



CIENCIAS DEL
COMPORTAMIENTO Y SALUD



IITCA Group – Research and Intervention in Eating Disorders

Sheila Fernández García

María José Quiles Sebastián

Javier Manchón López

Grupo de Investigación e Intervención en Trastornos de la Conducta Alimentaria (IITCA)



Yolanda Quiles



María José Quiles



Eva María León



Javier Manchón



Maria del Carmen Neipp



Sheila Fernández



Katina Ilieva Kovacheva



Sofía Paya



Álvaro Ruiz

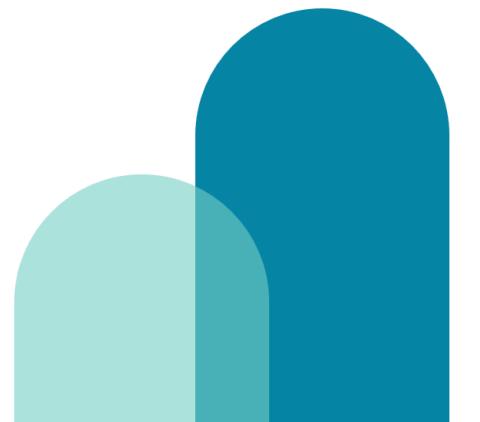
IITCA. Our team!



Alicante, Spain



Altabix, Faculty of Psychology

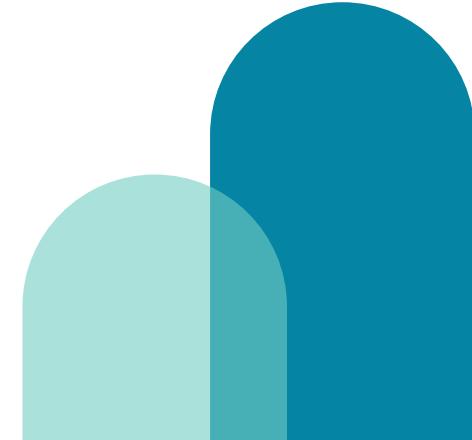


Center for Emotional and Nutritional Recovery

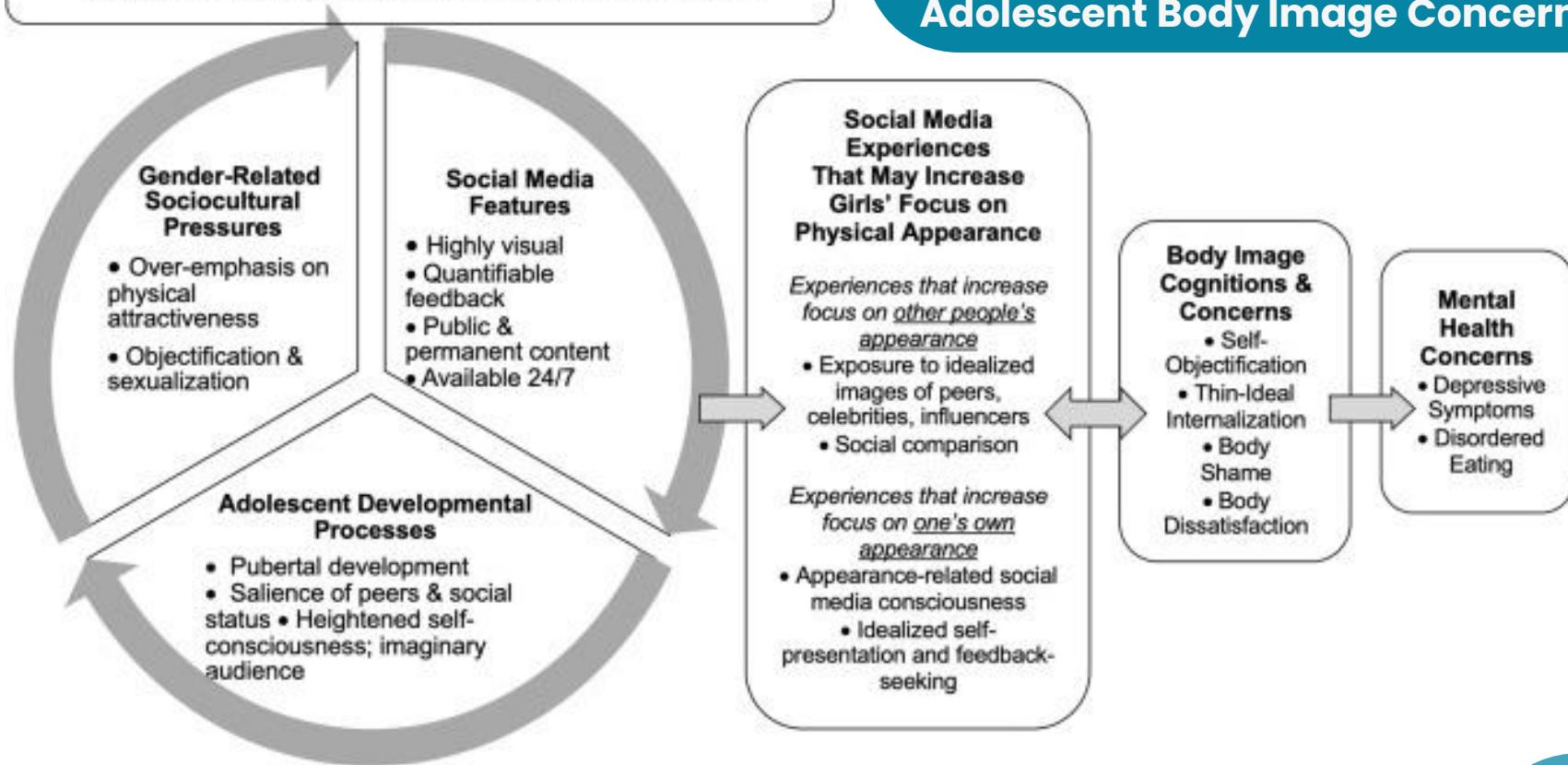




Effectiveness of a School-based Programme Integrating Social Media Literacy and Third-wave Interventions in Promoting Positive Body Image Among Adolescents: a Cluster Randomized Controlled Trial



Developmental-Sociocultural Framework for the Role of SM in Adolescent Body Image Concerns



Methodology

Design

- **Quasi-experimental**

Experimental group

Control group (waiting list)

Participants

- **Adolescents** (11 - 13 years)

Sample size

- **Total n = 184**



Centers



Methodology

Intervention

- 7 sessions, 55 minutes, weekly

Social media literacy

Self-compassion and psychological flexibility



Body image psychoeducation

Values and present moment

Application

Evaluation

10 questionnaires, computer lab, code

EVALUACION 1 -

Preguntas Respuestas 257 Configuración

Enviar

Sección 1 de 15

Datos iniciales

B I U ↗ ↘

Descripción del formulario

CÓDIGO PSEUDOANONIMIZADO

