
Estado actual del desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria en bailarines de Ballet Clásico

Modalidad **REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA**

Trabajo Final de Máster

*Máster de Alimentación en la Actividad Física y el
Deporte*

Autor/a: Néstor Athanassopoulos Zamorano

Tutor/a del TFM: Agustí Acosta Gallego

Primer semestre curso 2021/22



Esta obra está bajo una licencia de Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/es/deed.es>)

©opyright Reservados todos los derechos. Está prohibida la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, incluyendo la impresión, la reprografía, el microfilm, el tratamiento informático o cualquier otro sistema, así como la distribución de ejemplares mediante alquiler y préstamo, sin la autorización escrita del autor o de los límites que autorice la Ley de Propiedad Intelectual.

Índice

Abreviaturas	4
Resumen	4
Abstract	5
1. Introducción	6
1.1 Estética corporal y Danza Clásica	6
1.2 Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA)	8
1.3 Justificación del trabajo	10
2. Objetivos	12
2.1 Objetivo general	12
2.2 Objetivos específicos	12
2.3 Preguntas investigables	12
3. Metodología	13
3.1 Enumeración y descripción de las fuentes de consulta	13
3.2 Descripción del procedimiento de búsqueda	13
3.3 Criterios para la selección de artículos	14
3.4 Análisis y extracción de datos	14
3.5 Procedimiento de registro para los estudios y el análisis de datos	16
3.6 Diagrama de flujo	17
4. Resultados	19
5. Discusión	26
6. Aplicabilidad y nuevas líneas de investigación	29
Propuesta de intervención:	30
7. Conclusiones	32
8. Bibliografía	33

Abreviaturas

TCA: Trastorno/s de la Conducta Alimentaria

WOS: Web of Science

Resumen

Introducción: Los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) deterioran considerablemente la salud física a la vez que alteran el ámbito psicosocial por lo que producen efectos devastadores en el rendimiento deportivo. Esta enfermedad posee una mayor prevalencia entre mujeres y deportistas. En la danza, al tratarse de una disciplina en la que la imagen corporal es fundamental, la incidencia de TCA es algo que sucede con mucha frecuencia.

Objetivo: Conocer el estado actual sobre los Trastornos de Conducta Alimentaria en bailarines de ballet clásico.

Metodología: Se realizó una búsqueda y selección de publicaciones científicas, en la que se utilizaron las bases de datos PubMed, SCOPUS y WOS. En todas las bases de datos consultadas se empleó la siguiente combinación de búsqueda: (“Eating Disorder” AND “Ballet” AND “Dancer”). Se filtraron los resultados por medio de una serie de criterios de inclusión y exclusión.

Resultados: La revisión se realizó mediante el análisis de ocho publicaciones relacionadas con la temática de estudio, que cumplían los criterios de inclusión.

Conclusión: Las bailarinas de Ballet Clásico presentan una alta probabilidad de desarrollar TCA, debido a que existe una generalizada insatisfacción corporal en muchas ocasiones producida por una imagen corporal distorsionada. Factores como la continua exposición, los espejos, así como la exigencia de los profesores son desencadenantes de la aparición de estos trastornos.

Palabras clave: Trastornos de la Conducta Alimentaria; Ballet Clásico; Bailarín; Insatisfacción corporal.

Abstract

Introduction: Eating Disorders (ED) considerably deteriorate physical health while altering the psychosocial environment of those suffering from them. It is observed a larger prevalence of this disease among women and athletes, which produces devastating effects on their sports performance. As far as Dance is concerned, being a discipline in which body image is crucial, the incidence of ED is even higher.

Objective: To know the current state on Eating Disorders among Classical Ballet dancers.

Methodology: A research and selection of related scientific publications was conducted, within PubMed, SCOPUS and WOS databases, using the following keyword combination: (“Eating Disorder” AND “Ballet” AND “Dancer”). Results obtained were filtered through a set of inclusion and exclusion criteria.

Results: The review was carried out through the analysis of eight publications related to the subject of interest, that met the established inclusion criteria.

Conclusion: Female Classical Ballet dancers experience high probability of suffering from Eating Disorders, due to the generalized dissatisfaction with their own physical appearance, often caused by a distorted body image of themselves. Factors such as their permanent visual exposure, to others and also to the mirror, as well as their teachers demand, are shown as triggers for these behaviours.

Key words: Eating Disorders; Classical Ballet; Dancer; Body Dissatisfaction.

1. Introducción

En la actualidad, la imagen corporal cobra una vital importancia en todos los aspectos de la vida cotidiana. La sociedad cada vez se encuentra mas preocupada por la imagen que proyecta en el resto de personas (1), y la opinión que tiene sobre el resto(2).

En muchas situaciones, una obsesión por la imagen corporal puede aparecer como sobredimensionada, en ocasiones por una estética impuesta deportiva o socialmente (1), dando lugar a trastornos del comportamiento a corto o medio plazo(3).

Esta obsesión, puede darse en ambos sexos, los varones suelen querer estar más fuertes, mientras que las mujeres buscan una mayor delgadez(2). Este aspecto da lugar en muchas ocasiones a errores en la propia imagen corporal, creando una distorsión que nos aleja de la realidad (4).

1.1 Estética corporal y Danza Clásica

En un primer acercamiento a la danza académica profesional, principalmente a la Danza Clásica, podemos observar a primera vista cuerpos atléticos, con un tono muscular minucioso y definido, una elasticidad superior a la de la mayoría de las disciplinas, control, musicalidad, arte, pero también una necesidad estética inigualable a otras disciplinas(5) donde, entre otros aspectos, prima una delgadez que puede resultar extrema(4).

Respecto a este primer acercamiento, se pueden plantear las posibles repercusiones a nivel físico, psicológico y nutricional a los que se pueden enfrentar los bailarines(6).

Encontramos, en nuestro país, tres disciplinas académicas de danza:

- Danza Clásica.
- Danza Contemporánea.
- Danza Española.

De estas tres disciplinas solamente la Clásica y la Contemporánea, se consideran académicas a nivel internacional, ya que la Danza Española, a pesar de encontrarse cada vez más extendida por el mundo, es exclusiva de nuestro país(1).

Como disciplina física a la vez que artística, la danza lleva asociada la connotación de una determinada estética, la composición corporal necesaria para su práctica se encuentra muy definida por los estándares internacionales y su exigencia comienza a ser vital desde las primeras etapas de su enseñanza (7).

Se ha observado que no todas las disciplinas dancísticas poseen un mismo peso a la hora de dar lugar a distorsiones en la percepción corporal, siendo la Danza Clásica la que en la mayor parte de los casos produce esa insatisfacción por el propio cuerpo (1).

La Danza clásica precisa de una condición física muy exigente que ha ido desarrollándose a través de la historia, paralelo al ideal estético de la época en la que nos encontrábamos, dirigiéndose hacia un concepto de delgadez extrema instaurándose de manera intrínseca a su práctica, que la hace necesaria y exigida tanto por profesores, alumnos como directores de compañías profesionales (1).

Los estudios profesionales de danza comienzan a la edad de ocho años y se prolongan aproximadamente diez años más, por lo que es durante la adolescencia donde se realizan la mayoría de los estudios académicos. La adolescencia edad comprendida entre los 10 y los 19 años, es la etapa en la que encontramos un mayor desarrollo a nivel psicológico, personal, biológico y físico (8), se desarrolla nuestra identidad, ello hace que sea una etapa especialmente sensible, siendo ésta la que coincide principalmente con el tránsito que debe producirse entre el estudiante de danza y la danza profesional (2).

Son diversos los factores que pueden dar lugar a la percepción de una mala o distorsionada imagen corporal, como pueden ser, familiares, sociales, pareja etc. Pero este problema se ve en muchos casos agravado por el hecho de que el bailarín pasa varias horas al día delante de un espejo, rodeado de un ambiente específico que lleva el cuerpo, el rendimiento y la estética al límite (2).

