

Las tecnologías de la información y la comunicación en los trastornos de la conducta alimentaria

Cañas-Martínez, M.E. Perrián-Sotelo, N. Alvarado-Fernández, C.
"Las tecnologías de la información y la comunicación en los trastornos de la conducta alimentaria"

SANUM 2023, 7(4) 30-36


AUTORAS

María Elena Cañas Martínez. Enfermera. Desempleada. España.

Noelia Perrián Sotelo. Enfermera. Hospital Santa María del Puerto. El Puerto de Santa María, Cádiz. España.

Cristina Alvarado Fernández. Enfermera. Centro de Salud Menéndez Tolosa. Algeciras, Cádiz. España.

Autora de Correspondencia: María Elena Cañas Martínez.

 valelena462@gmail.com

Tipo de artículo: Revisión.

Sección: Nutrición.

F. recepción: 13-07-2023

F. aceptación: 19-09-2023

Resumen

Introducción. En la actualidad, los trastornos de la conducta alimentaria suponen un problema de salud a nivel público a causa del incremento de la incidencia en los últimos años y de los costes sanitarios que provoca dicho aumento.

Esta conducta alterada de la ingesta alimentaria cada vez se ha relacionado más con un mal uso de las nuevas tecnologías, así como redes sociales o Internet, debido a un aumento de la información a favor de los TCA (Trastornos de la Conducta Alimentaria).

Objetivos. Analizar la relación entre los trastornos de la conducta alimentaria y las tecnologías de la información y comunicación.

Metodología. Este trabajo parte de la búsqueda bibliográfica de artículos de actualidad a través de diversas bases de datos, como Scielo y un motor de búsqueda, Pubmed. Se han utilizado DeCS (Descriptor de Ciencias de la Salud), además de haberse aplicado criterios de inclusión y exclusión para realizar una detallada y actualizada selección de los artículos.

Resultados. Los artículos muestran un efecto negativo de las TIC (tecnologías de la información y comunicaciones) sobre los trastornos de la conducta alimentaria, resultando ser un factor de riesgo para la aparición de estos, o produciendo un empeoramiento significativo.

La población más influenciada son los adolescentes y, sobre todo, el sexo femenino, aunque la población infantil también se encuentra afectada. No obstante, se ha descubierto que una importante solución es la prevención desde la Atención Primaria.

Conclusiones. Podemos concluir afirmando que las herramientas de tipo feedback (likes, comentarios, etc), la comparación entre los usuarios, el tipo de fotos subidas, etc, son un factor de riesgo para las TCA.

Por otro lado, se ha demostrado que el marketing y los estereotipos, así como páginas webs cuya finalidad se encuentra claramente definida (tips, trucos, dietas, testimonios, etc) persuaden cada vez más.

Palabras clave:

Trastornos de la Conducta Alimentaria;
TIC en la Salud;
Adolescente;
Redes Sociales;
Imagen Corporal.

Information and communication technologies in eating disorders

Abstract

Introduction. *At present, eating disorders are a public health problem due to the increase in incidence in recent years and the healthcare costs they cause.*

This altered behavior of food intake has been increasingly related to the misuse of new technologies, as well as social networks or the Internet, due to an increase in information in favor of eating disorders

Objective. *Analyze the relationship between eating disorders and information and communication technologies.*

Methodology. *This work is based on the bibliographic search of current articles through various databases such as Scielo and a search engine, Pubmed. DeCS (Health Sciences Descriptors) have been used in addition to inclusion and exclusion criteria have been applied to make a detailed selection of these articles.*

Results. *The articles show a negative effect of ICT (information and communications technology) on eating disorders, turning out to be a risk factor for their appearance or producing a significant deterioration. The most influential population are adolescents and, above all, the female sex, although the child population is also affected. However, it has been discovered that an important solution is prevention from Primary Care.*

Conclusion. *We can conclude that the feedback-type tools used by social networks (likes, comments, etc.), the comparison that exists between users, the type of photos uploaded are a risk factor in the field of TCAs.*

On the other hand, it has been shown that ad marketing, the stereotype and web pages whose purpose is clearly defined (be it tips, tricks, diets, testimonials) are increasingly persuasive.

