



Actitudes socioculturales hacia la apariencia y riesgo de Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA)

Sociocultural Attitudes Toward Appearance and Risk of Eating Disorders

Leidy Tatiana Castañeda Quirama

Politécnico Grancolombiano

lcstaneda@poligran.edu.co

<https://orcid.org/0000-0002-1132-4241>

Jorge Emiro Restrepo Carvajal

Tecnológico de Antioquia (TdeA)

jorge.restrepo67@tdea.edu.co

<https://orcid.org/0000-0001-8790-7454>

Rodolfo Casadiego Alzate

Politécnico Grancolombiano

casadiegor@poligran.edu.co

<https://orcid.org/0000-0002-2349-1864>

Aceptado: 28 de noviembre de 2025

Publicado: 03 de febrero de 2026

Cómo citar este artículo: Castañeda, L.; Restrepo, J. y Casadiego, R. (2025). Actitudes socioculturales hacia la apariencia y riesgo de Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA). Revista Poliantea. 20 (2). 1-14.

Resumen

Objetivo: analizar las actitudes socioculturales hacia la apariencia y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en un grupo de mujeres que van al gimnasio; **Material y métodos:** se realizó un estudio observacional cuantitativo correlacional de corte transversal en el que se incluyeron 320 mujeres que asistían a gimnasios donde realizaban diferentes modalidades de entrenamiento quienes respondieron el Cuestionario de Actitudes Socioculturales sobre la Apariencia (SATAQ-4) y el Test de Actitudes Alimentarias (EAT). **Resultados:** las mujeres con riesgo de trastorno de la conducta alimentaria mostraron diferencias en las actitudes socioculturales hacia la apariencia y se encontraron algunas correlaciones entre las dimensiones del riesgo y las actitudes; **Discusión:** las actitudes sociales que validan los modelos corporales centrados en la delgadez impulsan el desarrollo de pensamientos obsesivos centrados en el control del peso y en el miedo a engordar; **Conclusiones:** la internalización de los modelos sociales de belleza incrementa el riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria.

Palabras clave: medios de comunicación; imagen corporal; salud mental; ejercicio físico.

Abstract

Objective: to analyze the sociocultural attitudes towards appearance and the risk of eating behavior disorder in a group of women who go to the gym; **Material and methods:** a cross-sectional correlational quantitative observational study was conducted in which 320 women attending gyms where they performed different training modalities were included who answered the Sociocultural Attitudes Questionnaire on Appearance (SATAQ-4) and the Eating Attitudes Test (EAT). **Results:** women at risk of eating disorder showed differences in sociocultural attitudes towards appearance and some correlations were found between risk dimensions and attitudes; **Discussion:** social attitudes that validate body models focused on thinness drive the development of obsessive thoughts focused on weight control and fear of gaining weight; **Conclusions:** internalization of social models of beauty increases the risk of developing an eating disorder.

Keywords: media; body image; mental health; physical exercise.

Introducción

Las actitudes socioculturales hacia la apariencia hacen referencia al grado en que un individuo acepta los ideales de atractivo físico definidos socialmente (Thompson & Stice, 2001). Al-Kloub et al. (2019) señalan que este tipo de actitudes sociales internalizan el modelo estético corporal, a todas las prácticas sociales y las creencias que son divulgadas a través de medios de comunicación masiva y redes sociales, que por razones exclusivamente estéticas promueven la delgadez. Estas prácticas generan en las personas una presión constante por bajar de peso y suscitan la insatisfacción corporal, en la medida en que el sujeto evalúa la discrepancia entre las características que se atribuyen al cuerpo ideal con su propia apariencia, afectando de esta manera su autoestima.

A su vez, estas actitudes están compuestas por las siguientes dimensiones: internalización muscular que indica la aceptación del ideal físico atlético; internalización de la delgadez que da cuenta de la aceptación del ideal de tener un cuerpo delgado; presiones familiares, por parte de los amigos y de los medios de comunicación, que reflejan las presiones socioculturales percibidas por los tres agentes sociales para los ideales de belleza de la cultura occidental, siendo estas dimensiones factores de riesgo para el inicio y mantenimiento de un trastorno de la conducta alimentaria (TCA).

