

LOS TRASTORNOS ALIMENTICIOS COMO UNA DE LAS PRINCIPALES PREOCUPACIONES DE CONDUCTA DE RIESGO ENTRE ADOLESCENTES PARA LOS PROFESORES DE LENGUA

DRA. TERESA SANTA MARÍA

DRA. LAURA ALIAGA

DR. ÁLVARO ROSA

Universidad Internacional de La Rioja, España

RESUMEN

En este capítulo queremos reflexionar sobre una de las conductas de riesgo en adolescentes que más preocupa de los futuros docentes del área de Lengua y Literatura que están terminando su formación en la Universidad Internacional de La Rioja, concretamente, nos centraremos en los trastornos alimenticios. Para ello, llevaremos a cabo un análisis tanto cuantitativo como cualitativo de un corpus formado por 366 actividades realizadas por estudiantes de diferentes nacionalidades (Colombia, Ecuador y España) durante los cuatro años (2016 – 2020) en los que se lleva impartiendo la asignatura “Psicología del adolescente” en el Máster Universitario en Didáctica de la Lengua y la Literatura en Educación Secundaria y Bachillerato de dicha universidad. En esta investigación partimos de dos hipótesis iniciales: (a) los trastornos alimenticios preocupan más a las mujeres, independientemente del país de origen; y (b) la preocupación de esta conducta de riesgo disminuye en el último curso respecto a los tres primeros. Este análisis nos permite comprobar y comparar cómo esta conducta es elegida en función del sexo o del país de origen de los futuros docentes; así como reflexionar sobre algunas de las posibles soluciones que dichos docentes ofrecen para paliar el problema. Como conclusión, es conveniente resaltar que no hemos detectado diferencias significativas en las variables elegidas, mientras que esta conducta, los trastornos alimenticios, se vincula a otros comportamientos y circunstancias de riesgo en los adolescentes como la ansiedad, la falta de autoestima o la depresión.

PALABRAS CLAVE

Trastornos alimenticios, conducta de riesgo de los adolescentes, docentes del área de Lengua y Literatura, propuestas didácticas para el aula.

INTRODUCCIÓN

Ser un docente no solo consiste en trasmitir conocimientos teóricos y prácticos a los alumnos. Ser un docente va más allá; además de dicha transmisión de conocimientos en diferentes áreas, un profesor también se involucra en el desarrollo personal de sus discípulos para que se desenvuelvan como personas en la sociedad actual (Aliaga, 2020). Desde esta perspectiva, el docente constantemente se preocupa de su alumnado, no solo durante el desarrollo de su actividad, sino también desde los inicios de su formación, puesto que, desde la universidad, los futuros educadores analizan y reflexionan sobre todo el proceso educativo para formar su identidad educativa (González Calvo et al, 2020). En este estudio pretendemos mostrar la percepción que tienen los docentes, en concreto del área de Lengua y Literatura, sobre los trastornos alimenticios como una de las conductas de riesgo o problemáticas que más les preocupan en los adolescentes, entre doce y diecisiete años, a los que impartirán clase en sus centros de educación secundaria de tres países de habla hispana: Colombia, Ecuador y España, puesto que se trata de un trastorno que cada vez se inicia a edades más tempranas y está directamente relacionado con una insatisfacción corporal debido a una percepción distorsionada del propio cuerpo (Maganto y Cruz, 2002).

Para llevar a cabo este análisis, se ha creado un corpus con los datos extraídos de una de las actividades de la asignatura de “Psicología del adolescente” que se imparte en el Máster Universitario en Didáctica de la Lengua y la Literatura en Educación Secundaria y Bachillerato (MUDLESB) en la Universidad Internacional de La Rioja (UNIR) desde el año 2016. En dicha actividad, titulada “Programa de prevención de conductas de riesgo en adolescentes”, los estudiantes deben elegir la conducta de riesgo que piensen que más afecta a los adolescentes. Una vez elegida la conducta han de proponer un programa o taller que les permita trabajarla dentro o fuera del aula. Su elección es abierta, puesto que pueden optar por alguna de las que se incluyen dentro del temario o bien por una de inquietud personal, como puede ser: consumo de drogas, alcohol, ansiedad, depresión, agresividad, etc. Ahora bien, las actividades que se solicitan deben plantearse para ser desarrolladas dentro del área de Lengua y Literatura en centros con alumnos

que cuentan entre doce y diecisiete años. De este modo se ha obtenido un corpus de 366 actividades que se distribuyen en función de dos variables: sexo y nacionalidad.

Como se ha comentado anteriormente, en este estudio reflexionaremos sobre los trastornos alimenticios. A pesar de no ser la conducta de riesgo mayoritaria en nuestro corpus, la elección de esta conducta viene suscitada por resultar una constante tanto en todas las convocatorias en las que se ha ofertado el plan, esto es, en los cuatro años en que se lleva impartiendo esta asignatura en la titulación citada, desde 2016 hasta 2020; como por preocupar a estudiantes de ambos sexos y de diferentes procedencias como son Colombia, Ecuador y España.

Cabe destacar, por un lado, que esta actividad es una de las seis que se llevan a cabo dentro de la Evaluación continua de la asignatura de “Psicología del adolescente” durante las nueve convocatorias que se han impartido desde mayo de 2016 hasta diciembre de 2020. Asimismo, por otro lado, llama la atención que, pese a que la actividad está programada como la penúltima de las propuestas y que la mayoría de los estudiantes ya tienen en ese momento la nota máxima – cuatro puntos – que pueden obtener dentro de la Evaluación continua, les resulta una actividad muy atractiva y la mayoría – aproximadamente un 73,3 % - de los estudiantes matriculados la realizan.

