

BIENESTAR Y SALUD MENTAL

Un Análisis Multidimensional de la Familia, la Educación y el Trabajo

ISBN: 978-970-96021-2-8

Coordinadora

Anahí Citlalli Barraza Cárdenas

Autores

Yarely Salazar Álvarez, Erika Robles Estrada, Aida Mercado Maya, Erika Lizeth Quiñones Bravo, Anahí Citlalli Barraza Cárdenas, Lorena Leticia Lamia Trejo, Erika Robles Estrada, Aida Mercado Maya, Juana Eugenia Martínez Amaro, Carlos Geovani García Flores, Arturo Barraza-Macías, José Israel Gabriel Martínez, Claudia Guadalupe Álvarez Huante y Mayra Jeniffer Ramírez González

Bienestar y Salud Mental: Un Análisis Multidimensional de la Familia, la Educación y el Trabajo

Coordinadora
Anahí Citlalli Barraza Cárdenas

Autores
Yarely Salazar Álvarez, Erika Robles Estrada, Aida Mercado Maya, Erika Lizeth Quiñones Bravo, Anahí Citlalli Barraza Cárdenas, Lorena Leticia Lamia Trejo, Erika Robles Estrada, Aida Mercado Maya, Juana Eugenia Martínez Amaro, Carlos Geovani García Flores, Arturo Barraza Macías, José Israel Gabriel Martínez, Claudia Guadalupe Álvarez Huante y Mayra Jeniffer Ramírez González

Primera edición: Marzo 17 de 2026
Editado en México
ISBN: 978-970-96021-2-8

Editor:
Red Durango de Investigadores Educativos A. C.

Fotografía de portada
Gemini

Corrector de estilo:
Gonzalo Arreola Medina

Los trabajos aquí presentados fueron evaluados previamente mediante el procedimiento denominado doble ciego mediante un comité formado ex profeso (p. 87).

Este libro no puede ser impreso, ni reproducido total o parcialmente por ningún otro medio sin la autorización por escrito de los editores

CONTENIDO

Introducción 4

Sección I:
Dinámicas Familiares y Desarrollo Personal 6

Satisfacción familiar en madres, padres e hijos de estructuras familiares biparentales, monoparentales y reconstituidas: Una revisión sistemática 7
Yarely Salazar Álvarez, Erika Robles Estrada y Aida Mercado Maya

El apoyo familiar en el estrés de examen en la admisión a educación superior. 20
Erika Lizeth Quiñones Bravo y Anahí Citlalli Barraza Cárdenas

Actitudes socioculturales hacia la apariencia vinculada con el incremento de los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes: Un análisis narrativo 33
Lorena Leticia Lamia Trejo, Erika Robles Estrada y Aida Mercado Maya

Sección II:
Salud y Bienestar en el Ámbito Institucional 49

El estrés laboral en educación superior, revisión sistematizada 50
Juana Eugenia Martínez Amaro, Carlos Geovani García Flores y Arturo Barraza-Macías

Ansiedad asociado a gaudibilidad en personal de enfermería ante la pandemia por covid-19 73
José Israel Gabriel Martínez, Claudia Guadalupe Álvarez Huante y Mayra Jeniffer Ramírez González

Comité Científico 87

Actitudes socioculturales hacia la apariencia vinculada con el incremento de los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes: Un análisis narrativo

Sociocultural attitudes towards appearance linked to the increase in eating disorders in adolescents: A narrative analysis

Lorena Leticia Lamia Trejo
Erika Robles Estrada
Aida Mercado Maya
Universidad Autónoma del Estado de México

Resumen

El objetivo del presente estudio es identificar las actitudes socioculturales hacia la apariencia vinculada con los trastornos del comportamiento alimentario [TCA] en adolescentes. Para ello, se empleó la técnica de Revisión Narrativa en la cual se partió de la pregunta de investigación ¿Cuáles son las actitudes socioculturales hacia la apariencia vinculada con los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes mediante un análisis narrativo? Las bases de datos con las que se trabajaron fueron Pubmed, PsycINFO y Google Académico, los criterios de inclusión para la selección de documentos fueron: artículos científicos publicados en los últimos diez años, es decir, del 2015 al 2025, de carácter empírico, de revisión sistemática y de tipo documental. Las palabras clave que se emplearon para la búsqueda fueron: actitudes socioculturales hacia la apariencia en adolescentes y trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes. De acuerdo con los resultados se encontraron ocho artículos, todos ellos de carácter empírico. Respecto a los años a los que corresponden son: tres artículos del 2025, uno del 2024, uno del 2023, uno del 2018 y dos del 2015. Se detectó que de forma general no hay abundancia de estudios sobre este tema. En la narración de los hallazgos se pudo observar que las actitudes socioculturales hacia la apariencia que están vinculadas con los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes son principalmente la influencia e internalización del ideal de delgadez promovido por los medios de comunicación, los pares y padres de familia. Se concluye que es preciso ahondar en la investigación sobre esta temática, ya que al ser escaza contribuye a una mayor invisibilización de esta población y coloca a los adolescentes en mayor estado de vulnerabilidad.

Palabras clave: actitudes socioculturales hacia la apariencia en adolescentes, trastornos del comportamiento alimentario, bulimia, anorexia y adolescentes.