Meterse en la página web <https://universite.umh.es/anonimumh/seudo> y escribir tu correo para obtener el código que hay que copiar en la respuesta.

Texto de respuesta corta

Instituto *

Clase *

1A

1B

¿Qué redes sociales utilizas?

257 respuestas

Tiktok 183 (71,2 %)

Instagram 145 (56,4 %)

Youtube 194 (75,5 %)

Twitch 39 (15,2 %)

Ninguna 2 (0,8 %)

Copiar gráfico

5. Hay muchas cosas que cambiaria de mi apariencia física si pudiera.

257 respuestas

Opción	Conteo	Porcentaje
1	42	16,3 %
2	75	29,2 %
3	51	19,8 %
4	59	23 %
5	30	11,7 %

Copiar gráfico

¿Has hecho dieta o estás haciendo dieta actualmente?

257 respuestas

Opción	Porcentaje
Sí	29,2 %
No	70,8 %

Sí

No

9. Desearía ser como los/las modelos que se encuentran en mis redes sociales.

235 respuestas

Opción	Porcentaje
Muy en desacuerdo	34,9 %
En desacuerdo	20,9 %
Neutral	21,3 %
De acuerdo	14,5 %
Muy de acuerdo	8,5 %

Muy en desacuerdo

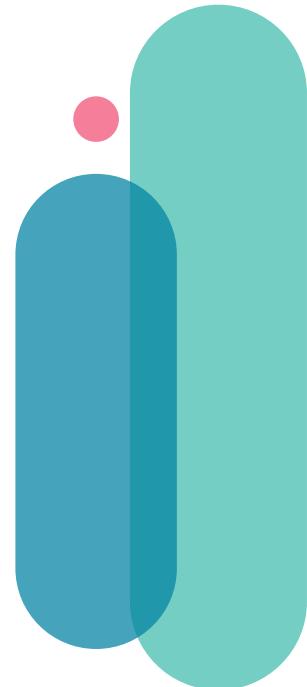
En desacuerdo

Neutral

De acuerdo

Muy de acuerdo

Program application



Session 1

• Social media literacy



insta vs realidad



insta vs realidad



Session 3

• **Values. What is important for me?**

¿Qué es importante para mí?

Valores



A purple graphic featuring a black and white compass rose in the upper left corner. The text "SOCIAL MEDIA STREAMERS - SOCIAL MEDIA STREAMERS" is written in a green, slanted font across the center. A large, bright green letter 'C' is positioned in the lower right corner.

Session 4

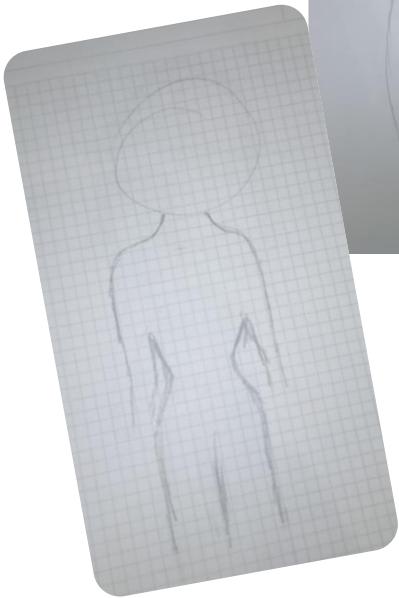
• Thin-ideal internalization

¿POR QUÉ ME VEO FEO/A?