Diversos estudios nos señalan que los bailarines profesionales, presentan índices muchos mas altos de alteraciones de la imagen corporal que la población estándar (4). Este aspecto se debe a la extrema necesidad de una excelencia física, haciendo que

los bailarines deban ser completos desde diversas perspectivas, como fuerza, líneas corporales estéticas y definidas, delicadeza, elasticidad, así como una gran necesidad interpretativa, imprescindibles en la danza profesional(5). El bailarín vive en continua búsqueda de delgadez, principalmente en la Danza Clásica, comprometiendo en muchos casos la propia salud del bailarín(3).

Como se ha comentado con anterioridad, los estándares actuales de belleza impuestos por la sociedad moderna, la necesidad de la excelencia así como la presión ejercida por los profesores y directores de compañías de ballet, hacen de los bailarines un grupo muy susceptible de sufrir TCA (3).

1.2 Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA)

Los TCA, son trastornos mentales que se definen por hábitos alimenticios anormales que afectan tanto la salud física como mental de la persona(9). Podemos encontrar diversos trastornos, los principales son (10,11):

- Anorexia nerviosa: tiene dos síntomas principales, por un lado, un índice de masa corporal inferior al 85% del peso esperado para la edad, altura y sexo, así como alteraciones de la imagen corporal.
- Bulimia nerviosa: se define mediante tres criterios, atracones recurrentes que dan lugar a un comportamiento de compensación y una gran preocupación por la forma corporal y el peso.
- Trastorno de Pica: consiste en la ingesta de “cosas” que no son alimentos, como puede ser arena, tiza, pintura, etc.
- Trastorno de evitación o restricción de alimentos: se produce en el sujeto una evitación a consumir alimentos, dando lugar a severos trastornos nutricionales. Este trastorno a pesar de compartir algunos aspectos con la anorexia nerviosa es de carácter más inespecífico.
- Trastorno por atracones: en este trastorno el sujeto presenta episodios de atracones. Se diferencia de la bulimia nerviosa, principalmente, en que no existe una compensación tras el atracón.

- Trastorno de rumiación: el sujeto regurgita la comida de manera repetida e involuntaria y tras masticarlos de nuevo los degluten de nuevo o los expulsan. (10,11)

En la mayoría de los casos de TCA son comunes la presencia de otros trastornos psicológicos como estados de ansiedad, depresión y consumo de algunas sustancias legales o ilegales (12).

Se han estudiado desde diversas perspectivas tanto la influencia social como la cultural, asociando gran parte de la tasa de TCA con factores de la personalidad y rasgos como pueden ser la baja autoestima u obsesión por el perfeccionismo (13).

En estudios modernos, podemos encontrar en la etiología de los TCA algunas razones de carácter epigenético, que vinculan la desnutrición y posibles tensiones vitales, como factores de riesgo para su desarrollo (14).

En el caso de los bailarines, que realizan su práctica frente a un espejo, sometiendo sus cuerpos a examen continuo, bien por ellos o de forma externa, sometidos constantemente a una presión de perfeccionismo extremo en cuanto a la danza y una forma corporal muy específica, principalmente en la Danza Clásica; todo ello combinado con las actuales presiones sociales de delgadez inherente en la profesión y las expectativas asociadas al alto rendimiento, producen un caldo de cultivo ideal para el desarrollo de los TCA (15).

El Modelo de Influencia Tripartita, el cual es un modelo etiológico de alteración de la imagen corporal y los TCA, propone que son los agentes sociales como los medios de comunicación, familiares y círculo personal cercano, los que promueven los ideales de delgadez extrema en la mujer (16) y de fuerza y musculoso en el hombre (17).

Los TCA en la actualidad son un gran problema en los países occidentales debido a que tanto la incidencia como la prevalencia se ven en aumento (18).

En deportes en los que la competición es importante, la prevalencia de TCA en atletas del género femenino es alta (19). Se encuentra un mayor índice en deportistas

(18 %) en comparación con no deportistas (5 %) siendo mayor en deportistas del género femenino (20 %) que en mujeres no deportistas.(20).

Son los deportes de estética donde se encuentra una mayor prevalencia de TCA, así como en los deportes donde la clasificación se realiza por medio del peso corporal (45 %) en contraste con otros deportes (12 %) (21).

Particularmente las bailarinas muestran demuestran altos niveles en cuanto a perfeccionismo y en muchas ocasiones se encuentran en entornos altamente competitivos como pueden ser en un primer momento conservatorios profesionales y más adelante compañías de danza, pudiendo dar lugar a un alto riesgo de desarrollo de TCA (22,23).

Los TCA suelen ser de carácter crónico sufriendo recurrentes recaídas en una conducta alimentaria que en muchas ocasiones es desordenada en la cual, la imagen corporal así como el peso son alteradas con frecuencia (10).

Los TCA son complejos por lo que producen un fuerte impacto tanto en la salud física como en la psicológica de los adolescentes y adultos jóvenes (24). Tanto la anorexia nerviosa como la bulimia tienen impactos sobre la composición corporal, como pueden ser disminución de la masa grasa, disminución de la masa magra, el agua corporal (25), así como derivar en futuros problemas de salud como falta de mineralización ósea o fatiga crónica (5,6,26).

1.3 Justificación del trabajo

Mediante este trabajo se pretende realizar una revisión sobre los estudios publicados, que nos brinden la posibilidad de encontrar, por un lado, que factores pueden influir en la aparición de TCA en los deportistas, pero más concretamente en los bailarines y por otro, conocer de una manera mas profunda, si existe una realidad asociada entre danza y TCA.

Se considera de vital importancia que la danza pueda ser practicada de la forma más sana posible, tanto a nivel físico como desde el punto de vista psicológico y abarcando todos los ámbitos, desde el escolar hasta el profesional, pero el conocimiento

de los factores más influyentes puede hacer que se pueda predecir que ambiente es el menos propicio y así poder ser de ayuda o guía para el docente.

Conocer que factores pueden originar la aparición de TCA, es un punto de partida fundamental para su prevención. Los alumnos de danza se encuentran habitualmente sometidos a mucha presión, por lo que poder estar prevenidos para futuros posibles problemas, puede ser de mucha ayuda, tanto para no cometer errores como docente o coreógrafo, tanto como para que los estudiantes y bailarines puedan desarrollar una carrera plena en cuanto a rendimiento y disfrute.

El hecho de poder ayudar a los futuros bailarines a tener una carrera larga y sana, en la que se pueda combinar la estética, el rendimiento y el arte sin incurrir en trastornos que podrían ser evitables o al menos minimizados, es el punto de partida de este trabajo.

2. Objetivos

2.1 Objetivo general

Conocer el estado actual de los estudios sobre el desarrollo de TCA en bailarines de Ballet Clásico.

2.2 Objetivos específicos

Conocer los principales factores que influyen en la aparición de TCA en bailarines de Ballet Clásico.

Conocer las variables medidas para la valoración, utilizadas en los estudios sobre TCA en bailarines.

Conocer el riesgo de desarrollar TCA en bailarines de Ballet Clásico.

2.3 Preguntas investigables

¿En los bailarines, que efecto tiene la necesidad de una composición corporal específica en el desarrollo de TCA?

¿En los bailarines, cuales son los factores que influyen en la aparición de TCA?

3. Metodología

Para la redacción de este trabajo, considerado como un estudio de carácter teórico, se ha realizado una revisión sistemática siguiendo un protocolo acorde al modelo Prisma y “Acumulación de datos y selección de estudios”(27). Se ha realizado una búsqueda analítica de publicaciones en diferentes bases de datos de carácter científico con la finalidad de analizar los documentos científicos relacionadas con los TCA y los bailarines de Danza Clásica.

3.1 Enumeración y descripción de las fuentes de consulta

Para la elaboración del presente trabajo se han consultado las siguientes bases de datos:

- Web of Science.
- PubMed.
- Scopus.

El motivo de la elección de estas bases de datos se ha basado en su importancia científica y debido a la facilidad de acceso a tesis doctorales, artículos libres, libros y revistas científicas. Estas bases de datos nos posibilitan también el acceso a información con un amplio rango temporal, así como en diferentes idiomas, habiendo sido el español y el inglés los que han sido utilizados.