Abstract

The aim of the present study is to identify sociocultural attitudes toward appearance associated with eating behavior disorders (EBD) in adolescents. To this end, a narrative review methodology was employed, guided by the following research question: What sociocultural attitudes toward appearance are associated with eating behavior disorders in adolescents through a narrative analysis? The databases consulted were PubMed, PsycINFO, and Google Scholar. The inclusion criteria for document selection were scientific articles published within the last ten years (2015–2025), including empirical studies, systematic reviews, and documentary-type articles. The keywords used for the search were sociocultural attitudes toward

appearance in adolescents and eating behavior disorders in adolescents. According to the results, eight articles wereidentified, all of which were empirical in nature. Regarding publication years, three articles correspond to 2025, one to 2024, one to 2023, one to 2018, and and two to 2015. Overall, a limited number of studies addressing this topic was found. The narrative synthesis of findings indicates that the sociocultural attitudes toward appearance associated with eating behavior disorders in adolescents primarily involve the influence and internalization of the thinness ideal promoted by the media, peers, and parents. It is concluded that further research on this topic is necessary, as the scarcity of studies contributes to the continued invisibilization of this population and places adolescents in a greater state of vulnerability.

Keywords: sociocultural attitudes toward appearance in adolescents, eating behavior disorders, bulimia, anorexia, adolescents.

Introducción

El concepto de belleza ha tenido cambios constantes a través del tiempo y se ve influenciado por diferencias culturales, de época y de contextos sociales. Cada etapa de cambio ha dictado sus propios estándares, ya sea por la apariencia física, haciendo hincapié en el color de la piel, la armonía facial, las dimensiones del cuerpo y la vestimenta, tanto de hombres como de mujeres (Guadarrama et al., 2018).

Estos estándares de belleza tienen un impacto significativo en la autopercepción de la imagen corporal y los trastornos del comportamiento alimentario (TCA), y están determinados, por las actitudes socioculturales, entre otros factores. En sociedades antiguas se había observado la adoración de la gordura femenina como símbolo de fertilidad, sin embargo, en la actualidad, se persigue una figura más delgada, aunque con curvas en ciertas áreas específicas. En el caso de los hombres se puede decir que siempre ha existido un ideal de cuerpo atlético, aunque anteriormente se pretendía tener una imagen más delgada y en forma, recientemente, con el incremento del interés por el fitness, se hace mayor hincapié en la musculatura y al ideal de un cuerpo tonificado (Gorab e Iñarritu, 2015).

Aunque la influencia de los estándares de belleza afecta a ambos sexos, son principalmente las mujeres quienes desarrollan un mayor malestar hacia su cuerpo y son más estigmatizadas por su apariencia física (Kramer-Bustos et al., 2024), además, el auge de las Redes Sociales (RRSS) y la publicidad, generan mayor visibilidad de cuerpos inalcanzables, que promueven una necesidad de logro para alcanzar el sentimiento de éxito respecto al cuerpo (Saffon y Saldarriaga, 2015).

Actualmente, la presión social y los estándares de belleza promovidos por los medios de comunicación han desempeñado un papel crucial en la aparición y la perpetuación de la insatisfacción con la imagen corporal y los trastornos del comportamiento alimentario como la anorexia nerviosa y la bulimia nerviosa, los cuales son afecciones graves que perturban la relación de los individuos con sus actitudes alimentarias y su imagen corporal. Estos trastornos no solo conllevan implicaciones físicas, sino también emocionales y psicológicas, lo que los convierte en problemas complejos por lo que requieren un enfoque multidisciplinario en su tratamiento (Vaquero-Cristóbal et al., 2013).

A nivel mundial, la prevalencia de los TCA ha aumentado en un 25%, pero solo alrededor del 20 % de las personas afectadas se presentan para recibir tratamiento (Treasure et al., 2020). La población más afectada actualmente son los adolescentes, la prevalencia de los estos en adolescentes oscila entre un 0.3% y un 2.3% según Salmerón (2024). Gaete y López (2020) señalan que previo a la publicación del DSM-V, osciló entre 0.5% y 1% para la anorexia y 1-2% y 4% en el caso de la bulimia, llegando hasta 14% en el caso de los trastornos no especificados. La Organización Mundial de la Salud [OMS] (2021), a través del Global Burden of Disease [GBD], estiman que los TCA afectan a un 0.1% de los adolescentes entre los 10 a 14 años y a un 0.4% de los adolescentes entre los 15 a 19 años y presentan una tasa de mortalidad superior a la de cualquier otro trastorno mental. En México, según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición [ENSANUT] (2023), la proporción de adolescentes que estaban en riesgo de tener un TCA fue de 0.8% (1.1% en mujeres y 0.4% en hombres); específicamente en los de mayor edad (14-19 años) la prevalencia fue de 1.1% superior a 0.3% del grupo de 10-13 años.

Se ha establecido que los mensajes promovidos en los medios de comunicación están altamente centrados en la apariencia en: revistas de moda, programas, telenovelas, series, lo que está asociado con la insatisfacción corporal (Benton y Karazsia, 2015). Otros estudios han demostrado que tanto la exposición a imágenes multimedia en redes sociales como: Instagram, Facebook, TikTok (centrados en mujeres delgadas) aumentan un malestar corporal entre las jóvenes especialmente entre aquellas que tienen baja autoestima (Ahrens et al., 2022).

Por otro lado, la opinión del contexto social inmediato, en especial los pares y compañeros de escuela refuerzan las conductas creadas para alcanzar el cuerpo deseado, a la vez que este entorno alienta la comparación entre amigos, lo que lleva a que los adolescentes desarrollen un sentido de logro cuando su figura es la más elogiada positivamente, sin embargo, cuando existe una alta comparación social esto puede conducir a experiencias negativas, como ansiedad, depresión y sensación general de insuficiencia (Cruwys et al., 2016; Fardouly et al., 2015), también los padres y hermanos pueden intervenir en la percepción corporal, esto a través de comentarios relacionados con la apariencia, el peso y la dieta (Hardit y Hannum, 2012). La influencia de la familia es particularmente significativa para los adolescentes latinos, donde existe una fuerte conexión emocional, de esta manera, se ha observado que el ambiente parental puede ser un factor generador de una psicopatología alimentaria (Reyes-Rodríguez et al., 2019).

