

**Alba Aliau Capilla**

**Relació del cànon de bellesa femení amb els  
trastorns alimentaris**

**TREBALL DE FI DE GRAU**

**dirigit per la tutora Carmina Puig Cruells**

**Grau de Treball Social**



**UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI**

**Tarragona**

**2021**

## MOTIVACIÓ

Per una banda, la motivació per a la realització d'aquest article sorgeix, principalment, de l'experiència personal amb un Trastorn de la Conducta Alimentària (TCA) i la pressió viscuda per encaixar dins d'uns cànons de bellesa determinats. Des que les dones neixen sembla que hi hagi unes determinades normes que han de seguir, entre les quals es troba el tipus d'aparença que han de tenir per poder tenir èxit tant en la vida laboral com social. No s'està dient que els homes no tinguin estàndards de bellesa per encaixar-hi, però s'ha observat en molts estudis que les dones se senten més pressionades socialment en aquest sentit. Aquesta pressió pot derivar a trastorns mentals com els TCA o alteracions de la conducta alimentària, la qual cosa comporta una distorsió de la imatge corporal i disminució de l'autoestima, entre altres problemes. Encara que s'ha de tenir en compte que no tots els casos són iguals i no sempre aquesta pressió és causa d'un trastorn, sí que es pot considerar un factor causal potencial. Cal dir també que aquest no és el principal factor detonant, ja que es tracta d'una malaltia multifactorial. Per una altra part, la motivació també sorgeix per l'interès respecte a l'àmbit de la Violència de Gènere i les seves múltiples formes d'expressió, una de les quals és el rol de gènere assignat a les dones i que es considera un altre causant de la dita patologia. A la fi i al cap, tant una cosa com l'altra tenen una connexió i, per aquest motiu, s'ha volgut mostrar aquesta relació en aquest article.

# **Relació del cànon de bellesa femení amb els trastorns alimentaris**

“Relationship between the female beauty canon and eating disorders”

Alba Aliau Capilla

Estudiant del Grau de Treball Social 4t curs de la Universitat Rovira i Virgili

## **RESUM**

L'objectiu principal d'aquest article és dur a terme una aproximació a les causes dels Trastorns de la Conducta Alimentària (TCA) derivades de la pressió social per encaixar dins dels estàndards de bellesa socialment acceptats i les seves possibles conseqüències. S'han realitzat entrevistes a dones joves d'entre 20 i 24 anys per conèixer les seves experiències respecte a la pressió exercida sobre el compliment dels cànon establerts. Els resultats obtinguts mostren que hi ha una clara relació entre aquest fenomen social i l'evolució d'una alteració en la conducta alimentària, per tant es pot considerar com un factor causal potencial, tot i que, no és l'única causa identificada de la patologia. També, un altre factor important és el rol de gènere femení establert que defineix el que “hauria de ser” una dona.

## **ABSTRACT**

The main objective of this article is to carry out an approximation to the causes of Eating Disorders (ED) derived from social pressure to fit within socially accepted beauty standards and their possible consequences. Interviews have been conducted with young women between the age of 20 and 24 to learn about their experiences regarding the pressure exerted on compliance with the established fees. The results obtained show that there is a clear relationship between this social phenomenon and the evolution of an alteration in food behaviour, therefore it can be considered as a potential causal factor, although it is not the only identified cause of the pathology. Another important factor is the established female gender role that defines what a woman “should be”.

## **PARAULES CLAU**

Salut Mental, trastorns de la conducta alimentària, trastorns mentals, societat, cànon de bellesa, causes, conseqüències, treballadors socials.

## **KEY WORDS**

Mental Health, eating disorders, mental disorders, society, canons of beauty, causes, consequences, social workers.

## 1. INTRODUCCIÓ

Existeixen moltes investigacions relacionades amb els Trastorns de la Conducta Alimentària (TCA) i les múltiples causes de la dita patologia, per tant és un tema d'estudi que es porta analitzant i tractant durant molts anys. Tal com diu Ana María Fernández Hernández, *“els trastorns alimentaris, dels quals en són més coneguts l'anorèxia nerviosa i la bulímia nerviosa, no esdevenen malalties actuals, sinó el resultat d'una construcció social, cultural, religiosa i mèdica que ha respost, al llarg de la història, als coneixements de cada època”*(Fernández A. M., 2015).

Però, malgrat que la patologia no tingui els seus orígens en l'actualitat, sí que és cert que no ha estat fins fa relativament poc que s'ha profunditzat en les causes d'aquesta i s'ha anat més enllà d'un diagnòstic i tractament mèdic, el qual consistia en augmentar de pes com a principal objectiu.

Els TCA es consideren malalties multifactorials, és a dir, hi ha més d'un factor que pot causar la seva evolució i, també, s'han classificat com patologies que no tenen un únic tractament, ja que cada cas és únic i s'ha de tractar de manera adequada a cada pacient, és a dir, de forma individual i personalitzada. Entre aquestes causes, les quals s'aniran anomenant i explicant durant aquest article, es troben les que estan relacionades amb factors socioculturals com ho són els mitjans de comunicació i les que ho estan amb factors individuals i socials com poden ser la família i els amics. En general, es tracta d'una patologia difícil de diagnosticar amb una causa única i s'ha de fer una observació psicològica profunda per conèixer el motiu pel qual la persona ha arribat a desenvolupar-la i analitzar, d'aquesta manera, quin tipus de tractament necessita.

Un altre dels factors causals, el qual s'ha identificat com el gran culpable i potenciador d'aquests trastorns mentals, són els estàndards de bellesa implantats socialment. S'ha de tenir en compte que cada societat i cultura té uns estàndards de bellesa determinats, però en aquest article es parlarà dels cànons de bellesa vinculats a la societat occidental i, en particular, com afecta a les dones aquesta pressió per entrar dins d'aquests cànons. A tot això, podem afegir el rol de gènere que la societat patriarcal ha assignat a les dones, el qual destaca la importància de l'atractiu corporal per tenir èxit social i laboral.

El tema principal del present article sorgeix del següent qüestionament: Com la pressió social per encaixar dins dels estàndards de bellesa socials pot causar l'evolució d'una alteració alimentària? En aquest article es defensarà com la pressió social per encaixar dins dels cànons de bellesa establerts sobre les dones està vinculada amb el desenvolupament d'un trastorn alimentari.

## 2. METODOLOGIA

Per tal de dur a terme el que s'ha dit anteriorment i acompanyar les aportacions teòriques d'altres autors, els quals han realitzat estudis i articles sobre les diferents causes de l'evolució dels Trastorns de la Conducta Alimentària i la concepció de bellesa dins la societat occidental actual, s'han realitzat entrevistes en profunditat a deu noies joves d'entre vint i vint-i-quatre anys de manera anònima. En aquestes entrevistes se'ls ha preguntat a les noies per temes relacionats amb els cànons de bellesa i la seva percepció sobre la pressió social cap a les dones per encaixar dins d'aquests. Les preguntes s'han estructurat en 4 categories, les quals són: bellesa i estàndards de bellesa, cura personal i autoestima, entorn social, indústria de la moda i societat.

