



**Grado en Psicología**

**Trabajo de Fin de Grado**

Curso 2023/2024

Convocatoria Junio



**Modalidad:** Revisión sistemática

**Título:** Deportes estéticos y TCA: una revisión sistemática

**Autora:** Marina García Blanco

**Tutora:** Eva María León Zarceño

**COIR:** 240409113100

Elche a 31 de mayo de 2024

## Índice

<b>Resumen.....</b>	<b>3</b>
<b>1. Introducción.....</b>	<b>4</b>
<b>2. Método.....</b>	<b>6</b>
<b>2.1 Bases de datos, palabras clave y criterios de elegibilidad.....</b>	<b>6</b>
Tabla 1.....	7
<b>2.2 Procedimiento y síntesis de resultados.....</b>	<b>8</b>
Figura 1.....	9
<b>3.1 Características de los artículos seleccionados.....</b>	<b>10</b>
Tabla 2.....	11
<b>3.2 Resultados de los estudios seleccionados.....</b>	<b>18</b>
<b>4. Discusión.....</b>	<b>20</b>
<b>5. Conclusión.....</b>	<b>23</b>
<b>6. Referencias bibliográficas.....</b>	<b>25</b>



## **Resumen**

Los deportistas de los deportes de estética son sometidos a una gran presión, estés y comparaciones constantes con sus compañeros ya que son valorados por jueces que además de valorar sus ejercicios puntúan su apariencia y aspecto físico, lo que lleva a muchos de estos deportistas a darle una mayor importancia a su peso y desarrollar un Trastorno de la Conducta Alimentaria cada vez con más frecuencia. Por ello, en el presente trabajo se hace una revisión sistemática donde se analiza la prevalencia y los factores que determinan el riesgo de que los deportistas de los deportes de estética desarrollen un Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA). Se han utilizado como bases de datos PsycINFO, PubMed, Science Direct y SPORTDiscus siguiendo la Declaración Prisma de 2020. Finalmente se han seleccionado 14 artículos aptos para la inclusión en este trabajo, cuyos resultados muestran una prevalencia del TCA mayor en las mujeres que practican deportes estéticos, especialmente en la etapa de la adolescencia, y por otro lado, que la imagen corporal, el perfeccionismo, la autoestima y las presiones por conseguir el cuerpo "ideal" convierten a estos en factores de riesgo de desarrollo de esta patología.

*Palabras clave: trastornos de la conducta alimentaria, deportes estéticos, gimnasia rítmica, adolescencia, imagen corporal, perfeccionismo, presión social.*

## **Abstract**

Athletes in beauty sports are subjected to great pressure, constant comparisons with their peers since they are valued by judges who, in addition to valuing their exercises, score their appearance and physical appearance, which leads many of these athletes to give greater importance to their weight and develop an Eating Disorder more and more frequently. For this reason, in the present work, a systematic review is made where the prevalence and the factors that determine the risk of athletes in aesthetic sports developing an Eating Disorder (ED) are analyzed. PsycINFO, PubMed, Science Direct and SPORTDiscus have been used as databases following the 2020 Prisma Declaration. Finally, 14 articles suitable for inclusion in this study have been selected, the results of which show a higher prevalence of eating disorders in women who practice aesthetic sports, especially in adolescence, and on the other hand, that body image, perfectionism, self-esteem and pressures to achieve the "ideal" body make these risk factors for the development of this pathology.

Key words: eating disorders, aesthetic sports, rhythmic gymnastics, adolescence, body image, perfectionism, social pressure.

## 1. Introducción

La práctica deportiva de forma regular tiene una serie de beneficios para la salud física y mental, además de la disminución de factores de riesgo para la salud relacionados con el sedentarismo como la obesidad, el colesterol o los estados de ánimo depresivos (Sáez y Ayensa, 2021). Si se empieza a realizar en edades tempranas es una herramienta facilitadora de hábitos saludables y una mayor facilidad del mantenimiento de estos con el paso de los años. No obstante, si éste no se practica con moderación y pasa a convertirse en una obsesión o se realiza con la búsqueda de objetivos que no son el fomento de la salud, el disfrute del mismo o la competición saludable, el deporte puede convertirse en un factor que suponga un riesgo para el desarrollo de hábitos poco saludables o patológicos. Destacan los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA), los cuáles han aumentado de manera considerable en los últimos años entre los deportistas (Dosil y Díaz, 2012), y no deportistas, afectando principalmente a adolescentes y mujeres jóvenes por múltiples causas haciendo a ésta una enfermedad psiquiátrica compleja (Hinarejos et al., 2023), por lo que es importante conocer sus causas.

Los factores que afectan a los deportistas a padecer estos trastornos alimentarios son múltiples pero destacan la presión tanto social, como la del entrenador, la de los compañeros de equipo y la propia del deporte y la práctica deportiva, y por otro lado, las características psicológicas del deportista (Dosil y Díaz, 2012), además de los acontecimientos traumáticos sufridos por el deportista, el estrés y el uso de sustancias para mejorar la imagen corporal o rendimiento deportivo (Vela y Bonfanti, 2019), la autovaloración negativa a la hora de cumplir sus metas o el hecho de ser deportista de forma profesional, suponiendo que el riesgo de padecer un TCA sea 5 veces mayor que en la población general. Por otro lado, el estilo de liderazgo del entrenador también se ha visto que puede influir en este aspecto, siendo el estilo autocrático el que más aumenta este riesgo, ya se establece un modelo unidireccional entrenador-deportista en el que los deportistas no se sienten libres de expresar sus preocupaciones, en contraposición con el estilo democrático que actúa como factor protector (Hinarejos et al., 2023). Por último, los factores de personalidad propios del deportista también se ha visto que influyen en el desarrollo o no de un TCA, sumado a las creencias, actitudes y comportamientos relacionados con la alimentación (Sáez y Ayensa, 2021).

Según Vela y Bonfanti (2019) los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) son un conjunto de alteraciones en el comportamiento y estrategias alimentarias disfuncionales

que implican una alteración del consumo de alimentos y se caracterizan por una preocupación excesiva por el peso e imagen corporal que pueden convertirse en el foco principal de la vida de las personas que lo padecen. Para los deportistas, esto supone además del sufrimiento emocional, un desequilibrio a nivel físico y renuncia social que deteriora significativamente su rendimiento deportivo. Según los resultados del estudio realizado por Sáez y Ayensa (2021), predomina una población mayoritariamente femenina aunque cada vez más aumenta la prevalencia de TCA en deportistas masculinos. Esto puede deberse a que las chicas parecen más vulnerables a los comentarios provenientes de los entrenadores o personas significativas para ellas (Díaz et al., 2012).