Aunque la presión por tener el “cuerpo perfecto” puede afectar a una parte importante de la sociedad, hay etapas vitales más vulnerables, como la adolescencia, especialmente de los 12 a los 15 años de edad. Es durante esta etapa, en la que se forman el autoconcepto y la autoestima, que posteriormente serán clave en la formación de la identidad personal, se producen cambios físicos significativos como el crecimiento corporal y la maduración sexual los cuales pueden generar inseguridad o incomodidad, al no ajustarse a los modelos ideales difundidos, además, el cerebro adolescente sigue en desarrollo, por lo que la autorregulación emocional, el juicio crítico y la toma de decisiones no están del

todo establecidas, estos hechos incrementan la sensibilidad a la comparación social y a la validación externa (Lantz et al., 2018).

De acuerdo con lo revisado hasta ahora, se puede señalar que los aportes de esta revisión sistemática narrativa es que identifica las actitudes socioculturales hacia la apariencia vinculadas con los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes, además, presenta un análisis de los efectos que conlleva. De tal forma que el objetivo general de esta investigación es identificar las actitudes socioculturales hacia las apariencias vinculadas con los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes mediante un análisis narrativo.

Método

Técnica

Se trabajó con la técnica de Revisión Sistemática Narrativa que, a partir de la identificación de una pregunta de investigación se realiza una revisión bibliográfica, sistemática y planificada que mediante estudios publicados permite analizar de forma crítica el estado actual del conocimiento sobre un tema (Squires, 1989). Los pasos son los siguientes:

1. Formulación de una pregunta
2. Localización de estudios en bases de datos
3. Evaluación crítica de los estudios
4. Recolección de datos
5. Análisis y presentación de los datos
6. Interpretación de los datos
7. Perfeccionamiento y actualización de la revisión

Pregunta de investigación

De acuerdo con la primera etapa de los estudios narrativos se parte de la siguiente pregunta de investigación.

- ¿Cuáles son las actitudes socioculturales hacia la apariencia vinculada con los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes mediante un análisis narrativo?

Bases de datos

Las bases de datos que se emplearon fueron Pubmed, PsycINFO y Google Académico, ya que el interés primordial es identificar las actitudes socioculturales hacia la apariencia vinculada con los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes.

Criterios de inclusión

Los criterios que se consideraron fueron:

- Artículos científicos publicados en los últimos diez años: del 2015 al 2025
- De carácter empírico con enfoque cuantitativo

- Que analicen actitudes socioculturales hacia la apariencia relacionadas con los TCA
- Que vinculen actitudes socioculturales hacia la apariencia con la aparición, desarrollo o mantenimiento de los TCA
- En español y/o inglés
  La búsqueda se realizó a partir de las siguientes palabras clave:
  - Actitudes socioculturales hacia la apariencia en adolescentes
  - Trastornos del comportamiento alimentario adolescentes

Resultados

Para llevar a cabo el análisis sistemático narrativo se siguieron los pasos que inicia con como punto de partida con la pregunta *¿Cuáles son las actitudes socioculturales hacia la apariencia vinculadas con los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes mediante un análisis narrativo?* Posteriormente se localizaron 26 estudios en las bases de datos de Pubmed, PsycINFO y Google Académico. Se dio lectura a cada uno de ellos y se seleccionaron los que fueron acordes con los criterios de inclusión. Una vez concluida esta tarea, se sintetizó la información detectando el título, autores, año y tipo de publicación, así como el nombre de la revista. Esto dio lugar a un análisis meticuloso de la información que permitió realizar comparación de la información recabada que finalmente dio lugar a la agrupación de la información en el eje propuesto que *son las actitudes socioculturales hacia la apariencia vinculada con los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes.*

De tal forma que, se encontraron ocho artículos científicos, todos estos son de carácter empírico de carácter cuantitativo. Respecto a los años a los que corresponden son: tres artículos del 2025, un artículo del 2024, un artículo del 2023, un artículo de los 2018 y dos artículos del 2015.

Tabla 1

Características de los artículos revisados

No.	Título	Autores	Año de publicación	Tipo de publicación	Revista
1	SocioculturalInfluences on disordered eating in arab, middle eastern, and north african american women: a population gap research study examining the roles of acculturative stress and family, peer, and media pressures.	Kalantzis, Wang, Meschino, Raffoul, Sahlan y Braden	2025	Artículo empírico	International Journal for the Advancement of Counselling

2	Transgenerational transmission of eating disorders: the role of eating disorder symptoms and socio-cultural attitudes.	Zissu, Sher y Slobodin.	2025	Artículo empírico	Journal of Eating Disorders
3	Sociocultural Attitudes Toward Appearance and Attitudes Toward Eating in Adolescents With Type 1 Diabetes: The Importance of Perfectionism.	Ruiz-Aranda, Luque, Russo y Fenollar-Cortés.	2025	Artículo empírico	Pediatric Diabetes
4	The cost of the perfect body: influence mechanism of internalization of media appearance ideals on eating disorder tendencies in adolescents	Bi, Liang, Jiang, Deng, Cui y Ma.	2024	Artículo empírico	BMC Psychology
5	Eating Disorders among Adolescent Female Students in Jeddah, Saudi Arabia.	Almutairi, Azuhairi, Mahmud y Dablool.	2023	Artículo empírico	Malaysian Journal of Medical Sciences
6	Sociocultural Appearance Standards and Risk Factors for Eating Disorders in Adolescents and Women of Various Ages.	Izydorczyk y Sitnik-Warchulska	2018	Artículo empírico	Frontiers in Psychology
7	Influencia sociocultural y los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes	Losada, Leonardelli y Magliota	2015	Artículo empírico	Revista electrónica de psicología Iztacala
8	Mass media influence and risk of developing eating disorders in female students from Lima, Peru	Lazo, Quenayaa y Mayta-Tristán	2015	Artículo empírico	Archivos Argentinos de Pediatría

A continuación, se narran de manera clara los hallazgos de los estudios encontrados, en este caso todos de carácter empírico, por lo tanto, se detallan los participantes y los hallazgos centrales.