What contributes to this is that information (opinions, own ideas, etc.) can be published freely, forming communities whose members dialogue with each other, developing an area where patients with eating disorders are supported and included and they talk without censorship.

Key word:

Feeding and Eating Disorders;
Information Technology;
Adolescent;
Social Networking;
Body Image.

Introducción

Los trastornos de la alimentación son desórdenes en las conductas alimentarias que se manifiestan de forma asidua en la etapa adolescente, ya que es la etapa de la vida en la que aspectos como la autoestima y la personalidad se encuentran en desarrollo.

Según el Instituto Nacional de Salud Mental, el 90% de los casos lo forman mujeres adolescentes.

Dicha alteración de la ingesta alimentaria provoca problemas físicos y psicológicos en el individuo.

Dentro de la clasificación de los TCA los más comunes son: anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y trastorno por atracón.

Por otro lado, debemos tener en cuenta la importancia de "Ana y Mía", ya que son los apodos con los que la mayoría de adolescentes se refieren a la anorexia y bulimia, para así intercambiar información en Internet. Según la OMS (Organización Mundial de la Salud), los suicidios han incrementado en un 60% durante los últimos años, sobre todo en países desarrollados.

Las TIC se definen como el conjunto de tecnologías que en la actualidad nos permiten una información y comunicación más eficaz. Aunque su objetivo es enriquecer, complementar e incluso transformar la educación a nivel mundial, las TIC'S mal utilizadas pueden ir en contra de estos objetivos.

Es por ello, la elevada importancia de una intervención enfermera, tanto en espacios de Atención Primaria como a través de Internet. Entre los TCA más comunes encontramos: anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y trastorno por atracón.

La **anorexia nerviosa** está marcada por el deseo incontenible de estar delgado junto con la voluntaria realización de técnicas purgativas para conseguir su objetivo (laxantes, diuréticos, vómitos autoinducidos, etc). También realizan dietas restrictivas de forma estricta.

En la mayoría de ocasiones, los pacientes no tienen conciencia sobre la enfermedad que padecen ni del riesgo que supone para su salud.⁽²¹⁾

Un gran número de pacientes llegan a recuperarse después del tratamiento después del primer episodio pero hay quienes sufren de recaídas.

Otro sector llegan a padecer la enfermedad de forma prolongada e incluso de forma crónica pese a luchar con ella.⁽²²⁾

La **bulimia nerviosa** trata sobre la incapacidad para poder dominar el apetito. Este tipo de pacientes hacen uso de vómitos autoinducidos tras las comidas. Existen periodos en los comen de forma

excesiva (conocido como atracón) que continúan con purgas reiteradas utilizando laxantes, diuréticos, vómitos, ejercicio desmesurado, ayuno o la mezcla de varios de ellos. Estos atracones pueden verse repetidos en varios episodios a la semana o incluso en el mismo día.⁽²¹⁾

Presentan un peso saludable aunque pueden aparecer casos de sobrepeso.

En cuanto al tratamiento, éste irá adaptado a las necesidades de cada paciente. La base consiste en un asesoramiento nutricional junto con psicoterapia.

En algunos casos se ha comprobado que es aconsejable introducir antidepresivos como por ejemplo, la fluoxetina.

Tanto en el caso de la anorexia como en el de la bulimia el lugar de tratamiento será el ambulatorio, el hospital de día o el hospital.⁽²²⁾

El **trastorno por atracón** consiste en comer excesivamente sin tener control. Sin embargo, estos atracones no van continuados de conductas purgativas, de ejercicio excesivo o de ayuno. Son pacientes que suelen presentar obesidad o sobrepeso.

Estas personas pueden verse en un bucle en el que la persona come de forma compulsiva para evadirse de sus problemas.⁽²³⁾

La terapia cognitivo-conductual es la base del tratamiento debido a su gran efectividad. Este tipo de terapia se puede realizar de forma grupal o individual.⁽²⁴⁾

En cuanto a las TIC, el uso de Internet con estos pacientes se ha ido añadiendo a un ritmo rápido en estos últimos años.

Las TIC también se están utilizando como soporte terapéutico gracias a su uso en grupos de autoayuda o en foros de discusión.

