



COMUNIDADES PRO-ANA Y PRO-MIA. REVISIÓN Y PROPUESTAS DE ACTUACIÓN DESDE LA EDUCACIÓN

Carmen Vizoso-Gómez 

Universidad de León

cvizg@unileon.es

RESUMEN: Ana y Mia son seudónimos utilizados para referirse a la anorexia nerviosa y a la bulimia nerviosa, respectivamente. En las comunidades pro-Ana y pro-Mia se hace apología de estos trastornos de la conducta alimentaria (TCA). El objetivo de este trabajo consiste en analizar las investigaciones donde se estudian los espacios pro-Ana, pro-Mia y pro-TCA. Para ello se realizó una revisión sistemática en Web of Science (WoS), Scopus y Educational Research Information Centre (ERIC). Se registraron 339 documentos y, tras aplicar los criterios de selección, se incluyeron 38 artículos. Los resultados revelan que la mayoría de los trabajos se han publicado en los últimos siete años y que el TCA más estudiado es la anorexia. Además, los resultados constatan que en las comunidades pro-TCA se defiende un estilo de vida propio relacionado con alteraciones en la salud mental, física y social. Por último, se consideran las propuestas de alfabetización mediática y de educación formal y no formal para fomentar la salud frente a los TCA mediante actuaciones en contextos educativos.

PALABRAS CLAVE: educación para la salud, pro-anorexia, pro-bulimia, trastornos de la conducta alimentaria, revisión sistemática.

PRO-ANA Y PRO-MIA COMMUNITIES. REVIEW AND EDUCATIONAL PROPOSALS

ABSTRACT: Ana and Mia are pseudonyms used to refer to anorexia nervosa and bulimia nervosa, respectively. In the pro-Ana and pro-Mia communities, an apology for these eating disorders (ED) is created. The aim of this paper is to analyze the research about pro-Ana, pro-Mia and pro-ED websites. For this reason, a systematic

review was carried out in WoS, Scopus and ERIC. 339 documents were registered and, after applying the selection criteria, 38 articles were included. Findings reveal that most of the papers have been published in the last seven years and that the most studied ED is anorexia. In addition, results confirm that pro-ED communities defend their own lifestyle, related to mental, physical, and social health disruptions. Finally, the proposals for media literacy and formal and non-formal education to promote health against eating disorders through actions in educational contexts are considered.

KEYWORDS: health education, pro-anorexia, pro-bulimia, eating disorders, systematic review.

Recibido: 02/08/2023

Aceptado: 06/07/2024

1. INTRODUCCIÓN

Ana y Mia no son personas, son seudónimos utilizados en diversos espacios virtuales para enmascarar la defensa de estos trastornos de la conducta alimentaria (TCA, en adelante). Ana se refiere a la anorexia nerviosa y Mia alude a la bulimia nerviosa.

Según el DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013), la anorexia y la bulimia se incluyen dentro de los TCA. Concretamente, las personas que padecen anorexia perciben su cuerpo de forma distorsionada, temen engordar y tratan de mantener un peso inferior al saludable mediante estrategias como la restricción drástica de la ingesta o la actividad física excesiva. Por otra parte, la bulimia es un trastorno caracterizado por alteraciones del comportamiento alimentario con una ingesta excesiva o atracones (con purgas o sin ellas) que alteran la salud pero no suponen un riesgo inmediato para la vida.

Los TCA se observan en todas las culturas y grupos socioeconómicos, siendo más frecuentes en mujeres que en hombres y entre adolescentes y jóvenes que en otros grupos de edad. Se estima que en Europa la prevalencia de la anorexia en las mujeres es de entre el 1% y el 4%, mientras que la bulimia afecta al 1-2% de mujeres (Arija et al., 2022).

La calidad de vida de las personas con TCA suele presentar un deterioro. Así, estos trastornos pueden ir acompañados por patologías neuroendocrinas, esqueléticas, nutricionales, gastrointestinales, dentales y reproductivas (Hambleton et al., 2022). Además, los TCA se asocian a trastornos depresivos y problemas de regulación emocional (Moreno et al., 2021). No obstante, los principales riesgos son la ideación suicida y los intentos de suicidio (Arnold et al., 2023). Se estima que la tasa de mortalidad asociada a estos trastornos está entre el 5-6%, porcentajes muy superiores a los de cualquier otro trastorno psiquiátrico (Arts et al., 2020; Mento et al., 2021).

Por lo tanto, es esencial realizar programas para prevenir esta problemática. En este sentido, se defiende la eficacia de las actuaciones realizadas en centros de educación primaria y secundaria y en universidades (Alonso-Tena et al., 2023; Belmonte et al., 2022; Harrer et al., 2020). La participación de los/as docentes facilita la continuidad y sostenibilidad de los programas y contribuye a su éxito (Torres-Castaño et al., 2022).

A pesar de los riesgos que entrañan los TCA para la salud, existen espacios virtuales donde se hace apología de la delgadez extrema y se promueve un estilo de vida que fomenta hábitos alimenticios nocivos relacionados con la anorexia, conocidos como pro-Ana, y con la bulimia, denominados pro-Mia (Mento et al., 2021; Suarez-Lledó y Alvarez-Galvez, 2021). Los estudios científicos indican que estas comunidades afectan a la imagen corporal, a la conducta alimentaria e incluso al interés por la vida, porque difunden mensajes como “No quiero morir para escapar de mi TCA. Quiero morir para escapar de la vida” (Alldred y Fox, 2017). Por ello se ha planteado una regulación y supervisión más rigurosas sobre estos espacios (Rodgers et al., 2016).

Dado que las comunidades pro-Ana, pro-Mia y pro-TCA pueden tener un impacto negativo en la salud y el bienestar, el objetivo principal de esta revisión sistemática es analizar la literatura científica para conocer el estado del arte sobre esta temática y, posteriormente, aportar algunas propuestas de actuación desde la educación.

2. MÉTODO

2.1. Preguntas de investigación

La metodología empleada en este estudio es la revisión sistemática de las publicaciones que abordan las iniciativas pro-TCA, pro-ANA y pro-MIA. Concretamente, se realiza un resumen sistemático, objetivo y crítico de la información aportada en diversas publicaciones para dar respuesta a ciertas preguntas de investigación (Sánchez-Meca y Botella, 2010).

Las preguntas planteadas, que guían el proceso de análisis, son las siguientes:

- ¿Cuál es la distribución temporal de las publicaciones sobre esta temática?
- ¿Qué trastornos se abordan?
- ¿Qué medios virtuales se analizan?
- ¿Cuáles son las principales aportaciones?

2.2. Estrategia de búsqueda

La revisión sistemática sobre las publicaciones que estudian las iniciativas pro-Ana, pro-Mia y pro-TCA se realizó en julio de 2023, atendiendo al protocolo PRISMA en cuanto al proceso de selección, cribado y análisis de las publicaciones (Page et

al., 2021). La búsqueda se realizó en *Web of Science* (WoS), *Scopus* y *Educational Research Information Centre* (ERIC). Los descriptores empleados fueron “pro ana”, “pro-ana”, “pro mia”, “pro-mia” y “pro eating disorder”, que debían aparecer en el título, el resumen o como palabras clave.

2.3. Criterios de selección

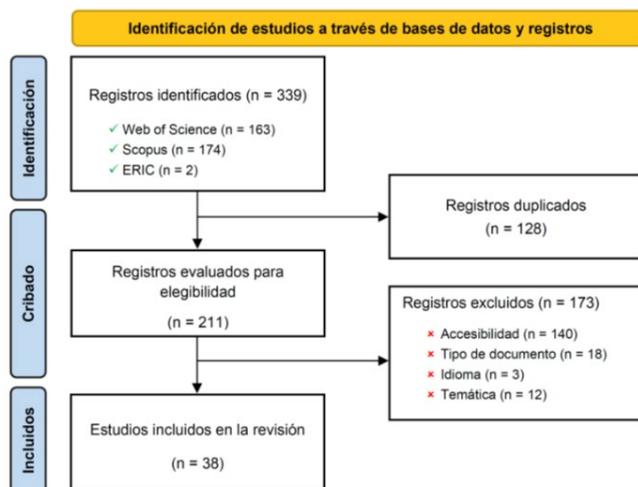
Los criterios de inclusión fueron los siguientes: a) intervalo temporal: cualquier año de publicación, b) accesibilidad: publicaciones accesibles a texto completo, b) tipo de documento: artículos, c) idioma: artículos escritos en inglés o español, y d) tema: artículos donde se analizase explícitamente las iniciativas pro-Ana, pro-Mia o pro-TCA.

