



Terapia cinematográfica en la infancia y adolescencia

Pediatria Integral inicia esta nueva sección para poner en relación la ciencia (pediátrica) con el arte (cinematográfico), y hacer del séptimo arte un instrumento más para cimentar la arteterapia en nuestro día a día. El objetivo, es prescribir películas de cine que todo pediatra pudiera ver para mejorar en ciencia y conciencia en nuestra práctica clínica habitual, tanto en temas médicos como sociales. Prescribir películas argumentales bajo la observación narrativa para extraer todas las emociones y reflexiones posibles. Para ser mejores médicos pediatras. Y, quizás, por qué no, para ser mejores personas.

Prescribir películas para entender los trastornos de la conducta alimentaria

J. González de Dios

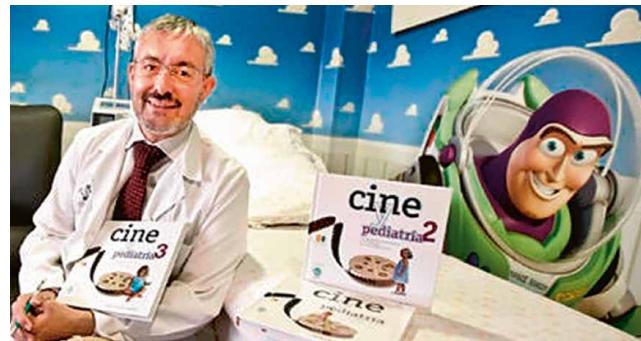
Jefe de Servicio de Pediatría. Hospital General Universitario de Alicante. Profesor del Departamento de Pediatría. Universidad Miguel Hernández. Alicante. Autor del proyecto "Cine y Pediatría"

Los trastornos de la conducta alimentaria y sus tipos

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son afecciones médicas y de salud mental graves que se caracterizan por alteraciones persistentes en la ingesta o en el comportamiento alimentario. Estos problemas causan un deterioro significativo de la salud física, el funcionamiento psicosocial y el bienestar emocional. No son una elección o un estilo de vida.

Los tipos de TCA más comunes, según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5), incluyen la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa, los trastornos por atracón y otros.

- Anorexia nerviosa, que se caracteriza por: 1) restricción de la ingesta energética que conduce a un peso corporal significativamente bajo (inferior al mínimo normal o esperado para la edad y altura); 2) miedo intenso a ganar peso o a engordar, o un comportamiento persistente que interfiere en el aumento de peso, incluso estando significativamente bajo de peso; 3) alteración de la forma en que percibe su peso o constitución, influencia indebida del peso o la constitución corporal en la autoevaluación, o falta de reconocimiento de la gravedad del bajo peso actual. Se distinguen dos tipos: anorexia nerviosa tipo restrictivo y tipo atracones/purgativo.
- Bulimia nerviosa, que se caracteriza por: 1) episodios recurrentes de atracones: ingesta en un periodo determinado (p. ej., 2 horas) de una cantidad de alimentos claramente superior a la que la mayoría de las personas ingerirían, acompañada de una sensación de pérdida de control sobre la ingesta; 2) conductas compensatorias inapropiadas recurrentes para evitar el aumento de peso (p. ej., vómito autoinducido, uso



de laxantes, ayuno o ejercicio excesivo); 3) los atracones y las conductas compensatorias ocurren, en promedio, al menos, una vez a la semana durante tres meses.

- Trastorno por atracón, que se caracteriza por: 1) episodios recurrentes de atracones (similares a los de la bulimia); 2) los episodios se asocian a tres (o más) de los siguientes: comer mucho más rápido de lo normal, comer hasta sentirse desagradablemente lleno, comer grandes cantidades de alimentos sin tener hambre, comer solo por vergüenza, sentirse disgustado consigo mismo o culpable después; 3) existe un malestar intenso respecto a los atracones y ocurren, en promedio, al menos, una vez a la semana durante tres meses. No se asocia a conductas compensatorias inapropiadas (a diferencia de la bulimia nerviosa).
- Otros TCA específicos, como el trastorno evitativo/restrictivo de la ingesta de alimentos, que se caracteriza por una restricción o evitación de la ingesta alimentaria que lleva a la incapacidad de satisfacer las necesidades nutricionales y/o energéticas adecuadas, sin que exista un miedo a engordar ni una distorsión de la imagen corporal; es más común en la infancia. Y otros tipos como vigorexia (obsesión por tener un cuerpo musculoso) y la ortorexia (obsesión patológica por la comida biológicamente pura).

Los TCA son el resultado de una interacción compleja de factores y no de una sola causa: factores biológicos y genéticos

(antecedentes familiares de TCA, depresión o ansiedad), factores psicológicos (baja autoestima, perfeccionismo, dificultad para manejar el estrés o las emociones intensas, historia de trauma o abuso, comorbilidad con otros trastornos mentales), factores socioculturales (idealización de la delgadez en los medios, presión social y cultural sobre la apariencia física y el peso, acoso relacionado con el peso), factores ambientales (antecedentes de dietas frecuentes, inicio temprano de la pubertad, deportes que enfatizan el peso como gimnasia rítmica o ballet) y factores familiares (familias con excesiva preocupación por el peso o las dietas, comunicación disfuncional, sobreprotección).

