

Prevención de trastornos alimentarios mediante la formación de audiencias críticas y psicoeducación: un estudio piloto¹

Eating disorders prevention based on visual literacy and psycho-education: a preliminar study

Rosalía Rodríguez de Elías y Gilda Gómez Peresmitré²

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo evaluar dos programas de prevención primaria de trastornos alimentarios, uno de ellos basado en la formación de audiencias críticas hacia la publicidad televisiva y el otro en una estrategia psicoeducativa, en diecinueve adolescentes mujeres estudiantes de primero de secundaria. La selección de las muestras fue intencional, considerándose como criterio de inclusión la presencia de insatisfacción con la imagen corporal. Se encontraron diferencias estadísticamente significativas en el primero de esos grupos en cuanto a la preocupación por el peso, la comida y la conducta alimentaria compulsiva al seguimiento; para el segundo grupo, en lo referente a figura ideal y satisfacción-insatisfacción con la imagen corporal, aunque no se mantuvieron los cambios en el seguimiento. Es necesario considerar el nivel de riesgo de las participantes, otros factores de riesgo asociados y la aplicación de seguimientos a largo plazo a fin de explicar con mayor claridad los resultados encontrados.

Palabras clave: Trastornos alimentarios; Factores de riesgo; Adolescentes; Cambio de actitudes.

ABSTRACT

The purpose of this study was to evaluate two prevention programs on eating disorders: one based on visual literacy and another on psychoeducation. Nineteen adolescent women participated and were divided into two groups: visual literacy group and psychoeducation group. The sample selection was intentional considering the body image dissatisfaction criteria, but participants were assigned randomly to each group. There were significant differences in the visual literacy group regarding food and weight concern, and compulsive eating at follow-up. In the psychoeducation group, there were significant differences regarding ideal figure and body image dissatisfaction, but none of them maintained the change at follow-up. It is necessary to consider the risk level of the participants, other risk factors related, and the application of long-term followings to explain more clearly the findings of this study.

Key words: Eating disorders; Risk factors; Adolescents; Attitude's change.

¹ Las autoras agradecen al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología el valioso apoyo para llevar a cabo la presente investigación.

² Universidad Nacional Autónoma de México. Av. Universidad 3004, Col. Copilco-Universidad, Del. Coyoacán, 04510 México, D.F., México, tel. (55)56-22-22-52, correo electrónico: rosalia_rdgz@yahoo.com.mx. Artículo recibido el 13 de febrero y aceptado el 13 de junio de 2007.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el modelo de belleza femenina vigente supera en delgadez a los que ha habido en otras épocas. Diferentes autores han encontrado que la exposición a tal modelo en los medios de comunicación ha tenido como efectos la insatisfacción corporal de las mujeres (Groesz, Levine y Turnen, 2002; Stice, Schupak-Neuberg, Shaw y Stein, 1994; Tiggeman y Slater, 2004), produciendo también ansiedad (Monro y Huon, 2005), depresión y enojo (Pinhas, Toner, Ali, Garfinkel y Stuckless, 1999).

Respecto a la conducta alimentaria, se ha encontrado que las imágenes de personas delgadas presentadas en comerciales televisivos de dieta no tienen efecto en las mujeres que restringen su alimentación en gran medida, pero pueden modificar la ingesta de mujeres con pocas restricciones (Warren, Strauss, Taska y Sullivan, 2005). En un estudio realizado en México (Vázquez, Fuentes, Báez, Alvarez y Mancilla, 2002), se reportó que la sintomatología de trastorno alimentario se asoció, tanto en hombres como en mujeres, con la influencia de la publicidad de productos adelgazantes que se presenta en televisión y en revistas. Los hallazgos también indican que las mujeres, en comparación con los varones, son más susceptibles a la influencia de la publicidad, y que ésta está relacionada con una preocupación obsesiva por la alimentación.

Se ha sugerido que las mujeres que muestran insatisfacción corporal se ven afectadas en mayor medida por la exposición a los medios debido a la forma actual en la que ellas valoran las imágenes que se les presentan. Por ello, se propone que los programas preventivos enseñen a las mujeres con insatisfacción corporal a tener una visión más realista de los medios y de las mujeres que aparecen en ellos (Pinhas y cols., 1999).