Estas nuevas tecnologías se utilizan tanto como prevención como para el tratamiento y recuperación de los pacientes que sufren TCA. Este tipo de trastornos ha cambiado en los últimos años; ha pasado de afectar a una parte pequeña de la población a ser un preocupante problema para la salud pública.

En las redes podemos encontrar las referencias "Ana y Mía". Estos parecen ser los apodos de los TCA en las redes. Los jóvenes se suelen agrupar en estos tipos de webs para poder intercambiarse información sobre dietas o experiencias acerca de intentos de suicidios o autoflagelaciones.

El nacimiento de nuevos espacios de actuación de la enfermería en el campo de la Salud Mental ha podido impulsar el reconocimiento de ésta profesión como una pieza clave tanto en el seguimiento como en la prevención.

Metodología

Para la realización de dicho trabajo se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica narrativa de la literatura científica actual.

Las bases de datos utilizadas fueron; Pubmed, Scielo, Medline, Dialnet y Google Académico. Las palabras claves en combinación con los operadores booleanos AND y OR se utilizaron para desarrollar ecuaciones de búsqueda efectivas.

Los criterios de inclusión utilizados fueron: 10 años de antigüedad, es decir, artículos publicados desde 2011 hasta la actualidad. También aquellos que hablaban de trastornos de la conducta alimentaria, anorexia, bulimia y redes sociales.

En cuanto a los artículos excluidos, fueron aquellos que hablaban sobre las complicaciones de los trastornos, la alimentación, el ejercicio físico y los relatos de experiencias personales, así como blogs y artículos que no cumplían con los criterios de inclusión anteriormente enunciados.

Resultados

La mayoría de artículos analizados están basados en muestras de mujeres, ya que es la población con mayor riesgo de padecer un TCA.

Entre los principales factores de riesgo encontramos el uso de Internet, lo que facilita el acceso a un amplio grupo de foros, páginas y diversas redes sociales. Estos medios son la fuente principal de información usada por parte de la sociedad de forma nociva.

Por otro lado, Instagram también es una plataforma que alimenta la necesidad de cumplir unos estándares de belleza, con la utilización de filtros, creados con diseños atractivos, y con la relevancia de los "likes" en las fotos, se promociona así que según la popularidad de una publicación, mayor es el ideal de belleza que tienen, pudiendo crear una alta inseguridad que desemboque en un TCA. A su vez, Twitter también es una plataforma que puede afectar de manera negativa a nuestra sociedad a través de "hashtags" e imágenes que promuevan la extrema delgadez, dietas erróneas de gimnasio, comparaciones con otros usuarios, etc.

Se afirma la influencia del estilo de vida y la cultura como factor determinante para el desarrollo de un TCA, siendo mayor en la población europea y, concretamente, en la población juvenil.

Discusión

Según un alto porcentaje de la población juvenil pasa un gran periodo del día en Internet, sobre todo, a través de sus teléfonos móviles⁽¹⁷⁾. Esto es un hecho preocupante ya que, mediante esta herramienta, podemos llegar a acceder a un amplio grupo de foros, páginas y diversas redes sociales. Conforme el tanto el número de seguidores como de visitas registradas en estas páginas aumenta por año⁽¹⁰⁾.

Instagram es una red social que permite a sus usuarios tomar fotos por medio de las cámaras de sus smartphones. Una vez hecho el vídeo o la foto, cabe la posibilidad, antes de publicar, de editarlas aplicando filtros. Además, pueden añadir pie de fotos, etiquetar 106 a personas e incluso agregar la ubicación donde se tomó dicha imagen.⁽²⁾

Hemos observado que están creados a partir de diseños atractivos, unido a un lenguaje cercano y directo. En los artículos⁽¹³⁾⁽¹⁵⁾ se llevaron a cabo unos estudios sobre un tipo de diseño utilizado en dos de las redes sociales más usadas. Por una parte, en el se demostró que hoy en día el número de likes que obtiene una imagen es un dato muy relevante entre los adolescentes, ya que se ha demostrado que a mayor número de me gustas, mejor es la percepción que tienen sobre ellos mismos, reforzando el ideal de belleza que tienen⁽¹⁵⁾.

