

# EFFECTOS DE LAS REDES SOCIALES EN LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA.

AUTORAS:  
ESTEFANÍA LOAISA SÁNCHEZ  
FÁTIMA GONZÁLEZ LÓPEZ  
MARÍA DEL PILAR LLANOS DUARTE

## INTRODUCCIÓN

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) suelen aparecer en la adolescencia, ya que es la etapa donde se desarrolla la personalidad, la autoestima y el rol social. En esta etapa, además, el entorno social promueve una alta presión por la imagen corporal, sumado a la promoción de ideales de belleza inalcanzables por la manipulación de las imágenes con filtros o los retoques estéticos, la comparación de "likes" o conseguir comentarios positivos con respecto al cuerpo hacen las redes sociales sean un factor de riesgo a padecer un TCA, sumado además al fácil acceso que tienen los jóvenes a internet.

## OBJETIVO

Analizar la influencia de las redes sociales y la presión social actual en la aparición de trastornos de la conducta alimentaria en jóvenes y adolescentes.

## METODOLOGÍA

Se ha realizado una revisión de la literatura a través de diferentes bases de datos (PubMed, Scielo y Google Académico) utilizando los descriptores trastornos de la conducta alimentaria, anorexia, bulimia, delgadez, en forma, Facebook, Instagram, WhatsApp, Exposición a redes sociales, riesgo para la salud e imagen corporal, en sus respectivos términos MeSh.

Los criterios de inclusión que se han establecido son:

- Que versasen sobre la influencia de las redes sociales en la relación con los trastornos de la conducta alimentaria (anorexia y bulimia).
- Publicados en inglés, español o portugués en los últimos 10 años.

BASE DE DATOS	ENCONTRADOS	SELECCIONADOS
Pubmed	128	1
SciELO	11	1
Google Académico	1	1



## DESARROLLO

Los diferentes artículos exploran la vulnerabilidad de las adolescentes en relación con los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y el impacto negativo de las redes sociales.

Las adolescentes enfrentan presiones sociales y la constante exposición a imágenes de cuerpos ideales en redes, que promueven la delgadez extrema como sinónimo de éxito social. Las redes sociales facilitan el acceso a plataformas donde los jóvenes pueden comparar sus fotos, creando una preocupación excesiva por el peso. Además, fomentan conductas patológicas a través de círculos de iguales, el uso de filtros y retoques que distorsionan la realidad, y la promoción de cánones de belleza inalcanzables.

## RESULTADOS

Los estudios indican que existe una relación entre las redes sociales y los trastornos de la conducta alimentaria (TCA), debido a las herramientas de feedback y los filtros de imágenes que fomentan la comparación entre adolescentes y promueven cánones de belleza basados en la delgadez. La gratuidad de estas redes facilita la publicación de contenido inapropiado y la creación de comunidades que incentivan conductas pro-TCA. Se destaca la importancia del papel de los padres y docentes en la promoción de la salud y la supervisión del contenido que los adolescentes consumen, ya que son más vulnerables a la información de riesgo.

## BIBLIOGRAFÍA