Los ocho estudios encontrados que cumplieron con los criterios de búsqueda son de tipo empírico con enfoque cuantitativo y son correspondientes a

países como Estados Unidos de origen afroamericano, árabe, de Oriente Medio y del norte de África, Israel, España, China, Arabia Saudita, Polonia, Argentina y Lima, Perú.

El aporte de Kalantzis et al. (2025) fue un estudio cuantitativo con mujeres estadounidenses de origen árabe, de Oriente Medio y del norte de África que estaban cursando la secundaria hasta el doctorado, en esta muestra se encontró que las presiones de la familia, los pares y los medios de comunicación se asociaron con una mayor internalización del ideal de delgadez, incluso considerando el efecto del estrés aculturativo. La presión de los medios mostró un mayor tamaño del efecto que la presión de los pares y la presión familiar al predecir la internalización del ideal de delgadez. La internalización del ideal de delgadez, no del ideal de musculatura, se relacionó con una mayor prevalencia de trastornos del comportamiento alimentario. Estos hallazgos, según los autores, deberían utilizarse para explorar con mayor profundidad variables culturalmente relevantes en mujeres estadounidenses de origen asiático, oriental y del norte de África.

Por su parte, Zissu et al. (2025) también realizó un estudio cuantitativo y entre los participantes se enfocó en madres, padres e hijas mujeres israelíes de entre los 11 y los 22 años, con una media de 16 años, diagnosticadas con un trastorno del comportamiento alimentario según el DSM-5, lo hallazgos se dirigieron a que contrariamente a las expectativas de los autores y hallazgos previos, los niveles de síntomas de trastornos del comportamiento alimentario y las actitudes socioculturales hacia la apariencia de madres y padres se asociaron negativamente con los síntomas de trastorno del comportamiento alimentario de sus hijos. Además, en contradicción con estudios de salud mental que demostraron que las conductas y actitudes de un progenitor se ven exacerbadas o atenuadas por el otro, no encontramos un efecto de interacción entre las variables de madres y padres en el nivel de síntomas de trastorno del comportamiento alimentario de sus hijos. El presente estudio, según los autores, contribuye al limitado número de investigaciones centradas en los padres en la transmisión transgeneracional de trastornos del comportamiento alimentario y fomenta la realización de más investigaciones sobre los efectos de cada progenitor y los efectos combinados de ambos en el desarrollo y mantenimiento de los trastornos del comportamiento alimentario en sus hijos.

Por otro lado, Ruiz-Aranda et al. (2025), en su investigación cuantitativa con adolescentes hombres y mujeres de entre 12 y 17 años, con una media de 15 años diagnosticados con Diabetes Tipo 1 [DM1], pertenecientes a asociaciones locales de Andalucía España, en los resultados encontraron que el perfeccionismo asociado a los trastornos del comportamiento alimentario no solo se relaciona con las actitudes socioculturales hacia la apariencia y la alimentación, sino que la relación entre estas dos últimas variables estaría totalmente mediada por el perfeccionismo. Un alto grado de perfeccionismo podría ser una variable de riesgo para el desarrollo de posibles trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes con diabetes tipo 1. Señalan los autores que el perfeccionismo y su autogestión serían un factor importante que podría ayudar a diseñar intervenciones dirigidas a adolescentes con diabetes que presentan conductas potencialmente conflictivas con la alimentación.

En lo que respecta a Bi et al. (2024) en Guangzhou, China en su estudio cuantitativo encontraron en un grupo de adolescentes de 11 a 19 años de edad, una media de 14 años, en donde los resultados muestran que la internalización de los ideales de apariencia de los medios de comunicación tuvo un efecto predictivo positivo significativo en las tendencias a los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes, la internalización de los ideales de belleza de los medios de comunicación influyó significativamente en las tendencias a los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes a través del papel mediador de la autoestima corporal y la alteración de la imagen corporal y también influyó en dichas tendencias a través de la mediación conjunta de ambas, el apoyo social desempeñó un papel moderador entre la alteración de la imagen corporal y la tendencia a los trastornos del comportamiento alimentario. Estos hallazgos sugieren vías distintas a través de las cuales la internalización de los ideales de belleza de los medios de comunicación puede influir en las tendencias a los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes. Los autores sugieren reducir la alteración de la imagen corporal y aumentar el apoyo social, lo que podría ayudar a reducir la tendencia a los trastornos del comportamiento alimentario.

En este sentido, Almutairi et al. (2023) realizaron un estudio cuantitativo con estudiantes mujeres de entre 13 y 18 años, con una media de 16 años en cinco escuelas de Jeddah, Arabia Saudita, encontrando una prevalencia de trastornos del comportamiento alimentario en más de la mitad de las adolescentes (53.6%) generados por la influencia familiar, la influencia de sus pares y la influencia de los medios de comunicación en su apariencia y figura corporal. La influencia familiar se asoció más significativamente con los trastornos de la conducta alimentaria. La alta prevalencia de trastornos del comportamiento alimentario entre las adolescentes escolares de Jeddah, Arabia Saudita, lo cual es motivo de gran preocupación. Según los autores, para mitigar este problema, se deben diseñar programas eficaces para modificar sus hábitos alimenticios, considerando los efectos de la influencia familiar, de los pares y de los medios de comunicación, así como enfatizando la importancia del desayuno y la práctica de actividad física.