Otro estudio que también se ha centrado en Instagram expresa la idea de cómo la forma en la que se representa el cuerpo en esta red social, puede afectar de forma significativa a nuestra imagen corporal, y, por lo tanto, a nuestra autoestima⁽¹⁶⁾.

De hecho, el artículo⁽³⁾ utilizó fotografías en las que salían mujeres en gimnasios para estudiar la influencia negativa que poseían, ya que muchas veces el promover el ejercicio físico tiene un feedback.

Otra razón por la cual las redes sociales se vinculan con los trastornos de la conducta alimentaria es por su gran actividad interactiva y por la propia exposición de uno mismo con los demás usuarios.⁽¹⁵⁾

Otro estudio pone como centro de la cuestión a los estilos de vida. Según este artículo, la actitud autocompasiva cumple una función protectora sobre la existencia de una percepción negativa sobre la imagen corporal.⁽¹⁹⁾

Nuestra vida ha dado un giro de 360° desde el nacimiento de Internet. La actualidad está repleta de una tecnología rápida y fácil de usar. La información es transmitida a cualquier lugar del mundo en segundos.

Actualmente las redes sociales son un arma de doble filo ya que las identidades corporales de los adolescentes aún se encuentran en un proceso de crecimiento por lo que las redes sociales se convierten en una fuente de información, las cuales muestran el tipo de estándar de belleza implantando en ese momento en la sociedad, distorsionando así la visión de la población juvenil sobre lo que es apto o no apto provocando que surja la necesidad de seguir una los estereotipos impuestos en nuestra sociedad.

El haber realizado este trabajo está directamente relacionado con nuestra vocación de cuidar a los demás, a la necesidad de impulsar un cambio, el mismo que el mundo está pegando y al cual debemos de adaptarnos. Con esto queremos dar a conocer que en la solución de este problema intervienen psicólogos, médicos, nutricionistas, etc. pero que un papel fundamental lo ejerce la enfermería (detección y prevención) por ello es necesario potenciar nuestro papel para poder enseñar un mejor manejo de los medios de comunicación y, más concretamente, de las redes sociales.

Discussion

According to⁽¹⁷⁾ a high percentage of the youth population spends a large period of the day on the Internet, especially through their mobile phones. This is a worrying fact since, through this tool, we can access a wide group of forums, pages and various social networks. According to the⁽¹⁰⁾ both the number of followers and visits registered on these pages increases per year. Instagram is a social network that allows its users to take photos through the cameras of their smartphones. Once the video or photo is made, it is possible, before publishing, to edit them by applying filters. In addition, they can add captions, tag 106 people, and even add the location where the said image was taken⁽²⁾. We have observed that they are created from attractive designs together with a close and direct language.

In the articles^{(13) (15)} some studies were carried out on a type of design used in two of the most used social networks.

On the one hand, in⁽¹⁵⁾ it was shown that today the number of likes that an image obtains is very relevant information among adolescents, since it has been shown that the greater the number of likes, the the perception they have about themselves is better, reinforcing the ideal of beauty they have.

Another study that has also focused on Instagram (16) expresses the idea of how the way in which the body is represented on this social network can significantly affect our body image, and therefore So much for our self-esteem.

Our life has taken a 360° turn since the birth of the Internet. Today is full of fast and easy-to-use technology. Information is transmitted anywhere in the world in seconds.

Currently, social networks are a double-edged sword since the body identities of adolescents are still in a process of growth, so social networks become a source of information, which show the type of beauty standard implanted at that time in society, thus distorting the vision of the youth population about what is suitable or not suitable, causing the need to follow one of the stereotypes imposed in our society.

Having carried out this work is directly related to our vocation to care for others, to the need to promote change, the same that the world is hitting and to which we must adapt. With this we want to make it known that psychologists, doctors, nutritionists, etc. are involved in solving this problem, but that nursing plays a fundamental role (detection and prevention), therefore it is necessary to strengthen our role in order to teach better management of media and, more specifically, social networks.