Los trabajos en prevención han empleado diferentes estrategias. En una primera línea han sido educativos, es decir, proporcionan información a los individuos. Las intervenciones psicoeducativas se basan en el supuesto de que la gente que se encuentra en riesgo de desarrollar una enfermedad necesita información exacta acerca de la misma (cfr. Pomeroy, Kiam y Green, 2000). Así, se plantea que la psicoeducación produce resul-

tados favorables al proporcionar un mejor conocimiento de los trastornos alimentarios a las adolescentes en riesgo, siempre y cuando se disponga de un espacio que permita la expresión de las emociones y miedos característicos de esta etapa (Rocco, Ciano y Balestrieri, 2001).

Sin embargo, Austin (2000) señala que emplear técnicas pedagógicas tradicionales no ha tenido un efecto significativo debido a que el espacio de participación que se ha dejado a los educandos es mínimo.

En una segunda línea de investigación, los esfuerzos preventivos se han encaminado a proporcionar y desarrollar habilidades para hacer frente a las fuentes de presión o la reducción de los factores de riesgo. Dentro de tales esfuerzos se hallan aquellos que se basan en la teoría de la disonancia cognoscitiva, cuyo objetivo es reducir los factores de riesgo y la sintomatología bulímica debidos a la internalización del ideal de delgadez (Pineda y Gómez-Pérezmitré, 2006; Stice, Chase, Stormer y Appel, 2001; Stice, Mazotti, Weibel y Agras, 2000; Stice, Trost y Chase, 2003).

Por otra parte, existen planteamientos que se enfocan específicamente en lo que se denomina lectura de mensajes en los medios de comunicación, recepción crítica o formación de audiencias críticas, definidas por Charles y Orozco (1990) como aquellas estrategias que permiten a los receptores relacionarse con los medios de una manera más reflexiva. Bustos (2001) señala que los individuos son seres que desempeñan un papel activo en esta relación con los medios y que son capaces de analizar y transformar la información que reciben, e incluso desecharla.

Catalano y Dooley (1983) proponen que la prevención primaria debe ser subdividida en estrategias reactivas y proactivas. Las primeras hacen referencia a estrategias que mejoran las respuestas de afrontamiento y aumentan la resistencia del individuo ante estresores potencialmente dañinos. La segunda se define como estrategias para eliminar agentes causales. Así, un ejemplo de estrategias reactivas sería enseñar a las adolescentes a resistir las presiones socioculturales hacia la delgadez.

El activismo puede considerarse como un ejemplo de abordaje proactivo, el cual, en el campo

de los trastornos alimentarios, se refiere a las protestas expresadas por la promoción de mensajes indeseables o insanos en la publicidad de algunos productos. Específicamente, las protestas giran en torno a aquellos comerciales que promueven el ideal de delgadez, con el propósito de provocar un cambio en las políticas de promoción de productores y fabricantes. Estos esfuerzos han producido resultados exitosos cuando se llevan a cabo en la forma de campañas en las que se fomenta la promoción de mensajes saludables (Levine, Piran y Stoddard, 1999).

En intervenciones donde participan adolescentes empleando la formación de audiencias críticas, algunos temas que se han abordado son, a saber: actitudes, creencias y comportamientos relacionados con el género (Silver, 2000), prevención de adicciones y consumo de drogas, insatisfacción con la imagen corporal (Wolf-Bloom, 1999; McVey y Davis, 2002; Wade, Davidson y O'Dea, 2003), autoestima y otros factores de riesgo en trastornos de la conducta alimentaria (Wade y cols., 2003).

Con base en lo anterior, la presente investigación tuvo como objetivo desarrollar y someter a un estudio piloto dos estrategias de prevención para la adquisición de habilidades críticas a fin de reducir factores de riesgo en los trastornos de la conducta alimentaria.