Izydorczyk y Sitnik-Warchulska (2018), en su estudio cuantitativo se plantearon como objetivo principal verificar el grado de impacto de los estándares socioculturales de apariencia (conciencia pasiva e internalización activa) en la insatisfacción corporal, el deseo de alcanzar la delgadez de forma incesante, la adopción de una actitud perfeccionista hacia el cuerpo y el desarrollo de una tendencia a la bulimia, que puede manifestarse en adolescentes y mujeres de diferentes edades. El grupo de estudio estuvo conformado por 95 alumnas de secundaria, todas residentes en el sur de Polonia. Ninguna de las participantes había sido diagnosticada con trastornos psiquiátricos (incluidos los trastornos del comportamiento alimentario). Los resultados revelaron que las adolescentes polacas de 12 a 15 años presentaban el mayor nivel de factores de riesgo para los trastornos del comportamiento alimentario. En todo el grupo de estudio, la internalización de los estándares de belleza y la presión asociada a diversos mensajes mediáticos se identificaron como predictores de la búsqueda de la delgadez. En cuanto a la internalización de las normas socioculturales, se explicó significativamente las tendencias bulímicas, el perfeccionismo no se vio afectado

por el impacto sociocultural de los medios de comunicación. Dado lo encontrado en este estudio, los autores proponen que estos resultados obtenidos pueden ser útiles para la creación de programas educativos en salud preventiva dirigidos especialmente a las adolescentes de entre los 12 a 15 años de edad, ya que esta población constituye un grupo de alto riesgo con una predisposición psicológica específica a desarrollar TCA como resultado de la influencia sociocultural ejercida por los medios de comunicación.

En una investigación realizada en Argentina, Losada et al. (2015) analizaron la relación entre la presión ejercida por diversos agentes y contextos socioculturales sobre el ideal corporal y la presencia de conductas de riesgo o características asociadas a los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes mujeres que asistían a instituciones educativas de nivel secundario en el área metropolitana. El estudio, de corte cuantitativo, incluyó a 71 estudiantes mujeres de entre 13 y 18 años, con una edad promedio de 14.09 años, pertenecientes a escuelas del Gran Buenos Aires. Los hallazgos indicaron que un mayor nivel de riesgo de desarrollar un trastorno del comportamiento alimentario se asocia con una mayor receptividad a la influencia sociocultural relacionada con el modelo corporal estético. Asimismo, se identificó que las adolescentes con mayor susceptibilidad a estas influencias eran, en promedio, ligeramente mayores en edad que aquellas con menor sensibilidad. Adicionalmente, se observó que las participantes que manifestaban mayor impacto sociocultural sobre la percepción y valoración de su propio cuerpo presentaban un índice de masa corporal dentro de rangos normativos (M = 21.28), lo que sugiere que la presión social por ajustarse a un ideal corporal no depende necesariamente de la presencia de sobrepeso. En conjunto, los resultados respaldan la conclusión de que, conforme aumenta el riesgo de desarrollar un trastorno del comportamiento alimentario, también se incrementa la vulnerabilidad a las influencias ejercidas por agentes y situaciones sociales sobre la imagen corporal.

De manera similar, Lazo et al. (2015) analizaron la relación entre la exposición a los modelos corporales difundidos por los medios de comunicación y la probabilidad de presentar riesgo de trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes mujeres que cursaban educación secundaria en la ciudad de Lima. El estudio, de enfoque cuantitativo, incluyó a 483 estudiantes de entre 12 y 17 años provenientes de dos instituciones educativas públicas, con una edad mediana de 14 años. Los resultados evidenciaron que el 13.9% de las participantes se encontraba en riesgo de desarrollar algún trastorno del comportamiento alimentario. Asimismo, se observó que aquellas adolescentes con mayor exposición e influencia de los mensajes mediáticos sobre la imagen corporal —especialmente quienes presentaban niveles elevados de internalización del ideal corporal general y del ideal atlético— mostraron una mayor probabilidad de riesgo. Los autores concluyen que la difusión del ideal de delgadez a través de los medios de comunicación, junto con las presiones socioculturales asociadas, se vincula con una mayor prevalencia de indicadores de riesgo de trastornos del comportamiento alimentario en mujeres adolescentes, al impactar negativamente en la construcción del ideal corporal.

Discusión

De acuerdo con la pregunta de investigación ¿Cuáles son las actitudes socioculturales hacia la apariencia vinculada con los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes mediante un análisis narrativo? Se detectó que en los últimos diez años según los estudios encontrados prevalece una gran preocupación corporal, en donde la interiorización del ideal delgado representa que principalmente los adolescentes adoptan cognitivamente los ideales de belleza definidos socialmente y pueden realizar comportamientos dirigidos a alcanzar estos ideales, aunque estos dañen gravemente su salud, está internalización juega un papel causal en la insatisfacción corporal y en la alimentación patológica de las adolescentes, lo cual puede detonar el riesgo de desarrollar un trastorno del comportamiento alimentario (Austin y Smith, 2008).

Las actitudes socioculturales hacia la apariencia son indicadores psicológicos de los TCA en los adolescentes, se encuentran relacionados con la influencia de los compañeros, ya que estos son una parte integral en la formación de las creencias, actitudes y expectativas del peso y la apariencia física, los padres por su parte, son importantes agentes de la socialización, influyen en la elección del ideal corporal, ya sea por moldeamiento, retroalimentación o instrucción, y por último, los medios de comunicación, influyen ya que existe una correlación entre este y los altos niveles de insatisfacción con la imagen corporal (Rivarola y Penna (2006).