Uno de los síntomas más comunes que afecta hasta a un 80% de los pacientes con TCA es la práctica excesiva de actividad física, sin embargo esta característica no puede tenerse en cuenta en los deportistas de alto rendimiento y de hecho, muchos atletas adquieren un comportamiento alimentario típico de las personas con TCA con hábitos como sería restringir la ingesta de alimentos durante largos períodos de tiempo o tener un control diario del peso. A pesar de ello, en los deportistas de alto rendimiento los casos de TCA también han aumentado significativamente los últimos años con una incidencia de entre un 4.2 y el 39.2% y una prevalencia de 13.5% frente al 3.4% de los no deportistas, añadiendo también que entre estos deportistas de alto rendimiento de entre 14 y 25 años el 13% podrían tener este trastorno alimentario, y que la prevalencia entre las mujeres y hombres deportistas de sufrirlo es significativa siendo ésta de un 34.5% frente a un 16.7% en los hombres. En el tipo de deportes con mayor riesgo de sufrir esto, el uso de estrategias rápidas de pérdida de peso como el vómito, el uso de laxantes y diuréticos, la restricción calórica severa o la deshidratación se practica entre entre el 75 y el 90% de los atletas a nivel nacional e internacional (Sáez y Ayensa, 2021).

A deportes denominados “de riesgo” llamaríamos a aquellos que por normativa se separan a los deportistas por categorías de peso corporal o aquellos en los que es preferible un bajo peso o una apariencia corporal delgada por razones estéticas, incluyéndose los deportes en donde el rendimiento se evalúa subjetivamente con jueces o árbitros (Sáez y Ayensa, 2021). Por ello, los deportes de estética entrarían dentro de este grupo, ya que una de sus características principales es que son valorados y puntuados por los jueces, englobando deportes como la danza, la gimnasia, el patinaje artístico y la natación sincronizada. La gimnasia destacaría entre estos con un mayor riesgo para padecer un TCA debido a que la flexibilidad, potencia física y coordinación requeridas conlleva que las gimnastas deban mantener un cuerpo delgado y “fino” con un aspecto mayoritariamente prepuberal. El aspecto físico, la figura de los participantes, el atuendo o el

maquillaje son algunos de los aspectos valorados dentro de la puntuación final de los ejercicios, lo que hace que estos deportistas le den una mayor importancia a aspectos como la apariencia física y al peso en comparación con los deportistas de otras categorías (Dosil y Díaz, 2012). Causa de estos constantes esfuerzos para perder peso se encontraría la relación, no demostrada, entre la creencia de que a mayor delgadez, mejor rendimiento y resultados deportivos. En cambio, esto es irreal, ya que con el tiempo las consecuencias tanto para la salud como para el rendimiento serán negativas (Hernández-Mulero y Berengüí, 2016).

La imagen corporal es una construcción social formada por un conjunto de referentes biológicos, psicológicos, económicos y socioculturales diversos que dan lugar a patrones estético corporales específicos para cada cultura. A esto se le suma la influencia de los medios de comunicación que establecen un modelo de belleza que es compartido socialmente, suponiendo una presión mayoritariamente para jóvenes y adolescentes por la asociación del atractivo al triunfo en todas las áreas. Esto ha llevado a que cada vez más aumenten los casos de instatistación corporal y la preocupación por el peso, siendo estos dos los elementos básicos para desarrollar una baja autoestima acompañada de una distorsión de la propia imagen corporal a edades tempranas, lo que puede ser un claro predictor para el desarrollo de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (González y Viveros, 2009) y asociarse con sentimiento de inseguridad, insuficiencia, ineficacia, ausencia de valía personal, entre otros (Hernández-Mulero y Berengüí, 2016).

Este trabajo tuvo como objetivo realizar una revisión sistemática de la prevalencia y los factores que aumentan el riesgo de padecer un TCA en los deportistas de los deportes estéticos teniendo en cuenta el rango temporal de publicaciones más recientes.

## **2. Método**

### **2.1 Bases de datos, palabras clave y criterios de elegibilidad**

La revisión sistemática se llevó a cabo mediante el protocolo PRISMA (Page et al., 2021). Las bases de datos que se utilizaron para la revisión de artículos fueron Science Direct, PubMed, PsycINFO y SPORTDiscus. En cuanto a los criterios de elegibilidad seleccionados para esta revisión (ver en Tabla 1), se consideró que los artículos debían hacer mención a los Trastornos de la Conducta Alimentaria, los deportes estéticos y la gimnasia rítmica. Como descriptores se utilizaron “aesthetic sports” OR “rhythmic

gymnastics” AND “eating disorder”. También se emplearon filtros de búsqueda para que dichos criterios aparecieran a texto completo (TX), y la población se delimitara al grupo de población adolescente (13-17 años), se incluyeron únicamente los “Research Articles”, “Clinical Trial”, “Randomized Controlled Trial” y “Journal Article” como tipos de documento dependiendo de las opciones proporcionadas por cada base de datos; la fecha de publicación se redujo a un rango establecido de 10 años, desde 2014 hasta 2024 incluido, con el fin de hacer una revisión de las publicaciones más actuales en este campo; y por último, el idioma se limitó a publicaciones en inglés, ya que en español no se encontraron resultados. Por tanto, los criterios de exclusión fueron que todo esto no se cumpliera. La búsqueda se realizó el 22 de abril de 2024.

**Tabla 1**

*Estrategias de búsqueda*

Base de datos	Estrategia de búsqueda	Filtros utilizados	Número de resultados
<b>Science Direct</b>	(“aesthetic sports” OR “rhythmic gymnastics” AND “eating disorders”) a TX Texto completo	Tipo de artículo “Research Articles”; Años “2014-2024”	7
<b>PubMed</b>	(“aesthetic sports” OR “rhythmic gymnastics” AND “eating disorders”) a TX Texto completo	Tipo de artículo: “Clinical Trial” + “Randomized Controlled Trial” Años “2014-2024” Edad: Adolescencia (13-18 años)	11
<b>PsycInfo</b>	(“aesthetic sports” OR “rhythmic gymnastics” AND “eating disorders”) a TX Texto completo	Buscar todos mis términos de búsqueda Fecha de publicación: “2014-2024”	56

---

Grupo de edad:  
Adolescencia (13-17 años)

Idioma: inglés

Tipo de documento:  
"Journal Article"

---

**SPORTDiscus** ("aesthetic sports" OR "rhythmic gymnastics" AND "eating disorders") a TX

Texto completo

Buscar todos mis 84 términos de búsqueda  
Fecha de publicación:  
"2014-2024"

Idioma: inglés

Tipo de documento:  
"Journal Article"

---

## 2.2 Procedimiento y síntesis de resultados

La revisión sistemática se llevó a cabo siguiendo las etapas del diagrama de flujo señalado en la Figura 1. En primer lugar, se aplicaron los descriptores "aesthetic sports" OR "rhythmic gymnastics" AND "eating disorder" a texto completo en las bases de datos Science Direct, PubMed, PsycINFO y SPORTDiscus con un resultado de 39, 1209, 129 y 2007 respectivamente, 3384 publicaciones en total. Posteriormente en la fase de cribado, primeramente se hizo una segunda búsqueda aplicando los criterios de exclusión descritos en la Tabla 1 en cada una de las bases de datos, eliminando 3228 publicaciones al no cumplir con ellos y quedando 7, 11, 56 y 84 respectivamente, con un total de 158 artículos. Seguidamente, se descartaron aquellos duplicados (n= 6), quedando 152, y se hizo una lectura de los títulos y resúmenes de dichos artículos, aplicando los criterios de exclusión y