Su importancia es tal que los TCA representan la tercera causa de enfermedad crónica en niños y adolescentes, después del asma y la obesidad. La prevalencia en la población se sitúa en 0,3 % para anorexia nerviosa, 1 % para bulimia nerviosa y 1,6 % para el trastorno por atracones, muchas veces asociado a obesidad. Los TCA son más frecuentes en la adolescencia que en cualquier otra época de la vida y hay estudios que encuentran que hasta el 40 % de los adolescentes hacen o han hecho dieta y que el 13 % desarrolla algún trastorno alimentario. La edad media de inicio son 12,5 años; es tres a cinco veces más frecuente en mujeres que en hombres y afecta a todas las razas y niveles socioeconómicos. Y es por ello que cada 30 de noviembre se celebra el Día Internacional de la Lucha contra los Trastornos de la Conducta Alimentaria, que se identifica bajo el símbolo de un lazo, una cinta o una pulsera de color azul claro.

Del diagnóstico al tratamiento, del tratamiento a la prevención

El diagnóstico de un TCA debe ser realizado por profesionales de la salud mental y médicos con experiencia en estos trastornos. Implica una evaluación integral que incluye:

- Entrevista clínica detallada: recopilación de la historia alimentaria, patrones de peso, conductas compensatorias, síntomas psicológicos y antecedentes familiares.
- Examen físico: evaluación del peso, índice de masa corporal (IMC), signos vitales y detección de complicaciones médicas (p. ej., bradicardia, desnutrición).
- Análisis de laboratorio: pruebas para evaluar el estado nutricional y descartar complicaciones (electrolitos, función tiroidea, renal y hepática).
- Evaluación psicológica/psiquiátrica: uso de herramientas estandarizadas para evaluar la gravedad de los síntomas, la presencia de comorbilidades (depresión, ansiedad) y el riesgo de autolesión.

El tratamiento es multidisciplinario, personalizado y generalmente prolongado. Los objetivos principales son la estabilización médica, la recuperación nutricional y la modificación de las conductas y pensamientos disfuncionales.

- Tratamiento médico y nutricional: monitorización de la salud física, reposición nutricional, restablecimiento de un peso saludable (en anorexia nerviosa), educación nutricional y planificación de comidas.
- Tratamiento psicológico/psicoterapia: terapia cognitivo-conductual, terapia familiar basada en el tratamiento o

Modelo Maudsley (el tratamiento de elección para TCA en adolescentes), y otras como la terapia dialéctica conductual o terapias psicodinámicas.

- Tratamiento farmacológico: uso de medicamentos (generalmente antidepresivos inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina) para tratar comorbilidades como la depresión, ansiedad o el trastorno por atracón (fluoxetina es el único aprobado para bulimia nerviosa). No hay fármacos aprobados específicamente para el tratamiento de la anorexia nerviosa.
- Niveles de atención: puede variar desde ambulatorio intensivo hasta hospitalización (cuando hay riesgo vital o fracaso del tratamiento ambulatorio).

Pero el mejor tratamiento aquí sí que es la prevención. Una prevención que se enfoca en reducir los factores de riesgo y fortalecer los factores de protección: promoción de una imagen corporal positiva (que enfatice que el valor de una persona no está ligado a su peso o apariencia), educación y alfabetización mediática (enseñar a niños y adolescentes a cuestionar los mensajes de delgadez idealizados en redes sociales y medios), fomento de la alimentación intuitiva (promover una relación saludable con la comida, centrándose en el bienestar y las señales de hambre/saciedad, en lugar de dietas restrictivas), desarrollo de la autoestima y habilidades de afrontamiento (fomentar talentos, habilidades y resiliencia emocional para gestionar el estrés y la ansiedad sin recurrir a la comida) y entorno familiar saludable (padres que modelan una relación sana con la comida y el cuerpo, evitando los comentarios críticos sobre el peso propio o el de los hijos).

El tema es de gran importancia en Pediatría y son numerosos los artículos que revisan de forma periódica los TCA⁽¹⁻⁶⁾.

El cine como herramienta de apoyo en los TCA en la infancia y adolescencia

La infancia y la adolescencia son períodos críticos para la aparición y el desarrollo de los TCA, y su impacto en estas etapas es particularmente grave. La adolescencia es una etapa de intensos cambios hormonales y maduración cerebral: la preocupación por la imagen corporal y la búsqueda de identidad hacen que los jóvenes sean altamente vulnerables a las presiones socioculturales. La desnutrición en la infancia y adolescencia, especialmente en la anorexia nerviosa, puede tener consecuencias devastadoras e irreversibles, tanto a nivel físico (retraso en el crecimiento y la maduración, osteoporosis con riesgo de fracturas, problemas cardíacos como arritmias y bradicardia, impacto en la fertilidad futura...) como psicosocial (aislamiento social, dificultades académicas y un alto riesgo de comorbilidades como la depresión, la ansiedad y el riesgo de suicidio).

No hay duda de que los TCA son enfermedades que requieren una detección precoz y una intervención especializada e intensiva para minimizar el riesgo de secuelas crónicas y salvar vidas. No hay duda de que son entidades que deben ser conocidas por los jóvenes que lo pueden sufrir, también por las familias y la sociedad. El cine, como poderosa herramienta de narrativa y comunicación visual, es un vehículo crucial para la sensibilización, el entendimiento y la prevención.