Además, resulta relevante mencionar que esa problemática de riesgo de los trastornos alimenticios se incluye dentro de uno de los apartados de los temas que se imparten en la asignatura de “Psicología del adolescente”³⁹, junto a otras problemáticas como los trastornos de conducta y agresividad, el abuso de sustancias y los trastornos depresivos y del estado de ánimo. En otros temas, se contemplan otras cuestiones relacionadas con el crecimiento psicológico de los adolescentes como la autoestima, la construcción de la identidad, sus complejos e inseguridades, su relación con iguales y con sus padres, etc. Nos interesaba extraer estos datos de futuros profesores que comparten varias horas con los adolescentes en sus aulas, como ocurre con los docentes de Lengua y Literatura

³⁹ https://static.unir.net/guias_espana/guias_nuevas/lenesba01_psicologia.htm

en estos tres países en los que el español es la lengua vehicular de la enseñanza, lo que les permite un trato cercano y amplio con jóvenes en niveles correspondientes a Educación Secundaria Obligatoria y Preuniversitaria. Ese día a día con los adolescentes permite valorar la importancia de que nuestros sujetos (estudiantes - profesores) hayan elegido los trastornos alimenticios como conducta de riesgo más allá de la aproximación teórica estudiada o analizada en el temario.

Asimismo, resulta innegable que las aproximaciones a los trastornos alimenticios – bulimia, anorexia, vigorexia, etc. – suelen enfocarse desde un punto de vista no solo psicológico (Capataz Colás, 2005), sino también de salud física (Sáez Ruiz, Aranda Hernández y Abad del Pino, 2016; Valdayo Rosado, Cruz Morales y Martín Almenta, 2016). No obstante, es importante destacar que, en nuestro corpus, también se ha enfocado la problemática desde la influencia que los medios de comunicación de masas ofrecen de la imagen corporal, ligada a la delgadez extrema, distorsionada y que afecta a un público tan vulnerable como el adolescente (Ochoa Encalada, Peñafiel Álvarez y Naspud Bonte, 2017 y Corral Rey, 2018) y al que las redes sociales han dado nuevas alas y vías de expansión (Lozano Sánchez, 2012).

Este capítulo se dividirá en cinco secciones. En primer lugar, se presentarán las hipótesis de las que parte nuestro estudio (§ 1). En segundo lugar, se ofrecerá la metodología de análisis que se ha seguido (§ 2). A continuación, se mostrarán los resultados (§ 3) junto a la discusión (§ 4) para llegar a las conclusiones pertinentes (§ 5).

1. HIPÓTESIS DE PARTIDA

Los trastornos alimenticios en general y en los adolescentes en particular, en la mayoría de los casos, se debe a una distorsión en el concepto corporal que los sujetos tienen de sí mismos (Valles Verdugo, Hernández Armas, Baños, Moncada-Jiménez y Rentería, 2020) y a otras causas tanto sociales como emocionales. Al margen de esto, nos interesa contemplar qué opinan los futuros docentes al respecto, ya que se trata de personas que influirán en gran medida en su alumnado y les ayudarán a formarse como seres humanos a lo largo de una fase esencial tanto de su

proceso evolutivo como de aprendizaje, puesto que se trata de una etapa en la que los discípulos presentan distintos temores, no solo académicos, sino también de índole social (Ángel y Sylvia, 2019). Por ello, nos planteamos, como hipótesis inicial, si los trastornos alimenticios constituyen una conducta de riesgo que preocupe a los docentes de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato. Asimismo, también nos preguntábamos si podría ser objeto de un programa preventivo que, aunque no estuviera estrictamente vinculado con la educación física o la salud (Valles Casas, 2013), pudiera aportar un tratamiento que, desde la comunicación oral y escrita que propicia la asignatura de Lengua y Literatura, pudiera ofrecer a los adolescentes, dentro de aula, la oportunidad de tratar el problema con cierto distanciamiento objetivo, como problema más frecuente de lo que parece, para así poder arbitrar algún tipo de soluciones y talleres preventivos.

Una vez que comprobamos que los trastornos alimenticios se encontraban dentro de las preocupaciones de dichos futuros docentes, nos planteamos dos hipótesis sobre las que trabajar, esto es, (a) los trastornos alimenticios preocupan más a las mujeres, independientemente del país de origen, puesto que son las féminas las que más sufren la distorsión y la insatisfacción del cuerpo, movidas por el predominio del culto al cuerpo de la sociedad actual (Maganto y Cruz, 2000); y (b) la preocupación de esta conducta de riesgo disminuye en el último curso respecto a los tres primeros. Si bien es cierto que dicha tendencia es posible que cambie, ya que la crisis vinculada a la Covid-19 ha ocasionado que se descubrieran más casos por parte de las familias confinadas (Fernández – Aranda et al., 2020), lo que conlleva que vuelva la preocupación por este trastorno. No obstante, al perderse el contacto presencial con los docentes cuya preocupación hacia este trastorno estamos valorando, podría producirse que también disminuyera la importancia que estos otorgan a dicha conducta de riesgo, al ser menos perceptible en un entorno virtual de enseñanza.