Conclusiones

Como conclusiones podemos decir que:

La labor desde Atención Primaria es necesaria para poder informar de los problemas presentes en una familia; para la prevención y por último, para poder detectar a tiempo aquellas conductas que nos hagan sospechar de un TCA.

El aumento del acceso a estos medios de comunicación por parte de la población juvenil

El ordenador y, sobre todo, los dispositivos móviles son una herramienta básica en la actualidad. Los adolescentes que se encuentren

atravesando por una etapa difícil debido a los grandes cambios físicos y psicológicos, presentan sentimiento de soledad por lo que recurren a estas herramientas como vía de escape siendo vulnerables a toda esta información.

La realidad es más dura de lo que nos llegamos a imaginar por lo que tendemos a cometer el error de aminorar la importancia que realmente posee.

Nuestro objetivo como sanitarios es promover unas conductas alimentarias sanas y saludables así como prevenir estos tipos de trastornos.

Conclusions

As conclusions we can say that:

The work from Primary Care is necessary to be able to report the problems present in a family; for prevention and finally, to be able to detect in time those behaviors that make us suspect an TCA.

Increasing access to these means of communication by the youth population.

The computer and, above all, mobile devices are a basic tool today. Adolescents who are going through a difficult stage due to major physical and psychological changes present a feeling of loneliness, which is why they resort to these tools as an escape route, being vulnerable to all this information.

The reality is harder than we imagined so we tend to make the mistake of diminishing the importance it really has.

Our goal as health professionals is to promote healthy eating behaviors and prevent these types of disorders.

Declaración de transparencia

La autora principal (defensora del manuscrito) asegura que el manuscrito es un artículo honesto, adecuado y transparente; que ha sido enviado a la revista científica SANUM, que no ha excluido aspectos importantes del estudio y que las discrepancias del análisis se han argumentado, siendo registradas cuando éstas han sido relevantes.

Fuentes de financiación

Sin fuentes de financiación.

Conflicto de intereses

Sin conflicto de intereses.

Publicación

Este trabajo no ha sido presentado en ningún evento científico (congreso o jornada).

BIBLIOGRAFÍA

1. Turner, P. G., & Lefevre, C. E. (2017). Instagram use is linked to increased symptoms of orthorexia nervosa. *Eating and Weight Disorders*, 22(2), 277–284. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28251592/>
2. McLean, S. A., Paxton, S. J., Wertheim, E. H., & Masters, J. (2015). Photoshopping the selfie: Self photo editing and photo investment are associated with body dissatisfaction in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 48(8), 1132–1140. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26311205/>
3. Tiggemann, M., & Zaccardo, M. (2015). “Exercise to be fit, not skinny”: The effect of fitspiration imagery on women’s body image. *Body Image*, 15, 61–67. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26176993/>
4. Bernardo, R., Pincay, M., Rubén, I., Manrique Suárez, L., María, K., Flores, V., Cecilia, C., Suárez, M., María, A., Robles, S., Genoveva, A., & Ávila, P. (2018). Trastornos corporales en adolescentes e influencia de los medios de comunicación Disorders in adolescents and influence of the media. In *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas* (Vol. 37, Issue 4). <http://scielo.sld.cu>
5. Mas-Manchón, L., Rodríguez-Bravo, Á., Montoya-Vilar, N., Morales-Morante, F., Lopes, E., Añaños, E., Peres, R., Martínez, M. E., & Grau, A. (2015). The perception of values in food commercials on the part of young people with and without eating disorders. *Salud Colectiva*, 11(3), 423–444. <https://scielosp.org/article/scol/2015.v11n3/423-444/>

