

Revisión de programas de prevención de los trastornos de la conducta alimentaria
(pp. 577-603)

Heather Shaw y Eric Stice
Universidad de Texas en Austin (USA)

Esta revisión pone de manifiesto la existencia de numerosos y prometedores programas de prevención de trastornos de la conducta alimentaria que han sido desarrollados y evaluados. Muchos programas disminuyeron la patología de la conducta alimentaria existente y el riesgo de un futuro incremento de la patología, e incluso algunos programas redujeron los factores de riesgo de la patología de la conducta alimentaria (p.ej., insatisfacción corporal). Ciertos efectos de la intervención persistieron durante dos años y fueron superiores a intervenciones alternativas y a condiciones de control con placebo. Existen diversos enfoques que previenen eficazmente las alteraciones de la conducta alimentaria, pero parece ser que los programas con más éxito a menudo disminuyen los factores de actitudes de riesgo y propician conductas saludables de control de peso. Además, los efectos más destacados de la intervención suelen darse en programas selectivos (frente a los universales), programas interactivos (frente a los didácticos), programas de multi-sesión (frente a una sola sesión), y en las evaluaciones que emplean medidas de resultados válidas. La gran mayoría de los efectos de intervención también tienen lugar en programas ofrecidos solamente para mujeres y para participantes mayores de 15 años. Los resultados indican que los efectos más limitados ocurren en intervenciones con contenidos psicoeducativos. Finalmente, hay evidencias de que los programas no presentados explícitamente como programas de prevención de trastornos de la conducta alimentaria producen más efectos positivos.