MÉTODOS

Participantes

La muestra original fue no probabilística y estuvo constituida por 125 adolescentes mujeres, estudiantes del primer grado de secundaria de una escuela pública, de las cuales se seleccionaron 59 que cumplían con el criterio de selección de insatisfacción positiva con la imagen corporal (querer ser más delgadas). La muestra final quedó conformada por 33 adolescentes que aceptaron participar en el estudio, quienes se asignaron al azar a una de dos condiciones: formación de audiencias críticas hacia la publicidad televisiva y estrategias psicoeducativas. Al finalizar la intervención, debido a la muerte experimental, las submuestras quedaron de la siguiente manera: once en el grupo de audiencias críticas (FAC) y ocho en el grupo

psicoeducativo (PE), cuyas medias de edad fueron de 12.39 años (D.E. = 0.38) y 11.86 (D.E. = 0.38), respectivamente. Las submuestras fueron igualadas en las siguientes variables: personas con las que viven, lugar que ocupan entre sus hermanos, edad de la menarca, ingreso mensual familiar, años de estudio del padre y de la madre, ocupación del padre y de la madre, e índice de masa corporal.

Se consideraron como criterios de exclusión la presencia de discapacidades físicas o intelectuales, enfermedades crónicas vinculadas al desarrollo de TCA, hijos o compromiso laboral y tratamiento médico, psicológico o psiquiátrico actual.

Instrumentos, aparatos y mediciones

1. *Cuestionario de Alimentación y Salud, versión adolescentes* (Gómez-Peresmitré, 1998). El objetivo del cuestionario es la detección de factores de riesgo asociados con la conducta alimentaria y la imagen corporal en trastornos alimentarios en adolescentes y adultos. La versión actual del instrumento consta de 56 reactivos. Este cuestionario contiene una escala de factores de riesgo para trastornos alimentarios (EFRATA), que en su versión para mujeres tiene una alfa general de .9017, y evalúa conducta alimentaria compulsiva (varianza explicada = 16%; alfa = .90), preocupación por el peso y la comida (varianza explicada = 7%; alfa = .82) y dieta crónica y restringida (varianza explicada = 3%; alfa = .81). Los reactivos se califican bajo el criterio de mayor valor asignado a la respuesta que implica un problema mayor.

2. *Cuestionario de Influencia de los Modelos Estéticos Corporales* (CIMEC) (Toro, Salamero y Martínez, 1994). Este instrumento fue diseñado para medir la influencia de agentes y situaciones que propician el modelo estético corporal actual. Vázquez, Alvarez y Mancilla (2000) lo validaron en población mexicana aplicándose a 1,001 mujeres con un rango de edad de 14 a 33 años; posee un alto coeficiente de consistencia interna (alfa de Cronbach = 0.94). Para efectos de este estudio, se aplicó únicamente el factor Influencia de la publicidad (alfa = 0.92), compuesto por 14 preguntas con tres opciones de respuesta que se califican dando una mayor puntuación a la respuesta que representa un mayor riesgo.

Para la obtención de datos antropométricos, se utilizó una báscula electrónica Excel con capacidad de 300 kg y una precisión de 50 gr, y para la estatura se emplearon estadiómetros de madera. Además, se solicitó a las participantes que enlistaran sus programas favoritos (de televisión abierta) al momento de la aplicación de los instrumentos.

Materiales

Cámara de video Sony Handycam, modelo DCR-TRV361; proyector; computadora portátil marca Dell (Pentium 5), discos compactos con comerciales grabados (la selección de comerciales se describe en la sección de procedimiento); hojas de respuestas, hojas de lectura y de trabajo; disfraces y material didáctico, así como cartulinas, pegamento, tijeras y plumones; revistas. Se emplearon programas de edición de video MGI Videowave 4 e Intervideo Win DVD Creator.

Escenario

Los talleres fueron impartidos en dos aulas dentro de las instalaciones de la escuela, en un horario fuera de clases. Las participantes recibían un refrigerio antes de comenzar el taller, que duró diez sesiones (una hora semanal).

Procedimiento

Se solicitó permiso a las autoridades escolares para aplicar los instrumentos, a quienes se les dijo que

el propósito de esta investigación era conocer los diferentes aspectos que se relacionan con la salud integral, física y psicológica de la comunidad estudiantil, para así poder contribuir a su mantenimiento y mejoramiento, y se les aseguró (al igual que a las alumnas) el manejo confidencial de los datos proporcionados y su manejo estadístico. De igual manera, se solicitó la autorización por escrito de los padres de familia de las alumnas que aceptaron participar para la aplicación de instrumentos y la participación en los talleres.