6. Menéndez García, R. A., & Franco Díez, F. J. (2009). ADVERTISING AND FEEDING: INFLUENCE OF GRAPHICAL ADVERTISEMENTS ON DIETARY HABITS DURING CHILDHOOD AND ADOLESCENCE. *Nutr Hosp*, 24(3), 318– 325 https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112009000300009
7. González Oñate, C & Martínez Sánchez, A. (2020). Estrategia y comunicación en redes sociales: Un estudio sobre la influencia del movimiento RealFooding. *Ámbitos. Revista Internacional de Comunicación* 48, pp. 79-101. doi: 10.12795/Ambitos.2020.i48.05 <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7327715>
8. Rodríguez Ródenas, R., & Serrano Zárate, B. (2018). ¿Es la publicidad un factor de riesgo para el trastorno por atracón o las conductas de comer emocional? *Ágora de Salud*, 5, 165–174. <https://doi.org/10.6035/agorasalud.2018.5.18>
9. Reyes Pedraza, M. E., Garcia Gonzalez, J., & Tellez Castilla, M. D. (2018). Impacto de la publicidad en los hábitos alimenticios en los niños = Impact of advertising on children's eating habits. *REVISTA ESPAÑOLA DE COMUNICACIÓN EN SALUD*, 9(2), 116. <https://e-revistas.uc3m.es/index.php/RECS/article/view/3949>
10. Lago Blanco, E., Carrera, M., Bermúdez, C., Seijas, R., & Blanco, E. L. (2012). INFLUENCIA DE LAS PÁGINAS PRO-ANOREXIA Y PRO-BULIMIA EN UN GRUPO DE PACIENTES CON TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA INFLUENCE OF PRO-ANOREXIA AND PRO-BULIMIA WEBSITES IN A SAMPLE OF PATIENTS WITH EATING DISORDERS. In *Trastornos de la Conducta Alimentaria* (Vol. 16). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6250642>
11. Moola, F. J., & Norman, M. E. (2017). On judgement day: Anorexic and obese women's phenomenological experience of the body, food and eating. *Feminism and Psychology*, 27(3), 259–279. <https://doi.org/10.1177/0959353516672249>
12. Logrieco, G., Marchili, M. R., Roversi, M., & Villani, A. (2021). The paradox of tik tok anti-pro-anorexia videos: How social media can promote non-suicidal self-injury and anorexia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 1–4. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33503927/>
13. López-úbeda, P., Plaza-Del-arco, F. M., Díaz-Galiano, M. C., & Martín-Valdivia, M. T. (2021). Article how successful is transfer learning for detecting anorexia on social media? *Applied Sciences* (Switzerland), 11(4), 1–16. <https://doi.org/10.3390/app11041838>
14. Bury, B., Tiggemann, M., & Slater, A. (2017). Disclaimer labels on fashion magazine advertisements: Does timing of digital alteration information matter? *Eating Behaviors*, 25, 18–22. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27591965/>
15. Tiggemann, M., Hayden, S., Brown, Z., & Veldhuis, J. (2018). The effect of Instagram “likes” on women's social comparison and body dissatisfaction. *Body Image*, 26, 90–97. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30036748/>
16. Limniou, M., Mahoney, C., & Knox, M. (2021). Is fitspiration the healthy internet trend it claims to be? A British students' case study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1–12. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33668662/>
17. Bair, C. E., Kelly, N. R., Serdar, K. L., & Mazzeo, S. E. (2012). Does the Internet function like magazines? An exploration of image-focused media, eating pathology, and body dissatisfaction. *Eating Behaviors*, 13(4), 398–401. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23121797/>
18. Nouri, M., Hill, L. G., & Orrell-Valente, J. K. (2011). Media exposure, internalization of the thin ideal, and body dissatisfaction: Comparing Asian American and European American college females. *Body Image*, 8(4), 366–372. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21775227/>
19. Maldonado, C., & Nazar, G. (2021). Autocompasión como moderador entre apreciación corporal y estilos de alimentación en mujeres adultas emergentes. *Terapia Psicológica*, 39(1), 63–80. <http://www.teps.cl/index.php/teps/article/view/343>
20. Medina-Gómez, M. B., Martínez-Martín, M. Á., Escolar-Llamazares, M. C., González-Alonso, Y., & Mercado-Val, E. (2019). Ansiedad e insatisfacción corporal en universitarios. *Acta Colombiana de Psicología*, 22(1), 13–22. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-91552019000100013&lang=es
21. anorexia y bulimia. (n.d.). http://ww2.castello.san.gva.es/csvalldalba/images/libros/pediatria/crispo_figuroa_y_guelar_anorexia%20ybulimialoquehayquesaber.pdf
22. Borrego, H. O. (2000). . DEFINICIÓN DE LOS