



**UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

Trabajo de fin de carrera titulado:

Relación de los trastornos de la conducta alimentaria con la ansiedad y la depresión en mujeres adolescentes en Iberoamérica: Una revisión sistemática.

Realizado por:

Melanie Verenice Villalba Guallichico

Director:

PhD. Ps. Gabriela Andrea Llanos Román

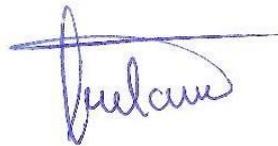
Como requisito para la obtención del título:

Licenciatura en Psicología

DECLARACIÓN JURAMENTADA

Yo, **Melanie Verenice Villalba Guallichico**, con cédula de identidad **3050111933**, declaro bajo juramento que el trabajo aquí desarrollado es de mi autoría, no ha sido previamente presentado por ningún grado a calificación profesional y que se ha procesado debidamente la información utilizada en las referencias bibliográficas incluidas en el presente documento.

A través de la presente declaración, cedo mis derechos de propiedad intelectual correspondiente a este trabajo a la **UNIVERSIDAD INTERNACIONAL SEK**, según lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, por su reglamento y por la normativa institucional vigente.



Melanie Verenice Villalba Guallichico

C.C. 3050111933

DECLARATORIA

El presente trabajo de investigación titulado:

Relación de los trastornos de la conducta alimentaria con la ansiedad y la depresión en mujeres adolescentes en Iberoamérica: Una revisión sistemática.

Realizado por:

Melanie Verenice Villalba Guallichico

Como un requisito para la Obtención del Título de:

Licenciatura en Psicología

Ha sido orientado por el docente

PhD. Ps. Gabriela Andrea Llanos Román

Quien considera que forma parte de un trabajo original de su autor



Firmado electrónicamente por:
**GABRIELA ANDREA
LLANOS ROMAN**

Gabriela Andrea Llanos Román

Docentes Informantes:

Después de revisar el trabajo de investigación presentado. Los docentes informantes lo han calificado como apto para su defensa oral frente a un tribunal examinador.



Patricia Pitta

LORENA
PASTOR TAPIA

Firmado digitalmente por LORENA
PASTOR TAPIA
Fecha: 2024.09.03 12:56:40 -0500

Lorena Pastor

Artículo de tesis

Relación de los trastornos de la conducta alimentaria con la ansiedad y la depresión en mujeres adolescentes en Iberoamérica: Una revisión sistemática.

Melanie Villalba ¹, Gabriela Llanos ², Patricia Pitta ^{3,*}

¹ Universidad Internacional SEK; mvvillalba.psi@uisek.edu.ec; Villalba Guallichico Melanie Verenice

² Universidad Internacional SEK; gabriela.llanos@uisek.edu.ec; Llanos Roman Gabriela Andrea

³ Universidad Internacional SEK; patricia.pitta@uisek.edu.ec; Pitta Vargas Patricia Janeth

* Autor de Correspondencia: mvvillalba.psi@uisek.edu.ec; Tel.: +593983700264

Resumen: Antecedentes: Los Trastornos de la conducta alimentaria, suelen manifestarse con mayor frecuencia en mujeres durante la adolescencia, una etapa crítica para el desarrollo emocional. Estos trastornos suelen ir acompañados de depresión y ansiedad lo que agrava su impacto. **Metodología:** La investigación se basa en una revisión de artículos científicos obtenidos de bases de datos como Scopus, Redalyc y Ebsco, centrados en estudios publicados en los últimos 15 años y disponibles en español e inglés. **Resultados:** Se seleccionaron 6 artículos que cumplieron con todos los criterios de inclusión. Los resultados indican que la ansiedad y la depresión generan una notable asociación con el comportamiento alimentario. **Conclusión:** Existe una conexión significativa entre la depresión, ansiedad y Trastornos de la conducta alimentaria, considerando a la ansiedad como un factor crucial en el desarrollo de este trastorno, especialmente en adolescentes, incluyendo el impacto de la depresión que puede variar según el tipo de Trastornos de la conducta alimentaria y otros factores emocionales.