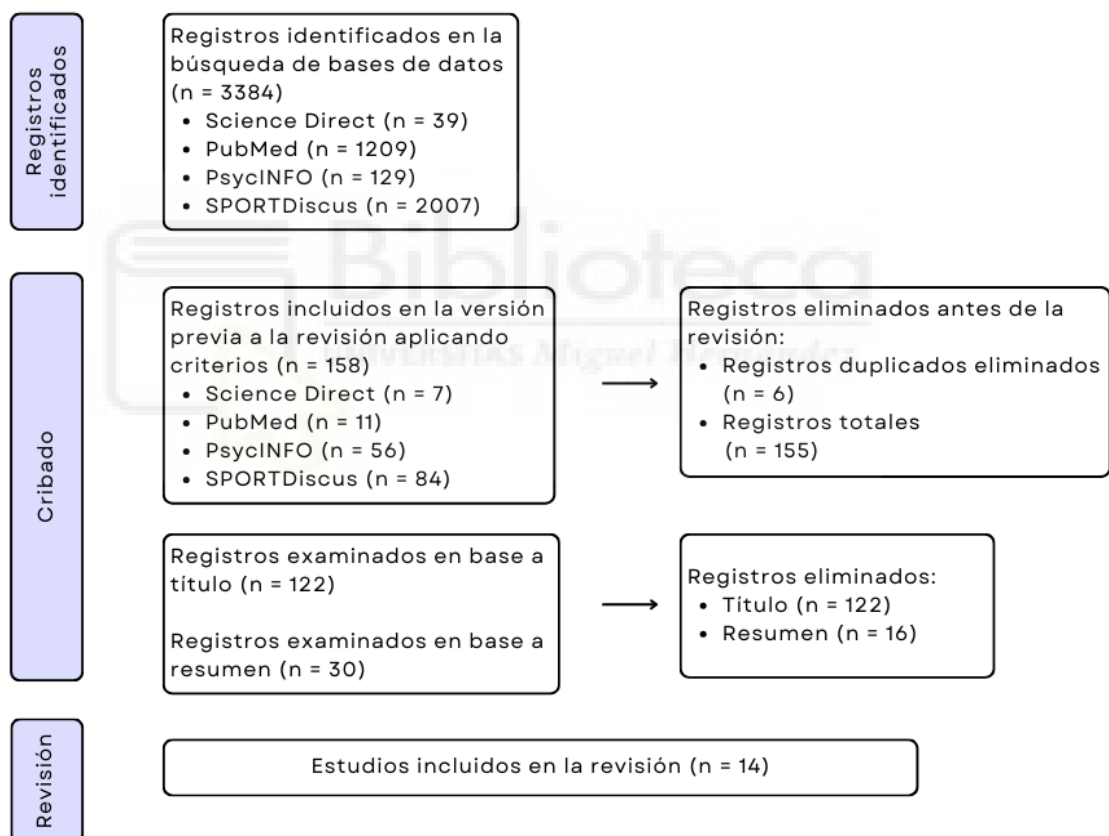


eliminando un total de 138 y quedando un total de 14 artículos seleccionados para la lectura completa y posterior revisión.

Los datos de estudio recogidos fueron la fecha de publicación, la revista, la muestra y edades comprendidas, el deporte analizado, los instrumentos, el objetivo y los resultados.

**Figura 1**

*Diagrama de flujo*



### **3. Resultados**

En un inicio, se obtuvieron 3384 publicaciones aplicando los términos de búsqueda empleados para las 4 bases de datos. Posteriormente, se descartaron 6 artículos duplicados y se volvió a realizar la búsqueda, esta vez aplicando los filtros de búsqueda avanzada a texto completo. En esta búsqueda las publicaciones se redujeron a un total de 152, de los cuáles tras hacer un cribado por título y resumen, se seleccionaron un total de 14 artículos.

#### **3.1 Características de los artículos seleccionados**

Las 16 publicaciones seleccionadas fueron redactadas en inglés aunque no todos eran de habla inglesa. Por otro lado, tenían como objetivo común investigar la relación de los deportistas estéticos con los trastornos alimentarios.

La información recogida de los 16 artículos aparece en la Tabla 2, donde queda reflejado: la autoría, la fecha de publicación, la revista, la muestra y edades comprendidas, el deporte analizado, los instrumentos, el objetivo y los resultados. Además, dichos artículos para la revisión han sido marcados con un asterisco en el apartado de referencias bibliográficas.

**Tabla 2**

*Características de los estudios seleccionados*

Base de datos	Título	Autores	Año	Revista	Muestra y edad	Deporte	Instrumentos	Objetivo	Conclusión
ScienceDirect	Are they too perfect to eat healthy? Association between eating disorder symptoms and perfectionism in adolescent rhythmic gymnasts.	Donti et al.	2021	Eating Behaviors	n = 89 13-15 años	Gimnasia rítmica	Pruebas de Actitudes Alimentarias 26 (EAT-26); Cuestionario de Perfeccionismo Deportivo (SPQ); Escala de Deseabilidad Social (SDS).	Examinar los síntomas de los trastornos alimentarios y el perfeccionismo en una muestra de gimnastas rítmicas adolescentes.	A nivel internacional, muestran más patología alimentaria que a nivel recreativo (41,46% de las gimnastas internacionales, frente el 14,58% de las gimnastas recreativas). Además, obtuvieron puntuaciones superiores en Dietas, Control Oral y Cuestionario de Perfeccionismo Deportivo y en las subescalas Lucha por el Perfeccionismo y Estándares personales, y una asociación negativa entre la experiencia de entrenamiento y la puntuación EAT-26.
ScienceDirect	Prevalence and correlates of disordered eating in female figure skaters	Voelker et al.	2014	Psychology of Sport and Exercise	n = 272 12-25 años	Patinaje artístico	EAT-26; Escala de presiones de peso en el deporte para mujeres (WPSeF); Escala de calificación de dibujos de contorno (CDRS); Escala de Perfeccionismo Positivo y Negativo (PANPS); Escala de Autoestima de	Examinar la prevalencia de los trastornos alimentarios, comparar los niveles de trastornos alimentarios entre patinadores y sus compañeros de la misma edad, compararlos entre patinadores de élite y	El 13% de los participantes obtuvo una puntuación dentro del rango de actitudes y comportamientos alimentarios problemáticos, pero no más sintomáticos que sus compañeros de la misma edad. Los niveles de trastornos alimentarios no difirieron significativamente entre los que competían en el nivel de