La fonamentació i la base d'aquest article es troba, per una banda, en les aportacions teòriques d'autors que han dut a terme estudis i articles relacionats amb la temàtica ja esmentada destacant autors com Behar (Behar,2010) i Virchili (Verchili, 2008)i, per una altra banda, de la informació extreta de les entrevistes a les dones joves, les quals expliquen la seva experiència personal sobre la pressió social per encaixar dins d'uns patrons estètics ideals. Les entrevistes s'han realitzat per via virtual, mitjançant videoconferència, i les aportacions teòriques dels diferents autors s'han extret de les diferents pàgines web que es troben a la xarxa.

## 3. CONCEPTES BÀSICS

### 3.1. Que són els estàndards de bellesa?

En les diverses cultures i èpoques històriques, el cos ha estat lligat irremissiblement a lo social i a lo cultural. En la societat occidental, l'educació tendeix a modelar el cos i a ajustar-lo a les exigències i normatives de l'entorn en què es viu, adquirint aquest una funció molt important com a mediador cultural.

Els **cànons** o **estàndards de bellesa**, si s'aplica aquests conceptes a les persones, es defineixen com una gran varietat de característiques que defineixen allò que és bell i que és atractiu per a una societat, encarregant-se aquestes de catalogar i classificar a les persones en funció de si posseeixen aquestes particularitats. Aquest és un concepte dinàmic, ja que les característiques que defineixen la bellesa varien segons la cultura i el període històric (Aires, 2017).

Si es fa la vista enrere, des de les escultures de marbre clàssiques fins a les figures esveltes de les passarel·les de moda dels anys noranta, els ideals de bellesa han canviat constantment al llarg de la història. Tal i com diu Maroño, *“la definició de “bellesa” és tan diversa com el mateix ésser humà, però l'obsessió per aconseguir-la és una cosa que s'ha anat perpetuant amb el pas dels segles”*(Maroño, 2020).

I és en aquest context històric i social, on han sorgit una de les patologies més destructores que afecten a les adolescents i adultes joves, com són els trastorns de la conducta alimentària, de les quals l'anorèxia nerviosa i la bulímia nerviosa són els tipus principals, tot i que hi ha altres que han anat sorgint en els últims temps.

### **3.2. Que són els Trastorns de la Conducta Alimentària?**

Els Trastorns de la Conducta Alimentària (TCA) són un conjunt d'alteracions psicològiques que es caracteritzen per les severes pertorbacions a l'hora de menjar creant una sèrie de pautes i tècniques com la reducció d'ingesta d'aliments, moments de gana desmesurats i de menjar de manera compulsiva, obsessió amb l'imatge corporal i pels quilos que marca la bàscula. Els més freqüents són l'anorèxia i la bulímia nerviosa, sobre els quals es centrarà aquest article (Molero, Fuentes, Gázquez, Barragán, Martos, & Simon).

L'anorèxia nerviosa és un trastorn, potencialment, mortal que es caracteritza pel fet que la persona té un pes molt baix, té molta por a augmentar de pes i té una distorsió de la seva imatge corporal. Quan es té anorèxia s'evita el màxim possible menjar aliments o aliments amb moltes calories o s'usen altres mecanismes per a perdre pes, per exemple, exercici sense control, prendre laxants o suplementes dietètics, o vomites després de menjar. Si la persona vomita el trastorn s'anomena anorèxia nerviosa purgativa i, si no ho fa, però es restringeix la ingesta d'aliments s'anomena anorèxia nerviosa restrictiva (Mayo Clínic, 2018).

La bulímia nerviosa és quan la persona ingereix molt de menjar en un curt període de temps i vomites, fet que li crea una sensació de descontrol sobre la seva alimentació. Tot això, es a causa dels sentiments de culpa, de vergonya i la por intensa a pujar de pes per menja en excés. Les persones bulímiques es jutgen amb molta severitat i duresa pels defectes producte de la seva autopercepció. Aquestes poden tenir un pes normal o bé amb un poc de sobrepès (Mayo Clínic, 2018).

Aquests són els principals o més freqüents trastorns de la conducta alimentària, però és poden trobar d'altres com: Ortodèxia, Potomania, Pica, Trastorn per afartament, Manorèxia, Drunkorèxia, Pregorèxia, entres molts altres més. L'evolució de la societat i l'aparició de noves tendències relacionades amb l'aspecte físic propicien l'aparició de nous trastorns de la conducta alimentària, dels quals molts són desconeguts per molta gent per què els més sentits són l'anorèxia i la bulímia.

#### **4. FACTORS CAUSALS DELS TCA**

Els Trastorns de la Conducta Alimentària són multifactorials, és a dir, que hi ha varies causes d'aquestes malalties i, per el tant, han de ser tractades de forma multidisciplinària. A causa de les seves múltiples dimensions, la patologia s'ha convertit en objecte d'estudi de nombroses disciplines. La literatura mèdica és la que més s'ha centrat en definició clínica dels trastorns des del segle XVII i, si alguna cosa deixa en clar aquesta literatura, és que els TCA es caracteritzen per la seva mal-leabilitat, en el sentit que les manifestacions relacionades varien segons els factors històrics o de les circumstàncies socials canviants(Gracia-Arnaiz, 2014).

Es considera que l'origen de l'anorèxia nerviosa i la bulímia nerviosa o, millor dit, el seu augment de casos està vinculat als canvis socials, històrics, econòmics i polítics de les societats occidentals contemporànies. Aquesta vinculació ha fet possible l'abordatge de diferents estudis sobre el tema i ha augmentat la literatura socioantropològica esdevenint diferents abordatges analítics (Gracia-Arnaiz, 2014).

Els Trastorns de la Conducta Alimentària s'han conceptualitzat com malalties psico-bio-socials que no tenen una etiologia fàcil d'establir o abordar. Hi ha vegades que s'expliquen per predisposició genètica, altres per falta d'autonomia personal, altres per conflictivitat familiar i, amb major freqüència, per seguir règims de forma incontrolada o irracional per aprimar-se, la qual és la que predomina. Dins d'aquesta etiologia es troben els factors socioculturals i els factors individuals i socials(Behar, 2010).

##### **4.1. Factors socioculturals en l'evolució del trastorn**

Els factors socioculturals formen una de les parts fonamentals en el desenvolupament dels estereotips corporals. Entre els atributs que la societat i cultura ostenten hi ha principalment:

###### **1) El model cultural de bellesa de la societat occidental contemporània**

La societat es caracteritza per la gran evolució en les comunicacions i el consum, les quals afavoreixen la promoció de missatges publicitaris destinats a crear, exhibir i perpetuar l'ideal de bellesa que ha de ser aconseguit. Es conviu en un entorn social que avalua, constantment, l'aspecte físic de les persones deixant de banda altres atributs intel·lectuals i espirituals. I aquelles dones que pertanyen a grups considerats de risc, en els quals és de gran importància tenir un cos prim com les models, les gimnastes, ballarines, dones adolescents i joves, són les que més difícil ho tenen per evitar la coacció mediàtica per aconseguir el cànon ideal de bellesa(Behar, 2010).