2. CORPUS Y METODOLOGÍA

En este epígrafe nos centraremos en la descripción de nuestro corpus y en la metodología que hemos seguido para llevar a cabo este estudio. El

corpus consta de 366 actividades en la que los alumnos deben elegir una conducta de riesgo y, además, deben proponer la realización de talleres para intentar paliar dicha conducta negativa. Se trata de una actividad que los estudiantes realizan para completar la evaluación continua de la asignatura “Psicología del adolescente” que se imparte en el Máster Universitario en Didáctica de la Lengua y la Literatura en Educación Secundaria y Bachillerato (MUDLESB) en la Universidad Internacional de La Rioja (UNIR). Se trata de una actividad optativa, puesto que en esta asignatura se ofertan seis actividades y los estudiantes deben elegir varias hasta completar una puntuación hasta de cuatro puntos. Es importante señalar que es una de las actividades más elegidas entre todos los discípulos y que, en una actualización de las tareas que se solicitaban, se decidió mantenerla por parte de los profesores que la imparten.

El corpus se ha formado con las actividades de las nueve convocatorias en las que se ha ofrecido llevar a cabo esta actividad, desde mayo de 2016 hasta diciembre de 2020. Así obtenemos 366 actividades distribuidas en 23 de estudiantes españoles, 205 colombianos y 138 ecuatorianos. En cuanto a la distribución por sexos la muestra queda de la siguiente manera: 92 hombres y 274 mujeres. La figura 1 resume estos datos.

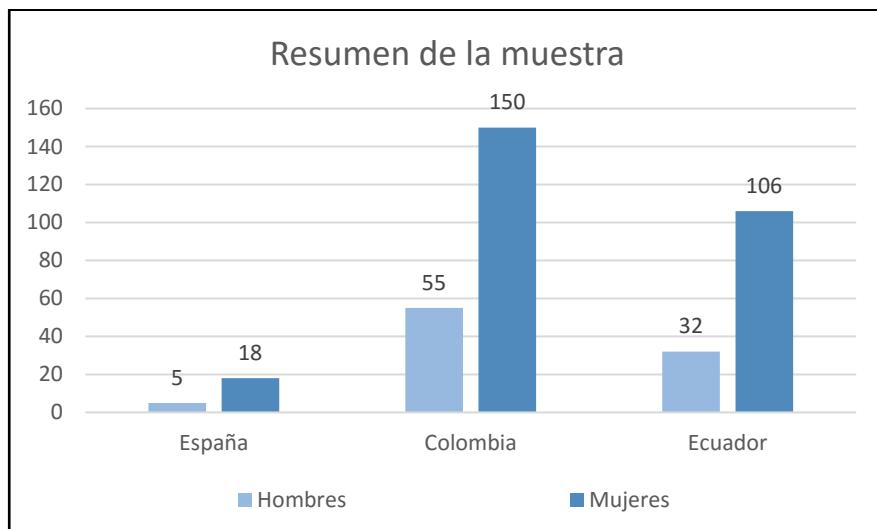


Figura 1: Resumen de la muestra

De este modo, como muestra la figura 1, nuestro corpus está formado por 23 actividades realizadas por estudiantes españoles, de las que cinco son hombres y dieciocho mujeres; 205 de discentes colombianos, 55 hombres y 150 mujeres; mientras que el grupo de Ecuador lo componen 138 actividades, distribuidas entre 32 hombres y 106 mujeres.

La investigación se realiza con una metodología tanto cuantitativa como cualitativa. Nos centraremos en una conducta específica, en concreto, analizaremos aquellas actividades en la que se eligió los trastornos alimenticios como única conducta de riesgo que preocupa a los futuros docentes de la asignatura de Lengua y Literatura en Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato. Por un lado, se llevará a cabo el análisis de los datos y, por otro, extraeremos y comentaremos algunas de las ideas de los talleres o programas que, desde esta asignatura, se propone para impartir a alumnos entre doce y diecisiete años según el plan educativo español actual.

3. RESULTADOS

En este epígrafe llevaremos a cabo un estudio cuantitativo de los datos obtenidos en nuestro corpus, referidos a una de las conductas de riesgo elegidas por los estudiantes, esto es, los trastornos alimenticios. A partir del análisis y de la comparación de los datos de la actividad “Programa de prevención de conductas de riesgo en adolescentes” que los estudiantes de la asignatura de “Psicología del adolescente” realizan dentro de uno de los másteres que oferta la Universidad Internacional de La Rioja, UNIR, observaremos no solo algunas de las soluciones que proponen estos, sino también por qué constituye una de las conductas que más puede preocupar a los futuros docentes del área de Lengua y Literatura; y si esta conducta ha podido perder relevancia a favor de otras en el último año objeto de nuestro estudio (curso 2019-2020).

Entre las 366 actividades que se han obtenido, en 45 de ellas aparece la conducta de riesgo trastornos alimenticios, ya sea de forma individual o junto a otras que también preocupan a los futuros docentes. En la siguiente figura, figura 2, se muestran los datos distribuidos en las variables nacionalidad y sexo.