							Rosenberg (RSE); Escala de Medición de Identidad Atlética (AIMS).	de sub-élite, y examinar correlatos generales y relacionados con el deporte de los trastornos alimentarios (insatisfacción corporal, perfeccionismo positivo y negativo, autoestima e identidad atlética).	élite y el de subélite. Los trastornos alimentarios se predijeron significativamente por la autoconciencia del peso y la apariencia, la insatisfacción corporal general y relacionada con el deporte y el perfeccionismo positivo.
ScienceDirect	How can we help you? A global investigation into girls' body image experiences in sport and intervention preferences	Matheson et al.	2023	Body Image	n = 91 11-17 años	Danza, boxeo, netball, rugby, gimnasia rítmica, fútbol, surf y taekwondo	Las actividades y preguntas del grupo focal y de la encuesta de método mixto se basaron en preguntas y temas de investigación derivados de la literatura existente sobre imagen corporal y deporte.	Consultar a las niñas sobre sus experiencias positivas y negativas de imagen corporal en el deporte y sus preferencias para fomentar y remediar estas experiencias.	Cuando los entornos promueven la aceptación del cuerpo en lugar de una presión para modificar la propia apariencia, es menos probable la preocupación social y vigilancia del cuerpo femenino.
PubMed	Evaluation of a Theory-Based Intervention Aimed at Reducing Intention to Use Restrictive Dietary Behaviors Among Adolescent Female Athletes	Laramée et al.	2017	Journal of Nutrition Education and Behavior	n = 70 12-17 años	Deportes estéticos (natación y danza sincronizadas, gimnastas y porristas)	Dos equipos, el grupo de intervención y el de comparación. Ambos recibieron educación nutricional durante 3 sesiones semanales de 60 minutos. El grupo de intervención estuvo además expuesto a una intervención basada en teoría dirigida al determinante específico de la intención de utilizar	Evaluar la efectividad de una intervención basada en la teoría para reducir la intención de utilizar conductas dietéticas restrictivas para perder peso entre atletas adolescentes involucradas en deportes estéticos.	Se mantiene una baja intención de utilizar conductas dietéticas restrictivas para perder peso a lo largo del tiempo en el grupo de intervención en comparación con el grupo de comparación. El conocimiento nutricional aumentó igualmente en ambos grupos. La insatisfacción corporal probablemente contribuya a mantener la actitud favorable hacia la dieta o el uso del peso.

							conductas dietéticas restrictivas para perder peso.		
PsycInfo	Autonomy, eating disorders and elite gymnastics: Ethical and conceptual issues	Bloodworth et al.	2015	Sport, Education and Society	n = 34 12-21 años	Gimnastas (acrobacia, volteretas y gimnasia rítmica)	Entrevistas semiestructuradas con preguntas sobre la carrera de la gimnasta de élite, las presiones asociadas con ser una gimnasta de élite, el enfoque de la gimnasta respecto del aumento y la pérdida de peso, prácticas de pesaje, actitudes hacia la alimentación y percepciones de la gimnasta respecto a la forma e imagen corporal.	Ver cómo los entrenadores entienden y tratan de gestionar las presiones sobre las gimnastas de élite en lo que respecta a su peso y forma y cómo estos factores afectaron la autopercepción de las gimnastas. Mejorar nuestra comprensión de las actitudes alimentarias, junto con las actitudes hacia el peso y la figura en el contexto de la gimnasia de élite.	Actitud altamente disciplinada, a veces obsesiva, hacia el peso y la forma por la presión percibida. La preocupación por mantener un control rígido sobre el peso y la forma y las consecuencias endocrinológicas como las anomalías de los ciclos menstruales puede ser endémica, normalizada, percibida como altamente funcional y esencial o deseable para el éxito. Poca idea de los entrenadores de en qué momento esta preocupación ocupacional por el peso y la figura se convierte psicológicamente en un "trastorno mental".
PsycInfo	A comprehensive model of disordered eating among aesthetic athletic girls: Exploring the role of body image-related cognitive fusion and perfectionistic self-presentation	Paixão et al.	2020	Current Psychology	n = 142 12-18 años	Deportes estéticos (gimnasia, patinaje y danza)	Puntuaciones z del índice de masa corporal (zIMC); Imagen corporal del cuestionario de fusión cognitiva (CFQ-BI); Escala de autopresentación perfeccionista-imagen corporal (PSPS-BI); Examen de trastornos alimentarios (EDE-Q);	Explorar el papel de la fusión cognitiva relacionada con la imagen corporal en los trastornos alimentarios, y el papel mediador de la autopresentación perfeccionista relacionada con la imagen corporal en chicas atléticas y estéticas.	Los pensamientos relacionados con la imagen corporal pueden estar asociados con la necesidad de presentar una imagen corporal perfecta a los demás, que puede conducir a actitudes y comportamientos alimentarios desordenados, como medio para controlar el peso y forma del cuerpo. Mayor prevalencia de trastornos alimentarios en los

									deportistas que en los no deportistas, especialmente en deportistas de los deportes estéticos.
PsycInfo	The Internalisation of Sociocultural and Thin-Ideal Standards in Sports Scale: Development and preliminary validation in female aesthetic sports athletes	Scoffier-Mériaux et al.	2018	International Journal of Sport and Exercise Psychology	n = 357 12-20 años	Deportes estéticos (Patinadoras artísticas y bailarinas)	Cuestionario de Internalización Sociocultural de la Apariencia – Adolescentes (SIAQ-A)	Desarrollar y validar la Escala de Internalización de Estándares Socioculturales e Ideales Delgados en el Deporte (ISTISS).	Las consistencias internas fueron satisfactorias y las relaciones con la autorregulación de la actitud alimentaria en el deporte fueron las esperadas. En los deportes estéticos femeninos, la delgadez es un estándar de estética y rendimiento. Asociaciones significativas entre la internalización de la apariencia y los trastornos alimentarios y las normas sociales y la autorregulación de la alimentación.
PsycInfo	Body image and weight management among Hispanic American adolescents: Differences by sport type	Reina et al.	2019	Journal of Adolescence	n = 728 9-19 años	Deportes estéticos (porristas), no estéticos (fútbol) y no deportistas	Mide altura (cm) con un estadiómetro portátil y peso (kg) con una báscula digital; Sistema de Vigilancia de Conductas de Riesgo Juvenil (CDC); los estímulos visuales de Stunkard; insatisfacción con imagen corporal = valor actual menos el valor de la silueta ideal; La distorsión de la imagen corporal = IMC asociado con la silueta "actual" menos el IMC medido.	Si la distorsión de la imagen corporal y la insatisfacción están asociadas con conductas de control de peso por sexo y tipo de deporte en adolescentes hispanos.	Los deportistas no estéticos (51,2% hombres) estaban más insatisfechos con su imagen corporal y tenían más probabilidades de utilizar el ejercicio para perder peso que los que no hacían deporte. Una mayor insatisfacción con la imagen corporal aumentó la probabilidad de conductas de control de peso. A mayor año escolar, los participantes se percibían a sí mismos como más pequeños que su IMC real y querían ser más pequeños a pesar de que su percentil de IMC medio estaba en un rango normal. Las mujeres en <u>secundaria</u>