Por tanto, se descartaron las publicaciones con acceso restringido; los libros, capítulos y notas; los artículos publicados en idiomas distintos al español o el inglés, y los artículos que analizaban los TCA en general o centrados en temas de salud.

2.4. Recolección de datos

Se registraron 339 documentos (163 en WoS, 174 en SCOPUS y 2 en ERIC), aunque se descartaron 128 porque aparecían duplicados. Se consideraron 211 documentos, pero 140 no estaban accesibles, 18 no eran artículos, 3 no estaban escritos en inglés o español, y 12 no se centraban en iniciativas a favor de los TCA. Finalmente, se incluyeron en la revisión 38 artículos. En la Figura 1 se presenta el diagrama de flujo del proceso.

Figura 1. Diagrama de flujo



2.5. Codificación de datos

Para la extracción de resultados se registraron las siguientes categorías de análisis: a) año de publicación, b) trastornos estudiados, c) medios virtuales analizados y d) principales aportaciones del estudio.

3. RESULTADOS

Tras analizar los 38 artículos que forman la muestra de la revisión se obtuvieron los resultados presentados en la Tabla 1.

Tabla 1. Listado de artículos revisados y principales aportaciones

Cita	TCA y Medio	Aportaciones
Allred y Fox (2017)	ANA en un foro	Se entiende la resistencia del foro pro-Ana 'Anagrrl' como un movimiento afectivo. Esta perspectiva sobre resistencia permite superar las limitaciones teóricas del realismo, que considera a las jóvenes y sus cuerpos como problemas, y del construccionismo, que restringe el compromiso con la política o el activismo fundado en el esencialismo.
Behar (2010)	ANA y MIA en webs	La construcción de la imagen corporal depende de elementos socioculturales, como las webs pro-Ana y pro-Mia, que promueven siluetas tan delgadas que pueden originar TCA. Se precisa educar en hábitos saludables para prevenir los TCA. Se debe educar para fomentar el análisis crítico de los mensajes mediáticos de perfección corporal. Se deben promover políticas para eliminar estas webs.
Borzekowski et al. (2010)	TCA en webs	La mayoría de las webs pro-TCA son públicas e interactivas, con contenidos pro-Ana. Se detecta material <i>thinspiration</i> (que inspira la delgadez) y consejos para realizar conductas alimentarias inadecuadas. Los temas centrales son: éxito, control, perfección, y solidaridad. Se debería regular estas webs. Algunas webs incluyen información o enlaces sobre la recuperación.
Bragazzi et al. (2019)	ANA en webs	Entre las webs sobre anorexia en italiano, el tema principal es el tratamiento, pero también existe contenido pro-Ana. La calidad de las webs es moderada-deficiente. Los/as sanitarios/as deben conocer la capacidad de Internet para difundir información sobre anorexia y deben realizar intervenciones educativas para enseñar a reconocer las webs de calidad basadas en la evidencia científica.
Branley y Covey (2017)	ANA en Twitter y Tumblr	Las publicaciones pro-Ana son más comunes en Twitter que en Tumblr. Tanto en Twitter como en Tumblr, las publicaciones anti-Ana y pro-recuperación son mayoritarias frente a las publicaciones extremas pro-Ana. La mayor parte del contenido lo crean mujeres. Los/as profesionales deben informar a pacientes y familiares sobre la influencia de las redes sociales, divulgando contenidos saludables.

Cantó-Milà y Seebach (2011)	ANA en blogs y foros	En las webs pro-Ana, las personas comparten sus experiencias y se animan a mantener los TCA, que representan su estilo de vida. Establecen lazos de amistad muy fuertes (más que con sus familiares), generándoles valor, seguridad y pertenencia, compartiendo creencias al margen de la sociedad.
Casilli et al. (2012)	ANA y MIA en webs	La investigación sobre webs pro-Ana se enmarca en un cuerpo de conocimiento transdisciplinario. Las ciencias sociales lideran la investigación, seguidas por las ciencias de la salud. Deberían incorporarse estudios desde la genética, la neurociencia y la biología molecular. Se debe comprobar si las campañas de censura contra estas webs son apropiadas o contraproducentes.
Casilli et al. (2014)	ANA en un foro	En el foro pro-Ana se detectan hilos de discusión con diferentes orientaciones hacia la salud, desde la “pro-patología” hasta la “pro-recuperación”, que pueden generar cambios de opinión. Bajo condiciones empíricamente controladas, los mensajes insertados en estas webs consiguen un cambio hacia la recuperación. Se estima que las políticas de promoción de salud no deben enfocarse en filtrar y censurar sino en desarrollar campañas de educación para la salud, construyendo una postura moderada, asumiendo que lograr orientaciones incondicionales hacia la recuperación es poco realista.
Crowe y Watts (2016)	ANA en foros	En las webs pro-Ana se defiende una perfección desde la delgadez, con consejos para crear “cuerpos Ana”, y para la resistencia, fomentando un sentido de pertenencia y reconocimiento frente a las críticas culturales hacia la imagen corporal.
Deiana (2011)	ANA en webs	Los/as usuarios/as de las webs pro-Ana defienden que la anorexia es un estilo de vida (no un trastorno), sin asumir los peligros de sus conductas alimentarias restrictivas y purgativas. Presentan consejos para controlar el hambre y la ingesta. Entienden sus conductas como un sacrificio con analogías religiosas, adorando imágenes de cuerpos escuálidos. Encuentran en estas webs un escudo frente a la estigmatización social.
Drtilova et al. (2022)	TCA en webs	Las mujeres con experiencias con TCA buscan información en webs en base a su situación personal respecto al trastorno (pro-Ana o pro-recuperación), al aspecto de las webs, a la información ofrecida y a los/as usuarios/as de las comunidades. El uso de <i>hashtags</i> es insuficiente para acceder a toda la información sobre TCA.
Dyke (2013)	ANA en webs	Se analizan los discursos sobre anorexia en dos sitios: una web pro-Ana y un proyecto de prevención de TCA. Las intervenciones de educación formal y no formal sobre los TCA, en escuelas y centros juveniles, deben considerar la actividad virtual y la real de los/as jóvenes. Estos proyectos educativos deben ser prioritarios y no simples iniciativas complementarias destinadas al alumnado con mal comportamiento o de bajo rendimiento.
Feldhege et al. (2021)	TCA en Reddit	Se analizan los datos en línea generados por usuarios/as de la comunidad pro-TCA ‘ <i>r/proED</i> ’, que reducían su índice de masa corporal cada semana. El grado de actividad en la comunidad determinó la pérdida de peso: las personas más activas perdieron más peso y también redujeron su peso deseado. Se confirman los efectos negativos de las comunidades pro-TCA, porque causan la pérdida de peso y la reducción del peso deseado, inspirados en las imágenes de cuerpos escuálidos.