El impacto que tienen las relaciones sociales en la asimilación de los modelos estéticos también ocupa un lugar destacado dentro de las actitudes socioculturales hacia la apariencia vinculadas con los trastornos del comportamiento alimentario, algunos estudios muestran que las mujeres pueden sentirse presionadas por la simple presencia de otra compañera con la cual comparan su figura, o bien por la presión directa de amigos y familiares (Wasilenko et al., 2007; Wilksch et al., 2006). En este sentido, la influencia del estereotipo de delgadez proviene principalmente de las personas cercanas, y que es aún más aguda cuando proviene de personas o imágenes idealizadas o admiradas, como ciertos familiares y amigos (Pike y Rodin, 1991).

Los hallazgos sugieren que los padres y los pares o compañeros contribuyen a través de comentarios y críticas al desarrollo de percepciones de la figura corporal apropiadas y deseables, lo que es más común en el caso de las mujeres (Meno et al., 2008). Dichos estereotipos de belleza pueden difundirse entre los miembros de la familia desde edades muy tempranas, al respecto, en un estudio con niñas en edad preescolar, encontraron que sus madres les trasmitían mensajes acerca de la necesidad de perder peso, lo que podía llevarlas a desarrollar una preocupación excesiva por su apariencia y peso en la preadolescencia (McCabe et al., 2007). De manera particular, los padres pueden fomentar el aprecio por la delgadez a través de conversaciones sobre figuras femeninas delgadas que promueven esa imagen corporal ideal, en consecuencia, la familia parece mediar a través de actitudes y conductas las influencias culturales sobre la imagen corporal que recibe el individuo, e inclusive algunos autores consideran que la aceptación del ideal de la delgadez por parte de los padres podría predecir la presencia de TCA (Haworth-Hoeppner, 2000; Stice (2002).

Existen pocos estudios que evalúen directamente si la percepción de los padres hace difícil ofrecer conclusiones consistentes en cuanto a su efecto predictor, sin embargo, algunas investigaciones realizadas sobre las actitudes socioculturales en los TCA ofrecen valiosas aportaciones, la mayoría de los estudios han trabajado únicamente con adolescentes sin explorar la percepción de sus padres, lo que parece ser una preocupación reciente, ya que las madres con mayor grado de interiorización de los mensajes publicitarios sobre la delgadez tienen mayor probabilidad de que sus hijas sufran patologías alimentarias, asimismo, dichos estudios se han llevado a cabo en la población general sin distinguir los diversos grados de afectación alimentaria, por lo que resulta recomendable evaluar la influencia del estereotipo de la delgadez no solamente en esa población sino también en las poblaciones de riesgo y en las clínicamente diagnosticadas (Cooley et al., 2008).

Uno de los componentes de las actitudes socioculturales hacia la apariencia que ha sido ampliamente analizado es la publicidad. En este sentido, Becker y Hamburg (1996) indican que la exposición a mensajes publicitarios sobre productos para adelgazar puede incrementar la insatisfacción corporal en algunas mujeres, lo que favorece la adopción de conductas poco saludables orientadas a la pérdida de peso y a la búsqueda de un ideal corporal delgado, llegando en algunos casos a la presencia de sintomatología o trastornos del comportamiento alimentario plenamente desarrollados. De manera particular, se ha indicado que la lectura de revistas de moda incrementa la interiorización del ideal de delgadez y la probabilidad de padecer síntomas de TCA dado que en la televisión se difunden ideas, modelos e innumerables productos y servicios que no representan a la mujer común o con un peso corporal saludable (Martínez et al., 2003). Por su parte, Clark y Tiggemann (2008) realizaron un estudio longitudinal con mujeres púberes y adolescentes, encontrando que una mayor exposición a los programas de televisión predice la interiorización de los ideales de apariencia un año después.

En la sociedad contemporánea se ha planteado que la figura estética corporal tiene un papel importante ya que la mujer está obligada a mantener un “cuerpo perfecto” extremadamente delgado, esto obedeciendo a un patrón de belleza construido a partir de estándares impuestos dentro de la Cultura Occidental, que guía a las adolescentes dentro de pautas de moda y atractivo físico, cambiando la forma de apreciar y percibir el cuerpo (Seekis y Barker, 2022). La idealización de la imagen corporal es continuamente reforzada a través de las actitudes socioculturales hacia la apariencia en los medios de comunicación, los pares y/o compañeros y la familia (Strubel y Petrie, 2017).

Dentro de las actitudes socioculturales hacia la apariencia se encuentran la asimilación del modelo estético predominante que está dado por las normas locales que establecen el tamaño y figura corporal deseable en la población, en el ámbito de la salud, este análisis resulta relevante ya que se reconoce que entre mayor es la interiorización de las actitudes socioculturales hacia la apariencia favorecedoras del adelgazamiento, mayor es la insatisfacción con la imagen corporal y mayor es la sintomatología de los trastornos del comportamiento alimentario (Vázquez et al., 2005; Willemsem & Hoek, 2006).

Martínez et al. (1996) consideran como actitudes socioculturales hacia la apariencia a todos aquellos elementos culturales que contribuyen a facilitar o justificar el adelgazamiento o la delgadez extrema, especialmente por razones estéticas y sociales, constituyendo así a la “cultura de la delgadez”, desafortunadamente, esta visión predomina en una sociedad individualista, donde el legítimo deseo por la comida, el autocuidado y la nutrición apropiada se niega y reemplaza por un sentimiento de inseguridad y falsas creencias acerca de conservar la belleza y vivir por siempre.