									tenían mayor insatisfacción con la imagen corporal que los hombres.
PsycInfo	Eating disorders and their putative risk factors among female German professional athletes.	Thiemann et al.	2015	European Eating Disorders Review	n = 108 12-34 años	Deportes estéticos (saltadores de equipo, gimnastas rítmicas, patinadores artísticos, gimnastas artísticas y nadadores sincronizados), de pelota (hockey sobre hierba) y no deportistas.	Entrevista clínica estructurada para los trastornos del eje I del DSM-IV (SCID); Cuestionario de salud del paciente (PHQ); Cuestionario de examen de trastornos alimentarios (EDE-Q); Inventario de trastornos alimentarios 2 (EDI-2); Escala de Actitudes Socioculturales Hacia la Apariencia (SATAQ-3); ATLETA;	Examina supuestos factores de riesgo no específicos del deporte y específicos del deporte para los trastornos alimentarios entre grupos de atletas profesionales versus no atletas. Estos son: la presión social para ser delgado, su internalización, la insatisfacción corporal, la presión deportiva y la especialización temprana.	Los atletas de deportes estéticos mostraron la tasa más alta de trastornos alimenticios (17%), seguidos de los deportes de juego de pelota (3%) y los no atletas (2%), y mayor riesgo asociado, lo que indica la importancia de la presión deportiva y la insatisfacción corporal para explicar la vulnerabilidad de los atletas.
PsycInfo	Body dissatisfaction in women's artistic gymnastics: A longitudinal study of psychosocial indicators	Neves et al.	2017	Journal of Sports Sciences	n = 20 10-16 años	Gimnasia artística	Body Shape Questionnaire (BSQ); Prueba de actitud ante la comida-26; Cuestionario-3 de Actitudes Socioculturales hacia la Apariencia (SATAQ-3); Escala de Perfeccionismo Multidimensional (MPS); Escala de humor de Brunel (BRUMS) y pliegues cutáneos de tríceps y subescapulares	Determinar cómo cambian la insatisfacción corporal de las gimnastas, los factores de riesgo de trastornos alimentarios, la internalización de los medios, el perfeccionismo y el estado de ánimo durante las temporadas previas, competitivas y posteriores a la competencia e identificar cómo	La insatisfacción corporal fue mayor durante la temporada de competición y los valores de trastornos alimentarios, perfeccionismo y vigor fueron mayores en la temporada previa a la competición. Los trastornos alimentarios son el predictor más fuerte de la insatisfacción corporal durante todas las estaciones, y el estado de ánimo contribuyó en parte a la insatisfacción corporal en la temporada competitiva. Perder peso para mejorar el rendimiento es una opción comúnmente aceptada.

								estos indicadores psicosociales impactan en el cuerpo.	
PsycInfo	Factors associated with disordered eating and eating disorder symptoms in adolescent elite athletes	Walter et al.	2022	Psychiatry: Journal of Sports and Exercise	n = 439 13-18 años	Deportes de resistencia, estética, deportes de categoría de peso, deportes técnicos y de equipo	Cuestionario de examen de trastornos alimentarios para niños forma corta (ChEDE-Q8); ATHLETE; Cuestionario de presión social relacionado con la apariencia (FASD); Volitional Components Questionnaire (VCQ)	Investiga la prevalencia de los trastornos alimentarios, sus síntomas y su asociación con factores de riesgo relacionados con la personalidad y el deporte	Tener un rango de edad de 15 a 18 años, ser mujer y ser un atleta en un deporte de alto riesgo (estética, categoría de peso o deportes de resistencia) se identificaron como factores de riesgo, así como la asociación mental de los atletas con pérdida de peso y éxito, y la presión social percibida por los atletas sobre la alimentación y la forma del cuerpo.
PsycInfo	Eating disorder symptoms in elite Spanish athletes: Prevalence and sport-specific weight pressures.	Teixidor-Batlle et al.	2021	Frontiers in Psychology	n = 646 12-52 años	Deportes de élite	Cuestionario sobre: edad, peso y altura, deporte y nivel de competición. Para el IMC el peso y la altura. Eating Attitudes Test (EAT-26); Weight Pressures in Sport para hombres (WPS-M) y mujeres (WPS-F).	Determinar la prevalencia de síntomas de TCA entre deportistas masculinos y femeninos de élite españoles de una amplia gama de deportes y niveles de competición e investigar asociaciones entre la presencia de síntomas y la presión de peso percibida en el deporte según género, tipo del deporte y el nivel de competición.	El 5,1% de los deportistas españoles, masculinos y femeninos, de diferentes deportes y niveles de competición tenían riesgo de sufrir TCA. La prevalencia es mayor en mujeres (7,6%) que en hombres (2,5%), 3 veces más probabilidades de tener síntomas de DE. Los atletas masculinos tenían una mayor prevalencia en los deportes de resistencia y de pelota, y en general, destacaron los deportes estéticos, deportes de categoría de peso y deportes de resistencia asociados con un mayor riesgo de TCA. Los atletas de deportes orientados a la delgadez pueden correr un mayor



									riesgo debido a la creencia de que un físico delgado es clave para un rendimiento óptimo.
PsycInfo	Dancing in a culture of disordered eating: A feminist poststructural analysis of body and body image among young girls in the world of dance.	Doria y Numer	2022	PLOS ONE	n= 12 14-18 años	Danza	Entrevistas individuales semiestructuradas, dirigidas por una guía de entrevista abierta; preguntas de sondeo.	Exploración en profundidad de las experiencias de las jóvenes en la danza competitiva.	Todos los participantes experimentaron repercusiones físicas, mentales y/o emocionales negativas a lo largo de su experiencia de baile competitivo. También se determinó que el entorno, los padres, los entrenadores y los compañeros moldeaban en gran medida la relación del bailarín con su cuerpo y la imagen corporal.
PsycInfo	Within- and between-person predictors of disordered eating attitudes among male and female dancers: Findings from the UK Centres for Advanced Training	Nordin-Bates et al.	2016	Psychology of Sport and Exercise	n = 597 10-18 años	Baile	Datos demográficos y de formación: anotaron su sexo, edad, experiencia en danza (meses en CAT y años en danza) y hábitos de entrenamiento; Prueba de Actitudes Alimentarias (EAT-26); Inventario de Perfeccionismo (PI); Escala de autoestima de Rosenberg (RSES); Cuestionario de Clima Motivacional Percibido en el Deporte – 2 (PMCSQ-).	Examinar los posibles predictores de actitudes alimentarias desordenadas (DEA) para bailarines y bailarinas y si los predictores ambientales contribuían significativamente a la predicción realizada por las variables predictoras intrapersonales (demografía/formación, autoestima, perfeccionismo).	Sólo las preocupaciones perfeccionistas son un predictor común de DEA para los bailarines de ambos sexos. La autoestima, también fue un predictor intrapersonal adicional en mujeres. La percepción corporal y presiones relacionadas con la apariencia en un entorno pueden ser un factor de riesgo (la influencia de los padres era menos significativa que la de su entorno, sus compañeros o sus entrenadores, pero sí influyeron en la relación que los bailarines tenían con sus cuerpos).

### 3.2 Resultados de los estudios seleccionados

Para analizar los resultados de los 14 artículos seleccionados, van a ser descritos siguiendo la línea de los objetivos planteados en el presente trabajo. Primeramente, se analizará la prevalencia de padecer un trastorno de la conducta alimentaria entre los deportistas de los deportes estéticos, y posteriormente, se analizarán los factores que aumentan el riesgo de sufrir un trastorno alimentario en los deportistas estéticos.