Actualment, sembla que tenir una figura esvelta és igual a tenir èxit, poder, valor, atractiu i intel·ligència. I, alhora, la cultura relaciona estar greixa com una malaltia, lletjor, incapacitat i ineficiència. Implícitament i explícitament es transmet que estar prima és sinònim d'èxit social, demostra que hi ha un control sobre si mateixa i sobre els de més. En canvi, no estar prima és significat de fracàs, no tenir la capacitat d'agradar, d'aconseguir les metes proposades i de triomfar(Behar, 2010).

## **2) El rol de gènere i els trastorns de la conducta alimentària**

D'acord que aproximadament del 90% a 95% de les persones que tenen un trastorn de la conducta alimentària són dones adolescents i adultes joves, és normal pensar que pot haver-hi una influència del rol de gènere en les causes de la malaltia. A part, hi ha molts estudis que suggereixen la relació entre el rol de gènere i la disfunció alimentària. Diversos autors han dit que la socialització lligada a la identitat genèrica femenina, posa en un lloc de risc a les dones per a desenvolupar un TCA, principalment durant l'adolescència i els primers anys d'adulthood (Behar, Barrera, & Michelotti, 2001).

El fet que les dones tinguin preocupacions a edats tants joves sobre l'atractiu corporal és una evidència més del poder que exerceix la socialització en la construcció del rol sexual. Alguns autors, que han posat en èmfasis l'importància dels rols sexuals, han sigut participis de què tant la feminitat extrema com el rebuig d'aquesta, són punts factibles de trobar en pacients de TCA (Verchili, 2008).

A tot això, s'afegeix la pressió social sobre la corporalitat femenina és exagerada, en especial, sobre les adolescents, que lluiten per encaixar dins d'un ideal de bellesa irreal e insalubre. Aquesta insatisfacció per no veure's dins del pes que seria ideal i l'excés d'atenció a l'imatge corporal es considera un factor de risc per a desenvolupar-se un trastorn alimentari. Segons estudis, la majoria de dones mostren insatisfacció per com es veuen de cintura per baix, en canvi, els homes es senten més descontents en com es veuen de cintura per a dalt. També, les dones es mostren més disposades a fer-se canvis estètics passant pel quiròfan (Verchili, 2008).

## **3) La classe social**

Es considera que a major exposició a la urbanització major probabilitats de patir un TCA, ja que la persona es troba més exposada als medis que promouen canvis en els hàbits alimentaris, el sedentarisme i un major nombre de persones amb sobrepès i obesitat. Tradicionalment, s'atribuïen els trastorns de la conducta alimentària a dones joves, riques, blanques, pertanyents a una classe social alta, residents en països rics, fenomen que ha anat disminuint pel nombre de casos d'aquesta malaltia en diferents ètnies i països en vies de desenvolupament (Behar, 2010).

## **4) El món del modelatge**

Com ja s'ha parlat anteriorment, el modelatge ha estat una gran influència per a les dones del món i ha estat una causa important pel desenvolupament de la malaltia, tot i que, no és l'única i principal. Les models són personatges claus per a la difusió i exhibició dels cànons de bellesa actuals, que arriben en massa a les joves adolescents i adultes joves (Behar, 2010).

A més, el perfil de gènere femení que marca la comunicació de "l'indústria de la bellesa" està introduint patrons de comportament que no només perpetuen els rols i estereotips associats a la feminitat normativa patriarcal, sinó que els reforça i assigna de manera precoç des d'edats molt joves. Entre ells, l'eterna preocupació femenina per



agradar i ser desitjable. Fet que ja mostren moltes nenes des de edats molts joves i que pot portar a un cercle de recerca de l'ideal de bellesa irracional i inclús patològic(Verchili, 2008).

### **5) Els mitjans de comunicació i la publicitat**

Els mitjans de comunicació, com la televisió, promouen i divulguen un ideal de bellesa que genera una gran insatisfacció corporal. Un dels quatre missatges que apareixen en els mitjans de comunicació inviten d'alguna manera a la dona a perdre pes. L'anomena't *coeficient d'utilització*, que marca la quantitat de vegades que una paraula apareix a una publicitat, ens mostra que en més d'un 50% d'aquests missatges es repeteixen les paraules figura, prim, centímetres, quilos, calories, línia o aprimar-se(Pachón, 2006).

En alguns estudis s'ha investigat sobre l'aparença dels homes i dones, que surten per la televisió, i s'ha demostrat que la majoria de cossos femenins exposats tenen una complexació prima o en un baix pes. Per el tant, el cos que ven la televisió és el d'una dona molt jove i esvelta(Verchili, 2008).

Dins de la societat de consum actual s'emeten tres missatges contradictoris relacionats amb l'imatge corporal i l'alimentació, els quals originen una gran tensió corporal i social a la persona. Per una banda està el missatge sanitari, en el qual es marquen les pautes d'alimentació saludables. Per una altra el missatge gastronòmic, producte de les necessitats creades a l'individu pel sector de la restauració i les empreses de productes alimentaris. Per últim, està el missatge estètic, productes baix en grasses i dietètics que responen a la norma social d'estar prim per ser acceptat socialment. Els mitjans de comunicació de massa s'han convertit en el mirall social que reflecteix les realitats impossibles perseguides per les persones, que creen tensions en els individus més vulnerables; tensions que poden portar al desenvolupament de patologies de la conducta alimentària(Pachón, 2006).

### **6) El culte narcisista al cos**

El cos s'ha convertit en un símbol d'estatus, joventut, salut, energia i mobilitat regit per una dieta i uns exercicis adequats. En l'actualitat, el perfecte domini corporal s'aconsegueix a base d'una bona alimentació, l'esport i el cuidat estètic. Aquesta importància que se li dóna al cos s'ha potenciat gràcies al món de l'espectacle, l'esport i la publicitat. També, s'han afegit la cosmètica, la cirurgia estètica i la producció d'un gran nombre de productes dietètics (Verchili, 2008).

Ara bé, l'activitat física també és una bona forma de disminuir el malestar psicològic, probablement arran del millorament de l'autoconcepte físic, a més, d'alleugerar l'ansietat, l'estrès i tensions acumulades, és a dir, fer esport ajuda a tenir una millor estabilitat mental. Només quan la persona té un autoconcepte físic baix resulta un risc potencial de TCA, per el que es pot justificar l'activitat física com una forma d'augmentar el benestar subjectiu i de reduir el grau de malestar psicològic(Fernández, 2009).