Se aplicaron los cuestionarios en el salón de clases.

Hecho lo anterior, se seleccionaron los comerciales transmitidos con mayor frecuencia en los tres programas con mayor número de menciones por parte de las participantes: telenovela (*Rebelde*), show (*Otro rollo*) y dibujos animados (*Los Simpson*), y que abordaban uno o más de los siguientes temas: adolescencia, imagen corporal, control alimentario, cuidado de belleza y comida.

Asimismo, se realizaron entrevistas individuales a las participantes seleccionadas al azar con el propósito de explorar el riesgo de padecer un trastorno alimentario; se les asignó a los grupos experimentales en forma aleatoria; se aplicaron los programas de prevención (ver contenido temático en la Tabla 1); se administraron los instrumentos al término del programa para evaluar los efectos, y se llevó a cabo una medición de seguimiento a los tres meses.

Tabla 1. Contenido temático de los programas de prevención.

SESIÓN	TEMA
1	Presentación. Pubertad y adolescencia. Salud del adolescente e imagen corporal.
2	Alimentación del adolescente. Información nutrimental, control alimentario y publicidad televisiva de alimentos.
3	El adolescente y los medios de comunicación: programas y anuncios dirigidos a adolescentes. Mensajes dirigidos a adolescentes: estereotipos, creencias y presiones socioculturales hacia la salud, belleza y delgadez.
4	La imagen televisiva.
5	Publicidad televisiva y técnicas de persuasión.
6	Persuasión publicitaria. Recepción crítica en televisión.
7	Activismo 1: Expresando opiniones y elaborando propuestas.
8	Activismo 2: Elaboración de un comercial audiovisual que promueva la salud y alimentación adecuada de las adolescentes (En el grupo psicoeducativo se llevó a cabo un cartel con el mismo propósito).
9	Presentación del comercial ante alumnos, padres de familia y maestros (en el grupo psicoeducativo la presentación fue mediante carteles).
10	Cierre. Evaluación del programa.

Nota: Los temas fueron los mismos, cambiándose tan sólo el abordaje en cada uno de ellos. En el programa de formación de audiencias críticas se empleó una estrategia activa, mientras que el programa psicoeducativo se aplicó con base en una estrategia de enseñanza tradicional.

RESULTADOS

Pese a que la muestra original fue de 59 estudiantes, después de la primera sesión algunas de ellas decidieron dejar de participar debido al horario de los talleres (horario extraescolar). De esta forma, las submuestras quedaron formadas de la siguiente manera: once en el grupo FAC y ocho en el grupo PE.

Comparación pretest/postest/seguimiento en el grupo de audiencias críticas

Se compararon las respuestas pretest/postest/seguimiento a través de la prueba t de Student para muestras relacionadas respecto de los factores de riesgo asociados con la imagen corporal. Se encontraron diferencias estadísticamente significativas para el factor Preocupación por el peso y Comida ($t_{\text{pretest/postest}}[10] = 2.69$, $p = .02$). También se hallaron diferencias estadísticamente significativas para este factor en el seguimiento de tres meses ($t_{\text{pretest/seguimiento}}[10] = 2.38$, $p = .04$). Los valores promedio se observan en descenso desde el pretest hasta el seguimiento (Tabla 2). En cuanto

a la variable satisfacción-insatisfacción con la imagen corporal (pretest/postest), se encontró una tendencia ($t_{\text{pre-test/post-test}} [10] = 2.01$, $p = .07$), por lo que se procedió a obtener la medida del efecto para observar el efecto del tamaño de la muestra en el comportamiento de las variables mediante la siguiente fórmula: $d = 2t/gf$. De esta manera, el valor observado fue $d = 0.40$, el cual puede interpretarse como pequeño, es decir, el tamaño de la muestra influye poco en el efecto producido.