Palabras clave: Ansiedad, depresión, mujeres adolescentes, trastornos de la conducta alimentaria

Abstract: Eating disorders tend to manifest more frequently in women during adolescence, a critical stage for emotional development. These disorders are often accompanied by depression and anxiety, which exacerbates their impact. The research is based on a review of scientific articles obtained from databases such as Scopus, Redalyc and Ebsco, focusing on studies published in the last 15 years and available in Spanish and English. Six articles met all the inclusion criteria. The results indicate that anxiety and depression create a notable association with eating behavior. There is significant connection between depression, anxiety, and eating disorders, especially in adolescents. The impact of depression may vary depending on the type of eating disorder and other emotional factors.

Keywords: Adolescent women, anxiety, depression, eating disorders.

1. Introducción

Los trastornos de la conducta alimenticia (TCA) son afecciones de salud mental complejas y de múltiples causas, que impactan de manera predominante a adolescentes y mujeres jóvenes (Méndez et al., 2008). Estas enfermedades incluyen problemas como la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el TCA no especificado, entre otros (López & Treasure, 2011). Los TCA se caracterizan por una ingesta de

alimentos que se desvía de lo habitual, manifestándose en un consumo excesivo o insuficiente de alimentos, acompañada de emociones como angustia, ansiedad, depresión, preocupación por el peso y apariencia corporal, este tipo de trastorno puede conllevar a acciones que afecten adversamente la salud física de quien lo experimenta (Panea-Pizarro et al., 2021).

Uno de cada veinte jóvenes experimenta algún tipo de TCA en algún momento de su vida, esta disparidad de género podría estar relacionada con factores culturales, sociales y biológicos, que hacen que las mujeres sean más susceptibles a desarrollar estos trastornos (López & Treasure, 2011).

Las alteraciones en la alimentación suelen estar relacionadas con el estado tanto emocional como mental de quien lo padece. Estas alteraciones en los hábitos alimenticios pueden presentarse durante las fases iniciales de los trastornos de ánimo, incluyendo aumento o disminución en el apetito, fluctuaciones diarias de sensación de hambre y la aparición de ansiedad que se caracteriza por un deseo incontrolable de consumir ciertos tipos de alimentos (Risco & Aros, 2019). Aunque no se ha podido identificar con exactitud la causa específica, se han propuesto diversas teorías para tratar de entender su origen (Méndez et al., 2008).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la adolescencia abarca el periodo de transformación y progreso humano que sucede tras la niñez y continúa a la adultez, abarcando desde los 10 a los 19 años (Organización Mundial de la Salud: OMS, 2019). Esta fase se caracteriza por cambios significativos tanto físicos como psicológicos, durante la cual se inicia la construcción de identidad individual (Morán et al., 2024).

Estas afecciones son más comunes en las mujeres y suelen comenzar durante la adolescencia, persistiendo a lo largo de la vida como enfermedades crónicas (Méndez et al., 2008).

El hambre emocional se refiere a la necesidad de comer como respuesta a la presencia de complicaciones al identificar y expresar emociones como la ansiedad, estrés, depresión o la baja autoestima, este fenómeno también es conocido como “apetito” que puede manifestarse sin la presencia de una necesidad física de alimentarse y puede convertirse en un hábito, se interpreta como un estado mental en el que el deseo de comer es predominante (Dressl et al, 2019).

Según la OMS (2021), los TCA, tales como la anorexia y la bulimia, por lo general se manifiestan durante la adolescencia. Estos desórdenes alimenticios se caracterizan por conductas en la ingesta de alimentos atípicos y una obsesión por la comida, y en la mayoría de los casos, con una preocupación excesiva por la figura corporal y el peso.

Las emociones influyen significativamente en los hábitos alimenticios y en la elección de alimentos a consumir. Este impacto es particularmente notable en mujeres que son susceptibles a la depresión, según

observaciones estas mujeres cuando enfrentan estados de ánimo relacionados a la depresión tienden a recurrir a ciertos tipos de alimentos para mitigar sus sentimientos de malestar emocional. Específicamente, suelen preferir comidas rápidas, alimentos fritos y productos azucarados. Este comportamiento puede deberse a que estos tipos de alimentos proporcionan una sensación temporal de consuelo y placer, gracias a su contenido alto en azúcares y grasas, que puede desencadenar la liberación de neurotransmisores relacionados al bienestar, como es la dopamina (Dressl et al, 2019).