## **7) Pàgines web que promouen els TCA**

Els termes “pro-ana” i “pro-mía” a Internet, es refereixen a una subcultura que promou i dona suport a l’anorèxia nerviosa i la bulímia nerviosa com una elecció d’estil de vida alternatiu més com un trastorn de la conducta alimentària. Dins la xarxa hi ha blogs, grups de debat i enllaços dedicats a la pro-anorèxia, que des de la perspectiva mèdica són considerats nocius i criminals. Com a defensa d’aquests llocs web s’afirma que resulten un punt de suport per a les pacients, on no sentir-se jutjades, encara que sigui a costa de disminuir la seva motivació per recuperar-se (Verchili, 2008).

Les agrupacions “pro-ana” rebaten les crítiques, presentant la malaltia com una opció natural la persecució sense control d’una extrema esveltesa. Aquests llocs inclouen consells com continuar o mantenir l’anorèxia, i també sobre com amagar la condició als teus amics, familiars i metge o enganya la gana, així com taules calòriques i altres recursos (Verchili, 2008).

## **8) Violència estructural de gènere com a problema social**

El terme violència estructural és aplicable a aquelles situacions en què es produeix un dany en la satisfacció de les necessitats humanes bàsiques com a resultat dels processos d’estratificació social. Aquest terme remet l’existència d’un conflicte entre dos o més grups d’una societat en el que el repartiment, accés o possibilitat d’ús dels recursos és resolt sistemàticament a favor d’unes parts i en perjudici dels de més, a causa dels mecanismes d’estratificació social. La utilitat d’aquest termini s’origina en el reconeixement de l’existència de conflicte en l’ús dels recursos materials i socials i com a tal, és útil per entendre i relacionar-lo amb manifestacions de violència directa o de violència cultural (Tortosa & La Parra, 2003).

En aquest cas, de la violència estructural que es parlarà és la dirigida a les dones dins la societat patriarcal. Segons les Nacions Unides, en cap societat, tant dels països desenvolupats com dels que no ho estan, ni els nens ni nenes, com tampoc les dones, gaudeixen de les mateixes condicions d’igualtat en relació amb els homes. Dites realitat s’han discutit en el marc del Dret Internacional Humanitari; s’han comparat amb els crims de l’humanitat en situacions de conflicte armat; i, sobretot, des del feminisme s’ha fet èmfasis en la visibilització del seus cimens, abastos i conseqüències en la mesura en què era necessari “visualitzar el fenomen com un problema social (no només individual), d’ordre públic (no només privat), de competència dels tribunals i que exigeix polítiques públiques amb obligacions específiques per a les institucions, incloses les de salut” (Munévar-Munévar & Mena-Ortiz, 2009).

En el context d’una societat sexista, racista, xenòfoba, homòfona, exclouent i naturalitzants configuren relacions desiguals en el repartiment, l’accés o la possibilitat d’ús de tota classe de recursos, sobretot materials, socials i simbòlics entre les dones de diferents regions del món. Aquesta situació es va mantenint de manera opaca o amagada per la interacció d’actors i actores socials amb la mateixa estructura social dominant. La violència cap a les dones està present en escenaris i interaccions microsocials, on es

deixa veure i es manté la desigualtat de gènere com una qüestió de caràcter estructural. Aquesta violència estructural de gènere regeix l'estructura de poder per a continuar preservant la dominació masculina, amb l'objectiu de suprimir o reprimir la potencialitat de les dones o de reconduir aquesta potencialitat a altres àmbits com el privat i, d'aquesta manera, no interferir en l'hegemonia masculina que, malauradament, domina la societat actual (Munévar-Munévar & Mena-Ortiz, 2009).

#### **4.2. Factors individuals i socials en l'evolució del trastorn**

Dins dels factors individuals que poden afectar en la distorsió de l'imatge corporal existeixen:

##### **1) La família**

El nucli familiar és un dels components més importants i influents, ja que es traslladen opinions i costums respecte a la nutrició, així com es configuren pautes i hàbits, a més s'estima que la família pot ser un dels elements causants. Un àmbit familiar negatiu suposa menors habilitats i una major susceptibilitat i en un àmbit familiar positiu passa el contrari. Les característiques més freqüents en les relacions familiars d'aquests tipus de patologies són: la sobreprotecció, excessiva fermesa, negativitat, una menor unió, baixa tolerància i escàs emmotllament. Aquestes famílies solen posar molta pressió social per estar prim, la qual cosa reforça les conductes de dieta i estimula el seu seguiment o rebutja el sobrepès o l'obesitat. Les conductes solen estar recolzades per les mares de les pacients, en especial, en aquelles mares que són més crítiques i estan preocupades pel pes de les seves filles, incentivant-les a fer dieta (Verchili, 2008).

##### **2) Les amistats**

Les amistats tenen un gran paper en el desenvolupament dels TCA. Aquestes poden particularitzar els models socials i exagerar els defectes socials, a més, els seus comentaris tindran una influència i repercussió molt major que els mitjans de comunicació. Estudis demostren que per a les noies adolescents, les influències socioculturals i el reforçament de la millor amiga i de la mare són importants previsors d'estratègia de canvis corporals (Verchili, 2008).

##### **3) Crítiques o burles (bullying)**

Vàries investigacions informen que, amb freqüència, les burles promouen l'aparició d'insatisfacció corporal i la restricció alimentària. Les parts del cos, que són subjecte de burla més sovint, són la cara, el cap, la part superior del tors i el pes, sent les persones que habitualment es burlen els germans, els pares i les amistats. Les burles respecte a l'aspecte físic de la persona durant l'època de l'infància, poden influir en el desenvolupament de trastorns de la conducta alimentària a l'adulthood (Verchili, 2008).

Cal afegir que, d'acord amb un estudi donat a conèixer per la Universitat de Duke i Carolina del Nord, els nens que fan bullying presenten més factors de risc de desenvolupar bulímia que les víctimes d'assetjament. Tal com afirma l'investigador en medicina Humberto Soriano *“no només els nens que han estat maltractats per altres*

*sofreixen de trastorns alimentaris, com anorèxia i afartaments. També, els matons es veien afectats per aquest problema. Malgrat això, es sol associar l'imatge d'aquest problema a les seves víctimes i s'oblida que també els agressors tenen problemes emocionals que repercuteixen en altres conseqüències” (Escuela de Medicina, 2015).*

#### **4) El desenvolupament físic i el reforçament social durant l'adolescència**

Els canvis físics de la pubertat poden causar preocupacions sobre l'aparença física. S'ha mostrat que l'adolescència és un període vital molt vinculat amb les patologies alimentàries. La cultura, en general, se li envia el missatge a les adolescents que se les valora i jutja pel seu aspecte físic. Se les incentiva a assemblar-se a les dones que representen l'ideal de bellesa, pràcticament impossible, per a moltes altres dones: cos de nen amb malucs estrets, braços estilitzats i estómac pla, pits i cul grans(Verchili, 2008).