Las formas positivas en que el cine puede ayudar en los TCA incluyen la desestigmatización y sensibilización (porque una representación cinematográfica honesta y bien investigada puede humanizar la enfermedad y romper el aislamiento, y saber que su experiencia no es única puede ser el primer paso para buscar ayuda), la educación sobre la complejidad de los TCA (al explicar los diferentes factores subyacentes, las complicaciones físicas y psicosociales, los diferentes tipos de trastornos de la conducta alimentaria), y el fomentar la búsqueda de ayuda y la esperanza en la recuperación (quizás lo más importante, representando el proceso de tratamiento de forma constructiva, así como visibilizando el importante papel de la familia y el entorno).

Además, el cine puede ser utilizado activamente por profesionales en programas de prevención (al utilizar fragmentos de películas para iniciar debates críticos con adolescentes sobre los ideales de belleza, la cultura de la dieta y el uso de las redes sociales) y de terapia (la cineterapia puede ayudar a los pacientes a explorar sus sentimientos, facilitar la expresión emocional y analizar patrones de comportamiento de los personajes).

Y es así que desde esta sección de Terapia cinematográfica hoy recogemos 7 películas argumentales alrededor de los TCA en la infancia y adolescencia. De cada película ofreceremos una breve ficha de la película y nuestros protagonistas, destacaremos las emociones y reflexiones que podremos extraer, y enunciaremos algunas frases “de cine” para el recuerdo que se derivarían de “prescribir” ese film. Estas películas son, por orden cronológico de estreno:

- *Por el amor de Nancy* (*For the Love of Nancy*, Paul Schneider, 1994)⁽⁷⁾, para profundizar en la lucha de los padres con una hija o hijo con TCA y el profundo coste emocional de la familia.
- *Secreto compartido* (*Sharing the Secret*, Katt Shea, 2000)⁽⁸⁾, para descubrir el secreto que se esconde tras la bulimia nerviosa.
- *Miedo a comer* (*Thin*, Laurent Greenfield, 2006)⁽⁹⁾, para convivir con las impactantes vivencias que acompañan a las personas con un TCA.
- *Hambre al límite* (*Starving in Suburbia (Thinspiration)*, Tara Miele, 2014)⁽¹⁰⁾, para realzar la importancia de la detección precoz y prevención de los TCA ante los riesgos de internet y las redes sociales.
- *Hasta los huesos* (*To the Bone*, Martin Noxon, 2017)⁽¹¹⁾, para reconocer cuándo la comida se convierte en el enemigo de la anorexia nerviosa.
- *Ara* (Pere Solés, 2018)⁽¹²⁾, para conocer la anorexia nerviosa desde el punto de vista de las pacientes hospitalizadas y su relación con los terapeutas.
- *Club Zero* (Jessica Hausner, 2023)⁽¹³⁾, para concienciar-nos de los riesgos del adoctrinamiento en ciertas prácticas nutricionales, como la alimentación consciente.

Siete películas argumentales para sumergirnos en la cruda realidad personal, familiar y social de los TCA, y que nos permitirán extraer aspectos positivos frente a la desestigmatización y sensibilización, la educación y terapias, así como fomentar la búsqueda de ayuda y la esperanza en la recuperación.

PRESCRIPCIÓN 1

Por el amor de Nancy (Paul Schneider, 1994)

Ficha técnica

Título: *Por el amor de Nancy*. Título original: *For the Love of Nancy*.

Dirección: Paul Schneider. País: EE.UU. Año: 1994.

Duración: 100 min. Género: Drama basado en hechos reales.

Reparto: Tracey Gold, Jill Clayburgh, Cameron Bancroft, Mark-Paul Gosselaar, Garwin Sanford.

Ficha de los protagonistas:

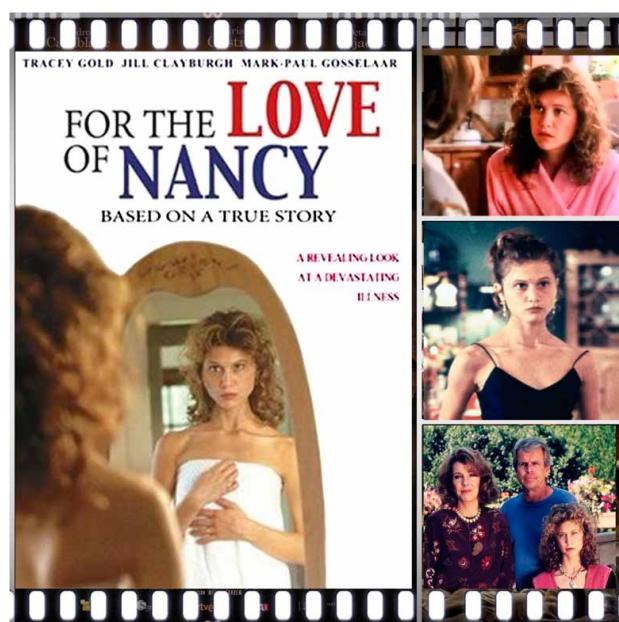
- Nombre: Nancy Walsh (Tracey Gold) es una adolescente estadounidense de 18 años que acaba de graduarse y sufre grandes cambios en su vida.