En relación a los factores de riesgo asociados con conducta alimentaria, no se hallaron diferencias estadísticamente significativas para ningún factor en la evaluación pretest/postest; sin embargo, en el seguimiento a los tres meses se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la variable Conducta alimentaria compulsiva en la dirección de decremento del riesgo ($t_{\text{pretest/seguimiento}}[9] = 3.76$ $p = .004$). Como se puede apreciar en la Tabla 2, los valores promedio de las tres mediciones estuvieron por debajo del límite de riesgo para mujeres en este factor (de 3.21 en Gómez-Peresmitré, Acosta, Unikel y Pineda, 2005), al tiempo que se observa un decremento continuo desde el valor inicial hasta el valor final.

Tabla 2. Medias y desviaciones estándar de los factores de riesgo por grupo.

Variable dependiente	Pretest Media (D.E.)	Postest Media (D.E.)	Seguimiento (3 meses) Media (D.E.)
<i>Figura ideal</i>			
Audiencias críticas	3.10 (1.14)	3.73 (1.19)	3.64 (0.92)
Psicoeducativo	2.75 (0.89)	4.00 (1.07) ^a	3.25 (1.28)
<i>Satisfacción-insatisfacción con IC</i>			
Audiencias críticas	2.27 (1.10)	1.00 (1.41)	2.45 (1.69)
Psicoeducativo	2.75 (1.58)	1.25 (1.39) ^a	2.5 (2.45)
<i>Preocupación por el peso y la comida</i>			
Audiencias críticas	1.86 (0.49)	1.60 (0.46) ^a	1.51 (0.55) ^a
Psicoeducativo	2.10 (0.92)	1.78 (0.57)	1.70 (0.49)
<i>Dieta crónica y restringida</i>			
Audiencias críticas	1.32 (0.37)	1.31 (0.49)	1.28 (0.47)
Psicoeducativo	1.33 (0.49)	1.45 (0.76)	1.42 (0.42)
<i>Conducta alimentaria compulsiva</i>			
Audiencias críticas	1.95 (1.11)	1.57 (0.52)	1.44 (0.75) ^b
Psicoeducativo	1.49 (0.37)	1.67 (0.57)	1.52 (0.46)
<i>Influencia de la publicidad</i>			
Audiencias críticas	1.26 (0.24)	1.25 (0.14)	1.34 (0.36)
Psicoeducativo	1.19 (0.98)	1.25 (0.17)	1.50 (0.40)

Nota: Las medias con ^(a) fueron estadísticamente significativas en comparación con la línea base (pretest) al .05. Las medias con ^(b) fueron menores a .01 en comparación con el pretest.

Con relación al factor Influencia de la publicidad, no hubo diferencias estadísticamente significativas en las condiciones pretest/postest ni pretest/seguimiento; no obstante, el hecho de que no haya habido diferencias estadísticamente positivas en la variable Influencia de la publicidad indica también que no aumentó el riesgo en esa variable, cuyos valores iniciales fueron bajos.

Comparación pretest/postest/seguimiento en el grupo psicoeducativo

Se compararon las respuestas pretest/postest/seguimiento a través de la prueba t de Student para muestras relacionadas respecto de los factores de riesgo asociados con la imagen corporal. Hubo diferencias estadísticamente significativas para la variable Figura ideal en la condición pretest/postest ($t_{\text{pre-test/post-test}}[7] = -2.76, p = .03$). También se encontraron diferencias estadísticamente significativas para la variable Satisfacción-insatisfacción con la imagen corporal ($t_{\text{pre-test/post-test}}[7] = 3.00, p = .02$). Los valores promedio pretest/postest se observan en aumento para la variable Figura ideal y en descenso para la variable Satisfacción-insatisfacción con la imagen corporal; sin embargo, no se mantuvieron estos efectos en el seguimiento de tres meses (Tabla 2).

En relación con los factores de riesgo asociados con conducta alimentaria, no se hallaron diferencias estadísticamente significativas en ninguna de las variables. Respecto del factor Influencia de la publicidad, tampoco hubo diferencias estadísticamente significativas en ninguna de las condiciones.

Comparación pretest/postest/seguimiento de las condiciones experimentales

Se compararon los factores de riesgo asociados con la imagen corporal entre las dos condiciones experimentales. Para tal efecto, se utilizó la prueba t de Student para muestras independientes. No se hallaron diferencias estadísticamente significativas en ninguna de las variables de interés de este estudio.