Els estudis han demostrat que les dones adolescents tenen una autoestima més baixa i unes perspectives negatives de les seves característiques físiques i habilitats intel·lectuals que els nois. Tant la pressió social com les transformacions biològiques fan que la dona estigui més atenta al seu cos. A l'adolescència, l'autoestima està molt enllaçada en complir els valors predeterminats del propi grup social i aquest fet s'aplica al mateix cos. La imatge que l'adolescent té de si mateix es construeix segons els vincles amb els companys, amics, pares, ídols, figures de culte, etc, els quals constitueixen la representació de models i consellers(Verchili, 2008).

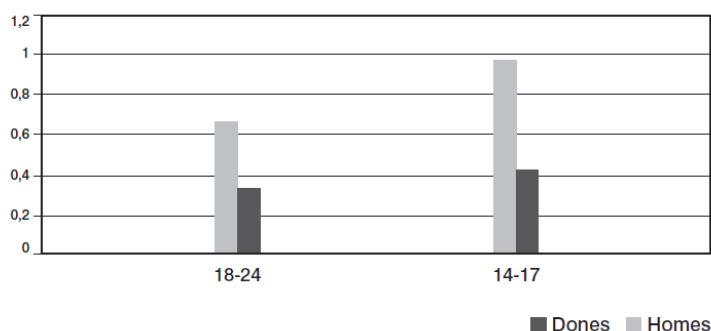
#### **5) Perfeccionisme e insatisfacció corporal**

El perfeccionisme es defineix com la pràctica d'exigir-se a un mateix o als de més una major qualitat de rendiment de les que es requereix per la situació. El perfeccionisme exagerat s'ha identificat com una de les característiques de les pacients d'anorèxia nerviosa i bulímia nerviosa, especialment, durant l'època de l'adolescència. La relació entre perfeccionisme i conductes alimentàries s'ha detectat inclús en la població sana. Aquesta relació és bastant forta quan parlem de perfeccionisme auto-orientat, és a dir, l'imposició personal d'estàndards elevats que prediuen la realització de dietes, d'exercici físic compulsiu, descontrol en la ingesta i vòmits, així com desenvolupar un augment de la simptomatologia emocional i el malestar psicològic(Especialistas en Trastornos del Comportamiento Alimentario , 2019).

## 5. PERCEPCIÓ DE L' IMATGE CORPORAL EN JOVES D'ESPANYA

Els resultats extrets d'una línia d'investigació en trastorns alimentaris, que van iniciar els membres del Grup d'Investigacions en Antropologia del departament d'Antropologia, Filosofia i Treball Social de la URV de Tarragona l'any 2000, mostren que el 44% de les noies i el 17% dels nois en edat adolescent se senten poc o gens satisfets amb el seu cos. Això reflecteix, d'una banda, que la meitat de les noies i el 60% dels nois es senten a gust amb el seu pes, i d'altra banda, que una de cada tres noies i un de cada nou nois han fet alguna dieta en el darrer any. En la població jove barcelonina, un estudi sobre una mostra de 2.345 escolars d'11 a 13 anys que ha utilitzat el mètode de clústers observa que tant els que fan dieta com els que tenen membres de la família fent dieta són els més crítics amb la seva imatge corporal(Gracia, y otros, 2007).

Sobre el pes en els joves hi influeix, a part de l'alimentació, una vida quotidiana plena d'activitats cada vegada més sedentàries. Segons les dades de l'Enquesta de Salut d'Espanya de l'any 2003, el 89,3% dels menors de 15 anys consumeixen televisió cada dia, i el 40% dormen deu o més hores. Igualment, més de la meitat (54,8%) dels joves treballadors entre 16 i 24 anys passen la major part de la jornada asseguts. Davant d'aquesta situació, tampoc són bones les dades que mostren la quantitat d'hores que dediquen els joves a l'exercici físic, en les quals hi ha una marcada diferència de gènere(Gracia, y otros, 2007).



Taula 1: mitjana d'hores de pràctica esportiva fora de l'escola. Font: Majem, LL. Et al. (2003). *Estudio Enkid. Creixement i desenvolupament.*

En definitiva, es pot observar per les dades extretes d'aquestes dues estadístiques tant als nois i noies joves els preocupa la seva imatge corporal, però són les noies que es preocupen més per mantenir una figura determinada o bé baixa de pes. Tot i que, aquestes mostren més desinterès en fer exercici físic (com veiem al gràfic de la taula 1). A més a més, de la gran influència que té el tipus de vida que porta el jove, és a dir, si fa activitats físiques o bé és molt sedentari. A part, també s'observa que els motius per fer exercici difereixen depenen del gènere.

## 6. RESULTATS

L'anàlisi de l'entrevista s'ha estructurat en 4 categories, les quals són: bellesa i estàndards de bellesa, cura personal i autoestima, entorn social, indústria de la moda i societat.

Pel que fa a la bellesa i estàndards de bellesa, algunes noies definien la bellesa com un concepte subjectiu i molt complicat de definir, ja que cada persona pot veure bellesa on una altra no la veu. *“Per a mi la bellesa... tal i com jo l'entenc... és una cosa molt particular, és a dir, per a mi una cosa bonica per a tu no ho és. Crec que la bellesa està en l'ull de la persona que mira, que no amb la característica de l'altra persona. No és genèric”*(Entrevistada 1). Segons l'opinió de l'entrevistada, es podria dir que cada persona pot veure bellesa on una altra no la veu. A part, la bellesa no és només externa, sinó que també està a l'interior de la persona, malgrat que no se sol apreciar tant com l'exterior. També, la defineixen com un constructe social que ha anat evolucionant al llarg del temps en les diferents generacions i èpoques històriques com va dir aquesta entrevistada, *“...la construcció social, és a dir, lo que la societat ha determinat lo que és bell i lo que no ho és. Però, per mi, lo que és bellesa és sentir-se a gust amb tu, amb els teus trets físics, amb les teves característiques, amb els teus gens, amb el que sigui...”* (Entrevistada 2).

En general, cada una tenia una percepció d'allò que és bell i moltes no sabien exactament com definir el concepte i, quan se'ls va preguntar sobre quins eren els cànons de bellesa actuals, totes van respondre el mateix: noia prima, alta, casi als ossos, dona amb corbes, pel llarg, ulls clars... Totes nomenaven trets físics, dels quals elles no se sentien identificades.

Pel que fa a la cura personal del físic i autoestima, se'ls va preguntar si havien fet dietes o esport per motius d'estètica o bé per motius de salut i, la majoria, van respondre que sempre intenten tenir una dieta equilibrada i exercici regular. *“L'esport sempre ha estat inclòs dins la meva vida. Sí que a vegades et dius “va vaig a fer més esport per mantenir el pes”. Però, més que res per salut”* (Entrevistada 3). Però, algunes van dir que ho havien fet per aprimar-se i amb continuïtat. *“Sí, constantment. Va haver una època que ho vaig fer moltes vegades. No era tant com una dieta pautada, si no més d'eliminar lo que considerava que no era adequat. Vaig anar durant un temps al nutricionista. De fet, a partir de posar-me dieta em vaig aprimar molt en poc temps”* (Entrevistada 4).