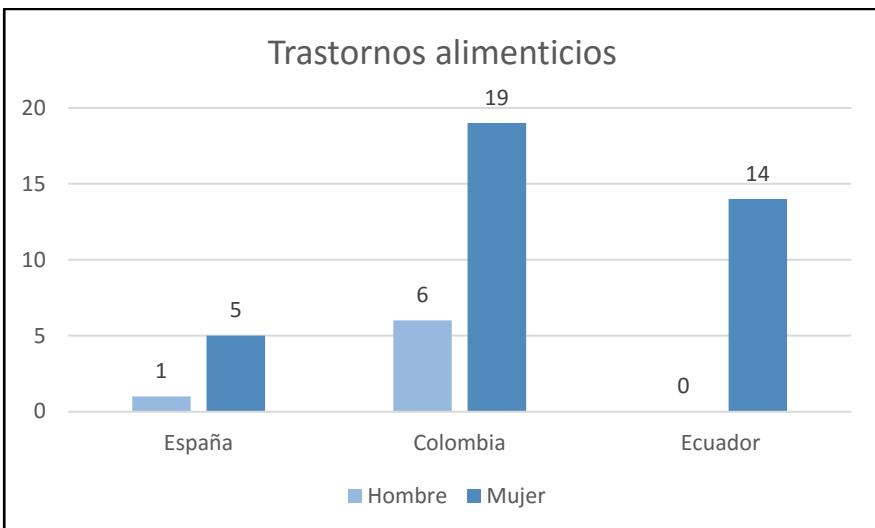


Figura 2: Datos comparativos globales con la elección de los trastornos alimenticios como conducta de riesgo entre los adolescentes

Como se muestra en la figura 2, los 45 participantes, que eligieron los trastornos alimenticios como una de las conductas de riesgo que más preocupan entre los futuros docentes del área de Lengua y Literatura de Educación Secundaria y Bachillerato, se distribuyen en tres nacionalidades. Así, obtenemos seis españoles (un hombre y cinco mujeres), veinticinco colombianos (seis hombres y diecinueve mujeres) y catorce ecuatorianos (ningún hombre y catorce mujeres) lo que a nivel porcentual supone un 26 % en España, un 12% en Colombia y un 10% en Ecuador, un dato bastante equitativo, siendo en España donde más preocupa. Asimismo, en todos los casos esta conducta preocupa más a las mujeres que a los hombres. No obstante, se trata de una diferencia poco significativa en España y en Colombia (20 % hombres frente a 25 % mujeres, en España; 10 % hombres colombianos y 12% mujeres colombianas). Sin embargo, dicha diferencia en Ecuador es más notable, esto es, el 0 % de los hombres ecuatorianos frente al 13% de las mujeres de Ecuador.

Del mismo modo, hemos dividido la muestra entre aquellos estudiantes que situaron los trastornos alimenticios como única conducta de riesgo y entre aquellos que la unieron a otras. De este modo, hemos obtenido los siguientes resultados: de entre los 45 estudiantes que indicaron los

trastornos alimenticios como conducta de riesgo, 21 la situaron como una sola conducta, siendo el país en datos totales donde más aparece Colombia, seguido de Ecuador y España. En la figura 3 podemos observar estos datos:

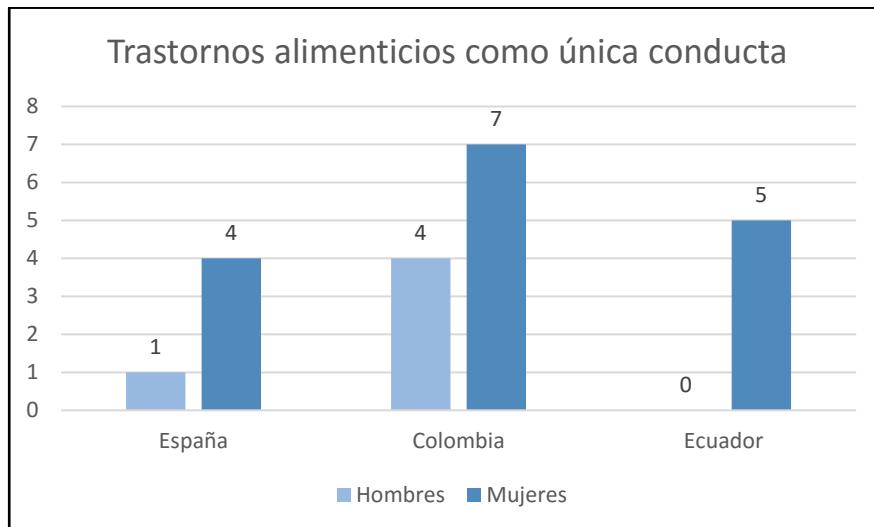


Figura 3: Resultados de la elección de los trastornos alimenticios como única conducta elegida, según países y sexos

Según nos muestra la figura, aparecen cinco estudiantes españoles que optan por los trastornos alimenticios como única conducta frente a los once colombianos y cinco ecuatorianos. Si tenemos en cuenta el porcentaje por nacionalidades, corresponde al 21 % en España, al 5 % en Colombia y al 4 % en Ecuador. De este modo, como ocurre en el caso anterior, situamos a los españoles en primer lugar en lo que respecta a la preocupación de trastornos alimenticios como conducta de riesgo en los adolescentes. Si atendemos a la distribución por sexos, los datos difieren con la muestra anterior, serían los que más se preocupan por este tipo de trastorno en España y Colombia, mientras que en Ecuador son las féminas las que obtienen un porcentaje mayor. Así, obtenemos un 20 % de hombres frente a un 15 % de mujeres en España; un 6 % de hombres frente a un 5 % de mujeres en Colombia; y un 0 % de hombres frente a un 5 % de mujeres en Ecuador.

Como hemos mencionado anteriormente, los trastornos alimenticios, en ocasiones, se han citado junto a otras conductas de riesgo. La figura 4 muestra la distribución por nacionalidad y sexo.