COMUNIDADES PRO-ANA Y PRO-MIA. REVISIÓN Y PROPUESTAS DE ACTUACIÓN DESDE LA EDUCACIÓN

Figueras (2015)	ANA en un blog	Las personas usuarias de un grupo pro-Ana usan cuatro construcciones metafóricas para describirse: yo como espacio, yo como peso, yo social y perfeccionamiento del yo. La exposición repetida a estas metáforas y el uso de este lenguaje en la red pueden afectar al proceso de recuperación. Se debe adoptar un enfoque constructivista, defendiendo la construcción activa de un yo más realista para abandonar la identidad defendida en los grupos pro-Ana.
Firkins et al. (2019)	ANA en webs	Las antiguas usuarias de webs pro-Ana abandonan estas comunidades por dos razones principales: ruptura forzada o elección personal. El abandono de las webs debe ser procesual. Es necesario ayudar a desarrollar una nueva identidad y redes de apoyo social alternativas a las aportadas desde las webs pro-Ana. La desconexión no es sinónimo de recuperación del TCA y el regreso a las webs no es garantía de recaída sino que puede representar la satisfacción de una necesidad afectiva.
Fitzsimmons-Craft et al. (2020)	TCA en redes sociales	La mayoría de las interesadas en las comunidades pro-TCA presentan síntomas característicos de los TCA, además de ansiedad, depresión y deterioro en su calidad de vida. Sin embargo, nunca han recibido tratamiento para su TCA, banalizando el problema. La familiaridad de estas personas con las redes sociales puede ser usada en el tratamiento del TCA mediante terapias con soporte virtual.
Fox et al. (2005)	ANA en un foro	El foro 'Anagrrl' ofrece apoyo y orientaciones sobre la anorexia, que supone un estilo de vida caracterizado por el control del peso y del régimen alimentario. Frente a los modelos médicos, psicosociales, socioculturales y feministas de la enfermedad, en el foro se defiende la anorexia como una reacción de control frente a los problemas de la vida.
Gerrard (2018)	TCA en redes sociales	El contenido pro-TCA se puede encontrar en redes sociales sin usar <i>hashtags</i> para la búsqueda. Los/as usuarios/as usan otras claves para eludir la vigilancia en la red, incluso negando su interés por las comunidades pro-TCA o identificándose como pro-recuperación. La investigación sobre pro-TCA debe analizar las redes sociales incluyendo información sin etiquetar.
Giordani y Silva (2021)	ANA en blogs	Los blogs pro-Ana son espacios virtuales de sociabilidad y construcción de grupos identitarios definidos por sus narrativas corporales y sus actitudes a favor de la anorexia, mantenidos por los lazos emocionales que surgen de la lucha contra el estigma social hacia los TCA.
Lladó et al. (2017)	ANA y MIA en webs	La búsqueda de webs pro-Ana y pro-Mia en Google arroja más de un millón de entradas, la mayoría son blogs mal posicionados y de pobre calidad, con información nociva que fomenta la enfermedad como estilo de vida. Se debe trabajar desde las instituciones en dos sentidos: cerrar estas páginas y generar otras de calidad.
Lookingbill et al. (2023)	TCA en TikTok	Los videos pro-TCA tienen menos contenido informativo que los vídeos pro-recuperación y anti-TCA. Se puede aportar información sobre salud y recuperación frente a los bulos en las redes sociales, facilitando una resiliencia colectiva. Los/as profesionales deben aprovechar las redes sociales para promocionar las conductas saludables.
McCaig et al. (2018)	TCA en Reddit	El subreddit pro-TCA <i>'r/proDE'</i> tiene más comentarios sobre actividad física y menos sobre recuperación que otros subreddit sobre TCA (<i>r/fuckeatingdisorders</i> , <i>r/EatingDisorders</i>), por lo que puede estar más vinculado con el mantenimiento de los TCA.

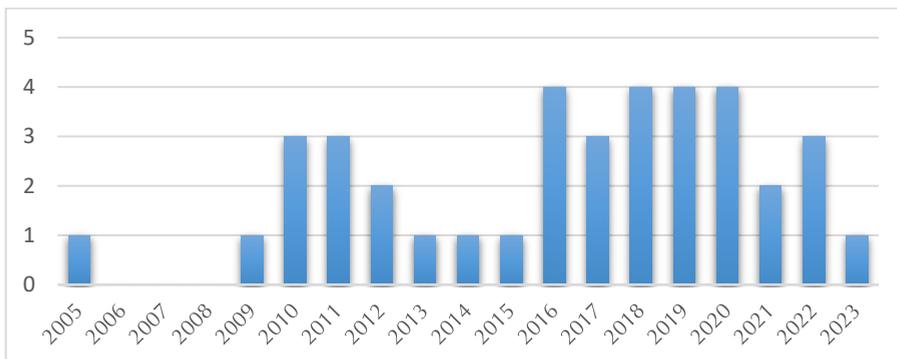
Mento et al. (2021)	ANA y MIA en blogs	El número de blogs pro-Ana y pro-Mia descritos en la literatura científica es creciente, fomentando los TCA y dañando la autoestima y la satisfacción corporal de los/as adolescentes. Es necesario prevenir sus efectos mediante pautas y políticas de alimentación saludable. Los programas específicos de educación escolar deben dirigirse a toda la comunidad educativa.
Mincey et al. (2022)	TCA en redes sociales	Las personas que interactúan con webs pro-TCA desarrollan un sentido de comunidad y experimentan más comprensión, consuelo y apoyo entre ellas que por parte de los/as profesionales. Los/as orientadores deben adoptar un enfoque integrador para lograr la recuperación de las personas con TCA, incorporando redes de apoyo social virtuales y no virtuales.
Pagès y Ocaña (2019)	ANA en blogs	Las chicas pro-Ana comparten una preocupación por el peso y la imagen, autocontrol sobre el cuerpo, autoexigencia, búsqueda de perfección, búsqueda de reconocimiento, baja autoestima, culpa, vacío, humor lábil, autoinsultos, autolesiones, mentiras y doble personalidad, TCA como estilo de vida, contradicciones sobre la enfermedad, evasión, soledad, incomprensión, conflicto familiar, búsqueda de apoyo en blogs. La educación para la salud en el ámbito escolar promueve conductas, actitudes y valores hacia estilos de vida saludables.
Peebles et al. (2012)	TCA en webs	La mayoría de los/as visitantes de las webs pro-TCA presentan sobrepeso u obesidad y conductas alimentarias alteradas, pero no han sido tratados formalmente. El uso frecuente de las webs se relaciona con mayor alteración de las conductas alimentarias, mayor pérdida de peso, más autolesiones y peor calidad de vida. Además, los/as usuarios/as buscan apoyo emocional.
Pruccoli et al. (2022)	ANA en TikTok	Muchos/as adolescentes que reciben tratamiento de TCA en un centro público italiano buscan contenidos pro-Ana de forma activa o los algoritmos se los proponen. Muchos/as buscan también información pro-recuperación.
Riley et al. (2009)	ANA en un foro	En el foro pro-Ana se observa una fuerte pertenencia al grupo, donde los/as participantes defienden el ideal de delgadez, manifestando una asociación entre éxito y apariencia física y reproduciendo una identidad asociada al TCA.
Rzepko et al. (2016)	ANA en webs	En las webs pro-Ana se muestra qué es y qué representa la anorexia. La estructura de estas webs incluye secciones de consejos, chats y enlaces relacionados. En estas webs se ofrece apoyo y motivación. Se propone que los sitios pro-Ana deberían considerarse ilegales.
Schott et al. (2016)	ANA y MIA en webs	Se plantea que los espacios pro-Ana y pro-Mia son reflejo de una sociedad que premia la delgadez y rechaza el sobrepeso. Estos espacios permiten a las chicas apoyarse entre sí. Se defiende la justicia social hacia mujeres y niñas, criticando las posiciones psicocentristas y neoliberales que las patologizan y que afectan a su salud física, mental y social. Mediante la representación teatral (etnografía escénica) y el debate crítico se ofrece una respuesta alternativa a esta problemática.
Seaber (2016)	TCA en la web	Se plantea que la lectura de las memorias de Marya Hornbacher sobre la anorexia, <i>Wasted: A Memoir of Anorexia and Bulimia</i> , donde se presenta la anorexia nerviosa de forma positiva, puede despertar curiosidad hacia webs pro-TCA.

