



EFICACIA DE UNA APLICACIÓN MÓVIL PARA TRABAJAR LAS CREENCIAS DISFUNCIONALES RELACIONADAS CON LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN PACIENTES EN FASE DE REMISIÓN: ESTUDIO DE TRES CASOS.

María Roncero^a, Marta Corberán^a, Laura Carratalá-Ricart^a, Odalis. I. Merchán^a, Yuliya Saman^a, Irene Agulló^b, Mara Segura-Serralta^b, Gemma García-Soriano^a

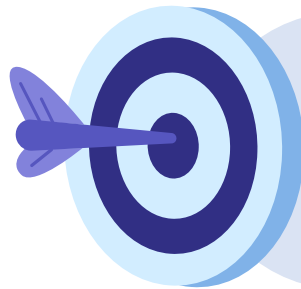
^a Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos. Facultad de Psicología y Logopedia. Universitat de València.

^b Hospital Universitario de la Ribera, Sueca, Valencia, España.

*Autor de correspondencia: gemma.garcia@uv.es

INTRODUCCIÓN

Los **trastornos de la conducta alimentaria** (TCA) presentan una elevada tasa de recaídas que ronda el 30-50% (Kirszman, 2020). Las tecnologías de la información y la comunicación permiten desarrollar herramientas para optimizar el abordaje de los TCA, y en este sentido, las aplicaciones móviles pueden ser de gran utilidad para la fase de **prevención de recaídas**.



El objetivo del presente estudio fue evaluar la **eficacia de una aplicación móvil** (GGED) para trabajar las **creencias disfuncionales** relacionadas con los TCA en pacientes en fase de remisión.

MÉTODO

Participantes

- **3 mujeres con diagnóstico de TCA en remisión** que han finalizado terapia cognitivo-conductual.
- Diagnósticos iniciales: anorexia nerviosa restrictiva (una paciente), y trastorno de la conducta alimentaria no especificada tipo restrictivo (dos pacientes).
- Edad: 21, 17, 18 años e IMC: 25,95, 18,36 y 20,98.

GGED

- **49 niveles:** aceptar las creencias relacionadas con la alimentación, la imagen corporal y la autoestima que son adaptativas y rechazar las disfuncionales.
- Las participantes completaron la App GGED tres minutos al día durante **15 días consecutivos**.

1 Pre-evaluación

- Obsessive Beliefs about Body Size and Eating Survey (**OBBSES**)
- Eating Disorder Belief Questionnaire (**EDBQ**)
- Body Appreciation Scale (**BAS**)
- Eating Disorder Examination Questionnaire (**EDEQ**)
- Single-Item Self-Esteem Scale (**SISE**)
- The Depression-Anxiety-Stress Scale (**DASS-21**)