En relación con los TCA, es importante destacar que estas patologías han sido caracterizadas por alteraciones recurrentes del comportamiento alimenticio y producen un alto nivel de deterioro en la salud física y en las distintas áreas de funcionamiento psicosocial (APA, 2013), además, están integradas por 4 dimensiones: dieta (conductas de evitación de alimentos que engorden), preocupación por la comida (pensamientos recurrentes sobre la alimentación) bulimia (atracones y purgas) y control oral (autocontrol de la ingesta) (Constaín et al., 2014)

Son diversas las investigaciones que han señalado que las mujeres deportistas tienen una alta vulnerabilidad a las patologías alimenticias (Bonfanti et al., 2022; Reinboth et al., 2022; Stoyel et al., 2020) en tanto que estos entornos favorecen la competencia, el sobreentrenamiento y la restricción en la alimentación.

Tiggemann & Anderberg (2020) aluden que la internalización del ideal de delgadez es uno de los pocos factores de riesgo identificados con pruebas empíricas suficientes, para respaldar su función predictiva en los TCA, ya que impulsan el desarrollo de pensamientos obsesivos centrados en el control del peso y en el miedo a engordar.

Sobre la internalización del modelo estético corporal, se ha encontrado que la vergüenza por la imagen está relacionada con los mensajes restrictivos/críticos sobre la alimentación que realizan los cuidadores y los pares (especialmente en la adolescencia y la adultez temprana), lo cual explica porque los TCA con niveles más altos de severidad, se asocian con creencias de defectuosidad y con el uso de reglas alimenticias más inflexibles (Melo et al., 2020).

En consonancia con los hallazgos anteriores, Costa et al. (2015) encontraron que las conductas de control parental que incluían comentarios sobre el peso y la figura y animar a hacer dietas, conducía a establecer estándares inalcanzables sobre la apariencia, aumentaba el perfeccionismo (alimentación y ejercicio estricto) e influía en las actitudes disfuncionales con la alimentación.

Los estudios que han relacionado la percepción de la imagen corporal con el uso de las redes sociales destacan que las mujeres pueden ser particularmente vulnerables a involucrarse en la comparación social cuando ven imágenes idealizadas y filtradas de otras mujeres en línea. Como resultado de ello, se destaca el impacto negativo sobre la valoración del propio cuerpo, además de las consecuencias negativas para la salud mental, como por ejemplo el riesgo de tener un TCA (de Vries et al., 2016).

La comparación social se relaciona directamente con la insatisfacción corporal, incluso cuando la comparación no se centra en la apariencia física (Rodgers et al., 2015). De manera específica, se ha encontrado que los usuarios de Facebook y en mayor medida de Instagram han informado de una menor satisfacción corporal y un aumento del afecto negativo (ansiedad y depresión) en comparación con los no usuarios (Casale et al., 2021). Asimismo, cuando a partir de las redes sociales se realizan comparaciones de apariencia con el grupo de

amigos, se ha reportado que esta conducta incrementa el riesgo de hacer dieta y de practicar ejercicio físico (Rancourt et al., 2015)

Es importante destacar que Instagram es una plataforma a través de la cual los usuarios pueden compartir imágenes en su feed principal o empleando la opción de "historias temporales" visibles durante 24 horas. Al privilegiar las imágenes sobre la publicación de textos, esta red social cuenta con funciones incorporadas que permiten alterar y mejorar las fotos antes de compartirlas, lo cual tiene una valoración más positiva por parte de los usuarios más jóvenes, en la medida que afirman que pueden adecuar sus características corporales a lo que socialmente se considera como "atractivo" (Kleemans et al., 2018), sin embargo, se ha planteado que aquellas mujeres que comparten "selfies" con regularidad, y que son más propensas a editar sus fotografías, informaron de una peor satisfacción con la imagen (McLean et al., 2015)

Ahora, habría que destacar que la presión de los medios de comunicación (en especial de las redes sociales) hacia las mujeres que hacen deporte, ha sido impulsada a través del contenido llamado "Fitspiration", que consiste en imágenes y mensajes que pretenden motivar a la gente a hacer ejercicio y llevar un estilo de vida más saludable (Tiggemann & Zaccardo, 2015)

No obstante, los estudios que han realizado análisis de contenido de las redes han evidenciado que desde esta tendencia también se promueve una forma corporal homogénea (alta, delgada, tonificada y "perfectamente proporcionada") que a menudo contiene mensajes que inducen a la culpa, estigmatiza el peso y la grasa corporal, y hace hincapié en las dietas, la alimentación restrictiva y añade como dimensión adicional la musculatura y la tonificación (Tiggemann & Zaccardo, 2015)

Se ha demostrado que el ejercicio motivado por la apariencia física, más que por la salud o el placer (Freire et al., 2020), está asociado a una imagen corporal negativa, por lo que se ha atribuido que las redes sociales tienen un papel mediador entre las actitudes socioculturales hacia la apariencia y el riesgo de desarrollo de un TCA.