3.2 Descripción del procedimiento de búsqueda

La realización de una buena planificación de la búsqueda de publicaciones científicas es uno de los principales aspectos a tener en cuenta a la hora de la realización de un estudio con fines de revisión (28).

Se ha realizado una búsqueda, tanto en español como en inglés, con la finalidad de tener un acercamiento a la cantidad y calidad de los estudios realizados sobre el tema propuesto. El motivo de la utilización de ambos idiomas se debe a que el inglés es la lengua de mayor importancia en el campo de la medicina, y se han escogido al final, estudios utilizando la búsqueda en inglés. Con la finalidad de encontrar una respuesta más específica en el sector médico y nutricional, se han revisado las otras bases de datos: Scopus y PubMed y Web of Science (WOS).

Las palabras clave que se han utilizado para la búsqueda y selección de los documentos han sido: “Eating Disorder”, “Ballet”, “Dancer”, éstas han sido introducidas en las bases de datos anteriormente mencionadas, empleando como búsqueda final la siguiente combinación de booleanos: (“eating disorder” AND “Ballet” AND “dancer”).

3.3 Criterios para la selección de artículos

Para formar parte de la muestra escogida, los documentos que han sido seleccionados han debido cumplir ciertos criterios, con los cuales, se ha procedido a incluir o excluir del estudio. Se han realizado varios procesos de búsqueda para proceder a la selección de los documentos (27) (Tablas 1).

Tabla 1. Criterios de inclusión y exclusión

Nº	Criterios de inclusión
1	Publicación en los últimos 5 años.
2	Tratarse de estudios experimentales cuantitativos, cualitativos o meta análisis.
3	Mencionar factores influyentes en los TCA.
4	Contemplar como sujetos, bailarines de Danza Clásica.
Criterios de exclusión	
5	Hacer referencia únicamente a los TCA.
6	Mencionar únicamente las palabras clave.
7	No tener acceso al documento completo.

3.4 Análisis y extracción de datos

Una vez seleccionados, los estudios han sido clasificados, acorde a las variables generales de los artículos y en atención a los siguientes criterios: Título/ Autor/es, Año, Resumen; variables específicas: palabras clave, Base de datos, accesibilidad al documento, tipo de documento, tipo de estudio, muestra y variables analizadas en el estudio(Tabla 2).

Tabla 2. Variables del estudio

Variable	Acrónimo	Descripción
Variables generales	Título	Título del estudio.
	Autor/es	Nombre de los autores del estudio.
	Año	Año de publicación oficial.
	Resumen	Ideas principales y objetivos del estudio.
Variables específicas	Palabras clave	Palabras clave utilizadas en el documento.
	Base de datos	Bases de datos en las que se ha encontrado el documento.
	Accesibilidad al documento	Acceso total o parcial al documento.
	Tipo de documento	Clasificación en función del tipo de documento, establecido por Gamonales (29). (Tesis doctoral, libro, capítulo, proyecto académico, Publicación, Documento de patente, artículo de una revista).
	Tipo de estudio	Clasificación por medio del tipo de estudio establecidos por Montero & León (30). Pudiendo ser: Estudios teóricos, estudios empíricos cuantitativos o estudios empíricos cualitativos.
Muestra	Número de documento o sujetos que se han utilizado en los documentos seleccionados.	
Variables analizadas en el estudio	Variables	Variables analizadas en el documento.

3.5 Procedimiento de registro para los estudios y el análisis de datos

Se ha procedido a un registro y análisis de datos acorde a lo utilizados habitualmente en la literatura científica relevante (31). El éxito se ve favorecido por una correcta planificación y organización del proceso de búsqueda bibliográfica permitiendo extraer conclusiones de la mayor relevancia (32).

Se han procedido a seguir las siguientes fases:

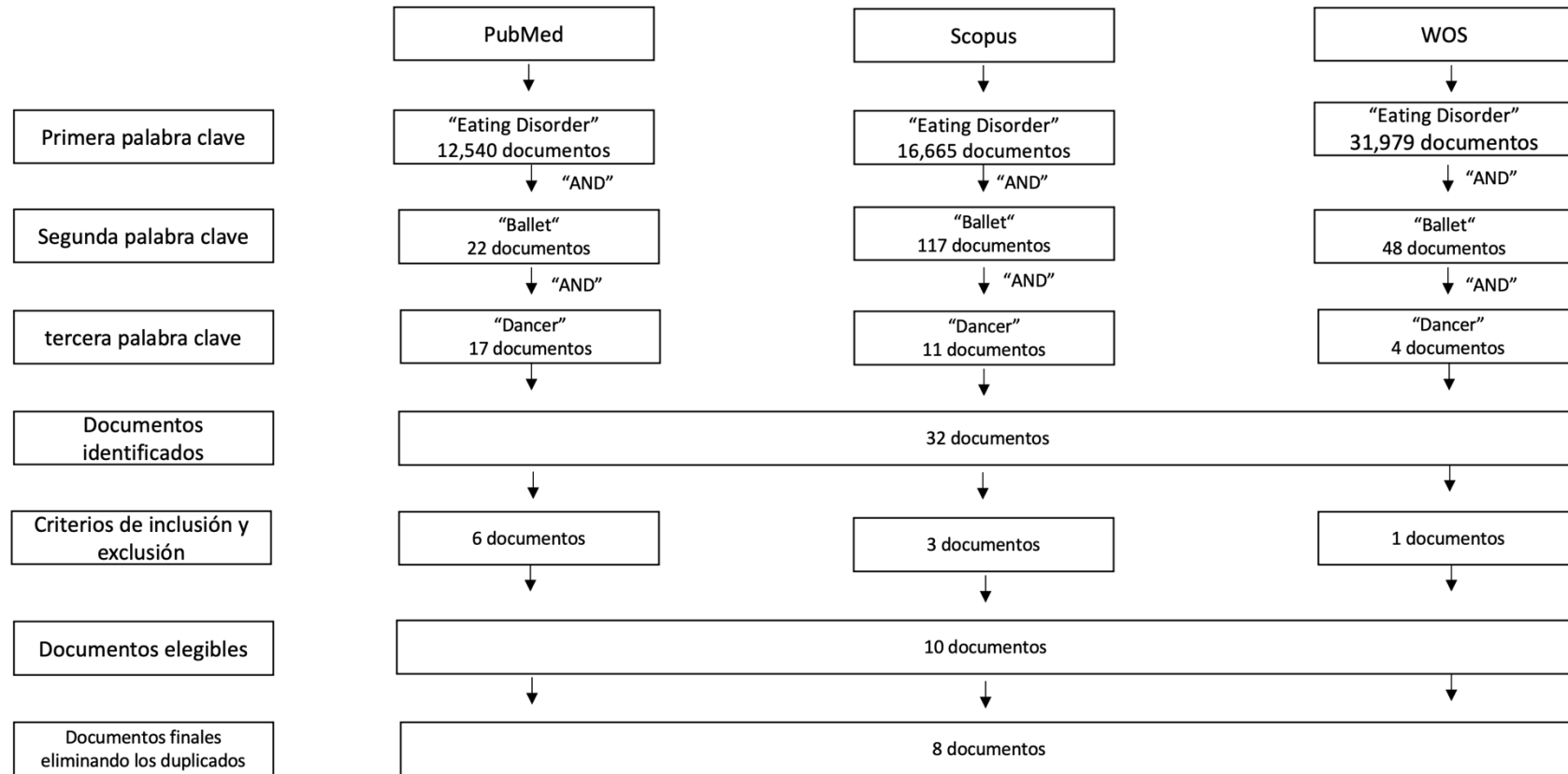
- Fase 1. Identificación: se procede a realizar una planificación y selección de las palabras clave y a su introducción en las tres bases de datos elegidas. Las palabras clave se han elegido en inglés con el fin de poder localizar el mayor número posible de documentos. La frase final introducida en las tres bases de datos ha sido la misma.
- Fase 2. Búsqueda en las bases de datos: se ha realizado una búsqueda en las bases de datos PubMed, Scopus y WOS. El procedimiento Booleano utilizado ha sido en todos los casos (And) con la finalidad de encontrar la mayor cantidad de publicaciones posibles, pero estrechamente relacionadas con la temática. A medida que se han ido añadiendo palabras clave, se ha observado una disminución significativa de resultados, a este aspecto, por último, se le han añadido los criterios de inclusión y exclusión.
- Fase 3. Acceso a documentos: Debido a que las bases de datos utilizadas no siempre proporcionan acceso a los documentos al completo, se ha empleado el portal web de la UOC (Universidad Oberta de Catalunya) así como distintas plataformas que posibilitan el acceso (31). El número de publicaciones escogidas no debe ser demasiado numeroso, debido a que la información debe ser clara y no confundir al investigador (33).
- Fase 4. Tratamiento: En cada uno de los trabajos se han procedido a analizar las variables generales (Tabla 3). Así mismo, se ha realizado una síntesis de cada uno de los documentos para lo que se ha utilizado una tabla en la que se expone toda la información relevante de forma organizada y eficaz. Por último,

se han procedido a extraer los hallazgos más relevantes sobre factores que influyen en el desarrollo de TCA en bailarines de Ballet Clásico.