En definitiva, respecte aquest tema la majoria de noies entrevistades van comentar que sempre intenten portar una dieta equilibrada combinant-ho amb l'exercici físic perquè és una forma de sentir-se millor amb elles mateixes. Algunes han realitzat dietes per motius de salut, d'altres per motius estètics i unes altres per ambdós motius, per tant no hi ha hagut homogeneïtat en les respostes a les preguntes sobre com es cuiden elles i quina dieta porten.

Però, sí que hi han hagut respostes similars a la pregunta sobre la pressió exercida per part del seu entorn social per tenir un cert pes o imatge determinada. La majoria responien que no hi havia una pressió exagerada, però sí que hi han hagut petits comentaris en referència als seus físics, sigui per estar en baix pes o en sobrepès, per part de familiars pròxims més que per amistats. Tot i que, gran part de les noies entrevistades no han desenvolupat una obsessió pel seu físic arran d'aquestes crítiques o opinions, cal explicar el cas d'una d'elles, ja que reflexa molt bé una de les causes dels TCA. La noia en qüestió explica que ella va prendre molta consciència del seu cos i, la pressió que sentia per estar més prima va ajudar a desenvolupar un trastorn de la conducta alimentària. *“El meu pare és un home que compleix amb els rols de gènere i recordo que de petita jo em feia entrepans de nutella per berenar i ell em deia “et ficaràs grassa” i al meu germà no li deia res perquè estava molt prim. Jo sempre he tingut una constitució molt més gran que el meu germà i sempre em venia al darrere “et ficaràs gorda”. I al final això va desenvolupar... el que va desenvolupar...”* (Entrevistada 5). Una altra noia argumenta que no era tant la pressió social, sinó la pressió que ella s'aplicava a si mateixa. *“...la que em pressionava era jo mateixa. Em posava metes estúpides com quan arribaré a la universitat canviaré el meu cos i que em vegin com vull ser jo...”* (Entrevistada 4).

En aquest article s'ha anomenat diverses vegades que la presa de consciència del cos sol esdevenir sobretot a l'adolescència, excepte en alguns casos que pot passar en edats més precoces. La major part de les noies entrevistades van prendre consciència sobre la seva imatge corporal a partir de l'institut, on ets molt jutjat i et defineix molt la teva aparença física, i quan es van començar a desenvolupar com a dones. *“A l'institut et fan adonar del teu aspecte físic... passes pel passadís i et sents comentaris com “mira ja passa la gorda”* (Entrevistada 6). Afirmen que va ser en aquesta època, la qual la defineixen com a més estranya, quan es van començar a preocupar pel que pensarien els altres sobre la seva aparença.

En relació amb la indústria de la moda, totes les entrevistades consideren que no hi ha una integració completa de tots els tipus de cossos i que, encara que s'estan fent petits avenços, ens queda lluny l'objectiu de l'acceptació i visibilització de la diversitat de cossos femenins. A més a més, moltes d'elles s'han sentit incòmodes per veure que una talla no els hi entrava o que la roba no els hi quedava com a les models. *“Moltes vegades i, inclús, de dir que no me va bé la meva talla i me'n vaig de la botiga. A les botigues vaig en moltes ganes, però després em provo i se me'n lleven. Penso que això són coses que poden portar noies molt més primes, que poden ensenyar més la panxa... saps totes aquestes coses que no ho puc fer ni ho aniré a fer... perquè després són els comentaris dels altres. Coses de com va esta en tota la panxa a l'aire”* (Entrevistada 3).

Cal dir que a algunes noies entrevistes han dit que no els importa si no entren dins d'una talla, però que són conscients sobre el fet que a altres sí que els ho afecta. *“Bueno... si que és cert que hi ha temporades que... yo que sé... vas a comprar-te uns pantalons i veus que no et queda la teva talla habitual... inclús hi ha botigues de roba de la mateixa empresa tenen diferents tallatges. Jo mai he tingut problemes tant en lo físic, ha estat*

*més en lo psicològic perquè a vegades penses en que hi ha coses que no m'agradaria que fossin així... però jo sempre m'he sapigut treure partit de lo que tinc i no me fixat mai en un cànon. Però crec que a moltes noies els afecta”* (Entrevistada 1).

Respecte al tema de la societat, es va preguntar si consideraven que les xarxes socials potencien els trastorns de la conducta alimentària o els disminueixen gràcies a moviments com el “Body positive”, al qual van respondre que les xarxes poden ser bones o dolentes segons a qui i el què segueixes. Tal com explica una de les entrevistades: *“Crec que pots trobar les dues vessants, segons el que tu segueixes. Al final, les xarxes socials és com la publicitat, sempre sentiràs el que tu vols. Pots triar un camí. Crec que amb els TCA et pots enfonsar i pots trobar lo més trist de la societat però, al mateix temps, pots trobar lo positiu”* (Entrevistada 7). També, la gran part de les noies entrevistades han comentat sobre la falsa realitat que es crea a les xarxes com Instagram, on la gent utilitza molts de filtres i quasi mai es mostra com és en realitat, i aquesta realitat pot arribar a desencadenar una malaltia com l'anorèxia o la bulímia, *“...les influencers i gent del teu entorn usa molt de photoshop. Crec que els potencien, encara que existeixen moviments en contra de tot això, però el que veus més és gent retocada, gent prima, guapa etc.”* (Entrevistada 8).

Pel que fa a la pregunta sobre si la pressió social exercida sobre les dones per tenir una determinada imatge corporal és un reflex més de la societat patriarcal en la qual es viu, totes han respost que sí. *“La societat patriarcal ens mostra que la dona està creada a l'ombra de l'home. I que les dones tenim uns adjectius i els homes uns altres. Però, també crec, que aquesta societat està baixant. El model familiar patriarcal està canviant i la pressió social de la dona està en declivi, per què hi ha més igualtat entre homes i dones cada vegada més”* (Entrevistada 8). També, una de les noies va recalcar la diferència entre ser una dona grassa i un home gras, ja que socialment estan vistos de manera diferent. *“Tant homes com dones tenim uns cànons de bellesa a complir. Però un home, encara que no estigui dins d'aquests cànons sempre tindrà èxit a la vida, sigui gordo, sigui lleig. En canvi, una dona per molt bona que sigui amb la seva feina, sempre hi haurà gent que la criticarà per no entrar dins d'aquests cànons...”* (Entrevistada 5). El fet que l'èxit a la vida estigui relacionat amb el físic mostra aquesta diferència de gènere, ja que no és el mateix tenir èxit laboral i social per a un home que per a una dona. Tot i que, aquesta percepció està canviant amb el temps, degut a l'augment de la pressió social cap als homes per tenir un bon aspecte físic. *“Si que és cert, que cada vegada més els nois tenen més pressió per tenir un aspecte físic determinat per què les generacions van canviant, tot i que, les dones en tenim molta més de pressió”* (Entrevistada 9).