Frases de cine

- “*¿Qué está pasando?, ¿por qué haces esto?... Te estás haciendo daño*”.
- “*El anoréxico busca tener control. Lo que está claro es que la anorexia es una manifestación de un problema familiar... No comer no es la enfermedad, sino un síntoma. La enfermedad es cómo ella se siente consigo misma*”.
- “*Esta enfermedad nunca desaparece del todo. Es como si estuviera siempre al acecho. Como un depredador*”.

Síntesis argumental

Telefilme “made in USA” estrenado hace más de tres décadas y basado en hechos reales, donde se nos narra la historia de la actriz estadounidense Tracey Gold (interpretada por ella misma) en su juventud y su lucha frente a la anorexia nerviosa, aquí bajo el nombre de Nancy Walsh, quien acaba de cumplir 18 años, se ha graduado y está a punto de abandonar el hogar en busca de su formación universitaria. A partir de



Prescripción 1. *Por el amor de Nancy* (Paul Schneider, 1994).

ahí comienza a modificar sus hábitos (que muchos perciben, salvo sus padres): evitar la comida, hacer mucho ejercicio, controlar su peso...

Finalmente, ingresa en la Unidad Parker para pacientes con trastornos de la conducta alimentaria. Pero se cierra y no se adapta a las normas y las terapias de grupo. Y por ello el título *Por el amor de Nancy* es muy significativo porque se enfoca especialmente en la reacción de sus padres, Sally y Paul (interpretados por Jill Clayburgh y Cameron Bancroft), una familia acomodada con dos hijos varones más, y que se verán obligados a confrontar la realidad de la enfermedad de la hija cuando esta pone en peligro su vida.

Emociones y reflexiones

El eje central de la trama es la batalla de los padres para que Nancy reciba tratamiento, enfrentándose a la negación, la manipulación y la hostilidad de su hija. La película destaca una de las mayores complejidades legales y éticas de los trastornos alimenticios graves: el derecho de un paciente adulto a rechazar el tratamiento *versus* el derecho y deber de la familia de intervenir para salvarle la vida cuando la enfermedad ha comprometido su capacidad de juicio.

Las principales reflexiones que nos deja como espectadores son: 1) visualizar la anorexia como enfermedad mental grave (haciendo hincapié en que la anorexia no es una “dieta” o un “capricho”) que distorsiona la mente del paciente, llevándolo a rituales obsesivos y a una negación irracional de su estado caquético, lo que puede llevar a consecuencias físicas mortales; 2) reseñar el tremendo costo emocional que la enfermedad tiene en la familia, aquí concentrada en los padres, donde aborda la frustración, la culpa y la sensación de impotencia que llevan a los familiares a una desesperada búsqueda de ayuda; 3) dirimir el conflicto ético de la intervención forzosa, esa lucha legal de los padres para obtener una orden judicial que les permita forzar la hospitalización de Nancy cuando ven peligrar su vida, lo que entronca con la autonomía personal; y 4) reflexionar sobre la recuperación de la anorexia nerviosa como un proceso no lineal, al subrayar que la recuperación es un camino largo, difícil y lleno de recaídas, requiriendo un compromiso constante por parte del paciente y el sistema de apoyo.

PRESCRIPCIÓN 2

El secreto compartido (Katt Shea, 2000)

Ficha técnica

Título: *Secreto compartido*. Título original: *Sharing the Secret*.

Dirección: Katt Shea. País: EE.UU. Año: 2000.

Duración: 90 min. Género: Drama basado en hechos reales.

Reparto: Alison Lohman, Mare Winnigham, Tim Matheson, Diane Ladd, Lawrence Monoson.

Ficha de los protagonistas:

- Nombre: Beth (Alison Lohman) es una adolescente modelo, la única hija de un matrimonio separado, quien guarda desde hace tiempo un secreto que puede comprometer su vida.



Prescripción 2. *El secreto compartido* (Katt Shea, 2000).

Frases de cine

- “¿Por qué te estás haciendo esto? No quiero que te lastimes de esta manera”.
- “Tú no me conoces. Nadie me conoce. No estás aquí. Yo estoy aquí, siempre estoy aquí. Esto no se trata de ti”.
- “A veces tengo tanto miedo, mamá. ¿Qué va a pasar entre nosotras...?”.

Síntesis argumental

La historia se centra en Beth Moss, una adolescente que, en apariencia, es modelo y lleva una vida ejemplar: es popular, atractiva, buena hija, buena estudiante y compañera, y también sobresale en el ballet. Pero guarda desde hace tiempo un secreto destructivo, que acaba confesando a otras dos amigas obsesionadas por el peso. Y vamos reconociendo su patrón: come pocas veces, generalmente con atracones, y luego lo vomita (con una técnica que es su mejor secreto, ahora compartido) y hace ejercicio a deshoras. Una serie de ritos que su madre no detecta inicialmente, pero tras catalogarse como bulimia nerviosa, acude a centros psiquiátricos y también al internamiento.

Porque, a pesar de su vida “perfecta”, Beth siente una enorme presión por cumplir las expectativas de su entorno (especialmente la presión familiar, sobre todo su madre, por alcanzar hitos universitarios futuros) y carece de un sentido de control sobre su propia vida. Esto la lleva a desarrollar el TCA, centrándose en la comida y el control del peso como una forma de manejar sus emociones y la ansiedad. Su madre, la Dra. Moss (Mare Winnigham), psicóloga infantil, irónicamente tendrá que luchar por entender y ayudar a su hija, lo que ocurre algo tarde, cuando ya comienza a notar comportamientos cada vez más exigentes, mentiras y signos físicos preocupantes.