3.6 Diagrama de flujo

A continuación, se presenta la estructura de búsqueda de documentos en las diferentes bases de datos empleadas (Diagrama de Flujo) (Figura 1), en la que se exponen las palabras clave empleadas, los documentos encontrados en cada una de las búsquedas (n) y el número final de cada una de las búsquedas.

Figura 1. Diagrama de flujo.



4. Resultados

Para la muestra resultados, se han procedido a ordenar los documentos por orden cronológico descendente, del más reciente al más antiguo. Se presentan dos tablas con el fin de presentar los resultados de una manera más clara y accesible.

En la Tabla 4 se presentan: Título, autor/es, Año de publicación, Resumen , Palabras clave y Base de datos de la localización del estudio, Tipo de estudio y Muestra; mientras que en la Tabla 5: Título, Objetivos, Variables analizadas y Conclusiones.

Tabla 4. Variables de los documentos seleccionados I.

	Título	Autor/es	Año de publicación	Resumen	Palabras clave	Base de datos	Tipo de estudio	Muestra
1	Amateur ballet practicing, body image and eating behaviors: a comparative study of classical ballet dancers, gym users and sedentary women (34).	de Medeiros Eufrásio RE, Ferreira RLU, Leal LLA, Avelino EB, da Costa Pelonha RN, da Cruz Carvalho MC, de Medeiros Torres CH, de Sousa Praseres AL, de Paiva Lima Filho M, Mota ACCC, Nunes AB, Ferreira DQC, de Lima Vale SH, Maciel BLL.	2021	Este trabajo evalúa las diferencias en percepción de la imagen corporal y conductas alimentarias alteradas en bailarinas de ballet amateur, usuarias de gimnasio y mujeres sedentarias.	Anorexia nervosa; Body image dissatisfaction ; Body image distortion; Bulimia nervosa; Dancers.	Scopus/ PubMed	Estudio transversal	19 bailarinas de ballet; 19 usuarias de gimnasio; 19 mujeres sedentarias.
2	Eating psychopathology in ballet dancers: a meta-analysis of observational studies (35)	Silverii GA, Benvenuti F, Morandin G, Ricca V, Monami M, Mannucci E, Rotella F.	2021	Este trabajo evalúa estudios previos realizados sobre las conductas alimentarias patológicas en bailarines de ballet en comparación con grupos de control.	Eating disorders; Eating attitude test; Eating disorder inventory;	PubMed	Meta-análisis de estudios observacionales	18 estudios analizados con un total de 577 bailarines de ballet y 728 sujetos en los grupos de control

					Ballet dancers; Meta-analysis			
3	Female Athlete Body Project Intervention with Professional Dancers: A Pilot Trial (36).	Gorrell S, Schaumberg K, Boswell JF, Hormes JM, Anderson DA.	2021	En este estudio se procede a implementar una intervención dirigida a aumentar la aceptación corporal de las bailarinas con el fin de disminuir las patologías alimentarias debido a la alta vulnerabilidad que poseen las bailarinas de ballet a los TCA	No se especifican en el documento.	PubMed	Intervención	19 bailarinas
4	Body satisfaction in female dancers and non- dancers (37).	Torales, J Barrios, I Amadeo, G Ebner, B Figueredo, V Garbett, M García, O Vittale, F González,	2020	Debido al alto índice observado de bailarinas con una insatisfacción por su propio cuerpo lo que puede dar lugar al desarrollo de TCA, se procede a buscar una relación entre insatisfacción corporal y el hecho de ser bailarina.	Body dissatisfaction ; Body image; Dancers; Women.	WOS	Estudio observacional, analítico, de corte transversal, con muestreo de casos consecutivos	48 mujeres bailarinas 59 mujeres no bailarinas
5	Factors Dancers Associate with their Body Dissatisfaction (38).	Dantas AG, Alonso DA, Sánchez-Miguel PA, Del Río Sánchez C.	2018	Este estudio analiza los factores que los estudiantes de danza consideran importantes para la su propia insatisfacción corporal.	Body dissatisfaction ; Dance; Eating disorders; Positive body image; Prevention; Risk factors.	PubMed	Diseño exploratorio mixto	368 estudiantes de danza 88,1 % mujeres (n=325) 11,9% varones (n=44)

6	Perception and distortion of body image in Spanish women dancers based on academic year and age (39).	Kazarez M, Vaquero-Cristóbal R, Esparza-Ros F.	2018	Este estudio analiza la autopercepción corporal, así como la distorsión en la imagen corporal en alumnas de danza cursando enseñanzas profesionales	adolescencia; Desórdenes de la conducta alimentaria; Ejercicio	PubMed	Estudio cuantitativo	298 estudiantes femeninas de danza
7	Study of body image in professional dancers: A systematic review (40)	Cardoso A.A. Reis, N.M. Marinho, A.P. Boing, L. De Azevedo Guimaraes, A.C.	2017	Este estudio analiza estudios anteriores con el fin de conocer la forma en que los bailarines perciben su imagen corporal.	Dancing; Body image; Feeding and eating disorders	Scopus	Revisión sistemática	7 estudios
8	Influence of the dance discipline on body image distortion and dissatisfaction in preadolescents, adolescents and young women dancers (41)	Kazarez M, Vaquero-Cristóbal R, Esparza-Ros F.	2017	Este estudio analiza la percepción de la imagen corporal y su insatisfacción con diferentes disciplinas de danza	Eating disorders; Exercise; Teenage	Scopus/ PubMed	Estudio cuantitativo	298 estudiantes femeninas de danza

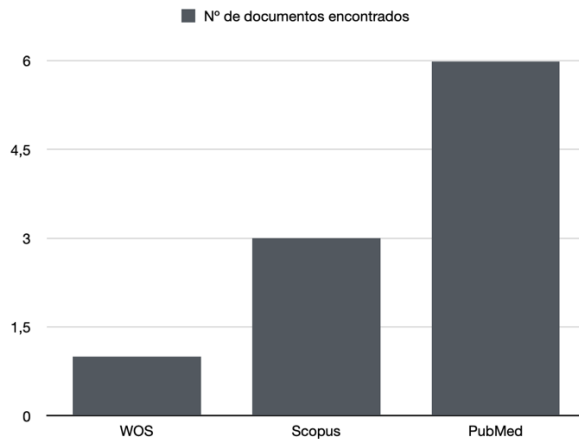
Tabla 5. Variables de los documentos seleccionados II.