COMUNIDADES PRO-ANA Y PRO-MIA. REVISIÓN Y PROPUESTAS DE ACTUACIÓN DESDE LA EDUCACIÓN

Sowles et al. (2018)	TCA en Reddit	El contenido de la comunidad pro-TCA se relaciona con las características que determinan los TCA, con publicaciones sobre alimentación y la imagen corporal, el peso y el miedo a la pérdida de control. El apoyo emocional es frecuente. Es necesario realizar intervenciones y/o programas de recuperación. Se debe educar a profesionales de la salud, familias y juventud sobre la comprensión de las webs pro-TCA. Las redes sociales deberían eliminar de manera efectiva estos contenidos.
Stammers (2020)	ANA en foros	Se defiende que en las webs pro-Ana se utiliza un lenguaje teológico y moral, con términos como ritual, pecado, sacrificio o salvación. Los sacerdotes con conocimientos sobre salud mental pueden colaborar en la recuperación de la anorexia, especialmente con personas cristianas.
Stapleton et al. (2019)	ANA en una web	Se plantea que el movimiento pro-Ana puede entenderse como una religión con sus propios rituales, credos y deidades. Las publicaciones hacen referencia directa a conceptos de religión y fe cristianas. Ana representa una diosa que protege a sus fieles y les ayuda en su cometido.
Sukunesan et al. (2021)	TCA en Twitter	Los <i>hashtags</i> más destacados son #thinspo y #proana. La cantidad de seguidores depende del número de cuentas seguidas y de <i>tweets</i> publicados, más que de los <i>likes</i> . Las comunidades pro-TCA son efímeras, con hilos de resistencia superficiales. Twitter debería establecer una política que modere los contenidos pro-TCA.
Whitehead (2010)	TCA en una web	La comunidad pro-TCA 'Pro Ana [DOT] US' perdura a pesar de los intentos de censura y cierre y aporta una identidad colectiva donde se defiende un estilo de vida propio y se trata de resistir a la presión social.
Yeshua-Katz y Hård af Segerstad (2020)	ANA en blogs	Los blogs pro-Ana aportan apoyo social a sus participantes, pero paradójicamente pueden marginarles por pertenecer a un colectivo excluyente y autoestigmatizado.
Yom-Tov et al. (2018)	ANA en webs	Las personas que buscan información pro-Ana reducen las búsquedas sobre estos contenidos y autolesiones cuando se les presentan anuncios, especialmente si remiten a 'MyProAna' (asociada a comportamientos menos patológicos que otras webs pro-Ana), o si aluden a otras webs (Asociación Nacional de Trastornos de la Alimentación o Instituto Nacional de Salud Mental). Las personas remitidas a 'MyProAna' buscan información sobre tratamiento.

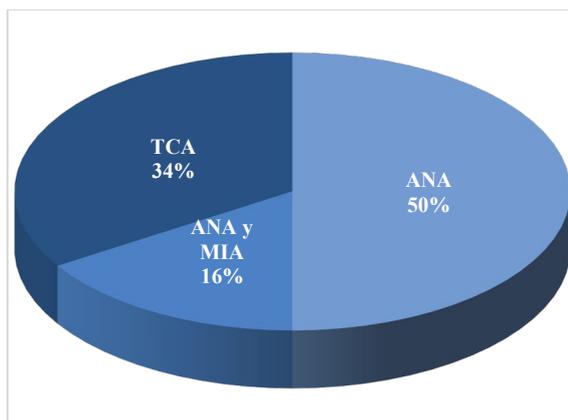
Tal y como se observa en la Figura 2, la mayoría de los estudios sobre las iniciativas pro-Ana, pro-Mia y pro-TCA se han publicado en los últimos siete años. En concreto, entre 2005 y 2010 se publicó el 13% de los artículos, el 21% entre 2011 y 2015, el 50% entre 2016 y 2020, y desde 2021 hasta la actualidad se publicó el 16% de los estudios revisados.

Figura 2. Número de artículos publicados en cada año



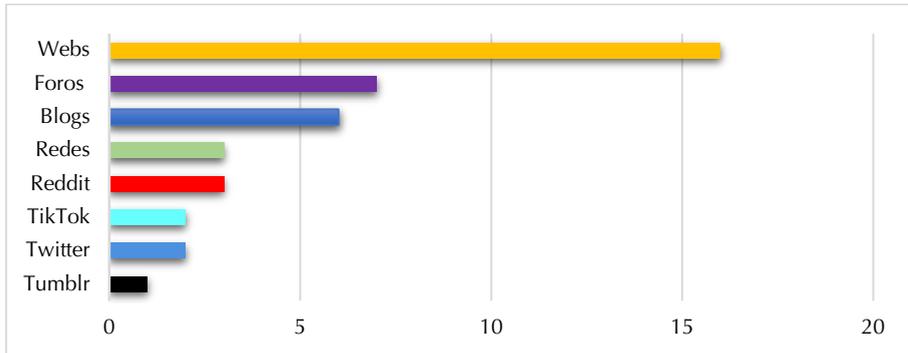
En cuanto a los TCA analizados (ver Figura 3), en el 50% de los artículos se aborda la defensa de la anorexia, en el 16% se estudian la anorexia y la bulimia y en el 34% se analizan los TCA. Ninguna publicación trata únicamente la bulimia.

Figura 3. Porcentaje de artículos que aborda cada trastorno



Respecto al medio de difusión de la información pro-TCA (ver Figura 4), en la mayoría de los artículos se alude a publicaciones o mensajes en webs (42%), foros (18%), blogs (16%) o redes sociales en general (8%). Solamente algunos artículos especifican las redes estudiadas, siendo Reddit la más referida (8%), aunque también se menciona TikTok (5%), Twitter (5%) y Tumblr (3%).

Figura 4. Número de artículos que analiza cada web



Por último, los resultados de los artículos revisados se pueden clasificar en estas categorías: características y contenidos de las webs pro-TCA, participantes en las comunidades pro-TCA, efectos de las comunidades pro-TCA, justificación de los TCA y medidas de actuación frente a las iniciativas pro-TCA.

3.1. Características y contenidos de las webs pro-TCA

La revisión de los artículos permite afirmar que en las webs pro-TCA, pro-Ana y pro-Mia los TCA se entienden como un estilo de vida, banalizando su peligro para la salud y se incluyen imágenes y vídeos que inspiran la delgadez extrema (*thispiration*) junto a consejos para realizar conductas inadecuadas relacionadas con la alimentación (Borzekowski et al, 2010; Cantó-Milà y Seebach, 2011; Crowe y Watts, 2016; Deiana, 2011, Figueras, 2015; Fitzsimmons-Craft et al., 2020, Fox et al., 2005, Giordani y Silva, 2021; Lladó et al., 2017; Riley et al., 2009; Schott et al., 2016). Los temas centrales son la imagen corporal, la alimentación, el control, el éxito, la perfección, y la solidaridad (Borzekowski et al., 2010; Sowles et al., 2018).

El medio de difusión de las publicaciones pro-TCA son blogs, foros y redes sociales como TikTok, Twitter, Tumblr o Reddit (Branley y Covey, 2017; Cantó-Milà y Seebach, 2011; Drtilova et al., 2022; McCaig et al., 2018; Pruccoli et al., 2022; Sowles et al., 2018; Sukunesan et al., 2021). Estas webs suelen presentar una estructura similar, con secciones de consejos, chats y enlaces a otras webs relacionadas (Rzepko et al., 2016).

La mayoría de las comunidades pro-TCA abordan la anorexia nerviosa (más que la bulimia), tienen una calidad moderada o deficiente, se muestran en abierto y ofrecen información interactiva creada principalmente por mujeres (Borzekowski et al, 2010; Bragazzi et al., 2019, Branley y Covey, 2017; Lladó et al., 2017). Entre los *hashtags* que ayudan a localizar estos espacios destacan #thinspo y #proana

(Sukunesan et al., 2021), aunque el contenido pro-TCA también se puede encontrar sin usar este tipo de etiquetas, eludiendo la vigilancia en la red (Drtilova et al., 2022; Gerrard, 2018).