Para finalizar, este estudio sobre la identificación de las actitudes socioculturales hacia la apariencia vinculada con los trastornos del comportamiento alimentario desde un análisis narrativo presenta algunas limitaciones, como la poca cantidad de investigaciones encontradas referentes a este tema. Por otro lado, aunque se comparan los hallazgos actuales entre sí y con lo de años anteriores, es necesario aclarar que el análisis no refleja necesariamente la situación más actualizada debido a la falta evidencia empírica reciente. Asimismo, hay una posible falta de representatividad dado que no se centran en Latinoamérica, lo que puede llevar a incluir limitaciones en cuanto a otras regiones o contextos culturales. Finalmente, existe muy poca evidencia científica que incluya a la población del género masculino cuando de trastornos de comportamiento alimentario se habla, se propone para investigaciones futuras incluirlos, ya que ellos forman parte del problema y parte de la solución en el tema.

Todos estos elementos sientan las bases para realizar investigaciones futuras sobre la identificación de las actitudes socioculturales hacia la apariencia y su vinculación con los trastornos del comportamiento alimentario y con ello el diseño, implementación y evaluación de programas de prevención de estas enfermedades o la promoción de actitudes estilos de vida saludables en el tema en México.

Referencias

Ahrens, J., Brennan, F., Eaglesham, S., Buelo, A., Laird, Y., Manner, J., Newman, E. y Sharpe, H. (2022). A Longitudinal and Comparative Content Analysis of Instagram Fitness Posts*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(11). https://doi.org/10.3390/ijerph19116845.

Almutairi, Azuhairi, Mahmud y Dablool. (2023). Eating Disorders among Adolescent Female Students in Jeddah, Saudi Arabia. *Malaysian Journal of Medical Sciences, 30*(1), 185-197. https://doi.org/10.21315/mjms2023.30.1.16.

American Psychiatric Association [APA]. (2022). Manual diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales [DSM-5] 5.ª edición. Arlington, VA.

Austin, J. y Smith, J. (2008). Thin Ideal Internalization in Mexican Girls: A Test of the Sociocultural Model of Eating Disorders. *International Journal of Eating Disorders, 41*(5), 448–457. https://doi.org/10.1002/eat.20529.

Becker, A. y Hamburg, P. (1996). Culture, the media and eating disorders. *Harvard Review of Psychiatry, 4,* 163-170. https://doi.org/10.3109/10673229609030540.

Benton, C. y Karazsia, B. (2015). The effect of thin and muscular images on women's body satisfaction. *Body Image, 13,* 22–27. https://doi.org/10.1016/J.BODYIM.2014.11.001.

Bi, L., Liang, Q., Guangyan, J., Deng, M., Cui, H. e Y, M. (2024). The cost of the perfect body: influence mechanism of internalization of media appearance ideals on eating disorder tendencies in adolescents. *BMC Psychol, 12*(1), 138. doi: https://doi.org/10.1186/s40359-024-01619-7.

Clark, L. y Tiggemann, M. (2008). Sociocultural and individual psychological predic tors of body image in young girls: a prospective study. *Developmental Psy chology, 44*(4), 1124-1134. https://doi.org/10.1037/0012-1649.44.4.1124.

Cooley, E., Toray, T., Wang, M. y Valdez, N. (2008). Maternal effects on daugh ters' eating pathology and body image. *Eating Behavior, 9*, 52-61. https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2007.03.001.

Cruwys, T., Leverington, C. y Sheldon, A. (2016). An experimental investigation of the consequences and social functions of fat talk in friendship groups. *The International Journal of Eating Disorders, 49*(1), 84–91. https://doi.org/10.1002/EAT.22446.

Encuesta Nacional de Salud y Nutrición [ENSANUT]. (2023). Encuesta nacional de salud y nutrición continua 2023: Informe de resultados. Secretaria de Salud. Consultado el 15 de agosto de 2025 en: https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2022/doctos/analiticos/13-Conductas.alimentarias.de.riesgo-ENSANUT2022-14800-72372-2-10-20230619.pdf.

Fardouly, J., Diedrichs, P. Vartanian, L. y Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: THE impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image, 13*, 38–45. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002.

Gaete, P. y López, C. (2020). Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes: Una mirada integral. *Revista chilena de pediatría, 91*(5), 784-793. http://dx.doi.org/10.32641/rchped.vi91i5.1534.

Gorab, A. e Iñarritu, M. (2015). ¿Cómo ves? Anorexia y bulimia. Trastornos de conducta alimentaria. Universidad Nacional Autónoma de México. https://bit.ly/48NYMP4.

Guadarrama, R. Navor, J. y López, M. (2018). "Cómo me percibo y cómo me gustaría ser": un estudio sobre la imagen corporal de los adolescentes mexicanos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes, 5*(1), 37-43. https://dspace.umh.es/bitstream/11000/4476/1/5-17-07.pdf

Hardit, S. y Hannum, J. (2012). Attachment, the tripartite influence model, and the development of body dissatisfaction. *Body Image, 9*(4), 469-475. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.06.003.

Haworth-Hoeppner, S. (2000). The critical shape of body image: The role of culture and the family in the production of eating disorders. *Journal of Marriage and the family, 62*, 212-227. https://doi.org/0.1111/j.1741-3737.2000.00212.x.

Izydorczyk, B. y Sitnik-Warchulska, K. (2018). Sociocultural Appearance Standards and Risk Factors for Eating Disorders in Adolescents and Women of Various Ages. *Frontiers in Psychology, 9* 429. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00429.

Kalantzis, Wang, Meschino, Raffoul, Sahlan y Braden. (2025). SocioculturalInfluences on disordered eating in arab, middle eastern, and north african american women: a population gap research study examining the roles of acculturative stress and family, peer, and media pressures. *International Journal for the Advancement of Counselling, 47*, 811-826. https://doi.org/10.1007/s10447-025-09615-1.

Kramer-Bustos, G., Macías-Martínez, A. y Hernández-Aranda, J. (2024). Influencia de los Modelos Estéticos en la Insatisfacción Corporal de Mujeres Universitarias. *Ciencia Latina: Revista Multidisciplinar, 8*(1), 9165– 9178. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i1.10238.