## 7. DISCUSSIÓ

Els estàndards de bellesa establerts a la societat poden portar, en alguns casos, a l'evolució d'un Trastorn de la Conducta Alimentària.

Behar explica que el model de bellesa actual és un factor causal dels TCA, ja que s'ha construït la idea que estar prim és sinònim d'èxit social i laboral. Aquest fet coincideix amb les respostes extrems de les noies entrevistades respecte a la pregunta sobre els estàndards de bellesa, inclús, algunes han destacat la diferència entre ser una dona grassa i un home gras, ja que sempre han vist a la televisió moltes dones atractives i poques dones amb cossos no normatius; tot el contrari del que s'ha anat veient amb els homes. Això està molt relacionat amb un altre factor causal, sobre el qual Virchili argumenta que la pressió social exercida sobre les dones per complir el seu rol de gènere pot portar al desenvolupament d'una alteració alimentària, sobretot, en les joves adolescents. Aquesta observació coincideix amb el tipus de pressió que han sentit les noies entrevistades, la qual l'expliquen com una pressió per ser més atractives de cara a la resta, per ser més dones, fins i tot en edats molts primerenques. En general, pressió per complir totes aquelles característiques que socialment defineixen el que hauria de ser una dona.

Totes o, quasi bé, totes les noies entrevistades manifesten que l'època de la vida on més es van preocupar pel seu aspecte físic, és l'adolescència. Com diu Verchili, aquest és un període vital molt vinculat als TCA i que defineix molt qui ets segons la teva aparença externa. Això, juntament amb els canvis fisiològics propis de la pubertat, fan que es produeixin comentaris que poden influir en la teva percepció sobre el teu cos i fer baixar l'autoestima. Respecte a aquest tema, la majoria de noies van respondre que, durant els temps d'institut, hi ha una gran associació sobre que el fet de ser popular és igual a ser atractiu, la qual cosa potencia més la preocupació pel seu aspecte físic, ja que tots i totes volen ser populars quan s'és adolescent. Cal dir també, que altres noies expliquen que aquesta consciència sobre el cos els va sorgir abans d'entrar a l'institut. Per tant, això fa pensar que no en tots els casos l'adolescència és el punt de partida.

Un altre factor causal, que està molt vinculat a aquesta època, com explica Virchili, és el Bullying, és a dir, les crítiques i burles sobre l'aspecte físic durant aquesta etapa de la vida poden marcar molt a la persona. Algunes de les noies durant l'entrevista expliquen que van rebre comentaris despectius respecte a la seva figura, la qual cosa les va afectar molt a la seva autoestima. Tot i que, d'altres manifesten no haver viscut aquesta mena d'episodis, sí que reconeixen haver-los presenciats enfront de les companyes de classe més grassonetes. En general, amb totes aquestes observacions es pot veure una clara relació entre la pressió social i el desenvolupament físic durant l'adolescència respecte a l'evolució de TCA.

Però, no només existeix aquesta pressió per encaixar dins un grup social, també està la pressió familiar. Tal com exposa Virchili, el nucli familiar és un dels components més importants i influents per a una persona. Tot i això, els resultats extrems discrepen una mica amb les observacions de l'autor, ja que a les entrevistes parlen d'una pressió més

sobre elles mateixes que no pas per la família. Aquest fet es pot relacionar molt amb voler ser perfeccionistes d'una certa manera. Un estudi realitzat per especialistes de trastorns de la conducta alimentària explica que el perfeccionisme és una característica comuna amb les persones que pateixen algun tipus de TCA. Per això mateix es podria dir que molts cops les persones es posen unes metes i objectius a seguir per arribar a cert grau de perfecció, la qual cosa pot convertir-se amb una obsessió nociva per a la persona si no es té cert control i consciència sobre els seus pensaments. Pel que fa la pressió familiar, cal dir que dues de les deu entrevistades van admetre que la pressió per ser més primes per part de familiars pròxims, els va ocasionar problemes respecte a la seva relació amb el menjar. Per tant, segons les observacions d'autors aliens i les fetes en aquest estudi, es podria dir que la família suposa un factor causal, però pot ser no de tanta rellevància. També, és necessari deixar clar, que tot depèn del cas i de l'àmbit familiar en què s'ha criat una persona.

Un altre punt a tenir en compte, és un dels factors clau en la potenciació dels TCA, el qual està format pels mitjans de comunicació i la publicitat. Segons Pachón, aquests tenen la capacitat d'influenciar a grans masses de persones i ens diuen, directament o indirectament, allò que és bell i lleig. En els resultats extrets s'ha pogut observar que totes les noies entrevistades posen com a grans culpables als mitjans, sobretot les falses realitats que es venen a les xarxes socials com Instagram. No obstant això, també pensen que tot depèn de les pàgines que la persona segueix, és a dir, que les xarxes poden ser bones i dolentes, ja que al capdavant, tot depèn de la persona i com les utilitza.

És de rellevància esmentar la relació del sistema patriarcal amb el qual s'ha anat exposant. Tal i com expliquen Munévar-Munévar i Mena-Ortiz, dins d'aquest sistema existeixen diferents tipus de violència, entre les quals està l'estructural. Aquesta és la forma com està organitzada la societat, on preval el poder masculí sobre el femení i deixa el paper de la dona dins l'àmbit privat. D'aquesta manera, se'ls va preguntar a les noies si consideraven que hi havia relació entre aquest fet i la pressió de les dones per complir els estàndards de bellesa establerts i, la majoria, van respondre que sí, que a les dones se'ls posa més pressió per ser atractives i entrar dins de l'ideal construït pel sexe contrari. En canvi, als homes no tant, tot i que la societat està canviant i als nois se'ls comença a pressionar més per seguir els patrons de bellesa masculins. En conclusió, es podria dir que la violència estructural és un factor causal més dels TCA, sigui de forma directa o indirecta.

Per últim, s'ha de dir que els resultats extrets no suposen una mostra representativa de totes les noies joves d'entre 20 i 24 anys, ja que només s'han pogut entrevistar a deu noies. Aquesta investigació s'ha realitzat per donar una aproximació realista i pràctica al fenomen social que s'ha anat estudiant al llarg dels anys per diversos autors/es. Per tant, es podria dir que això ha estat una limitació a l'hora de fer la part d'investigació en aquest article.

## 8. CONCLUSIONS

La pressió social exercida sobre les dones per encaixar dins d'uns estàndards de bellesa pot potenciar l'evolució de trastorns mentals relacionats amb l'alimentació i la percepció corporal. La majoria de noies entrevistades han manifestat sentir-se pressionades, ja sigui pel seu entorn social pròxim, com per la imatge que venen els mitjans de comunicació com l'ideal de dona, i han sentit la necessitat d'encaixar dins d'aquests cànons de bellesa acceptats socialment.