Muchos autores subrayan que en las comunidades pro-TCA se establecen fuertes lazos de amistad y un sentido de pertenencia al grupo que aporta seguridad, consuelo, motivación y apoyo social y emocional (Cantó-Milà y Seebach, 2011; Crowe y Watts, 2016; Firkins et al., 2019; Giordani y Silva, 2021; Mincey et al., 2022; Peebles et al., 2012; Riley et al., 2009; Rzepko et al., 2016; Sowles et al., 2018; Yeshua-Katz y Hård af Segerstad, 2020).

Cabe señalar también que en algunos casos estas comunidades incluyen información o enlaces orientados a la recuperación (Borzekowski et al., 2010; Bragazzi et al., 2019; Casilli et al., 2012; Casilli et al., 2014; Pruccoli et al., 2022; Yom-Tov et al., 2018). Así, en los espacios pro-recuperación se presentan experiencias personales sobre los problemas emocionales, sociales y alimenticios del proceso de recuperación, comentarios de aliento hacia las personas que están tratando de reestablecer los hábitos de vida saludables y felicitaciones por la superación del TCA, impulsando la resiliencia, la empatía y la comprensión (Branley y Covey, 2017; Lookingbill et al., 2023). Se ha detectado que en redes sociales como Twitter y Tumblr, las publicaciones pro-recuperación y anti-Ana (donde se critican los comentarios que defienden los TCA y la delgadez patológica) son mayoritarias frente al número de publicaciones extremas pro-Ana (Branley y Covey, 2017).

3.2. Participantes en las comunidades pro-TCA

Teniendo en cuenta los estudios seleccionados se advierte que la mayoría de las personas que forman parte de las comunidades pro-TCA son mujeres (Alldred y Fox, 2017; Drtilova et al., 2022; Firkins et al., 2019; Pagès y Ocaña, 2019; Schott et al., 2016), aunque también se informa de la implicación de hombres (Branley y Covey, 2017; Peebles et al., 2012; Pruccoli et al., 2022) y de personas transgénero (Fitzsimmons-Craft et al., 2020). Además, estas personas suelen ser adolescentes o jóvenes, pero en ocasiones se identifican visitantes de sitios pro-TCA mayores de 50 años (Peebles et al., 2012). Además, las personas que reciben tratamiento por padecer algún TCA pueden mostrar interés por este tipo de espacios virtuales (Pruccoli et al., 2022).

No obstante, hay que tener en cuenta que en los espacios virtuales es difícil conocer las características reales de las personas que crean, comparten o siguen las publicaciones porque se puede manipular datos o crear perfiles falsos. Incluso en ocasiones son las propias investigadoras las creadoras de contenidos y comentarios (Pagès y Ocaña, 2019).

3.3. Efectos de las comunidades pro-TCA

A partir de los trabajos revisados se observa que seguir las comunidades pro-TCA conlleva consecuencias negativas para la salud física, mental y social. Así, la preocupación por la imagen corporal y el estilo de vida defendido incitan a la reducción del peso deseado y un deterioro de la salud física debido a la pérdida de peso, la adopción de un estilo de vida no saludable o las autolesiones (Feldhege et al., 2021; Lladó et al., 2017; Logrieco et al., 2021; Peebles et al., 2012). En cuanto a la salud mental, en varios estudios se destaca la disminución de la autoestima y la aparición de ansiedad y depresión, el deterioro en la calidad de vida y el desarrollo de TCA (Fitzsimmons-Craft et al., 2020; Mento et al., 2021; Peebles et al., 2012). Por otra parte, estas personas presentan sentimientos de culpa, autoinsultos, autolesiones, mentiras, conflicto familiar, aislamiento, etc., que implican una alteración de la salud a nivel social (Pagès y Ocaña, 2019; Peebles et al., 2012; Yeshua-Katz y Hård af Segerstad, 2020).

3.4. Justificación de los TCA

Algunos autores realizan un análisis crítico sobre los factores que influyen en la aparición de TCA y las iniciativas que los apoyan. Se argumenta que la sociedad ejerce una fuerte presión asociando el éxito a una imagen corporal de extrema delgadez, lo que genera preocupación por el peso y la apariencia (Seaber, 2016). En este sentido, Schott et al. (2016) critican las posiciones psicocentristas y neoliberales que patologizan a las personas (especialmente a las mujeres) y que afectan a su salud.

Las comunidades pro-TCA proporcionan lugares virtuales identitarios para la resistencia frente a la presión social y la estigmatización (Allred y Fox, 2017; Crowe y Watts, 2016; Deiana, 2011; Giordani y Silva, 2021; Schott et al., 2016; Seaber, 2016; Sukunesan et al., 2021; Whitehead, 2010). Así, Fox et al. (2005) señalan que las comunidades pro-Ana pueden brindar “un lugar seguro y positivo para compartir experiencias y obtener una mayor comprensión de su condición, lejos de los juicios, la mirada y el escrutinio de padres, novios, esposos y la profesión médica” (p. 945).

En algunos estudios se identifica el movimiento pro-Ana con una religión porque encierra sus propios rituales, pecados, credos y deidades, donde Ana encarna a una diosa que protege a sus fieles y les ayuda en su cometido (Deiana, 2011; Stapleton et al., 2019; Stammers, 2020).

No obstante, resulta paradójico que pertenecer a una comunidad que trata de resistir a la discriminación social, puede revertir en una autoestigmatización y un mayor rechazo social (Yeshua-Katz y Hård af Segerstad, 2020).

3.5. Medidas de actuación frente a las comunidades pro-TCA

En los artículos revisados se destaca la necesidad de controlar la difusión de información pro-TCA y apoyar las iniciativas que previenen su aparición y defienden la recuperación.

Algunos autores sostienen que es necesario promover políticas para regular o eliminar las webs pro-TCA y prohibir estos contenidos en las redes sociales (Behar, 2010; Borzekowski et al., 2010; Lladó et al., 2017; Rzepko et al., 2016; Sowles et al., 2018; Sukunesan et al., 2021), aunque se advierte que ciertas comunidades pro-TCA perduran a pesar de los intentos de control y que las campañas contra estas comunidades pueden ser contraproducentes (Casilli et al., 2012; Whitehead, 2010). Entonces, es preferible educar a la sociedad para desarrollar competencias que permitan analizar de forma crítica los mensajes mediáticos sobre la delgadez extrema y la perfección corporal (Behar, 2010; Fitzsimmons-Craft et al., 2020). Así, los/as profesionales deben informar sobre la influencia de los espacios virtuales y divulgar contenidos saludables (Branley y Covey, 2017; Firkins et al., 2019; Lookingbill et al., 2023), remitiendo a páginas oficiales sobre TCA y salud mental (Bragazzi et al., 2019; Sowles et al., 2018; Yom-Tov et al., 2018). También se debe potenciar el desarrollo de redes de apoyo social no virtuales mediante la formación en habilidades sociales (Mincey et al., 2022).

La educación y la promoción de la salud son esenciales en el control de los TCA (Lookingbill et al., 2023). Por ejemplo, Casilli et al. (2014) indican que las propuestas de educación para la salud a través de mensajes pro-recuperación son más eficaces para la intervención frente a la anorexia que la prohibición de contenidos.

En diversos estudios se establece que es necesaria la realización de proyectos de educación formal y no formal sobre los TCA en escuelas. En este sentido, Behar (2010) defiende que se deben realizar programas educativos en el ámbito escolar en los que se incluyan contenidos sobre nutrición, hábitos de alimentación apropiados y prácticas de ejercicio físico saludables, trabajando además la aceptación del propio cuerpo junto al análisis crítico de las siluetas ideales extremadamente delgadas que ofrecen los medios de comunicación. También Pagès y Ocaña (2019) sugieren que mediante la educación para la salud se debe promover el desarrollo de conductas, actitudes y valores acordes con un estilo de vida adecuado que ayuden a prevenir los TCA. Además, Mento et al., (2021) indican en la importancia de asesorar a toda la comunidad educativa, incluyendo al alumnado, al profesorado y también a las familias.