	Título	Objetivo	Variables analizadas	Conclusiones
1	Amateur ballet practicing, body image and eating behaviors: a comparative study of classical ballet dancers, gym users and sedentary women (34).	Evaluar si las bailarinas de ballet clásico adultas aficionadas presentan diferencias en cuanto a percepción de la imagen corporal y comportamientos alimentarios alterados comparando con usuarias de gimnasio y mujeres sedentarias.	Índice de masa corporal; Composición corporal Percepción de la imagen corporal Comportamientos de desorden alimentario.	Los datos obtenidos sugieren que la práctica del ballet clásico a nivel amateur se asocia a una mejor percepción de la imagen corporal y a menos conductas asociadas a TCA en la población estudiada. Este hecho podría explicarse debido a un menor IMC en las bailarinas de ballet.
2	Eating psychopathology in ballet dancers: a meta-analysis of observational studies (35).	Evaluar si las bailarinas de ballet tienen puntuaciones medias de psicopatología alimentaria mayores que la población general	Patologías alimentarias Distorsión de la imagen corporal.	Las bailarinas de ballet muestran un mayor nivel de restricción e impulso de delgadez que los sujetos del grupo de control, lo que puede dar lugar a un mayor riesgo de desarrollar trastornos alimentarios. Los estudios disponibles no permiten discriminar las actitudes y conductas alimentarias disfuncionales de las respuestas adaptativas a la necesidad de la disciplina.
3	Female Athlete Body Project Intervention with Professional Dancers: A Pilot Trial (36).	Implementar una intervención utilizada anteriormente con atletas que promueve la aceptación del cuerpo con el fin de reducir patologías alimentarias	Insatisfacción corporal Restricción alimentaria Patología alimentaria.	Se proporciona evidencia de que las intervenciones orientadas a aumentar la aceptación del cuerpo favorecen la reducción de trastornos alimentarios en bailarinas de ballet.
4	Body satisfaction in female dancers and non- dancers (37)	Determinar si existe asociación entre la presencia de insatisfacción corporal y el hecho de ser bailarina.	Insatisfacción corporal	Las bailarinas presentaron una mayor probabilidad de sufrir insatisfacción con su imagen corporal que las no bailarinas. Una de las posibles explicaciones de por qué las bailarinas sienten mayor insatisfacción con su imagen corporal, comparadas con la

				población general, son las exigencias de la práctica de la danza, así como al juicio al que son sometidas por parte del público
5	Factors Dancers Associate with their Body Dissatisfaction (38).	Comprobar que factores identifican los bailarines como relevantes para su insatisfacción corporal.	<p>Insatisfacción corporal</p> <p>Actitudes y comportamientos alimentarios anormales</p> <p>Factores de riesgo de los TCA vinculados al mundo de la danza.</p>	<p>Se encontraron nueve factores de riesgo de los que destacan el "profesor", el "uniforme" y los "espejos"</p> <p>Los individuos con mayor probabilidad de desarrollar un trastorno alimentario identificaron la influencia de los profesores como un factor clave en su insatisfacción corporal. Concretamente, los bailarines de ballet eran más propensos a indicar que los profesores eran una influencia negativa en comparación con los estudiantes de otros géneros de danza (contemporánea, flamenco y danza española).</p>
6	Perception and distortion of body image in Spanish women dancers based on academic year and age (39).	Analizar la percepción y distorsión de la imagen corporal en bailarinas en formación en función del curso académico y la edad	<p>Percepción de la figura masculina y femenina;</p> <p>Imagen percibida e ideal;</p> <p>Grado de distorsión de la imagen corporal;</p> <p>Índice de insatisfacción corporal</p>	Las alumnas de danza de menor edad y de cursos mas bajos poseen una distorsión en su imagen corporal, viéndose más gruesas de lo que están realmente, por lo que quieren adelgazar, a pesar de estar más delgadas de como se sienten. Este aspecto puede influir en la aparición de TCA.
7	Study of body image in professional dancers: A systematic review (40)	Analizar estudios científicos sobre la imagen corporal de bailarines profesionales y comprender cómo es su percepción	<p>Imagen corporal</p> <p>Percepción de la imagen corporal</p>	Aunque sean delgadas y con un correcto IMC, existe una insatisfacción corporal en bailarinas profesionales ya que desean ser más delgadas por lo que constituyen un grupo de riesgo en el desarrollo de TCA.
8	Influence of the dance discipline on body image distortion and dissatisfaction in preadolescents, adolescents and young women dancers (41).	Analizar la distorsión e insatisfacción de la imagen corporal de bailarinas en formación en función de la modalidad de danza.	<p>Imagen percibida;</p> <p>Imagen real;</p> <p>Disciplina practicada.</p>	Se han hallado diferencias en cuanto a infravalorar su IMC en bailarinas de ballet clásico y contemporáneo siendo significativamente mayor en las bailarinas de Danza Clásica. Aunque las bailarinas de ballet consideraban como ideal un IMC superior al que poseían. La mayoría de las bailarinas poseían una percepción distorsionada de su imagen corporal.

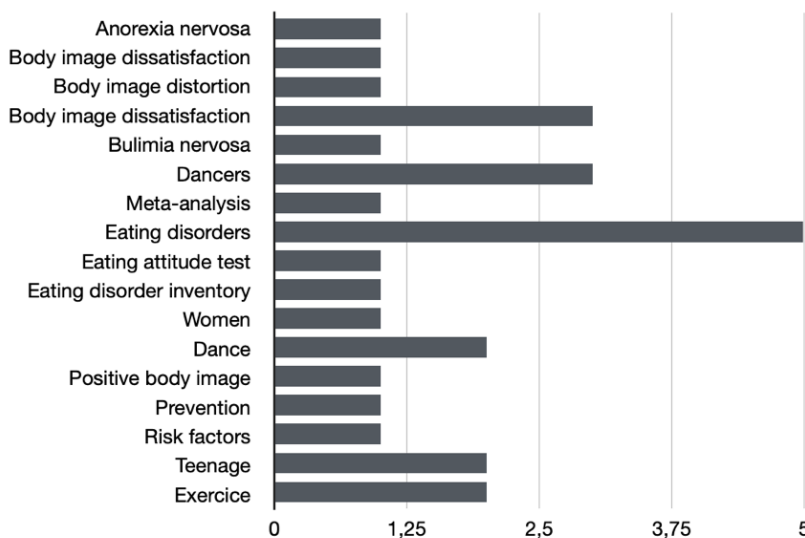
En la Figura 2, se puede observar la distribución de documentos encontrados en las diferentes bases de datos, WOS con un artículo (n=1), Scopus con 3 artículos (n=3) y PubMed con 6 artículos (n=6). PubMed ha sido la base de datos en la que se han encontrado mayor número de artículos en referencia al tema investigado, encontrando 2 de ellos tanto en PubMed como en Scopus.

Figura 2. Análisis de los documentos seleccionados en función de la base de datos.



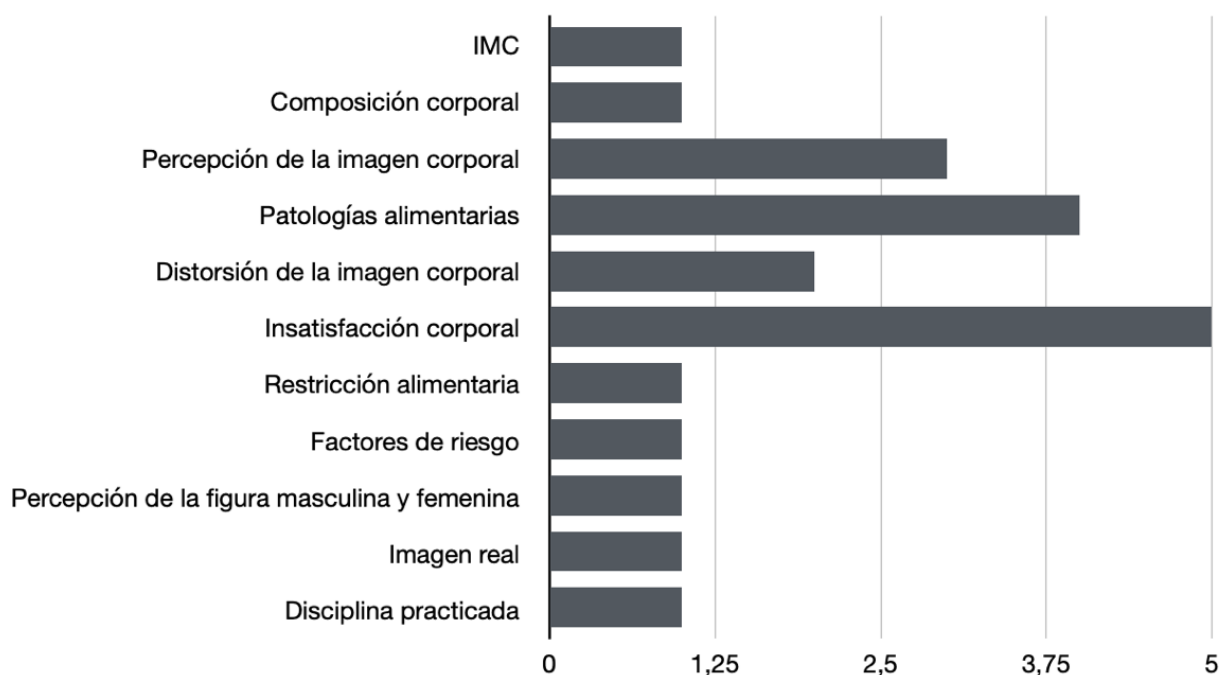
En la Figura 3, se muestran las palabras clave que se han encontrado en los diferentes artículos consultados. Las palabras que se han repetido han sido “Eating disorders” (n=5), “Body image dissatisfaction” (n=3), “Dancer” (n=3), “Body image” (n=2), “Dance” (n=2), “Teenage” (n=2) y “Exercise” (n=2).