Lantz, E., Gaspar, M., DiTore, R., Piers, A. y Schaumberg, K. (2018). Conceptualizing body dissatisfaction in eating disorders within a self-discrepancy framework: a review of evi dence. *Eating and Weight Disorders, 23*(3), 275–291. https://doi.org/10.1007/s40519-018-0483-4.

Lazo, M., Quenaya, A. y Mayta-Tristán, P. (2015). Mass media influence and risk of developing eating disorders in female students from Lima, Peru. *Archivos Argentinos de Pediatría, 113(6*). 519-525. https://doi.org/10.5546/aap.2015.eng.519.

Losada, A., Leonardelli, E. y Magliota, M. (2015). Influencia sociocultural y los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 18*(1), 380-416. https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/8934.

Martínez, E., Toro, J. y Salamero, M. (1996). Influencias socioculturales favorecedo ras del adelgazamiento y sintomatología alimentaria. *Revista de Psiquiatría de la Facultad de Medicina de Barcelona, 23*(5), 125-133.

Martínez, M., Gual, P. y Lahortiga, F. (2003). Parental factors, mass me dia influences, and the onset of eating disorders in a prospective population based cohort. *Pediatrics, 111*, 315-320. https://doi.org/10.1542/peds.111.2.315.

McCabe, M., Ricciardelli, L. Stanford, J., Holt, K., Keegan, S. y Miller, L. (2007). Where is all the pressure coming from? Mothers and teachers about pre school children's appearance, diet and exercise. *European Eating Disorders Review, 15*, 221-230. https://doi: 10.1002/erv.717. PMID: 17676692.

Meno, C., Hannum, J., Espelage, D y Low, D. (2008). Familial and individual variables as predictors of dieting concerns and binge eating in college fe males. *Eating Behaviors, 9*, 91-101. doi: 10.1016/j.eatbeh.2007.06.002.

Organización Mundial de la Salud [OMS] en el Global Burden of Disease. (2021). Informe de Estadísticas Mundiales de la Salud 2025. https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/c992fbdc-11ef-43db-a478-7e7a195403ae/content

Pike, K. y Rodin, J. (1991). Mothers, daughters and disordered eating. *Journal of Abnormal Psychology, 100*, 198-204. https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.2.198

Reyes-Rodríguez, M., Watson, H., Barrio, C., Baucom, D., Silva, Y., Luna-Reyes, K. y Bulik, C. (2019). Family involvement in eating disorder treatment among Latinas. *Eating Disorders, 27*(2), 205-229. https://doi.org/10.1080/10640266.2019.1586219.

Rivarola, M. y Penna, F. (2006). Los factores socioculturales y su relación con los trastornos alimentarios e imagen corporal. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación, 8*(2) 61-72. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80280205

Ruiz-Aranda, Luque, Russo y Fenollar-Cortés. (2025). Sociocultural Attitudes Toward Appearance and Attitudes Toward Eating in Adolescents With Type 1 Diabetes: The Importance of Perfectionism. *Pediatric Diabetes, 2025*, 1-7. https://doi.org/10.1155/pedi/9993342.

Saffon, S. y Saldarriaga, L. M. (2015). La internalización del ideal de delgadez: factor de riesgo de alteraciones de la imagen corporal y los hábitos de alimentación, generado por la influencia de pares. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia, 6*(1), 75-90. https://doi.org/10.17533/udea.rp.21618.

Salmerón, A. (2024). Manejo de los trastornos de la conducta alimentaria en primaria; detectar, derivar, acompañar. *Adolescere, 12(*2), 54-59. https://www.adolescere.es/revista/pdf/volumen-XII-n2-2024/2024-n2-54_59-Simposio%20II-Manejo-de-los-TCA-en-primaria-MA.Salmeron.pdf

Seekis, V. y Barker, G. (2022). Does #beauty have a dark side? Testing mediating pathways between engagement with beauty content on social media and cosmetic surgery consideration. *Body Image, 42,* 268-275. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.06.013.

Squires, B. (1989). Biomedical review artitles: what editors want from authors and peer reviewers. *Canadian Medical Assosiation Journal, 14*(1), 195-197. https://europepmc.org/article/MED/2752346

Stice, E. y Shaw, H. (2002). Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: A synthesis of research findings. *Journal of Psychosomatic Research, 53*(5), 985- 993. https://doi.org/10.1016/S0022-3999(02)00488-9.

Strubel, J. y Petrie, T. (2017). Love me Tinder: Body image and psychosocial functioning among men and women. *Body Image, 21,* 34–38. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.02.006.

Treasure, J., Antunes, T. y Schmidt, U. (2020). Eating disorders. *Lancet, 395*(10227), 899-911. Doi: 10.1016/S0140- 6736 (20)30059-3.

Vaquero-Cristóbal, R., Alacid, F., Muyor, J. y López-Miñarro, P. (2013). Imagen corporal: revisión bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria, 28*(1), 27-35. https://doi.org/10.47197/retos.v47.90727.

Vázquez, A., Mancilla, D., Mateo, G., López, A., Álvarez, R., Ruiz, M., y Franco, P. (2005). Trastornos del comportamiento alimentario y factores de riesgo en una muestra incidental de jóvenes mexicanos. *Revista Mexicana de Psicología, 22*(1), 53-63. https://www.researchgate.net/publication/237030822_Trastornos_del_Comportamiento_Alimentario_y_Factores_de_Riesgo_en_una_Muestra_Incidental_de_Jovenes_Mexicanos

Wasilenko, K., Kulik, J. y Wanic, R. (2007). Effects of social comparisons with peer son women's body satisfaction and exercise behavior. *International Jour nal of Eating Disorders, 40*(8), 740-745. https://doi.org/10.1002/eat.20433.