Por su parte Dyke (2013) defiende que las intervenciones realizadas en los centros educativos se deben complementar con iniciativas de educación no formal implementadas en otros entornos como son los clubes juveniles para promover el desarrollo de una sólida autoestima en los/as menores que les permita afrontar la presión social para ajustarse a un ideal de belleza poco realista. Ahora bien, esta

autora refiere algunos aspectos que se deben considerar: el personal de los centros educativos debe reconocer el valor preventivo de los proyectos, hay que dar información a las personas participantes sobre la duración del proyecto y sus objetivos, se debe garantizar la participación voluntaria como principio ético indispensable, hay que considerar la actividad virtual y real de los participantes y se debe incluir explícitamente el análisis del movimiento pro-TCA en las sesiones.

Por otra parte, Schott et al. (2016) proponen que las obras teatrales sobre las vivencias de las ANA (las chicas con anorexia nerviosa que participan en comunidades pro-TCA) pueden ser un recurso educativo para originar la reflexión y la crítica de las ideologías socioculturales que subyacen a esta problemática, tratando de promover así un cambio social hacia la aceptación de la diversidad corporal femenina.

Las intervenciones educativas deben implicar a diferentes perfiles profesionales, como personal sanitario, orientadores/as, docentes, familias e incluso sacerdotes (Bragazzi et al., 2019; Lookingbill et al., 2023; Mincey et al., 2022; Stammers, 2020).

Por último, según Feldhege et al. (2021), los programas de prevención deben incluir la alfabetización mediática y la educación de los/as adolescentes en el uso adecuado de las redes sociales, tratando de advertir sobre los posibles efectos nocivos de las comunidades pro-TCA. La alfabetización mediática promueve el desarrollo de un pensamiento crítico porque permite identificar el engaño que se produce, por ejemplo, con la alteración de las imágenes para que las personas tengan una apariencia más estilizada (Borzekowski et al, 2010). Esto ayudaría a reconocer y rechazar los mensajes mediáticos de perfección corporal (Behar, 2010). A su vez, mediante esta alfabetización se empodera y se capacita a la población para identificar los contenidos fiables sobre salud que estén basados en la evidencia científica (Bragazzi et al., 2019). Una vez lograda esta alfabetización, las redes sociales se convierten en una herramienta útil para transmitir y divulgar la información diseñada por profesionales del ámbito sanitario y educativo que promueven los hábitos de vida saludables y conciencian frente a las conductas no saludables, como son los TCA (Lookingbill et al., 2023).

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN

El objetivo de este trabajo consistía en revisar los artículos que analizan las comunidades pro-TCA para conocer el estado de la cuestión sobre esta temática. A partir de los 38 artículos científicos incluidos en la revisión, se observa que el interés por esta cuestión se ha mantenido en los últimos años, principalmente desde 2016, predominando el estudio de las iniciativas pro-Ana.

Los resultados obtenidos constatan que en las comunidades pro-TCA se defiende un estilo de vida propio, determinado por conductas alimentarias inadecuadas para

alcanzar un peso y una imagen corporal ideales, inspirados en una delgadez extrema, donde los/as participantes forman una comunidad que aporta apoyo social y emocional frente a la discriminación y la estigmatización. No obstante, es necesario resaltar que estas comunidades admiten también información sobre la recuperación. Estos resultados son similares a los referidos en revisiones previas (Arts et al., 2020; Cruzat et al., 2012; Rodgers et al., 2016).

Se encuentra que en estas comunidades participan principalmente mujeres jóvenes o adolescentes, como se advertía en estudios anteriores (Mento et al., 2021; Rodgers et al., 2016). Sin embargo, existen investigaciones sobre comunidades pro-anorexia creadas por y para hombres, como por ejemplo el trabajo realizado en Brasil por de Almeida y Guimarães (2015).

A su vez, los artículos revisados informan sobre los efectos nocivos de las iniciativas pro-TCA, con consecuencias en la salud mental, física y social. En estudios anteriores también se advierte de los peligros asociados a estos sitios (Rouleau y Von Ranson, 2011; Saul y Rodgers, 2018). Es más, Logrieco et al. (2021) evidencian que incluso los videos anti-pro-ANA, paradójicamente, pueden llevar a reproducir conductas perjudiciales relacionadas con la anorexia.

Por otra parte, varios estudios tratan de explicar por qué surgen estas comunidades, subrayando los modelos de delgadez actuales y la discriminación que sufren las personas con TCA inspiradas en estos iconos.

Pero, sobre todo, destacan las propuestas de actuación frente a las iniciativas pro-TCA. Por una parte, los resultados indican que la prohibición y la censura de contenidos puede ser contraproducente, conque sería más adecuado potenciar la alfabetización mediática para fomentar el pensamiento crítico frente a la distorsión y la persuasión y para reconocer la información veraz basada en la evidencia científica (Bragazzi et al., 2019; Lookingbill et al., 2023). En este sentido, Tort-Nasarre et al. (2023) defienden la importancia de la alfabetización mediática y de las propuestas educativas para desarrollar la autoestima y la autoimagen positiva en la adolescencia y, además, tratar de prevenir los TCA.

Por otra parte, se establece que la educación para la salud es fundamental en la actuación frente a las comunidades pro-TCA. Así, se propone la realización de programas de educación formal y no formal para prevenir los TCA y reforzar las conductas, actitudes y valores positivos hacia estilos de vida saludable (Dyke, 2013; Pagès y Ocaña, 2019; Schott et al., 2016). Igualmente, en estudios previos se ha defendido la relevancia de la alfabetización en salud y la realización de campañas de concienciación sobre los TCA (Suarez-Lledó y Alvarez-Galvez, 2021; Viguria et al., 2020). En esta línea, se ha demostrado que la combinación de intervenciones virtuales y presenciales es apropiada para la educación para la salud en adolescentes (Lameiras-Fernández et al., 2021).

Teniendo en cuenta estos hallazgos, se proponen diversas estrategias. En primer lugar, es necesario fomentar la alfabetización mediática y el desarrollo del pensamiento crítico en los/as menores para reducir su vulnerabilidad frente a los bulos y la información perniciosa disponible en internet. Además conviene implementar una educación para la salud efectiva, promoviendo el desarrollo de la autoestima y de hábitos saludables, con formación específica sobre nutrición, imagen corporal, TCA y sus implicaciones. Estas actuaciones se deberían realizar en centros educativos, desde la educación formal y también desde la educación no formal, implicando a toda la comunidad en la realización de talleres formativos presenciales y/o telemáticos. Para ello, sería recomendable implicar a equipos interdisciplinarios, incluyendo profesionales del ámbito educativo, sociosanitario y tecnológico. Por último, se deberían diseñar campañas atractivas y supervisadas, difundidas en medios de comunicación, donde se promocióne una alimentación saludable.

En definitiva, en este trabajo se revisan los artículos científicos donde se estudian las comunidades pro-TCA, lo que permite esclarecer sus características y efectos, así como las propuestas planteadas para prevenir el desarrollo de TCA. No obstante, cabe señalar que este trabajo presenta limitaciones. Así, aunque se han utilizado tres de las principales bases de datos (WoS, Scopus y ERIC), tal vez podrían encontrarse publicaciones relevantes si se hubiesen elegido otros buscadores. Además, teniendo en cuenta que sólo se han seleccionado las publicaciones accesibles a texto completo, se ha descartado un alto número de estudios no accesibles que podrían aportar resultados diferentes. Por tanto, en futuras revisiones, se debería considerar la consulta de más bases de datos, tratando de incluir también los artículos con acceso restringido.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Los artículos incluidos en la revisión están señalados con un asterisco.