Emociones y reflexiones

Es *Secreto compartido* una película que no pretende ser una obra maestra del séptimo arte, pero sí un vehículo para

dar a conocer esta realidad, la de Beth, fundamentada en casos reales. Y para que, desde este mejor conocimiento de los TCA, podamos detectar la situación de forma precoz desde las familias, centros educativos y centros sanitarios. La película sigue el difícil proceso de diagnóstico, tratamiento y aceptación, que incluye el ingreso en centros psiquiátricos. Se muestra cómo la madre debe cambiar su enfoque de "corregir" a "comprender y amar" a su hija, fortaleciendo su relación en medio de la adversidad.

Y con varios mensajes para llevarse a casa: 1) que los TCA son más trastornos emocionales que problemas con la dieta, no se trata de adelgazar o de la comida en sí misma; 2) que la revelación del secretismo de padecer estos trastornos es el primer paso a la sanación; 3) que es importante ayudar a las familias a comprender que no son responsables de la enfermedad y tampoco su hijo/a, lo que facilitará la aceptación de la enfermedad; y 4) que cabe guiar sobre una alimentación saludable, con patrones de alimentación normalizados, en el que es importante focalizar la atención en los hábitos de alimentación saludables más que en el peso.

Por fortuna, la película termina con Beth en terapia y recuperación, dejando un mensaje de esperanza y la necesidad de hablar abiertamente sobre la salud mental y los TCA.

PRESCRIPCIÓN 3

Miedo a comer (Laurent Greenfield, 2006)

Ficha técnica

Título: *Miedo a comer*. Título original: *Thin*.

Dirección: Lauren Greenfield. País: EE.UU. Año: 2006.

Duración: 102 min. Género: Documental.

Reparto: Shelly Guillory, Polly Williams, Brittany Robinson, Alisa Williams.

Ficha de los protagonistas:

- Nombre: la historia de cuatro jóvenes (Shelly, Polly, Brittany y Alisa) entre 15 y 30 años que intentan recuperarse de su TCA.

Frases de cine

- “De cada fotografía mía que tengo en los últimos 5 años, en la mayoría tengo un tubo en mi nariz”.
- “Y mi novio me dijo: quiero pasar el resto de mi vida contigo, pero a la velocidad que vamos temo sepultarte en cinco años”.
- “Solo quiero que me dejen morir... Estoy harta de mí, estoy tan cansada. Quiero ser más delgada”.

Síntesis argumental

La película documental *Miedo a comer* nos narra la historia de cuatro mujeres que sufren de anorexia y bulimia en distintas edades (entre 15 y 30 años) y que intentan recuperarse en el Centro Renfrew de Florida, un lugar especializado para el tratamiento de los TCA, y donde la cámara se introduce al estilo “cinéma vérité”. Una película que ha tenido un notable éxito de crítica y público, si bien no es cómoda de visualizar, pues vemos desde nuestra butaca una realidad incómoda: la de

Shelly, Polly, Brittany y Alisa. Historias más dolorosas que las propias estadísticas, donde ellas son las protagonistas principales, pero donde aparecen también los diferentes profesionales del centro.

Comienza con el despertar en el Centro Renfrew, momento en el que las internas acuden a la sala que llaman de “peso y signos vitales”, donde las enfermeras realizan el control de peso y la toma diaria de frecuencia cardíaca, presión arterial, temperatura, así como la exploración física para confirmar su estado general y buscar posibles lesiones físicas. Y donde vamos viendo los significativos carteles colocados en la institución: “Dos líquidos por comida”, “No se permite ir al baño durante las comidas”, “Las pacientes deben permanecer sentadas durante toda la comida”, “Solo 15 minutos al teléfono”, “No deje a la paciente sola en la sala de exploración”. Y durante los 102 minutos de metraje acompañamos a nuestras protagonistas...

Shelly Guillory, 25 años, enfermera psiquiátrica, admite haber tenido ideas suicidas; obligada a alimentarse por sonda durante los últimos 5 años, aunque pronto aprendió a inutilizar el tubo que le habían implantado en el estómago, usando jeringuillas para sacar por él la comida nada más tomarla; después de diez hospitalizaciones, aceptó internarse en Renfrew. Polly Williams, 29 años, confiesa que contaba calorías y grasas desde que tenía 11 años; se internó después de un intento de suicidio. Brittany Robinson, 15 años, presenta un desorden alimenticio desde que tenía 8 años; pero lo que es peor, su madre también tenía un TCA y realizaban conjuntamente los atracones y vómitos inducidos junto a su hija. Alisa Williams, 30 años, presenta un TCA desde hace 16 años; madre de dos niños, divorciada, ha sido hospitalizada cinco veces en los últimos tres meses.

Y la película entremezcla las vivencias de cada paciente, con sus logros y recaídas, con sus fases de euforia y desesperación, con ese apoyo entre las internas de forma ocasional, con las purgas que recurren en ocasiones. Y ello junto con las reuniones de equipo.



Prescripción 3. *Miedo a comer* (Laurent Greenfield, 2006).