Figura 3. Análisis de las palabras clave que aparecen en los documentos seleccionados



En la Figura 4 se realiza un análisis de las variables estudiadas en cada uno de los artículos seleccionados. Las variables que más se han repetido, han sido: “Insatisfacción corporal” (n=5), “Patologías alimentarias” (n=4), “distorsión de la imagen corporal” (n=2)

Figura 4. Análisis de las variables estudiadas en los documentos seleccionados



5. Discusión

El objetivo de este trabajo es conocer el estado actual sobre el desarrollo de TCA en bailarines de Ballet Clásico. Los artículos incluidos en la revisión han sido analizados de una manera exhaustiva con el fin de poder conocer el rumbo en el que se encuentran dirigidos los actuales estudios sobre TCA en bailarines y concretamente en la disciplina de Ballet Clásico.

El número de publicación científicas que se relacionan con la temática de estudio no es numeroso, aunque la mayor parte de ella se centra en definir los factores que dan lugar al desarrollo de TCA.

Para la presente revisión se han incluido un total de 8 artículos, los cuales cumplen con los criterios de inclusión y exclusión propuestos, en su totalidad publicados entre los años 2017 y 2021, por lo que se puede deducir que se trata de un tema de interés actual. Al tratarse de artículos actuales, permiten conocer el estado actual de los estudios sobre el tema planteado.

Teniendo en cuenta tanto las características tanto generales como específicas de los documentos analizados, las palabras clave más utilizadas son "Eating Disorders", "Body image dissatisfaction", "Dancer", "Body image", "Dance", "Teenage" y "Exercise", lo que brinda la posibilidad de conocer cuales son los principales intereses sobre la temática de estudio actual. En cuanto a las bases de datos empleadas, el mayor número de artículos encontrados ha sido en PubMed con 6 artículos (n=6), seguido de Scopus con 3 artículos (n=3) y por último WOS con un artículo (n=1). Todas las investigaciones incluidas en la presente revisión son artículos científicos, contando tanto con revisiones sistemáticas tanto con estudios cuantitativos, principalmente.

Considerando el tipo de muestra de los artículos seleccionados, resulta relevante que la mayoría de sujetos han sido varones, únicamente se incluyen en un estudio y son 44 varones de un total de 368 estudiantes de danza lo que supone un 11,9 % del total(38). Únicamente uno de los artículos cuenta con una muestra cuanta con una muestra inferior a 20 mujeres (36) tratándose de una intervención con bailarinas profesionales y no con estudiantes. El resto de los artículos utilizados posee una muestra mayor de 50 sujetos, pero todas ellas mujeres.

Se han encontrado también varios meta-analisis con grandes muestras y variedad de estudios en sus revisiones (35, 40).

En relación con las características específicas de los estudios, las variables analizadas se encuentran relacionadas con los factores que influyen en la aparición de TCA, Las variables que más se han repetido, han sido: " Insatisfacción corporal", "Patologías alimentarias" , "distorsión de la imagen corporal".

En relación con los datos obtenidos se puede observar que la danza requiere unas características físicas específicas, lo que puede dar lugar en muchos casos a una necesidad específica de adaptación a las mismas, propiciando una elevada restricción alimentaria conducida a la obtención de delgadez por lo que poseen un mayor riesgo de desarrollo de TCA que los grupos de control estudiados(36), esta necesidad de delgadez por otro lado da lugar a una importante insatisfacción corporal (37).

El continuo juicio al que se encuentran sometidos en el día a día los estudiantes de danza en comparación a la población normal da lugar a esta insatisfacción corporal (37).

Por otro lado, los estudios nos muestran que las estudiantes de danza poseen una mayor distorsión de la propia imagen corporal, siendo esta distorsión mayor en estudiantes de menor edad y primeros cursos de las enseñanzas (39).

Se ha hallado, que a pesar de que las estudiantes consideran un determinado IMC como ideal, sobre estiman el suyo, considerando que el ideal es menor al que poseen realmente considerándose ellas con un IMC mucho mayor del real (41) lo que incluso en las ocasiones en las que las bailarinas sean delgadas y posean un IMC adecuado para la práctica, quieren adelgazar debido a su insatisfacción corporal y su imagen corporal distorsionada, lo que termina derivando en muchos casos en el desarrollo de TCA a corto y medio plazo (40).

Sin embargo, este hecho parece ocurrir principalmente en bailarinas con aspiraciones o entrenamientos orientados a ser profesionales, debido a que la práctica del ballet Clásico a nivel amateur se asocia a una mejor percepción de la imagen corporal, por lo que puede limitar la aparición de TCA (34).

Algunos de los estudios analizados, nos muestran que tanto la continua exposición al que se sienten sometidos los estudiantes como la influencia del profesor juegan un factor clave en la insatisfacción corporal (37, 38), siendo los bailarines de Ballet Clásico los que en mayor medida indicaban que los profesores eran una influencia negativa en comparación con otras disciplinas de danza, como pueden ser Bailarines Danza española o Contemporánea (38).

Se han encontrado varios factores de riesgo concretos que dan lugar a la posible aparición de TCA, los más importantes y que más veces se repiten son los profesores, la necesidad de utilización de uniformes y la continua exposición en los espejos en el día a día de la clase de danza (37).

Cabe destacar de acuerdo con los estudios, que se han hallado diferencias significativas entre bailarines de ballet clásico y otras disciplinas en cuanto a infravalorar el propio IMC como a sufrir inconformismo físico por la presión sometida, lo que da lugar a una mayor probabilidad de desarrollo de TCA en estudiantes que Ballet Clásico, en comparación con el resto de las disciplinas dancísticas analizadas (37, 41).

Otro hallazgo de vital importancia es el hecho de que las intervenciones orientadas a la aceptación del propio cuerpo previenen y favorecen la reducción, de TCA en bailarinas (37).

Todos los documentos analizados se centran principalmente en los factores psicológicos y sociales que dan lugar a la aparición y desarrollo de TCA, situando la insatisfacción corporal y la distorsión de la imagen como mayores factores que dan lugar a los TCA sufridos en las alumnas.

6. Aplicabilidad y nuevas líneas de investigación

Tras la revisión bibliográfica realizada y el posterior desarrollo de este trabajo, se pone de manifiesto la necesidad de implementar programas dirigidos a la aceptación del propio cuerpo, de la imagen corporal y trabajar directamente la insatisfacción corporal que sienten las bailarinas y las estudiantes. Sin embargo, se deja de lado la posibilidad de un posible origen de los TCA en una falta de información sobre las necesidades nutricionales y de cómo una buena alimentación puede mejorar la estética y el rendimiento de los estudiantes de ballet clásico.

Los programas e intervenciones deben contar con un equipo multidisciplinar entre el nutricionista, psicólogo, entrenador (o profesor en este caso) y un fisioterapeuta.