La presente investigación se ha llevado a cabo con el propósito de proporcionar conocimiento detallado sobre los TCA y su relación con la depresión y la ansiedad en mujeres adolescentes. Además, este estudio pretende que la información obtenida tenga un impacto positivo y sirva de aporte en el desarrollo de intervenciones efectivas que promuevan hábitos saludables y mejoren su calidad de vida. En este contexto, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación de los trastornos de la conducta alimentaria con la ansiedad y la depresión en mujeres adolescentes de Iberoamérica?

Objetivo general

Analizar la relación de los trastornos de la conducta alimentaria con la depresión y ansiedad de mujeres adolescentes en Iberoamérica mediante una revisión de la literatura científica, con la finalidad de entender la interrelación de estos factores y su efecto en su salud mental.

Objetivos específicos

- Examinar la presencia de depresión y ansiedad en mujeres adolescentes que presentan trastornos de la conducta alimentaria en la región.
- Comprender la influencia de los trastornos de la conducta alimentaria con la ansiedad y la depresión de mujeres adolescentes.
- Identificar los efectos en la salud mental de las mujeres adolescentes con trastornos de la conducta alimentaria y las medidas preventivas recomendadas.

2. Materiales y Métodos

La presente investigación emplea un enfoque que integra estudios empíricos cualitativos y cuantitativos para analizar la relación de los trastornos de la conducta alimentaria con la ansiedad y la depresión. A través de la implementación de criterios de inclusión y exclusión para limitar la búsqueda a los documentos pertinentes.

Se tomó en cuenta el protocolo PRISMA 2020, diseñado para proporcionar a los autores de revisiones sistemáticas una estructura que les permite documentar de manera detallada las razones detrás de la revisión, los procedimientos empleados y los hallazgos obtenidos (Page et al., 2021).

Las bases de datos que se utilizaron para la recolección de artículos científicos fueron las siguientes: Scopus, Redalyc y Ebsco. La fecha de búsqueda de artículos fue el día 26 de junio de 2024.

Criterios de inclusión:

- Estudios que investigan trastornos de la conducta alimentaria.
- Estudios que se centren en la depresión y ansiedad.
- Artículos en español e inglés.
- Artículos que incluyan a mujeres adolescentes de Iberoamérica.
- Estudios con 15 años de publicación.
- Recolección de artículos mediante la base de datos Scopus, Redalyc, Ebsco.
- Artículos de estudios empíricos cualitativos y cuantitativos.

Criterios de exclusión:

- Estudios que se centran exclusivamente en hombres o en mujeres adultas.
- Artículos que no se centran en trastornos de la conducta alimentaria, depresión y ansiedad.
- Artículos de poblaciones fuera de Iberoamérica.
- Artículos de tesis, bibliométricos, de libros, editoriales y revisiones sistemáticas.