Metodología

Diseño y objetivo

Se realizó un estudio observacional cuantitativo correlacional de corte transversal con el objetivo de analizar las actitudes socioculturales hacia la apariencia y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en un grupo de mujeres que van al gimnasio.

Participantes

Se incluyeron 320 mujeres con edades entre los 18 y los 40 años ($M = 28.9$; $DE = 6.3$) que asistían a gimnasios donde realizaban diferentes modalidades de entrenamiento, como: entrenamiento tradicional con máquinas (49.6%), entrenamiento funcional (25.3%) crossfit (24.3%), o calistenia (0.6%). La mayoría (55.3%) tenía educación universitaria en curso o finalizada y algunas tenía posgrado en curso o finalizado (17.8%). En su mayoría, fueron mujeres solteras (66.6%), de estratos socioeconómicos altos (69.1%), que trabajaban o estudiaban (94.4%). Solo se incluyeron mujeres que llevaran mínimo tres meses asistiendo al gimnasio. El 65.9% de ellas había estado asistiendo entre tres meses y tres años. En cuanto a su rutina semanal, asistían mínimo dos y máximo siete días ($M = 4.5$; $DE = 1.0$). Cada día que asistían, se ejercitaban entre una y tres horas ($M = 1.7$; $DE = .5$).

Instrumentos

Cuestionario de Actitudes Socioculturales sobre la Apariencia (SATAQ-4):

Es una prueba de autoinforme compuesta por 22 reactivos que evalúan las actitudes socioculturales hacia la apariencia, y está conformada por cinco subescalas que miden: (a) la internalización del ideal muscular (5 ítems), (b) la internalización del ideal de delgadez (5 ítems), (c) las presiones de los familiares (4 ítems), (d) las presiones de los pares (4 ítems), y (e) las presiones de los medios de comunicación (4 ítems).

La escala de respuesta del instrumento es de tipo Likert, donde 1 corresponde a “completamente en desacuerdo”, y 5, a “completamente de acuerdo”. La calificación del cuestionario es: a mayor puntaje, mayor internalización e influencia del modelo estético

corporal. En la validación colombiana de Villegas-Moreno et al. (2021) el instrumento obtuvo un nivel de confiabilidad alto, lo cual se refleja tanto en el índice de separación (2.63) como desde la teoría tradicional, a partir del alfa de Cronbach ($\alpha = .87$)

Test de Actitudes Alimentarias (EAT):

Se empleó la validación de Constaín et al. (2014). La prueba está conformada por 26 ítems, con respuesta tipo Likert, que indagan sobre preocupaciones y síntomas asociados con los TCA. Las actitudes alimentarias, valoran 4 dimensiones de riesgo: dieta, bulimia, preocupación por la comida y control oral. El riesgo de TCA se satisface con una puntuación ≥ 20 . La confiabilidad total de la escala fue de .93 La con-fiabilidad por subescala fue más alta en BN .89, seguida por dieta .85, control oral .81 y preocupación por la comida .75.

Procedimiento

Las participantes fueron contactadas en 8 gimnasios de la ciudad de Medellín, Colombia, donde se ejercitaban en distintas modalidades, como: crossfit, entrenamiento funcional y empleo tradicional de máquinas. Se establecieron como criterios de inclusión: ser mayor de 18 años y llevar mínimo 3 meses entrenando. El único criterio de exclusión fue reportar un diagnóstico del espectro de la psicosis, ya que la distorsión de la imagen corporal podría ser mejormente explicada por este tipo de diagnóstico. Se les explicó el objetivo del proyecto y se les entregó el consentimiento informado. Todas las participantes diligenciaron y entregaron los formatos solicitados. Los instrumentos se diligenciaron mediante autorreporte.

