



# INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN EL DESARROLLO DE TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN ADOLESCENCIA Y ADULTEZ EMERGENTE

Integrantes del equipo: Agustina de León; Juan Peluso; Maria Victoria Siñeriz; Nataly Silvera; Oriana Martinez; Vanesa Rodríguez.

Tutores: Prof. Adj. Dr. Paul Ruiz Santos<sup>1</sup> Cotutora: Asist. Lic. Sofía Petingi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Unidad de Fisiología; Facultad de Veterinaria; <sup>2</sup>Departamento de Nutrición básica.

Escuela de Nutrición, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay. paulruizsantos@gmail.com

## INTRODUCCIÓN:

El uso de redes sociales ocupa un lugar central en la vida cotidiana de adolescentes y adultos emergentes, influyendo en la construcción de la imagen corporal y en las conductas alimentarias. Estas etapas del desarrollo se caracterizan por cambios biológicos, psicológicos y sociales que pueden aumentar la vulnerabilidad frente a la insatisfacción corporal y a los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA).

## OBJETIVO GENERAL:

Analizar la influencia del uso de redes sociales en el desarrollo de los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes y adultos emergentes.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Describir los patrones de uso de redes sociales durante la adolescencia y adultez emergente.
2. Analizar el tipo de exposición a contenidos relacionados con la imagen corporal, ideal de delgadez y comparación social en redes sociales, según los estudios incluidos.
3. Examinar la evidencia disponible sobre la presencia de conductas de riesgo asociadas a trastornos de la conducta alimentaria en la población estudiada, y su relación con el uso de redes sociales.

## RESULTADOS:

- El mayor uso de redes sociales se asocia significativamente con un aumento en el riesgo de trastornos de la conducta alimentaria.
- La insatisfacción corporal es el desenlace más reportado en los estudios, con mayor prevalencia en mujeres.
- La exposición a contenido centrado en la apariencia se relaciona con mayores niveles de insatisfacción corporal y conductas alimentarias desadaptativas.
- La comparación social y la internalización de ideales de delgadez se asocian significativamente con peor imagen corporal y mayor riesgo de TCA.
- La baja autoestima se asocia con un mayor riesgo de desarrollar conductas alimentarias problemáticas.

## METODOLOGÍA

Se realizó una revisión narrativa. La búsqueda de artículos se llevó a cabo en las base de datos Pubmed/Medline, Scielo y Library Cochrane. Filtros de búsqueda: últimos 10 años en español e inglés.

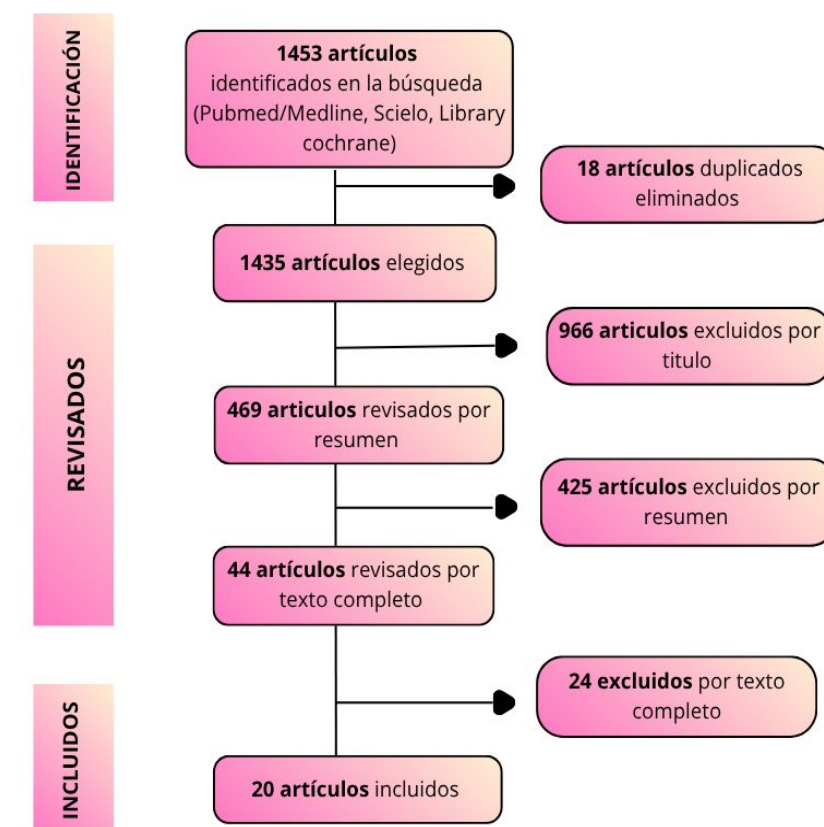
### Criterios de inclusión:

- Artículos originales de texto completo y acceso libre.
- Población adolescente: (10-19 años)
- Adultos emergentes: (18-25 años)

### Criterios de exclusión:

- Revisiones sistemáticas con o sin metaanálisis
- libros, estudios experimentales y estudios de casos individuales.

## FLUJOGRAMA DE SELECCIÓN DE ARTÍCULOS



## CONCLUSIÓN

El uso de redes sociales puede constituir un factor de riesgo a nivel psicológico en el desarrollo de los trastornos de la conducta alimentaria, especialmente en adolescentes y adultos emergentes sin embargo no es una relación directa sino que depende de las características individuales y sociales de cada uno.

Los estudios analizados muestran que existe una alta exposición a redes sociales centradas en el contenido visual, donde predominan imágenes y mensajes que promueven ideales corporales poco realistas, como la delgadez y la musculatura en hombres; la exposición constante junto con herramientas como los filtros, la edición de imágenes y dinámicas de validación social favorecen procesos de internalización de estándares corporales y comparación social que se asocian a una mayor insatisfacción corporal y alteraciones de la percepción propia de la imagen, factores que pueden contribuir al desarrollo de conductas alimentarias de riesgo, como dietas restrictivas, ayunos o conductas compensatorias.