3. Resultados

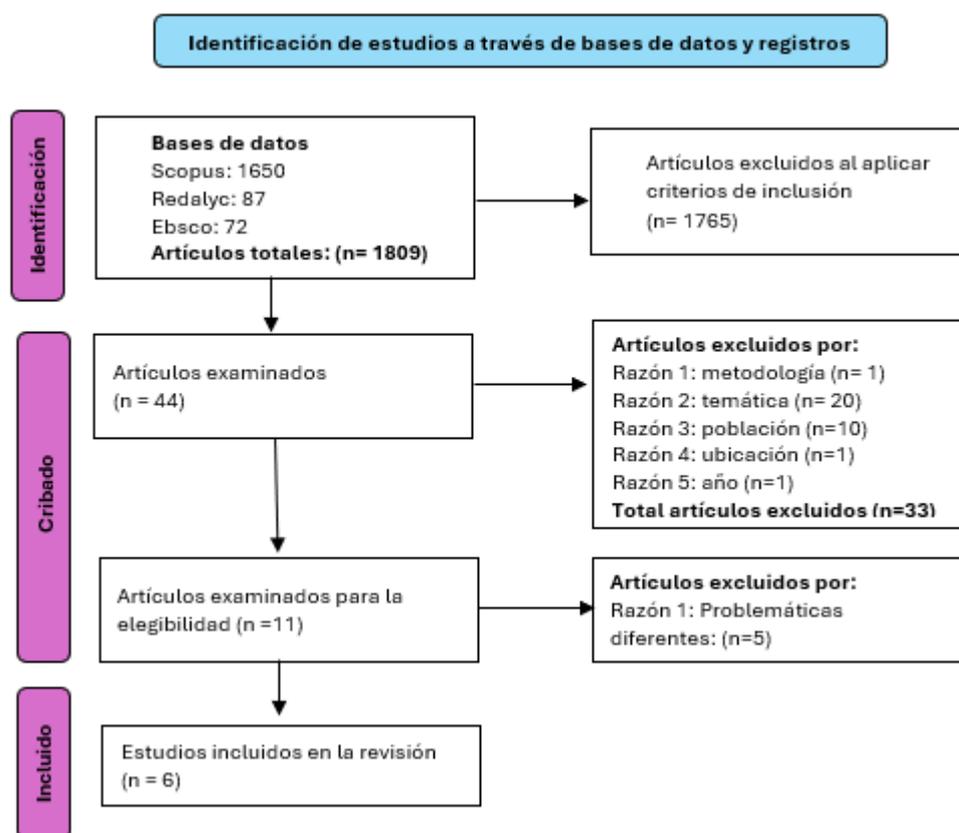
En la búsqueda inicial con las tres bases de datos se obtuvieron 1809 artículos con relación al tema sin aplicación de ningún filtro.

En la base de datos de Scopus se obtuvo un total de 1650 artículos. Se aplicaron los siguientes filtros: Tiempo, área, tipo de documento, idioma, ubicación, de acceso abierto, dando así un total de 16 artículos. En la base de datos de Redalyc se encontraron 87 artículos. Se aplicó el filtro de tiempo, idioma, disciplina y país. Dando un total de 17 artículos. Y en Ebsco, se obtuvieron 72 artículos, aplicando los siguientes filtros: texto completo, tiempo, idioma y repetidos. Dio un total de 17 artículos.

En cada base de datos se utilizó una misma fórmula con descriptores claves en inglés extraídos de la biblioteca virtual de salud DeCS/ MeSH, junto con términos booleanos utilizando AND y OR. La fórmula aplicada fue la siguiente: (feeding and eating disorders) AND (anxiety OR depression) AND (adolescent) AND (women OR female).

Para la selección de artículos se toma en cuenta la exclusión por títulos, posteriormente el abstract y por último la lectura completa de los artículos. Este procedimiento se registró en una hoja de cálculo de Excel, donde se identificaron las siguientes partes del artículo: título, autores, año de publicación, país, idioma, objetivos y resultados. En la segunda fase de recolección de información, se seleccionaron inicialmente 44 artículos. Tras una revisión exhaustiva de cada uno de estos artículos, se excluyeron 33 por no cumplir con los criterios a pesar de los filtros aplicados previamente. Quedan 11 artículos de los cuales 5 se excluyen por problemáticas diferentes, dando así un total de 6 artículos seleccionados que cumplen con los criterios para alcanzar los objetivos de la presente investigación. **Figura 1.**

Figura 1. Diagrama de flujo PRISMA de artículos incluidos



Para la revisión y selección de artículos, se elaboró una tabla simple, que organiza de manera sintética los datos más relevantes de cada estudio. Esta tabla incluye información clave como títulos de los artículos, autores, año de publicación, metodología empleada y los resultados principales. Esta organización permite considerar todos los aspectos importantes durante el proceso de selección y evaluación de los artículos incluidos en la presente revisión sistemática. **Tabla 1**Tabla de artículos seleccionados para la investigación

#	Título	Autores / año	Población	Instrumentos utilizados	Resultados
---	--------	---------------	-----------	-------------------------	------------