Emociones y reflexiones

Miedo a comer es un documento impactante, como impactante es la vivencia de los TCA. Y que deja traslucir algunas de las lagunas del sistema sanitario estadounidense, pues dos de nuestras protagonistas tienen que dejar el centro porque el seguro les expiró, y con una situación clínica muy diferente: porque mientras Alisa se apoya en el recuerdo de sus hijos e intenta recuperarse, Brittany sigue mal, muy delgada, con alopecia y con ideas no controladas respecto a su desorden alimenticio. Y también impacta cuando expulsan a Polly, pues los responsables consideran que es una mala influencia para la comunidad, y ello pese a los ruegos de la madre, que resultan en vano. Shelly es la única de las cuatro que es dada de alta de Renfrew con normalidad, pero se siente insegura fuera del centro, no se siente tan fuerte como para superarlo sola.

El colofón de la película no nos deja más tranquilos: "Brittany empezó a hacer dieta después de salir y perdió peso rápidamente. El seguro no pagaría tratamientos futuros. Volvió a casa con su madre, consiguió un trabajo de verano en Burger King. Alisa perdió 9 kg después de salir e intentó suicidarse con una sobredosis de diuréticos. Regresó a Renfrew y recobró un peso saludable. Polly regresó a la escuela a estudiar fotografía y consiguió un empleo administrando un estudio fotográfico. Se estabilizó en un peso saludable, a pesar de su lucha con la purga. Shelley perdió 8 kg y recibió tratamiento de shock eléctrico para tratar su depresión. Ahora está casada y regresó a su trabajo como enfermera, aunque sigue luchando contra su trastorno de la alimentación". Por ello, esta es una película documental tan incómoda como necesaria.

PRESCRIPCIÓN 4 *Hambre al límite* (Tara Miele, 2014)

Ficha técnica

Título: *Hambre al límite*. Título original: *Starving in Suburbia (Thinspiration)*.

Dirección: Tara Miele. País: EE.UU. Año: 2014.

Duración: 90 min. Género: Drama basado en hechos reales.

Reparto: Laura Wiggins, Callie Thorne, Izabella Miko, Sharon Lawrence, Marcus Giamatti.

Ficha de los protagonistas:

- Nombre: Hannah Warner (Laura Wiggins), una adolescente de 17 años que un día, por casualidad al navegar por internet con una amiga, se encuentra un blog Pro-Ana llamado "Thinspiration" que se enfoca en la glorificación casi religiosa de la delgadez.

Frases de cine

- "La delgadez es la única cosa que puedo controlar".
- "No es solo comida, es todo lo que está dentro de mi cabeza".
- "Quiero ser perfecta. Es lo único que puedo hacer".

Síntesis argumental

Hambre al límite es un telefilm basado en hechos reales. Comienza la película con imágenes de internet de personas con TCA y una clase de danza musical con la canción "Let



Prescripción 4. *Hambre al límite* (Tara Miele, 2014).

Me Go" del grupo estadounidense Haim. Allí conocemos a nuestra protagonista Hannah, quien se entrena para competir. Un día, por casualidad, al navegar por internet con una amiga, se encuentra un blog Pro-Ana llamado "Thinspiration" que se enfoca en la glorificación casi religiosa de la delgadez (cabe recordar que Pro-Ana o Ana son las acepciones de anorexia en internet, al igual que Pro-Mía o Mía son las de bulimia). Y lo que fue una casualidad acaba convirtiéndose en una obsesión, uniéndose a un foro moderado por la misteriosa "ButterflyAna", quien influye poco a poco en sus hábitos alimentarios y comportamiento. En esos momentos, su hermano Leo (Brenda Meyer) dedica la mayor parte de su tiempo a la lucha libre, que le exige cumplir con un peso específico y seguir un estricto régimen de dietas y entrenamiento.

Pasa tiempo hasta que sus padres, más enfocados en los logros de Leo, perciben los cambios de hábito de Hannah, cuando ya los cambios en su salud física y mental están avanzados, pues ha comenzado a coquetear peligrosamente con la anorexia, poniendo en peligro su vida hasta llegar al ingreso hospitalario. Y este duro hallazgo para los padres coincide con un terrible accidente de Leo mientras competía, momento en el que toda la familia descubre que también sufrió una importante restricción alimentaria para conseguir el peso de la competición. Todo cambiará en ese momento para Hannah, quien, inspirada por la memoria de Leo, crea un blog de autoestima centrado en contenido positivo y motivacional, un blog Anti-Ana.

Emociones y reflexiones

Una película dura con un final esperanzador. Y el mensaje motivador: "Si tú o algún conocido estás padeciendo por un trastorno de la conducta alimentaria, por favor, busca ayuda". Un film que nos deja una serie de mensajes que cabe grabar bien en nosotros y en nuestros hijos: 1) la presión de los estándares de belleza en los jóvenes (especialmente el ideal

de ser delgada); 2) el impacto que tiene en ello internet y las redes sociales (especialmente los blogs y otras plataformas que refuerzan ideales de belleza dañinos); 3) la complejidad de los trastornos alimentarios (que va mucho más allá del no comer y que engloba trastornos psicológicos complejos); 4) la desconexión familiar y social a la hora de detectar a tiempo estos TCA; y 5) la importancia del proceso de recuperación (y la importancia de pedir ayuda y de enfrentarse a los problemas subyacentes que conducen a los trastornos alimentarios).