*Alldred, P. y Fox, N. J. (2017). Young bodies, power and resistance: A new materialist perspective. *Journal of Youth Studies*, 20(9), 1161-1175. <https://doi.org/10.1080/13676261.2017.1316362>

Alonso-Tena, B., Calatayud, A. y Lucas, A. J. (2023). Programa Everybody has a body de prevención integrada de obesidad y trastornos de la conducta alimentaria en el área de educación física en la educación primaria. *Retos*, 49, 722-731. <https://doi.org/10.47197/retos.v49.98391>

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>

- Arija, V., Santi, M. J., Novalbos, J. P., Canals, J. y Rodríguez-Martín, A. (2022). Caracterización, epidemiología y tendencias de los trastornos de la conducta alimentaria. *Nutrición Hospitalaria*, 39(2), 8-15. <https://doi.org/10.20960/nh.04173>
- Arnold, S., Correll, C. U. y Jaite, C. (2023). Frequency and correlates of lifetime suicidal ideation and suicide attempts among consecutively hospitalized youth with anorexia nervosa and bulimia nervosa: results from a retrospective chart review. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 10. <https://doi.org/10.1186/s40479-023-00216-1>
- Arts, H., Lemetyinen, H. y Edge, D. (2020). Readability and quality of online eating disorder information. Are they sufficient? A systematic review evaluating websites on anorexia nervosa using DISCERN and Flesch Readability. *International Journal of Eating Disorders*, 53, 128-132. <https://doi.org/10.1002/eat.23173>
- *Behar, A. R. (2010). La construcción cultural del cuerpo: El paradigma de los trastornos de la conducta alimentaria. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatria*, 48(4), 319-334. <http://doi.org/10.4067/S0717-92272010000500007>
- Belmonte, S., de Diego, M. y Ruiz, P. M. (2022). Prevención de los trastornos de la conducta alimentaria en centros de educación secundaria. *Nutrición Hospitalaria*, 39(2), 86-92. <https://doi.org/10.20960/nh.04183>
- *Borzekowski, D. L. G., Schenk, S., Wilson, J. L. y Peebles, R. (2010). E-ana and e-mia: A content analysis of pro-eating disorder web sites. *American Journal of Public Health*, 100(8), 1526-1534. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2009.172700>
- *Bragazzi, N. L., Prasso, G., Re, T. S., Zerbetto, R. y del Puente, G. (2019). A reliability and content analysis of Italian language anorexia nervosa-related websites. *Risk Management and Healthcare Policy*, 12, 145-151. <https://doi.org/10.2147/RMHP.S193088>
- *Branley, D. B. y Covey, J. (2017). Pro-ana versus pro-recovery: A content analytic comparison of social media users' communication about eating disorders on Twitter and Tumblr. *Frontiers in Psychology*, 8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01356>
- *Cantó-Milà, N. y Seebach, S. (2011). Ana's friends. friendship in online pro-ana communities. *Sociological Research Online*, 16(1). <https://doi.org/10.5153/sro.2267>
- *Casilli, A. A., Rouchier, J. y Tubaro, P. (2014). How to build consensus in a health-oriented online community: Modeling a "pro-ana" forum. *Revue Francaise de Sociologie*, 55(4), 731-764. <https://doi.org/10.3917/rfs.554.0731>
- *Casilli, A. A., Tubaro, P. y Araya, P. (2012). Ten years of ana: Lessons from a transdisciplinary body of literature on online pro-eating disorder websites. *Social Science Information*, 51(1), 120-139. <https://doi.org/10.1177/0539018411425880>

- *Crowe, N. y Watts, M. (2016). 'We're just like gok, but in reverse': Ana girls – empowerment and resistance in digital communities. *International Journal of Adolescence and Youth*, 21(3), 379-390. <https://doi.org/10.1080/02673843.2013.856802>
- Cruzat, C., Haemmerli, C., Díaz, M., Pérez, C. y Goffard, J. P. (2012). Sitios Pro-ana y Pro-mia: Una aproximación reflexiva ante este fenómeno. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 21(2), 129-138.
- de Almeida, T. C. y Guimarães, C. F. (2017). Os blogs pró-Ana e a experiência da anorexia no sexo masculino. *Saude e Sociedade*, 24(3), 1076-1088. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902015130142>
- *Deiana, F. (2011). Nadie dijo que fuera fácil ser una princesa: Una etnografía virtual de las webs Pro-ana. *AIBR Revista de Antropología Iberoamericana*, 6(2), 215-252. <https://doi.org/10.11156/aibr.060205>
- *Drtilova, H., Machackova, H. y Smahelova, M. (2022). Evaluation of web-based health information from the perspective of women with eating disorders: Thematic analysis. *Journal of Medical Internet Research*, 24(6). <https://doi.org/10.2196/31148>
- *Dyke, S. (2013). Utilising a blended ethnographic approach to explore the online and offline lives of pro-ana community members. *Ethnography and Education*, 8(2), 146-161. <https://doi.org/10.1080/17457823.2013.792505>
- *Feldhege, J., Moessner, M. y Bauer, S. (2021). Detrimental effects of online pro-eating disorder communities on weight loss and desired weight: Longitudinal observational study. *Journal of Medical Internet Research*, 23(10). <https://doi.org/10.2196/27153>
- *Figueras, C. (2015). "I am a waste of breath, of space, of time": Metaphors of self in a pro-anorexia group. *Qualitative Health Research*, 25(2), 189-204. <https://doi.org/10.1177/1049732314550004>
- *Firkins, A., Twist, J., Solomons, W. y Keville, S. (2019). Cutting ties with pro-ana: A narrative inquiry concerning the experiences of pro-ana disengagement from six former site users. *Qualitative Health Research*, 29(10), 1461-1473. <https://doi.org/10.1177/1049732319830425>
- *Fitzsimmons-Craft, E. E., Krauss, M. J., Costello, S. J., Floyd, G. M., Wilfley, D. E. y Cavazos-Rehg, P. A. (2020). Adolescents and young adults engaged with pro-eating disorder social media: Eating disorder and comorbid psychopathology, health care utilization, treatment barriers, and opinions on harnessing technology for treatment. *Eating and Weight Disorders*, 25(6), 1681-1692. <https://doi.org/10.1007/s40519-019-00808-3>

- *Fox, N., Ward, K., y O'Rourke, A. (2005). Pro-anorexia, weight-loss drugs and the internet: An 'anti-recovery' explanatory model of anorexia. *Sociology of Health and Illness*, 27(7), 944-971. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9566.2005.00465.x>
- *Gerrard, Y. (2018). Beyond the hashtag: Circumventing content moderation on social media. *New Media and Society*, 20(12), 4492-4511. <https://doi.org/10.1177/1461444818776611>
- *Giordani, R. C. F. y Silva, F. S. (2021). The ethereal bodies of pro-ana blogs: Emotional communities and spaces of sociability on the web. *Ciencia e Saude Coletiva*, 26, 5293-5301. <https://doi.org/10.1590/1413-812320212611.3.34522019>
- Hambleton, A., Pepin, G., Le, A., Maloney, D., National Eating Disorder Research Consortium, Touyz, S. y Maguire, S. (2022). Psychiatric and medical comorbidities of eating disorders: Findings from a rapid review of the literature. *Journal of Eating Disorders*, 10(1). <https://doi.org/10.1186/s40337-022-00654-2>
- Harrer, M., Adam, S. H., Messner, E. M., Baumeister, H., Cuijpers, P., Bruffaerts, R., Auerbach, R. P., Kessler, R. C., Jacobi, C., Taylor, C. B. y Ebert, D. D. (2020). Prevention of eating disorders at universities: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 53(6), 813-833. <https://doi.org/10.1002/eat.23224>
- Lameiras-Fernández, M., Martínez-Román, R., Carrera-Fernández, M. V. y Rodríguez-Castro, Y. (2021). Sex Education in the Spotlight: What Is Working? Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph18052555>
- *Lladó, G., González-Soltero, R. y Blanco, M. J. (2017). Anorexia y bulimia nerviosas: Difusión virtual de la enfermedad como estilo de vida. *Nutrición Hospitalaria*, 34(3), 693-701. <https://doi.org/10.20960/nh.469>
- Logrieco, G., Marchili, M. R., Roversi, M. y Villani, A. (2021). The paradox of TikTok 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://doi.org/10.3390/ijerph18031041>
- *Lookingbill, V., Mohammadi, E. y Cai, Y. (2023). Assessment of accuracy, user engagement, and themes of eating disorder content in social media short videos. *JAMA Network Open*, 6(4). <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2023.8897>
- *McCaig, D., Bhatia, S., Elliott, M. T., Walasek, L. y Meyer, C. (2018). Text-mining as a methodology to assess eating disorder-relevant factors: Comparing mentions of fitness tracking technology across online communities. *International Journal of Eating Disorders*, 51(7), 647-655. <https://doi.org/10.1002/eat.22882>