DISCUSIÓN

El propósito del presente estudio fue desarrollar y someter a estudio dos programas de prevención de trastornos alimentarios en adolescentes mexicanas. Se ha señalado que las mujeres que muestran insatisfacción corporal se afectan de una manera muy importante por la exposición a los medios, y que los programas preventivos deben encaminarse a enseñar a las mujeres que quieren ser más delgadas a tener una visión más realista de los medios y de las mujeres que se presentan en ellos (Pinhas y cols., 1999).

En este estudio se observaron diferencias estadísticamente significativas en el grupo de audiencias críticas en los factores de Preocupación por el peso, Comida y Conducta alimentaria compulsiva, cuyos efectos se mantuvieron en el tiempo, es decir, en la medición del seguimiento efectuado a los tres meses. Estos resultados son congruentes con los hallazgos de Warren y cols. (2005). Por otra parte, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en variables tales como Figura ideal o Satisfacción o insatisfacción con la imagen corporal. Estos resultados concuerdan también con los de McVey y Davis (2002), quienes reportaron únicamente tendencias hacia el aumento de la satisfacción corporal.

Hubo diferencias estadísticamente significativas en referencia al grupo psicoeducativo, lo que indica una disminución de riesgo para las variables de Figura ideal y Satisfacción-insatisfacción con la imagen corporal; sin embargo, en ninguna se mantuvo el efecto (reducción del riesgo) en el seguimiento de tres meses.

Al contrastar los resultados pretest, postest y seguimiento entre las dos estrategias experimentales, no hubo diferencias estadísticamente significativas entre ellas. Los hallazgos antes mencionados difieren del planteamiento de Austin (2000) respecto de que se debieran encontrar mejores resultados en un formato en el que hubiera una mayor participación de las adolescentes, en comparación con los formatos propios de la educación tradicional, ya que en estos últimos se observa un rol mucho más pasivo del participante.

McVey y Davis (2002) tampoco encontraron diferencias entre la formación de audiencias críticas y la psicoeducación, aunque es necesario recalcar que en este estudio se produjeron mayores cambios en el grupo de audiencias críticas en comparación con el psicoeducativo, los cuales se mantuvieron en el seguimiento.

Dado lo anterior, es necesario considerar los niveles de riesgo que muestran las participantes en cada factor y realizar seguimientos a largo plazo, a fin de explicar con mayor claridad los hallazgos del presente estudio, cuya réplica se sugiere con el propósito de obtener una mayor información sobre los efectos de la formación de audiencias críticas como estrategia de prevención de los trastornos alimentarios.