Respecto a la prevalencia de desarrollar una patología alimentaria entre los que son deportistas y los que no lo son, dos artículos destacan el hecho de la existencia de una mayor prevalencia en los deportistas frente a los no deportistas y especialmente en los deportistas de los deportes estéticos (Paixão et al., 2020; Reina et al., 2019). En cuanto a la categoría deportiva, cuatro estudios afirman que los deportes estéticos son la categoría de mayor riesgo, seguida de los deportes de categoría de peso y deportes de resistencia (Paixão et al., 2020; Thiemann et al., 2015; Walter et al., 2022; Teixidor-Batlle et al., 2021). Por otro lado, cinco artículos trataban muestra masculina y femenina (Bloodworth et al., 2015; Reina et al., 2019; Walter et al., 2022; Teixidor-Batlle et al., 2021; Nordin-Bates et al., 2016) donde dos de ellos destacan una mayor prevalencia en cuanto a género mayor en mujeres que en hombres (Walter et al., 2022; Teixidor-Batlle et al., 2021) frente a nueve artículos que analizan muestra únicamente femenina (Donti et al., 2021; Voelker et al., 2014; Matheson et al., 2023; Laramée et al., 2017; Paixão et al., 2020; Scoffier-Mériaux et al., 2018; Thiemann et al., 2015; Neves et al., 2017; Doria & Numer, 2022). Con respecto al nivel de competición, un artículo dice que a nivel internacional, muestran más patología alimentaria que a nivel recreativo (Donti et al., 2021), sin embargo, otro artículo lo contradice diciendo que los niveles de trastornos alimentarios no difirieron significativamente entre los que competían en el nivel de élite y el de sub élite (Voelker et al., 2014), por lo que no queda claro.

En cuanto al deporte estético más estudiado, destaca la gimnasia rítmica y artística, siendo siete artículos los que la analizan (Donti et al., 2021; Matheson et al., 2023; Laramée et al., 2017; Bloodworth et al., 2015; Paixão et al., 2020; Thiemann et al., 2015; Neves et al., 2017), seguida de la danza o baile con seis artículos (Matheson et al., 2023; Laramée et al., 2017; (Paixão et al., 2020; Scoffier-Mériaux et al., 2018; Doria & Numer, 2022; Nordin-Bates et al., 2016), y el patinaje artístico con cuatro artículos (Voelker et al., 2014; Paixão et al., 2020; Scoffier-Mériaux et al., 2018; Thiemann et al., 2015). A pesar de esto, ninguno evidencia mayor prevalencia en un deporte que en otro dentro de los deportes estéticos.

Con respecto a la edad más crítica a la hora de desarrollar conductas alimentarias inadecuadas, dos artículos destacan el rango de edad de los 15 a 18 años o secundaria (Walter et al., 2022; Reina et al., 2019). Cabe mencionar que la selección de artículos se centró en aquellos que se centraran o incluyesen a deportistas dentro del rango de edad de la etapa de la adolescencia (13-18 años), ya que de por sí se considera un factor de riesgo de TCA.

Por otro lado, respecto a los factores que aumentan el riesgo de padecer un TCA, han destacado tres. Empezando por el más destacado con ocho artículos, la insatisfacción corporal o la imagen corporal negativa es el predictor más común y detectado a la hora de desarrollar conductas inadecuadas con la comida como son la restricción alimentaria o el control del peso (Voelker et al., 2014; Laramée et al., 2017; Paixão et al., 2020; Reina et al., 2019; Thiemann et al., 2015; Neves et al., 2017; Doria & Numer, 2022). El segundo factor presente en seis artículos es la presión tanto social, como por parte de los padres, del entorno, los entrenadores, los compañeros o del deporte en sí sobre la alimentación y la forma del cuerpo, siendo un factor que influye mucho a los deportistas estéticos a la hora de desarrollar estos trastornos de la conducta alimentaria (Matheson et al., 2023; Bloodworth et al., 2015; Scoffier-Mériaux et al., 2018; Thiemann et al., 2015; Walter et al., 2022; Doria & Numer, 2022). Como tercer factor presente en cinco artículos, estaría el perfeccionismo o los pensamientos perfeccionistas, los cuáles hacen que las deportistas quieran siempre tener el cuerpo perfecto o el considerado el ideal (Donti et al., 2021; Voelker et al., 2014; Paixão et al., 2020; Neves et al., 2017; Nordin-Bates et al., 2016). Por último, sumado a esto, un artículo también incluye la autoestima como predictor intrapersonal propio de las mujeres (Nordin-Bates et al., 2016).

Otra creencia que llama la atención al analizar los artículos seleccionados ya que es un tema bastante repetido, en 5 artículos, y es importante considerar es la normalización entre los deportistas estéticos de la asociación entre la pérdida de peso con el éxito o mayor rendimiento deportivo, es decir, que la delgadez favorece el rendimiento, lo cuál puede considerarse también un factor de riesgo importante para desarrollar trastornos alimentarios (Bloodworth et al., 2015; Scoffier-Mériaux et al., 2018; Neves et al., 2017; Walter et al., 2022; Teixidor-Batlle et al., 2021).

#### 4. Discusión

El objetivo del presente trabajo fue realizar una revisión sistemática de la prevalencia y los factores que aumentan el riesgo de padecer un TCA en los deportistas de los deportes estéticos teniendo en cuenta el rango temporal de publicaciones más recientes.

Tras analizar los resultados obtenidos, la presente revisión concuerda con la publicación de Dosil y Díaz (2012), donde se resalta la adolescencia como una etapa o rango de edad de mayor vulnerabilidad (Walter et al., 2022; Reina et al., 2019), ya que coincide con el inicio de los cambios en el cuerpo de los deportistas, sumado a una carencia de autoestima, falta de identidad y de herramientas para gestionar y afrontar dichos cambios. Además, suelen empezar a recibir comentarios sobre el peso y la figura por parte de las personas más significativas para estos, ya sean amigos, familiares, compañeros, entrenadores, etc, lo que puede llevarles a iniciar conductas de control de peso para adelgazar pudiendo llegar a desencadenar en un TCA. A pesar de esto, Vela y Bonfanti (2019) aclara que no es algo exclusivo de la adolescencia, ya que a día de hoy, todas las personas, independientemente de la edad, podrían presentar cierto riesgo de padecer un TCA y por lo tanto, el riesgo no estaría exclusivamente relacionado con la adolescencia. Este aspecto puede estar relacionado con el creciente aumento de la presión social por la delgadez que se observa dentro de la sociedad occidental, lo cual podría conducir a personas de diferentes edades a mostrar cierto grado de preocupación hacia su imagen corporal.

En cuanto a la prevalencia, los resultados obtenidos en la revisión confirma lo que decía Sáez y Ayensa (2021), viéndose una mayor prevalencia de TCA en la población deportista frente a la población general (Paixão et al., 2020; Reina et al., 2019) y en los deportistas de deportes “de riesgo” como los deportes de estética donde la prevalencia es tres veces mayor frente a otros de distintas modalidades deportivas (Paixão et al., 2020; Thiemann et al., 2015; Walter et al., 2022; Teixidor-Batlle et al., 2021). Con respecto al género, el análisis destaca una mayor prevalencia en mujeres que en hombres (Walter et al., 2022; Teixidor-Batlle et al., 2021), al igual que Vela y Bonfanti (2019), aunque hay que mencionar que la mayor parte de la selección de artículos se centran en atletas femeninas frente a la minoría que analizaba ambos sexos. En cuanto al nivel de competición, al igual que Donti et al. (2021) mostraba en los resultados del análisis, Hinarejos et al. (2023) confirma que a mayor nivel de competición, mayor presión y exigencia por la consecución de objetivos, además de una mayor cantidad de horas de entrenamiento.