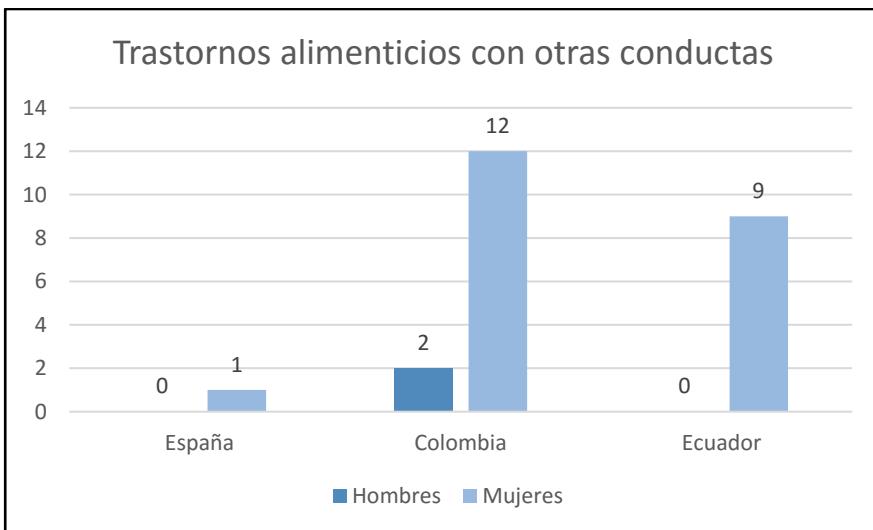


Figura 4: Resultados de la elección de los trastornos alimenticios con otras conductas elegidas, según países y sexos

En este caso, la preocupación hacia los trastornos alimenticios que se dan junto a otras conductas de riesgo se da en igual proporción en los tres países, siendo la menor en España: obtenemos un 4 % en España, un 6 % en Colombia y un 6 % en Ecuador. Atendiendo a la variable sexo: 10 % en mujeres españolas, mientras que no hay ningún caso entre los hombres; en Colombia tenemos un 3 % de hombres frente a un 7 % de mujeres; Mientras que en Ecuador aparece un 8 % de las mujeres ecuatorianas frente al 0 % de los hombres. En todos los casos, el trastorno alimenticio preocupa más a las mujeres que a los hombres.

En líneas anteriores señalamos que los trastornos alimenticios puede ser una conducta de riesgo que preocupa a los futuros docentes tanto de forma individual como junto a otras conductas. En la tabla 1, se resumen los datos recogidos del número de conductas que se combinan con los trastornos alimenticios atendiendo a las variables sexo y nacionalidad.

	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
1 CONDUCTA			21
España	1	4	5
Colombia	4	7	11
Ecuador	0	5	5
2 CONDUCTAS			10
España		1	1
Colombia	2	4	6
Ecuador		3	3
3 CONDUCTAS			9
España			
Colombia		5	5
Ecuador		4	4
4 CONDUCTAS			5
España			
Colombia		3	3
Ecuador		2	2
MÁS DE CUATRO			
España			
Colombia			
Ecuador			
TOTAL			45

Tabla 1: Resumen del número de conductas de riesgo que se combinan con los trastornos alimenticios, según las variables de sexo y nacionalidad

Como hemos podido observar a lo largo de este epígrafe, dicha conducta de riesgo supone una constante en todos los países y preocupa a futuros docentes de ambos sexos. A continuación, pasaremos a observar si es una tendencia en ascenso o en descenso.

Tal y como podemos comprobar en la figura 5, la preocupación hacia los trastornos alimenticios como conducta de riesgo se mantiene durante todos los años estudiados, con un ascenso notable durante el curso 2018-2019, seguido por un ligero descenso que no llega a confirmar nuestra hipótesis inicial, puesto que, si bien es cierto que hay un descenso notable al curso anterior, 2018-2019, es superior a los primeros años en que se cursó esta asignatura.



Figura 5: Resultados de la elección de los trastornos alimenticios a lo largo de los cinco cursos objeto de estudio.

Tras el análisis efectuado se puede afirmar que nuestras hipótesis iniciales se cumplen parcialmente, ya que, por una parte, los trastornos alimenticios preocupan más a las mujeres que a los hombres en la mayoría de los casos; y, por otra parte, ha habido un descenso significativo en el último curso analizado. Sin embargo, sigue siendo mayor que en los primeros años en los que se propuso esta actividad, aunque también es cierto que el número de estudiantes era menor.

4. DISCUSIÓN

En las siguientes líneas analizaremos de forma cualitativa los datos obtenidos. Este análisis permite comprobar y comparar cómo esta

conducta, los trastornos alimenticios, es elegida en función del sexo o país de origen de los estudiantes matriculados en el Máster Universitario en Didáctica de la Lengua y la Literatura en Educación Secundaria y Bachillerato de la Universidad Internacional de La Rioja, UNIR. Conviene, a este respecto, matizar algunas cuestiones que hemos ya incluido en apartados anteriores y que nos permitirán elaborar mejor nuestras conclusiones.