Como se ha podido observar en los documentos estudiados la insatisfacción corporal es considerado como el principal factor que da lugar a la aparición de TCA y que puede en la mayoría de los casos venir originado por la exigencia, los profesores y la necesidad de una determinada composición corporal.

Futuras líneas de investigación podrían partir por un lado del papel de la falta de una correcta educación nutricional como posible factor de origen de la aparición de TCA y como complemento a las intervenciones de carácter psicológico.

Pueden proponerse investigaciones en las que se estudien si existen consecuencias diferentes de padecer TCA entre bailarines y otros tipos de deportes, así como si estos trastornos se alargan en la vida profesional o si la incidencia es diferente en estudiantes y profesionales.

Se deben implementar programas con la finalidad de reducir el malestar y la insatisfacción corporal que sufren las estudiantes de danza, así como realizar intervenciones con los profesores de danza para que la educación tome un rumbo que sea menos lesivo a nivel psicológico.

Podría ser muy interesante el realizar investigaciones en las que el género masculino se encuentre más presente.

No debemos olvidar las investigaciones e intervenciones orientadas a la parte nutricional, ya que en muchos casos los bailarines, al encontrarse fuera del concepto de deporte, no integran la necesidad de una alimentación con características deportivas, por lo que la propuesta de intervención que se propone a continuación considera principalmente la parte de educación nutricional.

Propuesta de intervención:

Objetivo: Desarrollar un programa de educación nutricional orientado a estudiantes de danza, que proporcione la información necesaria para conseguir una alimentación adecuada para la práctica específica, que incluya tanto la parte de rendimiento, como la estética.

Población objetivo: estudiantes de danza de los últimos cursos de conservatorio, sin tener relevancia el posible riesgo individual de padecer TCA (en otra posible intervención, se realizaría para estudiantes mas jóvenes, en este caso incluyendo también a las familias, que, en la mayoría de los casos, son los encargados de la alimentación del estudiante). En caso de tratarse de alumnos con posible riesgo de desarrollo de TCA, para la intervención se contará con la participación de un especialista en psicología de los TCA, que trabajará tanto sobre la aceptación de la imagen corporal, como sobre los aspectos que considere oportunos. Se dará siempre prioridad a la salud mental de los estudiantes, por lo que, en caso de duda, siempre se contará con el apoyo del especialista en psicología, debido a que, en muchas situaciones, una educación nutricional mal entendida, puede derivar en obsesiones futuras y derivar en un posible TCA.

Valoración inicial: se realizará una valoración inicial con el fin de conocer el estado del que se parte y poder comparar resultados al final de la intervención.

- Valoración antropométrica: peso, talla, pliegues cutáneos y perímetros óseos.
- Valoración de posibilidad de tener síntomas de TCA: Criterios diagnósticos del DSM-V. "Eating Disorders Examination Questionnaire" (EDE-Q).
- Recuento nutricional de una semana de cada alumna en particular.

Temporalización: 6 meses de duración y una sesión de una hora a la semana.

Intervención: se realizará una intervención orientada a aportar toda la educación nutricional necesaria para el correcto rendimiento en la disciplina. Los principales aspectos que se trabajarán serán:

- Necesidades antropométricas y estéticas en la Danza Clásica.
- Sustratos energéticos utilizados en la práctica de la Danza Clásica.
- Implicaciones nutricionales derivados de los mismo.
- Mitos y creencias erróneas en nutrición deportiva.
- Organización nutricional en el día a día.
- La alimentación, pre, intra y post entreno.
- Importancia de la alimentación como recuperador muscular.
- La alimentación como prevención y tratamiento de lesiones.
- Importancia de la hidratación.
- ETC.

En todas las sesiones se valorará la participación directa del alumnado, que podrá plantear preguntas, dudas, etc. Se tratará en todo momento de que el alumno sea el centro de la intervención.

Se enseñarán recetas para que posean amplitud de opciones a la vez que se les ayudará a realizar una correcta alimentación, tanto en calidad como en temporalización de esta.

Se les ayudará a poder planificar su alimentación, ya que los alumnos de conservatorio pasan numerosas horas fuera de casa y en la mayoría de los casos, deben llevarse desde la mañana toda la comida necesaria para el día completo.

Se les solicitará que lleven un diario de trabajo en el que plasmen los aprendizajes de cada sesión.

Evaluación: se repetirán los test previamente expuestos en la valoración y se realizará un cuestionario cualitativo de nuevos hábitos adquiridos y aprendizajes que han considerado importantes.

Se considerará que la intervención propuesta ha sido exitosa siempre que los alumnos reflejen mejoras tanto nutricionales como psicológicas resultado de la intervención propuesta y se vea disminuida la posibilidad de sufrir posibles TCA en el futuro.

7. Conclusiones

La conclusión mas importante de este estudio es la existencia de unos factores comunes que dan lugar al desarrollo de TCA en bailarines de Danza Clásica.

En la actualidad existen diversos estudios dedicados a la danza, lo que nos hace darnos cuenta de la importancia de esta como disciplina, a la vez que se advierte el interés por el desarrollo de los TCA entre sus estudiantes.

Aspectos como la insatisfacción corporal y la distorsión en la propia percepción del cuerpo, en numerosos casos provocados por la exigencia, las normas estéticas específicas, la presión a la que se encuentran sometidas por los profesores, la continua exposición al espejo y los uniformes reglamentarios aparecen como factores de desarrollo de TCA, limitando en muchos casos el futuro rendimiento.

Se destaca que la disciplina que más sufre de posibles TCA es la Danza Clásica, por lo que es importante plantear intervenciones en esta modalidad con el fin de prevenirlas antes de que aparezcan.

Los programas orientados a una aceptación corporal parecen tener consecuencias beneficiosas sobre los estudiantes, aunque todas las intervenciones encontradas parecen dejar de lado el aspecto nutricional posiblemente como educación, para centrarse principalmente en los factores psicológicos.

La principal limitación de este trabajo de revisión es el escaso número de artículos científicos que estudien los orígenes de los TCA, y en algunos casos de escasez de sujetos incluidos, así como la escasa participación masculina en los mismos. A esto cabe añadirse que no se han encontrado artículos que incluyan aspectos como una correcta educación nutricional como estrategia para prevenir la aparición de TCA.

8. Bibliografía

1. Vaquero-Cristóbal R, Kazarez M, Esparza-Ros F. Influencia de la modalidad de danza en la imagen corporal de las bailarinas adolescentes. *Nutr Hosp.* 2017;34(6):1442–7.
2. Alvero-Cruz JR, Parent Mathias V, García-Romero JC. Somatotype Components as Useful Predictors of Disordered Eating Attitudes in Young Female Ballet Dance Students. *J Clin Med.* 2020;9(7):2024.
3. Paulini Neves Simas J, Macara A, Iberes Lopes Melo S. Eating disorders and associated factors in professional classical ballet dancers in Brazil. *O Mundo da Saúde.* 2019;43(2):472–93.
4. Cardoso AA, Reis NM, Marinho AP, Boing L, Guimarães AC de A. Study of Body Image in Professional Dancers: a Systematic Review. *Rev Bras Med do Esporte.* 2017;23(4):335–40.
5. Tosi M, Maslyanskaya S, Dodson NA, Coupey SM. The Female Athlete Triad: A Comparison of Knowledge and Risk in Adolescent and Young Adult Figure Skaters, Dancers, and Runners. Vol. 32, *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology.* 2019. p. 165–9.
6. Cristina Y, Rodrigues F, Reis NM, Carvalho M De, Vieira S, Machado Z. Fatigue and symptoms of eating disorders. *Rev Bras Cineantropom Hum.* 2017;(January):96–108.
7. Mateos Aguilar A. Valoración nutricional y antropométrica en alumnas de enseñanza oficial de danza vs un grupo de control. 2017;303. Available from:
<http://repositorio.ucam.edu/bitstream/handle/10952/2562/Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
8. Gaete V. [Adolescent psychosocial development]. *Rev Chil Pediatr.* 2015;86(6):436–43.