Analizando los factores de riesgo entre las deportistas estéticas para desarrollar un TCA, se ha comprobado que la imagen corporal, la presión por la figura, el perfeccionismo y la autoestima son claros predictores a tener en cuenta (Donti et al., 2021; Voelker et al., 2014; Matheson et al., 2023; Laramée et al., 2017; Bloodworth et al., 2015; Paixão et al., 2020; Scoffier-Mériaux et al., 2018; Reina et al., 2019; Thiemann et al., 2015; Neves et al., 2017; Walter et al., 2022; Doria & Numer, 2022; Nordin-Bates et al., 2016).

En primer lugar, la insatisfacción corporal en los deportistas estéticos es una de las principales características junto a la excesiva preocupación por el peso de los trastornos de la conducta alimentaria y se compone de un conjunto de emociones, pensamientos y actitudes negativas hacia el tamaño y la forma del cuerpo. Vela y Bonfanti (2019) muestra una correlación positiva entre el IMC y la preocupación por la imagen corporal, por lo que cuanto mayor sea la diferencia entre el IMC real y el óptimo, mayor será la insatisfacción corporal de los deportistas y la preocupación por conseguir el cuerpo idealizado socialmente, al igual que dice el estudio de Reina et al. (2019). Esta preocupación de los deportistas estéticos por su imagen corporal, que incluso puede llegar a convertirse en una obsesión, suele darse mayoritariamente en mujeres pero Reina et al. (2019), al igual que González y Viveros (2009), recalcan que también se presenta en hombres. Por todo ello, tras observar los resultados del presente análisis sistemático, podemos confirmar lo dicho anteriormente, ya que son multitud la de artículos que se centran en este predictor al ser considerado uno de los más relevantes a la hora de detectar un trastorno de la conducta alimentaria (Voelker et al., 2014; Laramée et al., 2017; Paixão et al., 2020; Reina et al., 2019; Thiemann et al., 2015; Neves et al., 2017; Doria & Numer, 2022).

En segundo lugar, la presión por la figura perfecta que pueden ejercer en los deportistas estéticos el entorno, los padres, los entrenadores, los compañeros, del deporte en sí y la sociedad en la que vivimos en la que se persigue un cuerpo "ideal", lleva a los deportistas a entrar en comparaciones y adoptar inadecuadas conductas de control de peso. Gran parte de los artículos analizados (Matheson et al., 2023; Bloodworth et al., 2015; Scoffier-Mériaux et al., 2018; Thiemann et al., 2015; Walter et al., 2022; Doria & Numer, 2022), hacen evidente la importancia y alta presencia de este factor entre los atletas estéticos, al igual que Dosil y Díaz (2012), el cuál destaca el papel de los entrenadores, lo cuáles tienden a utilizar la báscula como método para medir los progresos deportivos de sus deportistas, y aún más en los deportistas estéticos donde se le da excesiva importancia a la figura y al aspecto físico.

En tercer lugar, el elevado perfeccionismo también es un rasgo que comparten las personas con TCA con los deportistas estéticos con prevalencia a desarrollar uno. Así se muestra en los resultados analizados (Donti et al., 2021; Voelker et al., 2014; Paixão et al., 2020; Neves et al., 2017; Nordin-Bates et al., 2016) al mostrar tanto pensamientos como comportamientos obsesivos relacionados tanto con la práctica deportiva y sus rutinas, como con la alimentación y el cuerpo.

En cuarto lugar, la autoestima se refiere a la forma en que las personas se perciben a sí mismas en términos generales, y en su autoevaluación cada persona puede verse con orgullo o vergüenza, considerar que posee valor o falta de él. Cuando esta valoración es negativa, consideramos que tenemos una baja autoestima y este es uno de los principales síntomas presentes en las personas diagnosticadas con trastornos de la alimentación, lo que les lleva a expresarse con inseguridad, falta de aprobación y de respeto hacia sí mismas. La preocupación acerca del peso y la insatisfacción por la imagen corporal constituyen los dos elementos básicos sobre los que se asienta esta baja autoestima como producto de inferencias y creencias, muchas de ellas sujetas a distorsiones. En lo relativo a la relación entre trastornos alimentarios y la autoestima los resultados indican una relación significativa negativa entre ambas variables, es decir, que al aumentar los puntajes en trastornos alimentarios, los puntajes en autoestima disminuyen (González y Viveros, 2009). Lo cuál concuerda con los resultados obtenidos en el presente trabajo (Nordin-Bates et al., 2016).

Por otro lado, como factores de protección, se ha demostrado que realizar intervenciones preventivas sobre la correcta educación nutricional y aún mejor si es centrada en reducir la intención de utilizar conductas dietéticas restrictivas para perder peso es beneficioso tanto para los deportistas como para los entrenadores (Laramée et al., 2017), ya que ambos muestran poco conocimiento a la hora de detectar cuando la preocupación por mantener un control rígido sobre el peso, la forma y una mala conducta con la comida se convierte en un “trastorno mental” como lo es un trastorno de la conducta alimentaria (Bloodworth et al., 2015), debido a que en el contexto deportivo se encuentran normalizadas estas preocupaciones, el tener conductas restrictivas con la comida y la pérdida de peso para conseguir una supuesta mejora en el rendimiento deportivo, llegando a ser percibida como altamente funcional y esencial para el éxito (Bloodworth et al., 2015; Scoffier-Mériaux et al., 2018; Neves et al., 2017; Walter et al., 2022; Teixidor-Batlle et al., 2021). Esta desinformación de los y las deportistas concuerda con la literatura de Sáez y Ayensa en 2021, la cuál destaca el imprescindible papel de los entrenadores en el manejo, reducción de riesgos y detección e intervención temprana ya que mantienen un contacto directo y

continuo con los atletas. También sería recomendable que estas intervenciones incluyeran la comprensión de los factores de riesgo relevantes para padecer un TCA tanto a nivel personal (imagen corporal, perfeccionismo, autoestima), sociocultural (creencias sobre la alimentación, los estándares de belleza y el cuerpo “ideal” y las dietas) y contextual (deportes de estética, presión asociada, estilos de entrenamiento, relación entre iguales).

Por último, como limitaciones en el presente estudio se ha encontrado dificultades a la hora de comparar la prevalencia del TCA en los deportistas estéticos con respecto al género, ya que como se ha mencionado anteriormente, son minoría los estudios que no se centran únicamente en deportistas femeninas o que saquen conclusiones con respecto a este aspecto. Por un lado, es cierto que dentro de los deportes estéticos parece destacar la gimnasia rítmica como el deporte de mayor riesgo a presentar este tipo de conductas que pueden llegar a ser problemáticas por la cantidad de estudios que lo utilizan como muestra de estudio o lo que se puede encontrar en la literatura pero no se ha encontrado ninguno que realmente afirme este hecho como tal, por lo que no sería conveniente afirmarlo. Por otro lado, cabe mencionar que en la búsqueda de artículos en las bases de datos utilizadas no se encontraron artículos en español, aunque sí un artículo con atletas españoles, pero a pesar de ello para futuras investigaciones sería conveniente también investigar con más detalle a los deportistas estéticos que se encuentran en España.