Porque visibilizar los TCA es una lucha que debe permanecer todos los días. Y destacados personajes que han pasado por esta enfermedad han hecho públicas sus experiencias, como Princesa Diana, Victoria Beckham, Demi Lovato, Lily Collins, Jane Fonda, Lady Gaga, Mary Kate Olsen, Dennis Quaid, Lindsay Lohan, Elton John, Simon Biles, entre otros.

PRESCRIPCIÓN 5

Hasta los huesos (Martin Noxon, 2017)

Ficha técnica

Título: *Hasta los huesos*. Título original: *To the Bone*.

Dirección: Marti Noxon. País: EE.UU. Año: 2017.

Duración: 107 min. Género: Drama.

Reparto: Lily Collins, Keanu Reeves, Rebekah Kennedy, Dana L. Wilson, Carrie Preston.

Ficha de los protagonistas:

- Nombre: Ellen (Lily Collins), una joven de 20 años con anorexia que empieza un tratamiento poco convencional en un centro donde crea lazos con otros internos que también sufren trastornos alimentarios.

Frases de cine

- “Eres como un Asperger de las calorías”.
- “Hablo todos los días con jóvenes como tú. Así que sí, por lo general, sois todos unos mentirosos. No estás delgada, más bien das miedo. Y me da que esto te gusta. Pero, como sigas así, un día no volverás a despertarte. Y no pienso tratarte si no te interesa seguir con vida... Si quieres que te ayude, tendrás que aceptar algunas cosas”.
- “Deja de esperar que la vida sea fácil. Deja de esperar que alguien te salve. No necesitas que alguien más te mienta. No todo tiene sentido en esta vida. Pero tú eres fuerte. Y, si te enfrentas a la dura realidad, podrás vivir una vida increíble”.

Síntesis argumental

Hasta los huesos comienza sin concesiones, al expresar en pantalla: “En la creación de esta película han participado personas que han sufrido trastornos alimenticios y contiene representaciones realistas que podrían herir la sensibilidad del espectador”. Y es así que la joven actriz Lily Collins (hija del cantante Phil Collins, el que fuera líder del grupo Genesis) se puso en la piel (y los huesos) de un difícil papel, el de Ellen, en el que tuvo que perder una gran cantidad de peso, obligándole a recordar lo que ella misma padeció cuando sufrió ese trastorno. Pero ahora lo hizo con el asesoramiento de una nutri-

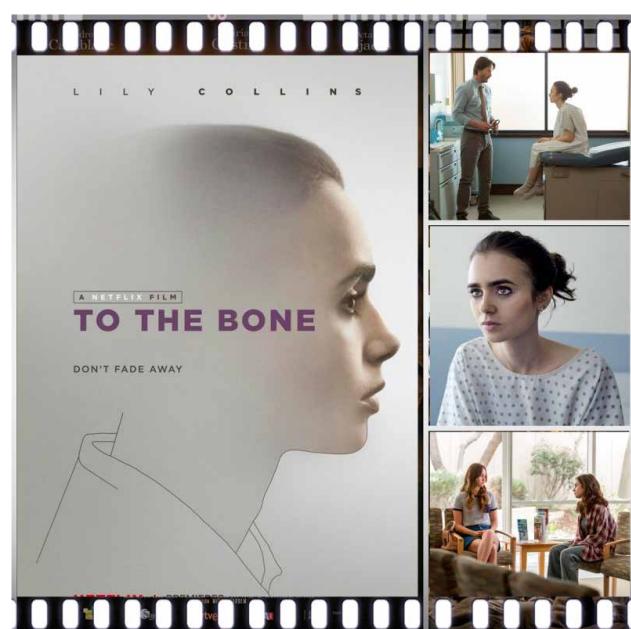
cionista que le ayudó a perder peso de forma segura durante su preparación y, también, para volver a recuperarlo una vez finalizado el rodaje.

Los padres de Ellen se separaron cuando ella tenía 13 años. Su madre (Lily Taylor) se fue a vivir con otra mujer y la catalogaron de lesbiana bipolar. Su padre (que nunca aparece en la película) se casó con Susan (Carrie Preston) y convive con su hermanastra Kelly (Liana Liberato), de similar edad, y que son las dos personas que le apoyan. Y, finalmente, piden apoyo al Dr. William Beckam (Keanu Reeves) y decide ingresar en una casa sanatorio con cinco chicas con diferentes TCA (desde Pearl, anoréxica portadora de sonda nasogástrica, hasta Kendra, bulímica con obesidad mórbida, desde las jóvenes Anna y Tracy a la más madura Megan, milagrosamente embarazada) y un chico, Luke, bailarín clásico apartado de su sueño por una lesión de rodilla. Luke tiene un sentimiento especial por Ellen, posiblemente aumentado por conocer los dibujos publicados por ella en la red social Tumblr sobre su visión de la anorexia.