2 Intervención



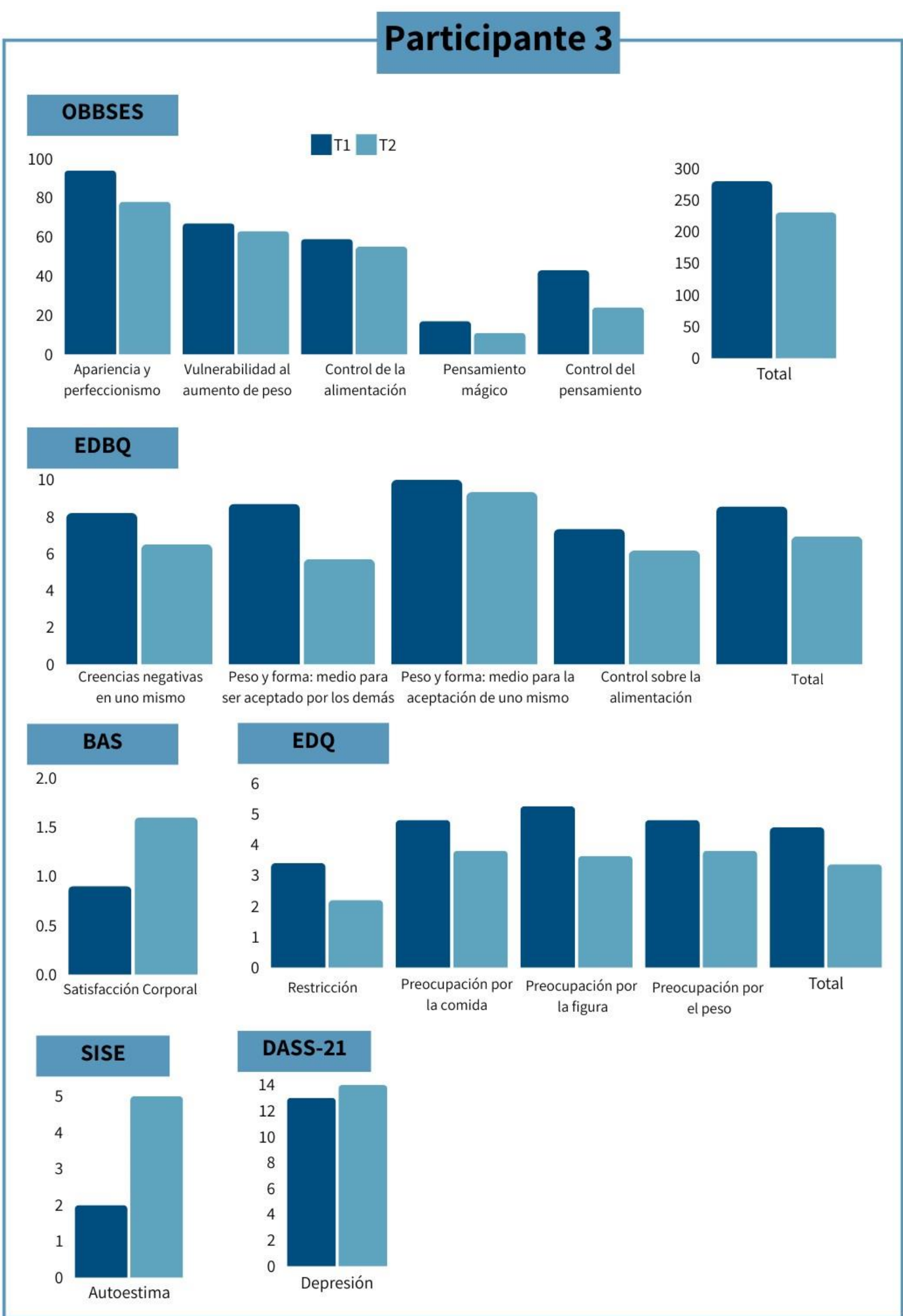
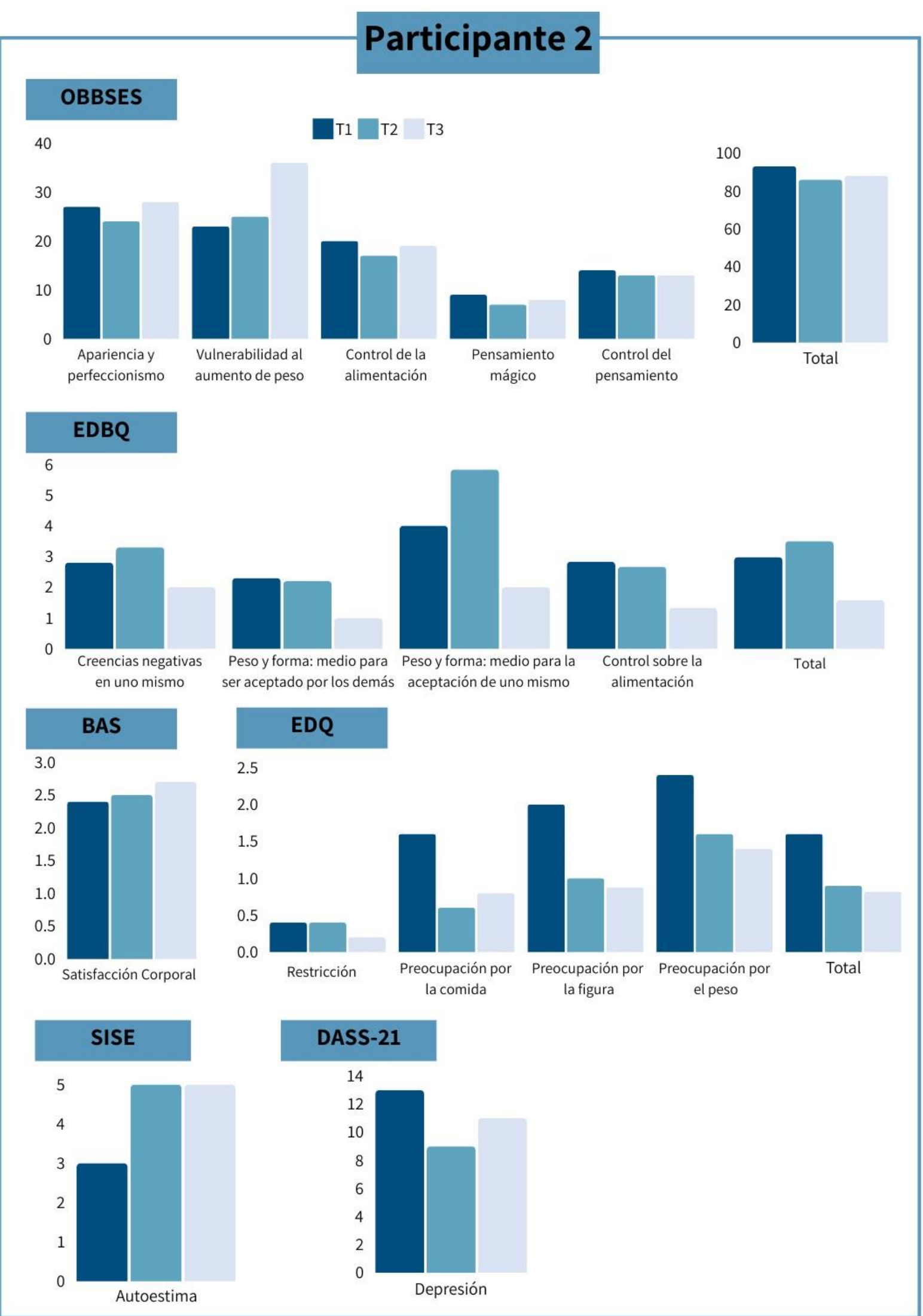
3 Post-evaluación

- OBBSES
- EDBQ
- BAS
- EDEQ
- SISE
- DASS-21

4 Seguimiento a un mes

- OBBSES
- EDBQ
- BAS
- EDEQ
- SISE
- DASS-21

RESULTADOS



Tras el uso de la app:

- a) Reducción en la mayoría de las variables evaluadas (11 de 14).
- b) Aumento en las variables de satisfacción corporal y autoestima.
- c) En la mayoría de los factores se mantienen los beneficios obtenidos o continúa la tendencia a la mejoría.

DISCUSIÓN

Los resultados sugieren que la App GGED podría ser una herramienta **útil para pacientes con TCA en fase de remisión**. Futuros estudios deberán comprobar su eficacia en muestras más grandes y contando con grupo control.