Existeix una gran diferència que hi ha entre ser una dona grassa i un home gras, ja que en moltes ocasions s'ha vist que un home gras pot tenir èxit laboral i social i, en canvi, per a les dones aquest èxit va molt lligat a la seva aparença física. Aquesta diferència de gènere està molt vinculada amb dos factors causals dels TCA, els quals són el rol de gènere i la violència estructural anomenats en apartats anteriors.

El rol de gènere establert fa que la dona pensi, des d'una edat molt jove, que ha de cuidar la seva imatge física per agradar al sexe masculí, ja que si no ho fa serà considerada lletja i rebutjada per aquest. L'etapa de l'adolescència, en la qual les noies entrevistades i molts estudis expliquen que sorgeix la preocupació per l'aparença és l'adolescència; època que resulta un punt clau de partida de l'evolució de moltes alteracions de la conducta alimentària.

Aquest rol i pressió establerts envers la dona són una manifestació més de la violència estructural, la qual sotmet a la dona en un àmbit privat preservant la dominació masculina en l'àmbit públic. Cal dir que, tot aquest context social està canviant a poc a poc, ja que als homes més joves se'ls està començant a posar més pressió per tenir una aparença física determinada, a més a més, els moviments feministes són de gran ajudar per a l'empoderament femení. Malgrat això, la pressió envers les dones per complir els cànons socials continua sent major que en els homes.

La pressió exercida per encaixar dins d'un grup social, sobretot durant l'adolescència, i la rellevància del paper de la família són un altre factor causal del desenvolupament d'un TCA. En les entrevistes realitzades dues de les deu noies han manifestat sentir pressió familiar per baixar de pes, la qual cosa va desembocar problemes en la seva autoestima i una mala relació amb l'alimentació. I, casi bé totes, han explicat sentir-se pressionades per tenir una certa aparença amb l'objectiu d'encaixar dins del grup social durant l'adolescència, ja que descriuen l'institut com un lloc on se't jutja molt per la imatge.

Cal dir que no tenir un cos normatiu o no entrar dins dels estàndards no és sinònim d'esdevenir sempre un Trastorn de la Conducta Alimentària, per la qual cosa no s'ha de generalitzar que tots els casos hagin de ser així. Però, sí que s'ha de tenir en compte que des de les xarxes socials, la televisió, la moda, entre altres, s'envia el missatge que les dones han de tenir una imatge específica, la qual resulta impossible d'aconseguir per a la majoria, i això pot suposar una disminució de l'autoestima i, en conseqüència,

esdevenir una alteració en la conducta alimentària i una distorsió de la percepció corporal.

## 9. BIBLIOGRAFIA

Aires, F. (14 de Junio de 2017). *Psicondos*. Recuperado el 2021, de <https://psicondos.es/el-canon-de-belleza-que-nos-impone-la-sociedad/>

Behar, R. (2010). *Scielo*. Recuperado el 2021, de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0717-92272010000500007&script=sci\\_arttext](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0717-92272010000500007&script=sci_arttext)

Behar, R., Barrera, M., & Michelotti, J. (2001). *Scielo*. Recuperado el 2021, de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872001000900005](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872001000900005)

*Burgos Noticias*. (2020). Recuperado el 2021, de <https://www.burgosnoticias.com/actualidad/025839/las-mujeres-son-victimas-del-doble-de-trastornos-psicologicos-que-los-hombres>

Escuela de Medicina. (2015). *Universidad Católica de Chile* . Recuperado el 2021, de <https://medicina.uc.cl/noticias/trastornos-alimentarios-a-consecuencia-del-bullying-en-la-adolescencia/>

Especialistas en Trastornos del Comportamiento Alimentario . (2019). *ITEM*. Recuperado el 2021, de <https://centroitem.com/perfeccionismo-factor-de-riesgo-para-el-desarrollo-de-un-trastorno-de-la-conducta-alimentaria/>

Fernández, A. M. (s.f.). Historia de la anorexia nerviosa. *UPO* .

Fernández, A. R. (2009). Autoconcepto físico y bienestar/Malestar psicológico en la adolescencia . *Revista de Psicodidáctica* , 155-158.

Gracia, M., Bernal, M., Casadó, L., Comelles, J. M., Guerrero, C., Guidonet, A., y otros. (2007). *Els trastorns alimentaris a Catalunya. Una aproximació antropològica*. Barcelona: Generalitat de Catalunya.

Gracia-Arnaiz, M. (2014). *Política y sociedad*. Recuperado el 2021, de <https://revistas.ucm.es/index.php/POSO/article/view/42486>

Maroño, Á. (14 de Mayo de 2020). *EOM*. Recuperado el 2021, de <https://elordenmundial.com/opresion-ideal-de-belleza/>

Mayo Clínic. (2018). Recuperado el 2021, de <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/eating-disorders/symptoms-causes/syc-20353603>

Molero, M. d., Fuentes, M. d., Gázquez, J. J., Barragán, A., Martos, Á., & Simon, M. d. *Salud y cuidados durante el desarrollo*. ASUNIVEP.

Munévar-Munévar, D., & Mena-Ortiz, L. (2009). Violencia estructural de género . *Opiniones, debates y controversias* , 356-365.

Pachón, B. C. (2006). *Sociedad de Consumo i Trastornos de la Conducta Alimentaria* . Huelva: Unión de Consumidores de Andalucía .

Rodríguez, J. M. (2007). Anorexia, Bulimia e Internet. *Revista de Historia de Psiquiatría* .

Tortosa, J. M., & La Parra, D. (2003). *Dialnet*. Recuperado el 2021, de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=801245>

Verchili, E. (2008). *La influencia de la industria de la belleza en la construcción de la identidad de género de las niñas i adolescentes españolas*. Universitat Jaume I.

## **REVISTA**

La revista escollida per a la publicació de l'article és la Revista Espanyola d'Investigacions Sociològiques (REIS), la qual té com a objectiu la difusió de treballs acadèmics inèdits dins de l'àmbit de les ciències socials, polítiques i la sociologia. Com que aquesta és de referència per molts estudiosos i investigadors de les ciències socials, he pensat que és una revista adequada a la temàtica de l'article realitzat, ja que es tracten molts aspectes socials. Penso que aquest article s'adequa més a una revista destinada a la difusió de treballs sociològics, que no pas a una dirigida a professionals de la salut mental, els quals tindran un coneixement molt més ampli que el que es mostra en la petita investigació realitzada.

La redacció de l'article no supera les 9000 paraules. El text es troba en lletra Times New Roman cos 12, text justificat i sense sagnar el començament dels paràgrafs. Les cites literals es troben amb cursiva, però amb la mateixa lletra i cos que la resta del text. S'afegeix el títol (de 10 paraules màxim) en castellà o en català i anglès; el resum (entre 100 i 130 paraules) en castellà o català i en anglès i les paraules clau (entre 4 i 8 paraules) en castellà o català i anglès.