Si observamos los datos globales en cuanto al sexo de los estudiantes cuyas respuestas hemos recogido y analizado, coinciden plenamente con la aparición de más respuestas y opciones de esta conducta de riesgo por parte de las mujeres que resultan mayoría en todos los cursos objeto de estudio y en el global de todos los años analizados que incluimos en el cuadro siguiente (Figura 6):

Por Sexo

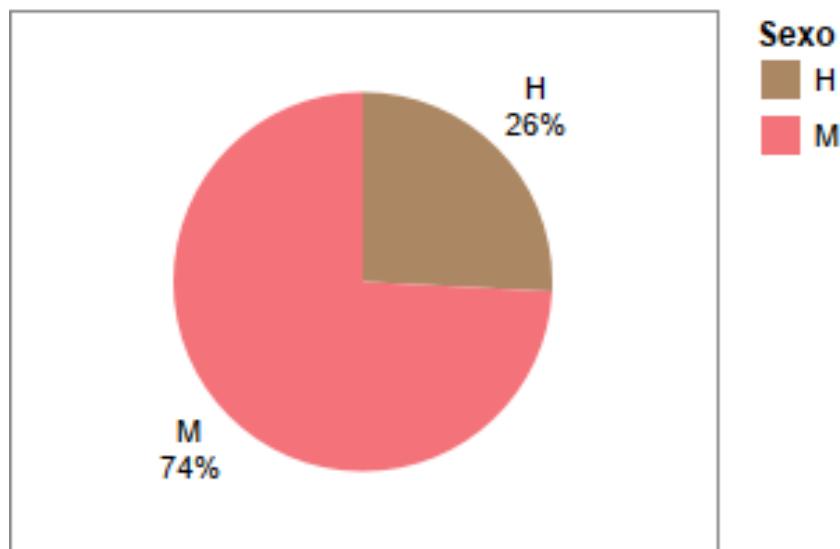


Figura 6: Porcentaje de alumnos, por sexo, en los cursos 2016-2017 hasta 2019-2020 del MUDLESB de UNIR

También resulta más numeroso el alumnado procedente de Colombia, respecto al de Ecuador y España, de ahí que sea también el que más respuestas haya aportado en términos globales en todos los resultados

que hemos incluido. Si bien es cierto que los porcentajes que hemos ofrecido en el apartado anterior (§ 3) se han obtenido en proporción al número de estudiantes de cada país, pues de otro modo, no se estaría llevando a cabo un análisis cuantitativo real. Asimismo, no nos ha parecido relevante incluir una división de las respuestas por edades, por estar bastante decantado el perfil de nuestro alumnado como mayor de treinta años (Figura 7), en un 85 % del total, por lo que hemos deducido que no aportaría una información demasiado relevante para nuestro estudio.

Por Edad

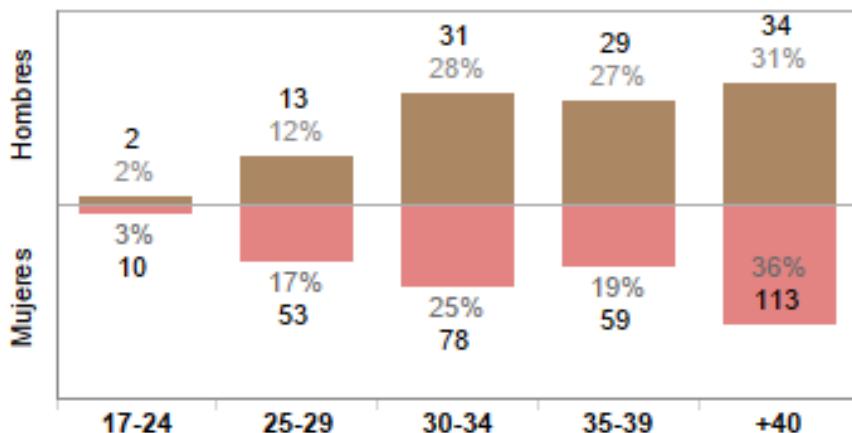


Figura 6: Porcentaje de alumnos, por edades, en los cursos 2016-2017 hasta 2019-2020 del MUDLESB de UNIR

Otra de nuestras hipótesis versaba sobre el retroceso en la elección por parte de los futuros docentes de los trastornos alimenticios como conducta de riesgo en el último curso con respecto a los tres iniciales. En este sentido, pese a que sí ha descendido notablemente en comparación al curso anterior, sigue siendo bastante mayor que en los primeros años (figura 5). Resulta relevante, sin duda, comprobar que no existe una respuesta clara y que vaya en aumento o en descenso, siendo una cuestión que preocupa en general en todos los cursos de manera, sino predominante, sí importante. Aunque no es objeto de este capítulo, ya que solo pretende analizar la percepción e importancia que otorgan los docentes de Lengua a este problema, sí cabría en otros estudios investigar si en

2018 se produjo una mayor concienciación e información en prensa respecto a la facilidad con que las redes sociales como Instagram, Facebook o Twitter alentaban o facilitaban a los adolescentes. Lo que sí parece manifiesto es que no resulta un problema que no preocupe a los docentes en los últimos años.

Se ha reflexionado, asimismo, sobre algunas de las posibles soluciones que dichos docentes ofrecen para intentar solventar ese problema. Como podemos comprobar en los ejemplos recogidos, la importancia de informar y concienciar a los padres y al alumnado sobre la problemática, el valor testimonial de personas que lo han padecido y trabajar la autoestima constituyen algunas de las soluciones y actividades propuestas para prevenir y trabajar esta conducta de riesgo. También resulta interesante destacar que, aunque las actividades se solicitaban y planteaban dentro de la asignatura o materia de Lengua y Literatura, en muchas de las ocasiones los docentes de esta área proponen una actividad transversal con otros campos (Educación Física, Biología, etc.) y sugieren la orientación o trabajo con psicólogos, orientadores y personas especializadas.

