PRINCIPALES RESULTADOS DEL ESTUDIO
Cavazos-Rehg <i>et al.</i> (2019)	Estados Unidos de América	Análisis de contenido	Análisis de twits en Twitter	3,000 twits. 77 % menos o igual a 19 años. 90 % mujeres.	El estudio indicó que 2.584 de los 3.000 de los twits estaban relacionados con TCA. El 65 % expresó una preocupación por la forma del cuerpo, el 13 % mostró cuestiones relacionadas con la alimentación y el 4 % expresó importancia sobre el peso corporal. La mayoría de los tweets fueron enviados por niñas (90 %) que tenían 19 años (77 %).
Cohen <i>et al.</i> (2017)	Australia	Estudio descriptivo	Escalas y cuestionarios	259 chicas. Edades 18-29 años.	Los resultados mostraron que las actividades de "selfies" de las redes sociales se asoció con preocupaciones relacionadas con el cuerpo y con la alimentación. En concreto, una mayor inversión en las actividades de "selfies" se asociaron con una mayor insatisfacción corporal y sintomatología de bulimia.
Ferguson <i>et al.</i> (2013)	Estados Unidos de América	Estudio descriptivo	Test, escalas y cuestionarios	239 participantes. Edades 10-17 años.	Ni la exposición televisiva a los medios ideales ni las redes sociales predijeron resultados negativos ya sea de forma simultánea o prospectiva con la excepción de una pequeña correlación concurrente entre el uso de las RRSS y satisfacción con la vida.
García (2020)	España	Revisión sistemática	Revisión de literatura	13 artículos	La revisión mostró como el uso de Instagram se relaciona con la imagen corporal, con actitudes alimentarias y con trastornos emocionales como pueden ser la ansiedad o depresión. Un mayor tiempo de uso se asoció con una tendencia a desarrollar un TCA.
Griffiths <i>et al.</i> (2018)	Australia	Análisis de contenido	Cuestionario	228 participantes con TCA diagnosticado. 94 % chicas.	Los resultados mostraron que el uso frecuente de RRSS centradas en imágenes se asoció con exposiciones más frecuentes tanto a la <i>thinspiration</i> como <i>fitspiration</i> . A su vez, estas exposiciones se asociaron con comparaciones de apariencia física más frecuentes que implicaban mayor gravedad de los síntomas.
Holland & Tiggemann (2016)	Australia	Estudio de casos y controles	Búsqueda en Instagram	101 mujeres. Edades: 18-48 años.	El estudio reveló que las mujeres que postean sobre <i>Fitspiration</i> obtuvieron una puntuación más alta en tendencia a la delgadez, bulimia, querer ganar musculatura y realizar ejercicio compulsivo. Casi una quinta parte (17,5 %) estaban en riesgo de diagnóstico de un TCA. El ejercicio compulsivo se relacionó con TCA en ambos grupos, pero la relación fue más fuerte en aquellas que publicaban imágenes de <i>fitspiration</i> .
Hummel & Smith (2014)	Estados Unidos de América	Estudio descriptivo	Cuestionarios	185 estudiantes	Los resultados indicaron que los individuos con un estilo de búsqueda de retroalimentación negativa que recibieron un gran número de comentarios era más probable que los comentarios en Facebook reportar actitudes alimentarias desordenadas cuatro semanas después.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA	PAÍS	DISEÑO	MÉTODO DE RECOGIDA DE DATOS	POBLACIÓN DE ESTUDIO	PRINCIPALES RESULTADOS DEL ESTUDIO
Latzer <i>et al.</i> (2015)	Israel	Estudio exploratorio	Test, escalas y cuestionarios	248 chicas. Edades: 12-19 años.	Los hallazgos destacan la influencia dañina de las RRSS en los TCA, enfatizando la importancia del estilo de crianza para el sentido de empoderamiento de los adolescentes y subrayando la necesidad de la participación de los padres en los programas de prevención. Los principales resultados del estudio mostraron que un TCA y una imagen corporal más pobre se correlacionaron significativamente con una mayor exposición a los mensajes de los medios, en particular a Facebook y YouTube.