## **5. Conclusión**

Para concluir, en este trabajo se presenta una revisión sistemática que describe las condiciones de vida de las mujeres que consumen drogas y se encuentran en situación de prostitución, así como las razones que pudieron llevarles a estas circunstancias. Los resultados de los estudios citados anteriormente indican la necesidad de crear programas de prevención e intervención centrado en los factores de riesgo (imagen corporal, presión por la figura, perfeccionismo y autoestima) que pueden predecir la presencia de un trastorno de la conducta alimentaria, así como aprender a distinguir cuándo una conducta deja de ser normativa y pasa a ser patológica y perjudicial para la salud de los deportistas y aún más en la categoría estética que estamos tratando por la excesiva importancia que se le otorga al peso y a la figura corporal buscando el éxito deportivo a través de la delgadez al asociarlo como un cuerpo “ideal” y que provee un mayor rendimiento deportivo especialmente en las mujeres.

Estos programas es tan importante que se den a los deportistas estéticos como a sus entrenadores, ya que se ha detectado la vital importancia de ambos en el asunto al ser los que siempre más tiempo pasan con ellos y serían los primeros en detectar cualquier anomalía. Además de servir a estos últimos como trabajo personal en el que analizar su estilo de liderazgo y hacer cambios si fuera necesario.





## 6. Referencias bibliográficas

\* Bloodworth, A., McNamee, M., y Tan, J. (2015). Autonomy, eating disorders and elite gymnastics: ethical and conceptual issues. *Sport, Education And Society*, 22(8), 878-889. <https://doi.org/10.1080/13573322.2015.1107829>

Díaz, J., Ceballos, I. D., Ramisa, A. V., & Fernández, O. D. (2012). Prevención y detección de los trastornos de alimentación en deportistas de alto rendimiento (CAR, CEARE y CTD). *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 163-166./

Donti, O., Donti, A., Gaspari, V., Pleksida, P., y Psychountaki, M. (2021). Are they too perfect to eat healthy? Association between eating disorder symptoms and perfectionism in adolescent rhythmic gymnasts. *Eating Behaviors*, 41, 101514. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2021.101514>

\* Doria, N., y Numer, M. (2022). Dancing in a culture of disordered eating: A feminist poststructural analysis of body and body image among young girls in the world of dance. *PloS One*, 17(1), e0247651. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247651>

Dosil, J., & Díaz, I. (2012). *Trastornos de Alimentación En Deportistas de Alto Rendimiento*. Consejo Superior de Deportes. Madrid. (Dosil y Díaz, 2012)

Hernández-Mulero, N., y Berengüí, R. (2016). *Identidad deportiva y Trastornos de la Conducta Alimentaria: Estudio preliminar en deportistas de competición*. *Cuadernos de Psicología del deporte*, 16(2), 37-44. (Hernández-Mulero y Berengüí, 2016)

Hinarejos, M. T., Zarceño, E. M. L., y Chirivella, E. C. (2023). *El rol del deporte en el desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria: una revisión de la literatura más reciente (2015-2020)*. *Journal of Sport and Health Research*, 15(1). (Hinarejos et al., 2023)

\* Laramée, C., Drapeau, V., Valois, P., Goulet, C., Jacob, R., Provencher, V., y Lamarche, B. (2017). Evaluation of a Theory-Based Intervention Aimed at Reducing Intention to Use Restrictive Dietary Behaviors Among Adolescent Female Athletes. *Journal Of Nutrition Education And Behavior*, 49(6), 497-504.e1. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2017.03.009>

\* Matheson, E., Schneider, J., Tinoco, A., Silva-Breen, H., LaVoi, N. M., y Diedrichs, P. C. (2023). How can we help you? A global investigation into girls' body image experiences in sport and intervention preferences. *Body Image*, 46, 265-279. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.06.012>

Moreno González, M. A., & Ortiz Viveros, G. R. (2009). *Trastorno alimentario y su relación con la imagen corporal y la autoestima en adolescentes*. *Terapia Psicológica*, 27, 181-190.

\* Neves, C. M., Meireles, J. F. F., De Carvalho, P. V. R., Schubring, A., Barker-Ruchti, N., y Ferreira, M. E. C. (2017). Body dissatisfaction in women's artistic gymnastics: A longitudinal study of psychosocial indicators. *Journal Of Sports Sciences*, 35(17), 1745-1751. <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1235794>

\* Nordin-Bates, S. M., Schwarz, J., Quested, E., Cumming, J., Aujla, I., y Redding, E. (2016). Within- and between-person predictors of disordered eating attitudes among male and female dancers: Findings from the UK Centres for Advanced Training. *Psychology Of Sport And Exercise*, 27, 101-111. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.07.004>

\* Paixão, C., Oliveira, S., y Ferreira, C. (2020). A comprehensive model of disordered eating among aesthetic athletic girls: Exploring the role of body image-related cognitive fusion and perfectionistic self- presentation. *Current Psychology*, 40(11), 5727-5734. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01142-z>

\* Reina, A. M., Monsma, E. V., y Dumas, M. D. (2019). Body image and weight management among Hispanic American adolescents: Differences by sport type. *Journal Of Adolescence*, 74(1), 229-239. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.06.014>

Sáez, A. V., & Ayensa, J. I. B. (2021). Factores de riesgo en trastornos de la conducta alimentaria en deportistas de alto rendimiento. Revisión sistemática. *Clínica Contemporánea* (Madrid), 12(2). <https://doi.org/10.5093/cc2021a9>

\* Scoffier-Mériaux, S., Ferrand, C., y D'Arripe-Longueville, F. (2018). The Internalisation of Sociocultural and Thin-Ideal Standards in Sports Scale: Development and preliminary validation in female aesthetic sports athletes. *International Journal Of Sport And Exercise Psychology*, 16(2), 125-132. <https://doi.org/10.1080/1612197x.2015.1133692>

\* Teixidor-Batlle, C., Ventura, C., y Andrés, A. (2021). Eating Disorder Symptoms in Elite Spanish Athletes: Prevalence and Sport-Specific Weight Pressures. *Frontiers In Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.559832> (Teixidor-Batlle et al., 2021)

\* Thiemann, P., Legenbauer, T., Vocks, S., Platen, P., Auyeung, B., y Herpertz, S. (2015). Eating Disorders and Their Putative Risk Factors Among Female German Professional Athletes. *European Eating Disorders Review*, 23(4), 269-276. <https://doi.org/10.1002/erv.2360>

Vela, D. B., & Bonfanti, N. (2019). *Evaluación del riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en jugadores semiprofesionales de deportes de equipo*. *Nutrición Hospitalaria*, 36(5), 1171-1178. / (Vela y Bonfanti, 2019)

\* Voelker, D. K., Gould, D., y Reel, J. J. (2014). Prevalence and correlates of disordered eating in female figure skaters. *Psychology Of Sport And Exercise*, 15(6), 696-704. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.12.002>

\* Walter, N., Heinen, T., y Elbe, A. (2022). Factors associated with disordered eating and eating disorder symptoms in adolescent elite athletes. *Sports Psychiatry*, 1(2), 47-56. <https://doi.org/10.1024/2674-0052/a000012>