Del mismo modo, encontramos otros datos significativos en aquellos casos en los que los estudiantes eligieron, además de los trastornos alimenticios, otras conductas de riesgo. Así, en algunos casos, va unido al alcohol o consumo de otras sustancias adictivas (drogas, tabaco); a una conducta sexual desordenada y falta de control de las emociones; o la depresión y trastornos de estado de ánimo asociados a la presión ejercida por medios de comunicación y redes sociales.

Se observa, igualmente, que muchas de las dinámicas, talleres o propuestas para trabajar esta conducta de riesgo dentro del aula de Lengua parten de reforzar la autoestima por parte del alumnado. A modo de ejemplo, indicamos a continuación algunas de las actividades planteadas.

En “Recordando al patito feo”, una alumna de Colombia, propone como objetivo “Concientizar a los estudiantes adolescentes de la importancia del amor propio para ser felices” y propone que comprendan lo importante que es aceptarse, quererse tal cual son y abandonar complejos que impiden verse con objetividad. Otra alumna colombiana

propone que los estudiantes realicen una investigación sobre los hábitos alimenticios con la finalidad de que comprendan importancia que tiene para el buen desarrollo físico y psicológico el mantener una alimentación equilibrada junto a un ejercicio físico moderado. Un estudiante varón de Colombia propone un plan en el que se trabaje en su centro colombiano esta conducta de riesgo junto con el abuso de drogas con varias estrategias: (a) una Escuela de Padres para la familia, (b) actividades de Huerta escolar, (c) cine foro con películas sobre ambas cuestiones y (d) teatro. Entre todas sus propuestas, destacamos esta última actividad, puesto que consistiría en que los estudiantes creen y representen cuatro obras de teatro que partan de casos reales, para, de este modo, reflexionar en profundidad sobre ambas problemáticas. Desde Ecuador, una alumna ofrece varias dinámicas para trabajar dos trastornos alimenticios, en concreto, la bulimia y la anorexia. Dichas dinámicas están enfocadas, especialmente, en el desarrollo de la autoestima. Entre todas las que se proponen, nos gustaría mencionar, por un lado, aquellas que van relacionadas con el aspecto físico, como una en la que comentan un vídeo u otra en la que describen una fotografía de su propio cuerpo – “Mi cuerpo, mi tesoro” -. En esta actividad, los adolescentes deben indicar los aspectos que más les gustan de ellos mismos, no solo de su cuerpo, sino también de sus capacidades y cualidades. Además, en esta misma línea, se solicita la redacción de una carta para uno de sus compañeros. En dicha carta se debe mencionar los aspectos positivos que ven en él. Por otro lado, destacamos aquellas actividades que se vinculan a casos reales como, por ejemplo, la denominada “Carta de Antonia”⁴⁰, en la que la protagonista narra su historia personal; en otra de las actividades se propone que, por equipos, los estudiantes incluyan una frase positiva junto a otra frase negativa o denigrante, que les hayan dicho o que hayan escuchado, totalmente opuesta.

Una vez comentados someramente algunos de los casos que nos hemos encontrado dentro de nuestro corpus, podemos afirmar que los trastornos alimenticios es una conducta de riesgo que se puede trabajar en el

⁴⁰<http://blogs.eltiempo.com/adicciones-del-nuevo-milenio/2012/06/15/bulimia-nerviosa-la-historia-de-antonia/>

aula de Lengua y Literatura con los adolescentes de forma dinámica y, pensamos, efectiva. Asimismo, es una conducta que se puede tratar de forma individual o conjunta. De este modo, además de concienciar al alumnado sobre distintas problemáticas, se les estaría enseñando a reflexionar y a formar su propia identidad.

5. CONCLUSIONES

A través de estas líneas se ha reflexionado sobre una de las conductas de riesgo que preocupa a los futuros docentes del área de Lengua y Literatura de Enseñanza Secundaria Obligatoria y Bachillerato que están terminando su formación en la Universidad Internacional de La Rioja, UNIR, puesto que están realizando el Máster en Didáctica de ese ámbito. Concretamente, nos hemos centrado en los trastornos alimentación, ya que, a pesar de no ser la conducta elegida mayoritariamente, es una constante en todos los cursos en los que se está proponiendo la actividad y, además, se puede trabajar de forma autónoma o junto a otras conductas.

Para llevar a cabo nuestro análisis, hemos confeccionado un corpus que consta de 366 actividades extraídas de la asignatura “Psicología del adolescente”, concretamente, se trata de la penúltima actividad denominada “Programa de prevención de conductas de riesgo en adolescente”, actividad bastante popular entre los discentes. Asimismo, partíamos de varias hipótesis que hemos comprobado que se cumplen parcialmente. En el primer caso, si bien es cierto que los trastornos alimenticios preocupan más a las mujeres que a los hombres, en algunos casos el porcentaje era similar, e incluso, en uno de ellos mayor.

En lo que respecta a la disminución en la elección de esta conducta en el último año, se ha comprobado que ha habido un descenso significativo en el último curso analizado. No obstante, sigue siendo un porcentaje más elevado que en los primeros años en los que se propuso esta actividad.