Consideraciones éticas

Todas las participantes firmaron un consentimiento informado, que fue elaborado considerando la ley 1090 de 2006 (código deontológico y bioético del psicólogo) del Congreso de la República de Colombia y la resolución 8430 de 1993 (normas científicas, técnicas y

administrativas para la investigación en salud) del Ministerio de Salud. El proyecto fue aprobado por el comité de ética de una de las universidades que participó en el estudio.

Análisis de datos: se realizaron análisis descriptivos, prueba de U de Mann-Whitney de comparación de medias y prueba Spearman de correlación bivariada. Se consideraron significativos los valores inferiores a $p < .05$

Resultados

Las participantes fueron asignadas a uno de dos grupos: grupo RTCA, donde se ubicaron aquellas mujeres que, de acuerdo con la calificación e interpretación del EAT, tenían riesgo de trastorno de la conducta alimentaria; y grupo No RTCA, donde se ubicaron aquellas no tenían riesgo. La Tabla 1 contiene los estadísticos descriptivos de las cinco dimensiones y la puntuación total de la EAT para estos dos grupos, así como el valor p de la prueba de U de Mann-Whitney. Como era lógico, ambos grupos tienen diferencias estadísticamente significativas en todas las dimensiones y la puntuación total.

Tabla 1. Descriptivos de la EAT de acuerdo con los grupos y comparación de medias

	RTCA		No RTCA		
	n = 163		n = 157		
	M	DE	M	DE	p
Anorexia (A)	8,9	2,8	3,0	1,2	< .001
Bulimia (B)	5,5	3,2	1,2	1,9	< .001
Dieta (D)	11,3	5,0	3,8	2,2	< .001
Preocupación Comida (PC)	12,2	3,4	4,3	2,5	< .001
Control Oral (CO)	3,2	3,1	,8	1,6	< .001
Total EAT (TEAT)	34,1	10,4	10,8	4,7	< .001

En la Tabla 2 se muestran los estadísticos descriptivos de las cinco dimensiones y la puntuación total del SATQ-4. Se presentaron diferencias estadísticamente significativas en

tres de las dimensiones y en la puntuación total al comparar los dos grupos mediante la prueba de U de Mann-Whitney.

Tabla 2. Descriptivos de las actitudes socioculturales de acuerdo con los grupos y comparación de medias

	RTCA		No RTCA		
	n = 163		n = 157		
	M	DE	M	DE	p
Internalización Muscular (IM)	10,1	3,1	8,0	2,4	< .001
Internalización Delgadez (ID)	18,9	4,2	13,5	4,6	< .001
Presiones Familiares (PF)	7,8	4,6	7,9	4,4	n.s.
Presiones Pares (PP)	8,2	4,6	7,0	3,5	n.s.
Presión Medios Comunicación (PMC)	17,5	4,6	12,0	5,4	< .001
Total Presión Delgadez (TPD)	68,2	13,0	51,1	14,7	< .001
n.s.: no significativo					

La Tabla 3 contiene los valores de los coeficientes de correlación de orden cero mediante la prueba de Spearman entre las dimensiones y la puntuación total del EAT y las dimensiones y la puntuación total del SATAQ-4. Se presentaron correlaciones débiles y moderadas.

Tabla 3. Correlaciones entre la EAT y el SATAQ-4

	A	B	D	PC	CO	TEAT
IM	,348**	,424**	,175**	,414**	,234**	,381**
ID	,628**	,530**	,481**	,662**	,343**	,637**
PF	-0,081	0,064	-,168**	0,04	-,122*	-0,055
PP	0,04	,211**	-0,053	,152**	-0,07	0,079
PMC	,536**	,494**	,411**	,602**	,152**	,563**
TPD	,583**	,555**	,434**	,653**	,233**	,609**
* < .05; ** < .01						

Discusión

Con base en los resultados de este estudio, se puede afirmar que la internalización de los modelos sociales de belleza, incrementan el riesgo de desarrollar un TCA, debido a que obtener la aprobación interpersonal y evitar las críticas sociales negativas relacionadas con la forma del cuerpo, implican adoptar patrones de control (purgas, dietas restrictivas, ejercicio excesivo) que permitan adecuarse a los ideales culturales.