- *Mento, C., Silvestri, M. C., Muscatello, M. R. A., Rizzo, A., Celebre, L., Praticò, M., Zoccali, R. A. y Bruno, A. (2021). Psychological impact of pro-anorexia and pro-eating disorder websites on adolescent females: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 2186. <https://doi.org/10.3390/ijerph18042186>
- *Mincey, K. A. y Hunnicutt, K. M. (2022). Exploring the experiences of people who engage with pro-eating disorder online media: A qualitative inquiry. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 44(4), 660-679. <https://doi.org/10.1007/s10447-022-09483-z>
- Moreno, A., Moraleda, J., Graell-Berna, M., Villa-Asensi, J. R., Álvarez, T., Lacruz-Gascón, T. y Sepúlveda, A. R. (2021). Modelo de interiorización y exteriorización para explicar el inicio de la psicopatología de los trastornos alimentarios en la adolescencia. *Psicología Conductual*, 29(1), 51-72. <https://doi.org/10.51668/bp.8321103s>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., et al. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372(71). <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- *Pagès, A. y Ocaña, M. (2019). Características y comportamientos que comparten las chicas pro-ANA. Un cambio de rumbo en la anorexia nerviosa. *Metas de Enfermería*, 22(3), 12-19. <https://doi.org/10.35667/MetasEnf.2019.22.1003081387>
- *Peebles, R., Wilson, J. L., Litt, I. F., Hardy, K. K., Lock, J. D., Mann, J. R. y Borzekowski, D. L. G. (2012). Disordered eating in a digital age: Eating behaviors, health, and quality of life in users of websites with pro-eating disorder content. *Journal of Medical Internet Research*, 14(5). <https://doi.org/10.2196/jmir.2023>
- *Pruccoli, J., de Rosa, M., Chiasso, L., Perrone, A. y Parmeggiani, A. (2022). The use of TikTok among children and adolescents with eating disorders: Experience in a third-level public Italian center during the SARS-CoV-2 pandemic. *Italian Journal of Pediatrics*, 48(1). <https://doi.org/10.1186/s13052-022-01308-4>
- *Riley, S., Rodham, K. y Gavin, J. (2009). Doing weight: Pro-ana and recovery identities in cyberspace. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 19(5), 348-359. <https://doi.org/10.1002/casp.1022>
- *Rzepko, A., Osińska, P. y Makowska, M. (2016). Am I thin enough? An introduction to anorexia nervosa. Face of this eating disorder in Poland. *Health Problems of Civilization*, 10(3), 7-14. <https://doi.org/10.5114/hpc.2016.61359>
- Rodgers, R. F., Lowy, A. S., Halperin, D. M. y Franko, D. L. (2016). A meta-analysis examining the influence of pro-eating disorder websites on body image and eating pathology. *European Eating Disorders Review*, 24, 3-8. <https://doi.org/10.1002/erv.2390>

- Rouleau, C. R. y Von Ranson, K. M. (2011). Potential risks of pro-eating disorder websites. *Clinical Psychology Review*, 31(4), 525-531. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.12.005>
- Sánchez-Meca, J. y Botella, J. (2010). Revisión sistemática y meta-análisis: herramientas para la práctica profesional. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 7-17.
- Saul, J. S. y Rodgers, R. F. (2018). Adolescent eating disorder risk and the online world. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 27(2), 221-228. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2017.11.011>
- *Schott, N. D., Spring, L. y Langan, D. (2016). Neoliberalism, pro-ana/mia websites, and pathologizing women: Using performance ethnography to challenge psychocentrism. *Studies in Social Justice*, 10(1), 95-115. <https://doi.org/10.26522/ssj.v10i1.1320>
- *Seaber, E. (2016). Reading disorders: Pro-eating disorder rhetoric and anorexia life-writing. *Literature and Medicine*, 34(2), 484-508. <https://doi.org/10.1353/lm.2016.0023>
- *Sowles, S. J., McLeary, M., Optican, A., Cahn, E., Krauss, M. J., Fitzsimmons-Craft, E.E., Wilfley, D. E. y Cavazos-Rehg, P. A. (2018). A content analysis of an online pro-eating disorder community on reddit. *Body Image*, 24, 137-144. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.01.001>
- *Stammers, H. R. (2020). The theological language of anorexia: An argument for greater rapprochement between chaplains and physicians. *Feminist Theology*, 28(3), 282-296. <https://doi.org/10.1177/0966735020906951>
- *Stapleton, K., Evans, S. L. y Rhys, C. S. (2019). Ana as God: Religion, interdiscursivity and identity on pro-ana websites. *Discourse and Communication*, 13(3), 320-341. <https://doi.org/10.1177/1750481319835643>
- Suarez-Lledó, V. y Alvarez-Galvez, J. (2021). Prevalence of health misinformation on social media: Systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 23(1). <https://doi.org/10.2196/17187>
- *Sukunesan, S., Huynh, M. y Sharp, G. (2021). Examining the pro-eating disorders community on twitter via the hashtag #proana: Statistical modeling approach. *JMIR Mental Health*, 8(7). <https://doi.org/10.2196/24340>
- Torres-Castaño, A., Delgado-Rodríguez, J., Pino-Sedeño, T. D., Estaña, D., de Pascual, A. M., Toledo-Chávarri, A. y Serrano-Aguilar, P. (2022). Universal programs to prevent eating disorders in children and adolescents: A scoping review of ethical, legal, organizational and social impacts. *European Eating Disorders Review*, 30(6), 706-722. <https://doi.org/10.1002/erv.2909>

- Tort-Nasarre, G., Pollina-Pocallet, M., Ferrer, Y., Ortega, M., Vilafranca, M. y Artigues-Barberà, E. (2023) Positive body image: a qualitative study on the successful experiences of adolescents, teachers and parents. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 18:1. <https://doi.org/10.1080/17482631.2023.2170007>
- Viguria, I., Alvarez-Mon, M. A., Llaverro-Valero, M., del Barco, A. A., Ortuño, F. y Alvarez-Mon, M. (2020). Eating disorder awareness campaigns: Thematic and quantitative analysis using Twitter. *Journal of Medical Internet Research*, 22(7) <https://doi.org/10.2196/17626>
- *Whitehead, K. L. (2010). "Hunger hurts but starving works": A case study of gendered practices in the online pro-eating-disorder community. *Canadian Journal of Sociology*, 35(4), 595-626. <https://doi.org/10.29173/cjs7976>
- *Yeshua-Katz, D. y Hård af Segerstad, Y. (2020). Catch 22: The paradox of social media affordances and stigmatized online support groups. *Social Media and Society*, 6(4). <https://doi.org/10.1177/2056305120984476>
- *Yom-Tov, E., Brunstein-Klomek, A., Mandel, O., Hadas, A. y Fennig, S. (2018). Inducing behavioral change in seekers of pro-anorexia content using internet advertisements: Randomized controlled trial. *JMIR Mental Health*, 5. <https://doi.org/10.2196/mental.8212>