REFERENCIAS

- Austin, S. (2000). Prevention research in eating disorders: Theory and new directions. *Psychological Medicine*, 30(6), 1249-1262.
- Bustos, O. (2001). Género y socialización: familia, escuela y medios. En M.A. González y J. Mendoza. (Comps.): *Significados colectivos: procesos y reflexiones teóricas*. México: ITESM.
- Catalano, R. y Dooley, P. (1983). Economic change in primary prevention. En D. Mace (Ed.): *Prevention in mental health: Research, policy and practice* (pp. 21-40). Beverly Hills, CA: Sage.
- Charles, M. y Orozco, G. (1990). *Educación para la recepción: Hacia una lectura crítica de los medios*. México: Trillas.
- Gómez-Peresmitré, G. (1998). ¿Qué es más importante, sentirse atractivo o ser atractivo? *Revista de Psicología y Ciencia Social*, 2(1), 27-33.
- Gómez-Peresmitré, G., Acosta, G.V., Unikel, S.C. y Pineda, G.G. (2005). Puntos de corte para determinar riesgo en trastornos de la alimentación. *Revista Mexicana de Psicología*, 22(1), 43-52.
- Groesz, L., Levine, M. y Turnen, S. (2002). The effect of experimental presentation of thin media images in body dissatisfaction: a meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders*, 31, 1-16.
- Levine, M., Piran, N. y Stoddard, C. (1999). Misión more probable: Media literacy, activism, and advocacy as primary prevention. En N. Piran, M. Levine y C. Steiner-Adair (Eds.): *Preventing eating disorders. A handbook of interventions and special challenges*. Philadelphia: Brunner/Mazel.
- McVey, G. y Davis, R. (2002). A program to promote positive body image: A 1-year follow-up evaluation. *Journal of Early Adolescence*, 22(1), 96-108.
- Monro, F. y Huon, G. (2005). Media-portrayed idealized images, body shame, and appearance anxiety. *International Journal of Eating Disorders*, 38, 85-90.
- Pineda, G. y Gómez-Péresmitré, G. (2006). Estudio piloto de un programa de prevención de trastornos alimentarios basado en la teoría de la disonancia cognoscitiva. *Revista Mexicana de Psicología*, 23(1), 87-95.
- Pinhas, L., Toner, B., Ali, A., Garfinkel, P. y Stuckless, N. (1999). The effects of the ideal of female beauty on mood and body dissatisfaction. *International Journal of Eating Disorders*, 25, 223-226.
- Pomeroy, E., Kiam, R. y Green, D. (2000). Reducing depression, anxiety, and trauma of male inmates: An HIV/AIDS psychoeducational group intervention. *Social Work Research*, 24(3), 156-167.
- Rocco, P., Ciano, R. y Balestrieri, M. (2001). Psychoeducation in the prevention of eating disorders: An experimental approach in adolescent schoolgirls. *British Journal of Medical Psychology*, 74, 351-358.
- Silver, B. (2000). A media skills intervention for adolescents on gender attitudes, beliefs and behaviors. *Dissertation Abstracts International: Section B: the Sciences y Engineering*, 60(9-B), 4968.
- Stice, E., Chase, A., Stormer, S. y Appel, A. (2001). A randomized trial of a dissonance-based eating disorder prevention program. *International Journal of Eating Disorders*, 29, 247-262.
- Stice, E., Mazotti, L., Weibel, D. y Agras, S. (2000). Dissonance prevention program decreases thin-ideal internalization, body dissatisfaction, dieting, negative affect, and bulimic symptoms: A preliminary experiment. *International Journal of Eating Disorders*, 27, 206-217.
- Stice, E., Schupak-Neuberg, E., Shaw, H.E. y Stein, R.I. (1994). Relation of media exposure to eating disorders symptomatology: an examination of mediating mechanism. *Journal of Abnormal Psychology*, 103(4), 836-840.
- Stice, E., Trost, A. y Chase, A. (2003). Healthy weight control and dissonance-based eating disorder programs: Results from a controlled trial. *International Journal of Eating Disorders*, 33, 10-21.
- Tiggemann, M. y Slater, A. (2004). Thin ideals in music television: A source of social comparison and body dissatisfaction. *International Journal of Eating Disorders*, 35, 48-58.

- Toro, J., Salamero, M. y Martínez, E. (1994). Assessment of sociocultural influences on the aesthetic body shape model in anorexia nerviosa. *Acta Psychiatrica Scandinavia*, 89, 147-151.
- Vázquez, A.R., Fuentes, T.E., Báez, R.M, Alvarez, R.G. y Mancilla, D.J. (2002). Influencia de los modelos estéticos corporales en la presencia de sintomatología de trastorno alimentario. *Psicología y Salud*, 12(1), 73-82.
- Vázquez, R., Alvarez, R.G. y Mancilla, J.M. (2000). Consistencia interna y estructura factorial del cuestionario de influencia de los modelos estéticos corporales. *Salud Mental*, 23(6), 18-24.
- Wade, T., Davidson, S. y O'Dea, J. (2003). A preliminary controlled evaluation of a school-based media literacy program and self-esteem program for reducing eating disorder risk factors. *International Journal of Eating Disorders*, 33(4), 371-383.
- Warren, C., Strauss, J., Taska, J. y Sullivan, S. (2005). Inspiring or dispiriting? The effect of diet commercials on snack food consumption in high school and college-aged women. *International Journal of Eating Disorders*, 37, 266-270.
- Wolf-Bloom, M. (1999). Using media literacy training to prevent body dissatisfaction and subsequent eating problems in early adolescent girls. *Dissertation Abstracts International: Section B: the Sciences y Engineering*, 59(8-B), 4515.