1	Depresión y trastornos de la conducta alimentaria en una muestra no clínica de adolescentes mujeres.	Verónica C. Vega, Marta Piccini, José A. Barrionuevo, Romina F. Tocci / 2009	Adolescentes mujeres Localización: Argentina	Cuestionario EAT-26 y Cuestionario Beck Depression Inventory.	Entre las adolescentes de edad media, el porcentaje de aquellas que presentan depresión moderada es del 16.5%. Este porcentaje es casi el doble en comparación con el de las adolescentes en etapa temprana, que es del 9%, y también significativamente mayor que el de las adolescentes en etapa tardía, que es del 7,9%. Esto puede señalar que las adolescentes en la etapa media pueden estar en mayor vulnerabilidad, lo que podría influir en la aparición tanto de depresión como de TCA.
2	Riesgo para trastorno alimentario, ansiedad, depresión y otras emociones asociadas a la exposición de imágenes publicitarias.	Blanca Elizabeth Jiménez-Cruz, Cecilia Silva-Gutiérrez / 2010	Adolescentes mujeres estudiantes Localización: México	Prueba de Actitudes hacia la Alimentación (EAT-40), Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado, diseñado por Spielberger y Díaz-Guerrero, Lista de Adjetivos de Axelrod, Cuestionario de emociones.	Existe una correlación negativa moderada entre los niveles de ansiedad y depresión posteriores a la exposición de imágenes, sugiriendo que las mujeres que experimentaron más ansiedad o depresión después de ver las imágenes tuvieron una menor aceptación de su cuerpo. Esto se alinea con las correlaciones bajas encontradas para los niveles de ansiedad rasgo ($r=.034$), ansiedad-estado ($r=.052$) y depresión ($r=.047$), las cuales indican una relación débil entre la exposición a imágenes y estos niveles.
3	Insatisfacción corporal y conductas de control del peso en chicas adolescentes con sobrepeso: papel mediador de la ansiedad y la depresión.	María Soledad Cruz-Sáe, Aitziber Pascual Jimeno, Anna Wlodarczyk, Rocío Polo-López, Enrique Echeburúa Odriozola / 2016	Adolescentes mujeres con sobrepeso Localización: España	Escala de insatisfacción corporal del EDI-2, Escalas de ansiedad y depresión del GHQ-28, Adaptación de las escalas del EAT	Las variables con mayor asociación fueron insatisfacción corporal con depresión ($r^2 = 0,24$), mientras que la depresión está relacionada con ansiedad e insomnio ($r^2 = 0,21$). Estos resultados destacan cómo la insatisfacción corporal puede contribuir a la depresión, que a su vez está vinculada con la ansiedad y los problemas de sueño en las adolescentes con sobrepeso.
4	Preocupación por la apariencia física y alteraciones	Ruth Asuero Fernández, María Luisa Avargues Navarro,	Adolescentes mujeres Localización: España	Body Shape Questionnaire (BSQ), Hospital Anxiety and	Las participantes mostraron un nivel clínico de malestar ansioso con una puntuación de 12,72, lo que sugiere una ansiedad significativa. En contraste, la

	emocionales en mujeres con trastornos alimentarios con autoestima baja.	Beatriz Martín Monzón, Mercedes Borda Mas / 2012		Depression Scale (HADS), Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)	puntuación de 8,57 en depresión indicó un nivel dudoso de alteración del estado de ánimo, lo que significa que los síntomas depresivos podrían no ser tan evidentes.
5	Sintomatología de depresión, ansiedad y baja autoestima en mujeres obesas con trastorno del comedor compulsivo.	Fabiola Andrea Godoy L. / 2014	Adolescentes mujeres Localización: España	Escala de Depresión y de Ansiedad de Goldberg y Escala de Autoestima de Rosenberg	Se encontró que el 65% de las participantes mostraron síntomas de depresión, mientras que el 53.3% experimentaron ansiedad. Estos resultados indican una alta prevalencia de trastornos del estado de ánimo en este grupo, sugiriendo que la obesidad y el TCC pueden estar significativamente asociados con síntomas de depresión y ansiedad.
6	Implicación de la ansiedad y la depresión en los trastornos de alimentación de jóvenes con obesidad.	C. Calderón, M.a Forns, V. Varea / 2010	Adolescentes mujeres de 11 y 17 años Localización: España	Eating Disorders Inventory-2 (EDI-2), cuestionario de depresión (CDI) y cuestionario de ansiedad estado-rasgo (STAI).	El 12% de las jóvenes con obesidad presentaban ansiedad y el 11% padecían depresión. Estos resultados sugieren una prevalencia significativa de problemas de salud mental entre esta población, lo que puede tener importantes implicaciones en el manejo de los TCA.