9. Sarmiento C, Lau C. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Ed.: DSM-5. In: The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences. 2020.
10. Call C, Walsh BT, Attia E. From DSM-IV to DSM-5: changes to eating disorder diagnoses. *Curr Opin Psychiatry*. 2013 Nov;26(6):532–6.
11. Nemeroff CB, Weinberger D, Rutter M, MacMillan HL, Bryant RA, Wessely S, et al. DSM-5: A collection of psychiatrist views on the changes, controversies, and future directions. *BMC Med*. 2013 Sep 12;11(1).
12. Treasure J, Duarte TA, Schmidt U. Eating disorders. *Lancet (London, England)*. 2020 Mar;395(10227):899–911.
13. Toro J, Gomez-Peresmitré G, Sentis J, Vallés A, Casulà V, Castro J, et al. Eating disorders and body image in Spanish and Mexican female adolescents. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*. 2006;41(7).
14. Steiger H, Booij L. Eating Disorders, Heredity and Environmental Activation: Getting Epigenetic Concepts into Practice. *J Clin Med*. 2020;9(5).
15. Penniment KJ, Egan SJ. Perfectionism and learning experiences in dance class as risk factors for eating disorders in dancers. *Eur Eat Disord Rev*. 2012;20(1).
16. Jáuregui Lobera I. Eating attitudes, body image and risk for eating disorders in a group of Spanish dancers. *Nutr Hosp*. 2016;33(5).
17. Tylka TL. Refinement of the tripartite influence model for men: Dual body image pathways to body change behaviors. *Body Image*. 2011;8(3).
18. Uher R, Rutter M. Classification of feeding and eating disorders: Review of evidence and proposals for ICD-11. Vol. 11, *World Psychiatry*. 2012.
19. Joy E, Kussman A, Nattiv A. 2016 update on eating disorders in athletes: A comprehensive narrative review with a focus on clinical assessment

- and management. Vol. 50, British Journal of Sports Medicine. 2016.
20. Martinsen M, Sundgot-Borgen J. Higher prevalence of eating disorders among adolescent elite athletes than controls. *Med Sci Sports Exerc.* 2013;45(6).
 21. Sundgot-Borgen J, Torstveit MK. Prevalence of Eating Disorders in Elite Athletes Is Higher Than in the General Population. *Clin J Sport Med.* 2004;14(1).
 22. Goodwin H, Arcelus J, Geach N, Meyer C. Perfectionism and eating psychopathology among dancers: The role of high standards and self-criticism. *Eur Eat Disord Rev.* 2014;22(5).
 23. Abraham S. Characteristics of Eating Disorders among Young Ballet Dancers. *Psychopathology.* 1996;29(4):223–9.
 24. Neumark-Sztainer D, Wall M, Larson NI, Eisenberg ME, Loth K. Dieting and disordered eating behaviors from adolescence to young adulthood: Findings from a 10-year longitudinal study. *J Am Diet Assoc.* 2011;111(7).
 25. Hübel C, Yilmaz Z, Schaumberg KE, Breithaupt L, Hunjan A, Horne E, et al. Body composition in anorexia nervosa: Meta-analysis and meta-regression of cross-sectional and longitudinal studies. Vol. 52, *International Journal of Eating Disorders.* 2019.
 26. Robinson L, Micali N, Misra M. Eating disorders and bone metabolism in women. Vol. 29, *Current Opinion in Pediatrics.* 2017.
 27. Ato M, López-García J, *Psicología/Annals AB-A de, 2013* undefined. Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *revistas.um.es* [Internet]. 2013 [cited 2021 Dec 29];29:1038–59. Available from: <https://revistas.um.es/analesps/article/view/178511>
 28. Liiv H, Wyon MA, Jürimäe T, Saar M, Mäestu J, Jürimäe J. Anthropometry, somatotypes, and aerobic power in ballet, contemporary dance, and dancesport. *Med Probl Perform Art.* 2013 Dec;28(4):207–11.

29. Martín Gamonales J, Muñoz-Jiménez J, León-Guzmán K, Ibáñez SJ. 5-A-SIDE FOOTBALL FOR INDIVIDUALS WITH VISUAL IMPAIRMENTS: A REVIEW OF THE LITERATURE. *eujapa.upol.cz* [Internet]. 2018 [cited 2021 Dec 31];11(1):4. Available from:
<http://www.eujapa.upol.cz/pdfs/euj/2018/01/04.pdf>
30. Montero I, Health OL-IJ of clinical and, 2007 undefined. A guide for naming research studies in Psychology. *redalyc.org* [Internet]. [cited 2021 Dec 31];7:847–62. Available from:
<https://www.redalyc.org/pdf/337/33770318.pdf>
31. Gámez-Calvo L, Gamonales JM, Silva-Ortíz AM, Muñoz-Jiménez J. Benefits of hippotherapy in elderly people: Scoping review. 2020 [cited 2021 Dec 31]; Available from:
<http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/109512>
32. Thomas J, Nelson J, Silverman S. Research methods in physical activity. 2015 [cited 2021 Dec 29]; Available from:
https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=OPR6DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=Thomas,+Jerry+R.,+Silverman,+Stephen+J.,+Nelson+%26+Jack+K.+Research+Methods+in+Physical+Activity+7th+Edition.+J+Hum+Kinet.+2015&ots=x_p3HWVf2V&sig=d24yOjvxGokEU8JIxTXNwQu3LuY
33. Peinado B, José P, Molina D, Montero C, Javier F, Lozano P, et al. La revisión bibliográfica sistemática en fisiología del ejercicio: recomendaciones prácticas.(Literature review in exercise physiology: practical. *cafyd.com* [Internet]. 2007 [cited 2021 Dec 31]; Available from:
<http://www.cafyd.com/REVISTA/ojs/index.php/ricyde/article/view/52>
34. de Medeiros Eufrásio RE, Ferreira RLU, Leal LLA, Avelino EB, da Costa Pelonha RN, da Cruz Carvalho MC, et al. Amateur ballet practicing, body image and eating behaviors: a comparative study of classical ballet dancers, gym users and sedentary women. *Journal of eating disorders* [Internet]. 2021 Dec 1 [cited 2022 Jan 2];9(1). Available from:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34454621/>

35. Silverii GA, Benvenuti · F, Morandin · G, Ricca · V, Monami · M, Mannucci · E, et al. Eating psychopathology in ballet dancers: a meta-analysis of observational studies. 1:3. Available from: <https://doi.org/10.1007/s40519-021-01213-5>
36. Gorrell S, Schaumberg K, Boswell JF, Hormes JM, Anderson DA. Female Athlete Body Project Intervention with Professional Dancers: A Pilot Trial. *Eat Disord.* 2021;29(1):56–73.
37. Torales J, Barrios I, Amadeo G, Ebner B, Figueredo V, Garbett M, et al. Body satisfaction in female dancers and non- dancers. *Memorias del Inst Investig en Ciencias la Salud.* 2017 Aug 31;15(2):79–84.
38. Dantas AG, Alonso DA, Sánchez-Miguel PA, del Río Sánchez C. Factors Dancers Associate with their Body Dissatisfaction. *Body Image.* 2018 Jun 1;25:40–7.
39. Kazarez M, Vaquero Cristóbal R, Esparza Ros F. Perception and distortion of body image in Spanish women dancers based on academic year and age. *Nutr Hosp.* 2018;35(3):661–8.
40. Alexandre Cardoso A, Martins Reis N, Paula Marinho A, Boing L. STUDY OF BODY IMAGE IN PROFESSIONAL DANCERS: A SYSTEMATIC REVIEW ESTUDO DA IMAGEM CORPORAL EM BAILARINOS PROFISSIONAIS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA ESTUDIO DE LA IMAGEN CORPORAL EN BAILARINES PROFESIONALES: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA. *Rev Bras Med Esporte [Internet].* 2017 [cited 2022 Jan 3];23. Available from: <http://dx.doi.org/10.1590/1517-869220172304162818>
41. Vaquero-Cristóbal R, Kazarez M, Esparza-Ros F. [Influence of the dance discipline on body image distortion and dissatisfaction in preadolescents, adolescents and young women dancers]. *Nutr Hosp [Internet].* 2017 [cited 2022 Jan 12];34(5):1442–7. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29280662/>