Estos hallazgos coinciden con los de investigaciones recientes que han señalado que los valores específicos sobre el cuerpo, que se han construido por la influencia social, se consideran variables predictoras de las patologías en el comportamiento alimentario (Scott et al., 2023; Zanella & Lee, 2022)

Tomando como punto de partida esta perspectiva, se puede entender que la exposición permanente a los estereotipos de belleza contribuye a la construcción de una autoimagen negativa (Uchôa et al., 2019) en la medida en que se favorece la comparación, y con ello se refuerzan las creencias de imperfección física.

Es indiscutible que la sobre preocupación por el peso y la figura es un criterio diagnóstico común a los TCA (APA, 2013), no obstante, ceñirse a los cánones sociales de la apariencia corporal, contribuye a un pobre autoconcepto y una autoestima deficitaria, que trae como resultado una mayor búsqueda de aprobación en los demás.

Se puede comprender entonces que la búsqueda de reconocimiento social configura actitudes alimentarias más desordenadas y menor satisfacción con la autoimagen. Así mismo, el intento de ajustarse a los modelos de delgadez y de musculatura proliferados por los medios de comunicación y validados por las expectativas de la familia y el grupo de amigos, conlleva a que incremente la ansiedad por la apariencia social (miedo a ser evaluado negativamente en función del aspecto) y con ello, el riesgo de desarrollar desordenes en el comportamiento alimentario.

Habría que destacar que las conductas de riesgo de un TCA, a menudo se asocian con la necesidad de autocontrol y con las metas internas inalcanzables (Zubatsky et al., 2015), por

lo que la interiorización de las exigencias de desempeño (familiares y sociales), conllevan a que se establezcan estándares de adecuación muy elevados, dirigidos no sólo al deber y la perfección con la tarea, sino con uno mismo, lo cual deriva en experimentar altos niveles de frustración cuando no se alcanzan los estándares establecidos y como consecuencia de ello, el intento de regular los estados emocionales negativos (culpa, vergüenza, ansiedad) a través de la alimentación disfuncional (atracones, restricción).

Ahora bien, se puede entender que la población de mujeres que hacen deporte tenga un alto riesgo de desarrollar un TCA, en la medida en que podrían estar más expuestas al contenido de “Fitspiration”, que sugiere firmemente que el ideal corporal se alcanza para cualquiera que esté dispuesto a dedicar tiempo y energía a “hacer ejercicio”, lo que vincula cada vez más la interiorización de las actitudes socioculturales hacia la apariencia con las conductas alimentarias anómalas (de restricción y compensación) y con una práctica de ejercicio físico que tiene como única intención influir en el peso y en la apariencia física.

Conclusiones

Las actitudes sociales que validan los modelos corporales centrados en la delgadez (y recientemente en la definición muscular) impulsan el desarrollo de pensamientos obsesivos centrados en el control del peso y en el miedo a engordar, que conducen al empleo de conductas alimentarias disfuncionales y a un mayor riesgo de desarrollar un TCA en mujeres que habitualmente hacen ejercicio.

Referencias

Al-Kloub, M. I., Al-Khawaldeh, O. A., ALBashtawy, M., Batiha, A. M., & Al-Haliq, M. (2019). Disordered eating in Jordanian adolescents. *International Journal of Nursing Practice*, 25(1). <https://doi.org/10.1111/ijn.12694>