Nota: La tabla muestra datos generales de los artículos seleccionados para los resultados de la presente investigación.

4. Discusión

Los estudios muestran patrones preocupantes en prevalencia y relación de la depresión y ansiedad en esta población. En este contexto se observa que, en adolescentes con sobrepeso, el 16.5% de las de edad media presentan depresión moderada, casi el doble que en etapas tempranas (9%) y tardías (7.9%), indicando una mayor vulnerabilidad en la etapa media. El 65% de las participantes muestra síntomas de depresión y el 53.3% ansiedad. La insatisfacción corporal se asocia con la depresión, y la depresión está vinculada a la ansiedad. Además, el 12% de las jóvenes con obesidad tiene ansiedad y el 11% depresión, subrayando la alta prevalencia de estos trastornos en este grupo (Calderón et al., 2010; Cruz y Gutiérrez, 2010; Cruz- Sáe et al., 2016; Fernández et al. 2012; Godoy, 2014; Vega et al. 2009).

Existe una alta asociación entre la depresión y los síntomas alimentarios en adolescentes mujeres, independientemente de la edad (Vega et al., 2009). Esto desafía estudios anteriores que señalaban una mayor tendencia a la depresión en pacientes con bulimia en comparación con las de anorexia, en contraste, se identificaron una correlación negativa moderada entre las emociones, la depresión y la ansiedad post-exposición a imágenes publicitarias, sugiriendo que las mujeres con mayores niveles de ansiedad o

depresión tenían una menor aceptación de su cuerpo (Cruz y Gutiérrez, 2010). Por lo tanto, este hallazgo complementa al mostrar cómo estas emociones influyen y se relacionan con la presencia de los TCA (Vega et al., 2009).

Las mujeres adolescentes con TCA presentan niveles elevados de ansiedad, en casos donde existen niveles altos de ansiedad tanto cognitivo como interpersonal, aumenta considerablemente la probabilidad de desarrollar un TCA (Solano y Cano, 2012). Este hallazgo se alinea con otro estudio que identificó la ansiedad como un predictor significativo de conductas de control del peso en adolescentes con sobrepeso (Cruz- Sáe et al., 2016), y también con el estudio de Fernández et al. (2012), que encontró niveles clínicos de ansiedad y niveles de depresión en mujeres con baja autoestima y TCA. Sin embargo, mientras algunos estudios destacan la ansiedad como un factor directo en el desarrollo de problemas alimentarios, otros sugieren una combinación de ansiedad significativa y depresión moderada.

La depresión y la ansiedad pueden influir en el comportamiento alimentario, destacándose adicionalmente que existe una alta prevalencia de depresión y ansiedad en mujeres con trastornos del comedor compulsivo y obesidad (Godoy, 2014; Calderón et al., 2010). Además, se destaca que la ansiedad y la depresión son fenómenos complejos que impactan significativamente en el proceso y la respuesta alimentaria, afectando desde la motivación para comer hasta la elección y la forma de ingerir alimentos (Rodríguez et al., 2023). Estos estudios destacan cómo la depresión y la ansiedad no solo influyen en el comportamiento alimentario, sino que también están relacionadas con la intensificación y persistencia de los TCA, reflejando la estrecha interconexión entre el bienestar emocional y los hábitos alimentarios.