Llado <i>et al.</i> (2016)	España	Análisis estadístico descriptivo	Búsqueda de palabras clave	Búsqueda de términos: 20 entradas. Búsqueda pro-ana y pro-mia: 30 entradas.	El estudio mostró que las palabras clave pro-ana y pro-mia dieron más de un millón de entradas, las cuales daban lugar a páginas mal posicionadas siendo la mayoría blogs y con mayor difusión en Facebook y Twitter comparadas con otras de mejor calidad.
Lonergan <i>et al.</i> (2020)	Australia	Estudio descriptivo	Cuestionarios	4.209 participantes. Edades: 11-19 años.	El estudio mostró que un aumento de la edición de fotografías se relacionó con mayores probabilidades de cumplir con los criterios para un TCA.
Mabe <i>et al.</i> (2014)	Estados Unidos de América	Estudio casos y controles	Test y escalas	Dos estudios: El primero 960 mujeres de edad media: 18 años. El segundo 84 mujeres de edad media: 18 años.	Uso más frecuente de Facebook se asoció con mayor TCA en una encuesta transversal. El uso de Facebook se asoció con el mantenimiento de preocupación sobre el peso / forma y estado de ansiedad en comparación con otra actividad de internet alternativa.
Rodgers <i>et al.</i> (2020)	Australia	Investigación empírica	Cuestionarios y escalas	770 adolescentes. Edad media: 12,7 años. 70 % ventaja económica.	El uso de las RRSS reveló un efecto directo tanto en la internalización del ideal de las redes sociales e interiorización del ideal muscular. Además se encontraron efectos indirectos significativos entre el uso de las RRSS y una comparación de apariencia ascendente.
Saunders & Eaton (2018)	Estados Unidos de América	Estudio descriptivo	Escalas	237 personas. Edad media: 21,3 años.	Tres plataformas SNS: Facebook, Instagram y Snapchat. Los usuarios de todas las plataformas demostraron una relación positiva significativa entre comparaciones ascendentes y trastornos alimentarios.
Turner & Lefevre (2017)	Reino Unido	Análisis estadístico descriptivo	Cuestionarios y escalas	680 chicas. Edad media: 24,7 +- 7 años.	Un mayor uso de Instagram se asoció con una mayor tendencia hacia la ortorexia nerviosa. En análisis exploratorios Twitter presentó una pequeña asociación positiva con los síntomas de ortorexia. La prevalencia de ortorexia fue de un 49 %.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA	PAÍS	DISEÑO	MÉTODO DE RECOGIDA DE DATOS	POBLACIÓN DE ESTUDIO	PRINCIPALES RESULTADOS DEL ESTUDIO
Wang <i>et al.</i> (2018)	Reino Unido	Análisis cualitativo	Análisis de perfiles pro-TCA	Seguimiento de perfiles pro-TCA en Twitter.	El estudio estableció la existencia de dos comunidades: una comunidad que refuerza las conductas alimentarias desordenadas y una segunda, una comunidad más pequeña apoyando los esfuerzos para recuperarse de la enfermedad. Encontramos que los individuos tienden a interactuar misma comunidad, con interacciones limitadas a través de ambas comunidades e interacciones entre comunidades caracterizadas por emociones más negativas que las interacciones intracomunitarias.
Wilksch <i>et al.</i> (2019)	Australia	Ensayo controlado aleatorio	Cuestionarios y escalas	996 estudiantes. Edad: 12-14 años. Ventaja socioeconómica.	Se encontró una relación significativa en la muestra. Aquellas chicas que pasan más tiempo en Instagram tenían puntuaciones de TCA más altas. Con respecto a los comportamientos de TCA, las niñas que pasan más tiempo usando Instagram o Snapchat tienen una mayor probabilidad de informar un comportamiento de TCA.

Fuente: elaboración propia.