- Bonfanti, R. C., Coco, G. Lo, Salerno, L., & Di Blasi, M. (2022). The Thin Ideal and Attitudes towards Appearance as Correlates of Exercise Addiction among Sporty People during the COVID-19 Pandemic. *Behavioral Sciences*, 12(6). <https://doi.org/10.3390/bs12060187>
- Casale, S., Gemelli, G., Calosi, C., Giangrasso, B., & Fioravanti, G. (2021). Multiple exposure to appearance-focused real accounts on Instagram: Effects on body image among both genders. *Current Psychology*, 40(6), 2877–2886. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00229-6>
- Constaín, G. A., Ricardo Ramírez, C., Rodríguez-Gázquez, M. D. L. Á., Álvarez Gómez, M., Marín Múnera, C., & Agudelo Acosta, C. (2014). Validez y utilidad diagnóstica de la escala EAT-26 para la evaluación del riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en población femenina de Medellín, Colombia. *Atencion Primaria*, 46(6), 283–289. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2013.11.009>
- Costa, S., Hausenblas, H. A., Oliva, P., Cuzzocrea, F., & Larcan, R. (2015). Perceived parental psychological control and exercise dependence symptoms in competitive athletes. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 13(1), 59–72. <https://doi.org/10.1007/s11469-014-9512-3>
- da Cunha, M. C. F., Junqueira, A. C. P., de Carvalho, P. H. B., & Laus, M. F. (2022a). Disordered eating behaviors among CrossFit athletes. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 71(4), 280–287. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000389>
- da Cunha, M. C. F., Junqueira, A. C. P., de Carvalho, P. H. B., & Laus, M. F. (2022b). Disordered eating behaviors among CrossFit athletes. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 71(4), 280–287. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000389>
- de Vries, D. A., Peter, J., de Graaf, H., & Nikken, P. (2016). Adolescents' Social Network Site Use, Peer Appearance-Related Feedback, and Body Dissatisfaction: Testing a Mediation Model. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(1), 211–224. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0266-4>
- Freire, G. L. M., Da Silva Paulo, J. R., Da Silva, A. A., Batista, R. P. R., Alves, J. F. N., & Do Nascimento Junior, J. R. A. (2020). Body dissatisfaction, addiction to exercise and risk behaviour for eating disorders among exercise practitioners. *Journal of Eating Disorders*, 8(1). <https://doi.org/10.1186/s40337-020-00300-9>
- Kleemans, M., Daalmans, S., Carbaat, I., & Anschütz, D. (2018). Picture Perfect: The Direct Effect of Manipulated Instagram Photos on Body Image in Adolescent Girls. *Media Psychology*, 21(1), 93–110. <https://doi.org/10.1080/15213269.2016.1257392>

- McLean, S. A., Paxton, S. J., Wertheim, E. H., & Masters, J. (2015). Photoshopping the selfie: Self photo editing and photo investment are associated with body dissatisfaction in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 48(8), 1132–1140. <https://doi.org/10.1002/eat.22449>
- Al-Kloub, M. I., Al-Khawaldeh, O. A., ALBashtawy, M., Batiha, A. M., & Al-Haliq, M. (2019). Disordered eating in Jordanian adolescents. *International Journal of Nursing Practice*, 25(1). <https://doi.org/10.1111/ijn.12694>
- Bonfanti, R. C., Coco, G. Lo, Salerno, L., & Di Blasi, M. (2022). The Thin Ideal and Attitudes towards Appearance as Correlates of Exercise Addiction among Sporty People during the COVID-19 Pandemic. *Behavioral Sciences*, 12(6). <https://doi.org/10.3390/bs12060187>
- Casale, S., Gemelli, G., Calosi, C., Giangrasso, B., & Fioravanti, G. (2021). Multiple exposure to appearance-focused real accounts on Instagram: Effects on body image among both genders. *Current Psychology*, 40(6), 2877–2886. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00229-6>
- Constaín, G. A., Ricardo Ramírez, C., Rodríguez-Gázquez, M. D. L. Á., Álvarez Gómez, M., Marín Múnera, C., & Agudelo Acosta, C. (2014). Validez y utilidad diagnóstica de la escala EAT-26 para la evaluación del riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en población femenina de Medellín, Colombia. *Atencion Primaria*, 46(6), 283–289. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2013.11.009>
- Costa, S., Hausenblas, H. A., Oliva, P., Cuzzocrea, F., & Larcán, R. (2015). Perceived parental psychological control and exercise dependence symptoms in competitive athletes. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 13(1), 59–72. <https://doi.org/10.1007/s11469-014-9512-3>
- da Cunha, M. C. F., Junqueira, A. C. P., de Carvalho, P. H. B., & Laus, M. F. (2022a). Disordered eating behaviors among CrossFit athletes. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 71(4), 280–287. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000389>
- da Cunha, M. C. F., Junqueira, A. C. P., de Carvalho, P. H. B., & Laus, M. F. (2022b). Disordered eating behaviors among CrossFit athletes. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 71(4), 280–287. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000389>
- de Vries, D. A., Peter, J., de Graaf, H., & Nikken, P. (2016). Adolescents' Social Network Site Use, Peer Appearance-Related Feedback, and Body Dissatisfaction: Testing a Mediation Model. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(1), 211–224. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0266-4>