Existe una fuerte correlación entre la ansiedad, la depresión y los trastornos alimentarios en mujeres adolescentes. Los estudios destacan que la ansiedad y la depresión están asociadas con conductas dietéticas y bulímicas, influenciadas por la exposición a imágenes publicitarias y la insatisfacción corporal. También se observa alta prevalencia de ansiedad y depresión en mujeres con baja autoestima y en aquellas con trastorno del comedor compulsivo, lo que puede contribuir a patrones alimenticios desordenados. La ansiedad, en particular, emerge como un factor clave en el desarrollo de conductas de control de peso, aunque la depresión también tiene un impacto significativo. Los hallazgos muestran que, a diferencia de lo que se pensaba anteriormente, la depresión no se manifiesta de manera uniforme en todas las formas de TCA y que la ansiedad puede ser un predictor más directo de estos problemas. Además, la alta prevalencia de ansiedad y depresión en mujeres adolescentes con baja autoestima y obesidad subraya la necesidad de abordar estos factores emocionales en el tratamiento de los TCA (Calderón et al., 2010; Cruz y Gutiérrez, 2010; Cruz- Sáe et al., 2016; Fernández et al. 2012; Godoy, 2014; Vega et al. 2009).

Es fundamental abordar la importancia de los programas de prevención en el ámbito de los TCA, cuyo propósito principal es mitigar o prevenir los factores de riesgo asociados con estos trastornos. El

programa universal “Eating, Aesthetic Feminine Models and The Media” desarrollado en España, representa un ejemplo destacado, este programa se basa en la teoría cognitiva social y está dirigido a adolescentes (AMM-EC; Raich, Sánchez-Carracedo, & López-Guimerà, 2008). Dicho programa comparó la efectividad de dos enfoques distintos: uno que se centra en la alfabetización mediática y otro que integraba la alfabetización mediática con la educación nutricional. Ambos programas fueron evaluados en términos de su impacto en la prevalencia de los TCA. Los resultados mostraron que, al finalizar la intervención, ambos enfoques lograron reducir significativamente los síntomas relacionados a los TCA. Además, estos efectos positivos se mantuvieron en los seguimientos realizados a los 7 y 30 meses a la intervención (Canals y Arija, 2022).

5. Conclusiones

Los estudios revisados muestran una interrelación significativa entre la depresión, la ansiedad y los TCA en mujeres adolescentes. Se observa que la ansiedad y la depresión están estrechamente asociadas con comportamientos alimentarios desordenados, tales como conductas dietéticas y bulímicas. Factores como la exposición a imágenes publicitarias y la insatisfacción corporal juegan un papel importante en esta relación, contribuyendo a patrones alimenticios alterados. La ansiedad se identifica como un factor crucial en el desarrollo de conductas de control de peso, aunque la depresión también ejerce una influencia considerable en el comportamiento alimentario y la percepción corporal.

Las diferencias en la manifestación de la depresión entre los distintos tipos de TCA revelan que esta condición no afecta a todos los trastornos de la misma manera. La ansiedad emerge como un predictor más consistente de problemas alimenticios en comparación con la depresión. Los estudios indican que la ansiedad, tanto cognitiva como interpersonal, aumentan significativamente el riesgo de desarrollar TCA, especialmente en adolescentes con sobrepeso. Aunque la depresión también está presente, su impacto puede variar dependiendo del tipo de TCA y de otros factores emocionales.

La alta prevalencia de ansiedad y depresión en mujeres adolescentes con baja autoestima y obesidad subraya la importancia de abordar estos aspectos emocionales en el tratamiento de los TCA. Las intervenciones que combinan alfabetización mediática con educación nutricional, como el programa “Eating, Aesthetic Feminine Models and The Media”, han demostrado ser efectivas en la reducción de los síntomas relacionados con los TCA. Estos enfoques son cruciales para mitigar los riesgos asociados con estos trastornos y mejorar el bienestar emocional y alimentario de las adolescentes. La implementación de programas de prevención que consideren tanto los factores emocionales como los comportamentales pueden contribuir significativamente a una mayor eficacia en la prevención y tratamiento de los TCA.