Sintetizando, son datos aún provisionales, sin embargo, no se detectan diferencias significativas por países ni por sexos, mientras que parece una conducta que se asocia con otros comportamientos y circunstancias de

riesgo de los adolescentes, como ansiedad, falta de autoestima o depresión. Por tanto, podemos concluir que no se cumplen nuestras dos hipótesis iniciales de que sería una conducta elegida proporcionalmente más por las profesoras que por sus compañeros de sexo masculino, pues ya hemos visto que en datos porcentuales hay más respuestas de mujeres que de hombres y tampoco resulta una tendencia que vaya en descenso. Se trata de una investigación todavía en curso en la que se debe ampliar el corpus con las actividades de cursos progresivos para, por un lado, tener un número de informantes mayor y más equitativo; y, por otro, comprobar la tendencia en la elección. Incluso queda como cuestión futura comprobar si realmente la COVID-19 ha agudizado la conciencia sobre esta problemática (Fernández et al., 2020) y si resulta fundamental para su incremento la influencia de las redes sociales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALIAGA AGUZA, L. M. (2020). "Hacia una didáctica de la Lengua y la Literatura comunicativa", *Opción*, 36, (Regular 92), 628 – 650.
- ÁNGEL Y SYLVIA, M. (2019, 10 de septiembre). Transición de Primaria a Secundaria. Aspectos a considerar para enfrentarse al cambio. *Revista Digital Docente*, Campus Educación. <https://www.campuseducacion.com/blog/revista-digital-docente/transicion-de-primaria-a-secundaria/>
- CAPATAZ COLÁS, I. (2005). *Hipervigilancia y variables emocionales en los trastornos alimenticios (anorexia y bulimia): elaboración de dos protocolos de screening para la detección*. Tesis doctoral. Universidad Pontificia de Salamanca.
- CORRAL REY, M. N. (2018). Desafiar la desnaturalización de la belleza corporal presentada en los medios de comunicación a través de la alfabetización audiovisual. En E. López-Meneses, D. Cobos-Sanchiz, A. H. Martín-Padilla, L. Molina-García y E. Jaén-Martínez (eds.). *Experiencias pedagógicas e innovación educativa. Aportaciones desde la praxis docente e investigadora* (pp. 99-113). Octaedro.

- GONZÁLEZ – CALVO, G., BARBA – MARTÍN, R.A., BORES – GARCÍA, D., GALLEGOS – LEMA, V. (2020). Aprender a ser docente sin estar en las aulas: la COVID-19 como amenaza al desarrollo profesional del futuro profesorado, *RIMCIS – International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 9(2), 152 – 177.
- FERNÁNDEZ-ARANDA, F., CASAS, M., CLAES, L., CLARK BRYAN, D., FAVARO, A., GRANERO, R., GUDIOL, C., JIMÉNEZ-MURCIA, S., KARWAUTZ, A., LE GRANGE, D., MENCHÓN, J. M., TCHANTURIA, K. Y TREASURE, J. (2020). COVID-19 and implications for eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 28(3), 239-245. <https://doi.org/10.1002/erv.2738>
- FRANCO, L. (2020 11 de julio,). La anorexia y la bulimia muestran su cara más amarga durante el confinamiento. *El País*. https://elpais.com/elpais/2020/06/09/mamas_papas/1591708331_925081.html
- LOZANO SÁNCHEZ, Z. B. (2012). La familia y las redes sociales en los trastornos alimenticios en adolescentes de la época contemporánea, *In Cres*, 3(2), 299-311.
- MAGANTO MATEO, C. Y CRUZ SÁEZ, S. (2000). La imagen corporal y los trastornos alimenticios: una cuestión de género, *Cuadernos de Psiquiatría y Psicoterapia del niño y del adolescente*, 30, 45 – 59.
- MAGANTO MATEO, C. Y CRUZ SÁEZ, S. (2002). La insatisfacción corporal como variable explicativa de los trastornos alimenticios, *Revista de Psicología de la PUCP*, XX(2), 198 – 223.
- OCHOA ENCALADA, S. C., PEÑAFIEL ÁLVAREZ, J. L. Y NASPUD BONTE, A. L. (2017). La publicidad en internet y la presencia de trastornos alimenticios en los adolescentes, en *Tercer Congreso Internacional de Ciencias Pedagógicas*, 890-897. <https://www.pedagogia.edu.ec/public/docs/discos/b98d37c91f76b36c84cab71a9ff09a7.pdf>.
- SÁEZ RUIZ, I. M., ARANDA HERNÁNDEZ, B. Y ABAD DEL PINO, J. (2016). Capítulo 1: Abordaje de la enfermería en los trastornos de la conducta alimentaria. En M. M. Molero, M. C. Pérez-Fuentes, J. J. Gázquez, A. B. Barragán, A. Martos y M. M. Simón (Eds.). *Intervención en contextos clínicos y de la salud* (pp. 13-17). ASUNIVEP.

- VALDAYO ROSADO, B., CRUZ MORALES, E.M. Y MARTÍN ALMENTA, R. (2016). Capítulo 3. Manifestaciones clínicas y tratamiento de la anorexia y la bulimia nerviosa desde una perspectiva enfermera En M. M. Molero, M. C. Pérez-Fuentes, J. J. Gázquez, A. B. Barragán, A. Martos y M. M. Simón (Eds.). *Intervención en contextos clínicos y de la salud* (pp. 25-29). ASUNIVEP.
- VALLES CASAS, M. (2013). *La imagen corporal. Programa preventivo sobre los trastornos de la conducta alimentaria*. Tesis doctoral. Universidad de Castilla-La Mancha.
- VALLES VERDUGO, G., HERNÁNDEZ ARMAS, E., BAÑOS, R., MONCADA-JIMÉNEZ, J., RENTERÍA, I. (2020). Distorsión de la imagen corporal y trastornos alimentarios en adolescentes gimnastas respecto a un grupo control de adolescentes no gimnastas con un IMC similar, *RETOS. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 37, 297-302