¿Cómo interiorizamos el cuerpo ideal?

Session 4

Thin-ideal internalization. Why we choose the same?



Session 5

How we feel when we compare ourselves in social media?

¿Qué pensarías si te comparas con su físico?



PERSONAL
REVIEW

Tienes que explicar con

Adjectives

Qualities

Attitudes

Values



We only normalise certain cosmetic surgeries.

Session 7

• Self-compassion. Treat yourself as a friend

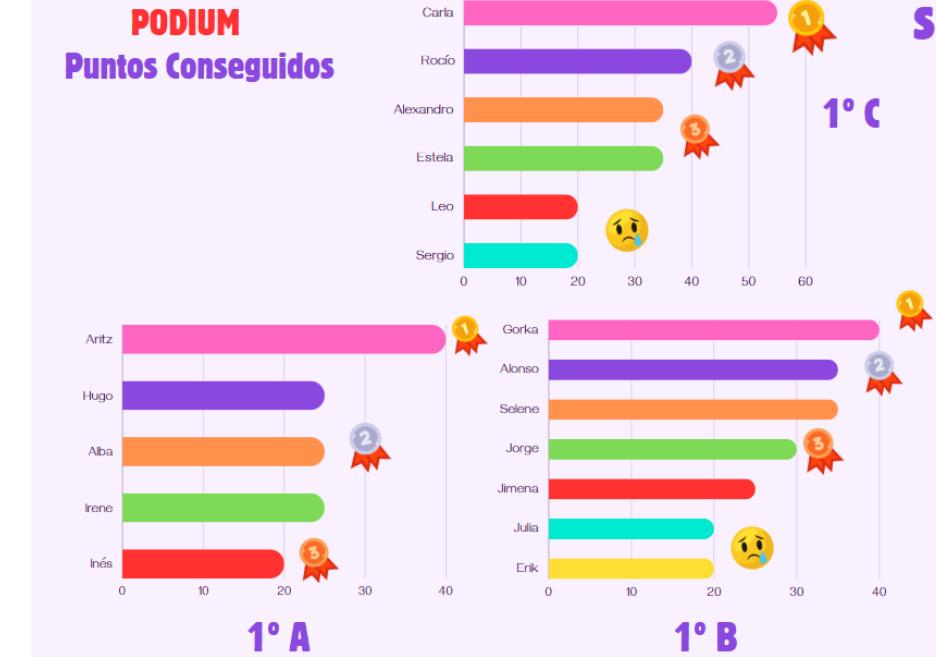


Team activities

PODIUM Puntos Conseguidos



PODIUM Puntos Conseguidos



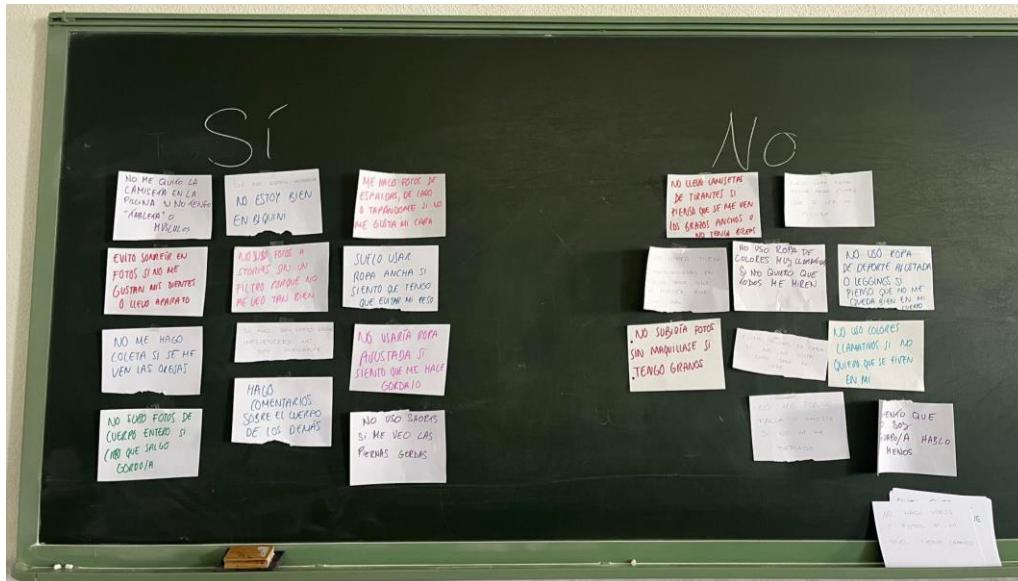
Actual tasks

- Valitations

- Pre-post analisys

- Follow-ups

- Articles



Hope you like it!

Sheila Fernández García – sheila.fernandezg@umh.es