6. Referencias citadas

- Ángeles-Rodríguez Y, Vilchis-Chaparro E, Polaco-de la Vega T, Maravillas-Estrada A. (2023). Trastorno de ansiedad y depresión en adolescentes y su asociación con el estado nutricional. *Aten Fam.* 2024;25(1):30-34. <http://dx.doi.org/10.22201/fm.14058871p.2024.187141>
- Asuero Fernández, R., Avargues Navarro, M. L., Martín Monzón, B., & Borda Mas, M. (2012). Preocupación por la apariencia física y alteraciones emocionales en mujeres con trastornos alimentarios con autoestima baja. *Escritos de Psicología - Psychological Writings*, 5(2), 39-45.
- Calderón, C., Forns, M., & Varea, V. (2010). Implicación de la ansiedad y la depresión en los trastornos de alimentación de jóvenes con obesidad. *Nutrición Hospitalaria*, 25(4), 641-647.
- Canals J, Arija Val V. (2022). Factores de riesgo y estrategias de prevención en los trastornos de la conducta alimentaria. *Nutr Hosp* 2022;39(N.º Extra 2):16-26. <http://dx.doi.org/10.20960/nh.04174>
- Cruz-Sáez, M. S., Pascual, A., Etxebarria, I., & Echeburúa, E. (2013). Riesgo de trastorno de la conducta alimentaria, consumo de sustancias adictivas y dificultades emocionales en chicas adolescentes. *Anales De Psicología*, 29(3). <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.151041>
- Dressl, N., Balzaretti, M., Barrosela, V., Deluchi, D., Rioja, M., & Torresani, M. (2019). Factores influyentes en la alimentación emocional y el riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en mujeres adultas. *Revista De Nutrición Investiga.* https://escuelanutricion.fmed.uba.ar/revistani/pdf/19b/ncl/860_c.pdf
- Godoy L., F. A., (2014). Sintomatología de depresión, ansiedad y baja autoestima en mujeres obesas con trastorno del comedor compulsivo. *Revista Chilena de Nutrición*, 41(3), 260-263.
- Jiménez-Cruz, B. E., & Silva-Gutiérrez, C. (2010). Riesgo para trastorno alimentario, ansiedad, depresión y otras emociones asociadas a la exposición de imágenes publicitarias. *Anales de Psicología*, 26(1), 11-17.
- 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)
- Méndez, J. P., Vázquez-Velazquez, V., & García-García, E. (2008). *Los trastornos de la conducta alimentaria.* https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-11462008000600014&lang=es
- Morán, C., Victoriano, M., Parra, J., Ibacache, X., Pérez, R., Sánchez, J., Sáez, K., & Corral, C. I. M. (2024, February 27). *Insatisfacción corporal, autoestima, sintomatología depresiva y estado*

nutricional en adolescentes. Morán | Andes *Pediátrica.*
<https://www.revistachilenadepediatria.cl/index.php/rchped/article/view/4779/4732>

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., . . . Alonso-Fernández, S. (2021). Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Revista Española De Cardiología*, 74(9), 790–799. <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>

Panea-Pizarro, I., Moran, J. M., Lavado-García, J., Beato-Fernández, L., Domínguez-Martin, A. T., Huerta-González, S., Novo, A., Pedrera-Zamorano, J. D., & López-Espuela, F. (2021). Health-Related Quality of Life in Spanish Women with Eating Disorders. *Nutrients*, 13(2), 403. <https://doi.org/10.3390/nu13020403>

Risco, L., & Aros, C. (2019). Trastornos del ánimo, nutrición y craving. *Revista chilena de neuropsiquiatría*, 57(3), 295-305. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272019000300295>

Solano, N. y Cano, A. (2012). Ansiedad en los trastornos alimentarios: Un estudio comparativo. *Psicothema*, 24(3), 384-389.

Vega, V. C., Piccini, M., Barrionuevo, J. A., & Tocci, R. F. (2009). Depresión y trastorno de la conducta alimentaria en una muestra no clínica de adolescentes mujeres. *Anuario de Investigaciones*, XVI(), 103-114.

World Health Organization: WHO. (2019). *Salud del adolescente*. https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

World Health Organization: WHO. (2021). *Salud mental del adolescente*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>