- Freire, G. L. M., Da Silva Paulo, J. R., Da Silva, A. A., Batista, R. P. R., Alves, J. F. N., & Do Nascimento Junior, J. R. A. (2020). Body dissatisfaction, addiction to exercise and risk behaviour for eating disorders among exercise practitioners. *Journal of Eating Disorders*, 8(1). <https://doi.org/10.1186/s40337-020-00300-9>
- Kleemans, M., Daalmans, S., Carbaat, I., & Anschütz, D. (2018). Picture Perfect: The Direct Effect of Manipulated Instagram Photos on Body Image in Adolescent Girls. *Media Psychology*, 21(1), 93–110. <https://doi.org/10.1080/15213269.2016.1257392>
- McLean, S. A., Paxton, S. J., Wertheim, E. H., & Masters, J. (2015). Photoshopping the selfie: Self photo editing and photo investment are associated with body dissatisfaction in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 48(8), 1132–1140. <https://doi.org/10.1002/eat.22449>
- Melo, D., Oliveira, S., & Ferreira, C. (2020). The link between external and internal shame and binge eating: the mediating role of body image-related shame and cognitive fusion. *Eating and Weight Disorders*, 25(6), 1703–1710. <https://doi.org/10.1007/s40519-019-00811-8>
- Rancourt, D., Leahey, T. M., Larose, J. G., & Crowther, J. H. (2015). Effects of weight-focused social comparisons on diet and activity outcomes in overweight and obese young women. *Obesity*, 23(1), 85–89. <https://doi.org/10.1002/oby.20953>
- Reinboth, M. S., Sundgot-Borgen, J., & Bratland-Sanda, S. (2022). Exercise Dependence and Body Image Concerns Amongst Group Fitness Instructors: A Self-Determination Theory Approach. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.816287>
- Rodgers, R. F., McLean, S. A., & Paxton, S. J. (2015). Longitudinal relationships among internalization of the media ideal, peer social comparison, and body dissatisfaction: Implications for the tripartite influence model. *Developmental Psychology*, 51(5), 706–713. <https://doi.org/10.1037/dev0000013>
- Scott, G. G., Pinkosova, Z., Jardine, E., & Hand, C. J. (2023). “Thinstagram”: Image content and observer body satisfaction influence the when and where of eye movements during instagram image viewing. *Computers in Human Behavior*, 138. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107464>
- Stoyel, H., Slee, A., Meyer, C., & Serpell, L. (2020). Systematic review of risk factors for eating psychopathology in athletes: A critique of an etiological model. *European Eating Disorders Review*, 28(1), 3–25. <https://doi.org/10.1002/erv.2711>

- Thompson, J. K., & Stice, E. (2001). Thin-ideal internalization: Mounting evidence for a new risk factor for body-image disturbance and eating pathology. *Current Directions in Psychological Science*, 10(5), 181–183. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00144>
- Tiggemann, M., & Anderberg, I. (2020). Social media is not real: The effect of ‘Instagram vs reality’ images on women’s social comparison and body image. *New Media and Society*, 22(12), 2183–2199. <https://doi.org/10.1177/1461444819888720>
- Tiggemann, M., & Zaccardo, M. (2015). “Exercise to be fit, not skinny”: The effect of fitspiration imagery on women’s body image. *Body Image*, 15, 61–67. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.06.003>
- Uchôa, F. N. M., Uchôa, N. M., Daniele, T. M. da C., Lustosa, R. P., Garrido, N. D., Deana, N. F., Aranha, Á. C. M., & Alves, N. (2019). Influence of the mass media and body dissatisfaction on the risk in adolescents of developing eating disorders. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph16091508>
- Villegas-Moreno, M. J., Pérez, C. L., & Adames, C. P. (2021). Validation of the sociocultural attitudes questionnaire on appearance (SATAQ-4) in the Colombian population. *Acta Colombiana de Psicología*, 24(1), 86–95. <https://doi.org/10.14718/ACP.2021.24.1.8>
- Zanella, E., & Lee, E. (2022). Integrative review on psychological and social risk and prevention factors of eating disorders including anorexia nervosa and bulimia nervosa: seven major theories. *Heliyon*, 8(11), e11422. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e11422>
- Zubatsky, M., Berge, J., & Neumark-Sztainer, D. (2015). Longitudinal associations between parenting style and adolescent disordered eating behaviors. *Eating and Weight Disorders*, 20(2), 187–194. <https://doi.org/10.1007/s40519-014-0154-z>