Emociones y reflexiones

Es *Hasta los huesos* una lección sin concesiones sobre los TCA, pero especialmente sobre la anorexia nerviosa de nuestra protagonista. Y en esta película somos espectadores de cómo las personas que sufren de anorexia están obsesionadas con estar delgadas, no quieren comer, crean rituales en las comidas y tienen miedo de subir de peso, se preocupan por cuántas calorías ingieren, pueden tomar píldoras de dieta, laxantes o diuréticos para perder peso, y es probable que hagan demasiado ejercicio. Y cómo entendemos que los riesgos sobre la salud son patentes: debilidad, piel y cabellos ressecos, problemas estomacales, alteraciones menstruales, alteraciones psicológicas y del comportamiento, riesgo de osteoporosis, de problemas renales y cardíacos, y, en casos graves, riesgo de muerte.

Una película que es la típica producción de Netflix, sin alarmas cinematográficos (y con algunos estereotipos que hubieran



Prescripción 5. *Hasta los huesos* (Martin Noxon, 2017).

sido prescindibles, como la prototípica historia de amor entre adolescentes), pero efectiva y con afán de denuncia y generar resonancia en los espectadores. Y eso lo consigue. Y puede conseguir llegarnos hasta los huesos, especialmente para aquel que no conozca la profundidad de los TCA en la adolescencia, cuando la comida se convierte en el enemigo.

Prescripción 6

Ara (Pere Solés, 2018)

Ficha técnica

Título: *Ara*. Título original: *Ara*.

Dirección: Pere Solés. País: España. Año: 2018.

Duración: 90 min. Género: Drama basado en hechos reales.

Reparto: Núria Brunsó, Ariadna de Bolòs, Anna Petit, Irene Quintana, Mariona Esteve.

Ficha de los protagonistas:

- Nombre: Nuria, Ariadna, Anna, Irene, Mariona, Martina, Mónica, Nerea y Yaiza son adolescentes atendidas en la UPA (Unidad de Patología Alimentaria) de la Clínica Bofill de Gerona.

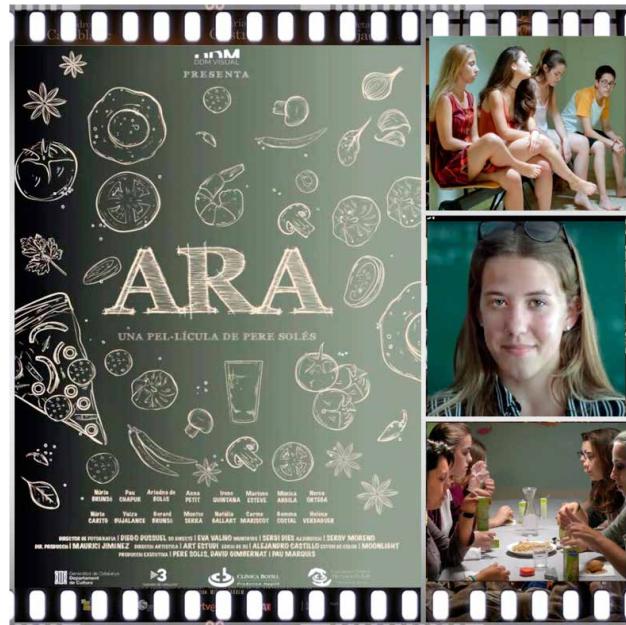
Frases de cine

- “Al principio del tratamiento y algo después, Núria no puede estar sola”.*
- “¿Cuánto tiempo conlleva tantas normas? Piensas, ¿podré? Que si la comida, la ropa, los espejos, las ventanas con reflejos, cerrar el lavabo, la cocina, la nevera, los medicamentos... Es así. Te falta el aire cuando lees tantas normas. Es asfixiante”.*
- “El cuerpo me importará toda la vida. Pero sé cómo cuidarlo sanamente para no acabar mal, física y mentalmente. O sentimentalmente, que es lo más importante”.*

Síntesis argumental

Ara es un documental que nos habla de la anorexia nerviosa desde el punto de vista de un grupo de “pacientes/actrices” jóvenes que no se esconden de la cámara e incluso quieren que sean llamadas por sus nombres reales: Anna, Ariadna, Irene, Mariona, Martina, Mónica, Nerea, Yaiza y Núria. Esta última acaba de ingresar en la UPA (Unidad de Patología Alimentaria) de la Clínica Bofill de Gerona y, a través de su historia de adaptación, reconocemos al resto de adolescentes que han convivido y superado la enfermedad, por lo que hablamos de una película de realidad ficcionada, en cuanto a la actuación, pero llena de verdades ante una ardua batalla a contrarreloj.

La historia sigue el día a día de jóvenes ingresadas, enfocándose especialmente en la experiencia de Nuria, paciente que inicialmente niega su enfermedad y evoluciona poco a poco hacia la aceptación y la recuperación. La película muestra con honestidad la lucha interna y social que implica este trastorno, así como el papel fundamental del equipo médico y el entorno en el proceso terapéutico, con esas terapias de grupo entre ellas o las reuniones ocasionales con los padres y sus dudas. Y cada una de las pacientes se pone frente a la cámara y cuenta su historia, una historia que es particular y diferente en cada una de ellas.



Prescripción 6. *Ara* (Pere Solés, 2018).

Emociones y reflexiones

Ara destaca por su valentía al utilizar a pacientes reales en los papeles principales, lo que dota a la película de una autenticidad emocional y una crudeza que ayudan a comprender la anorexia nerviosa desde dentro. Combina realidad y ficción para ofrecer una ventana inédita al mundo de los TCA, con un enfoque valiente y humanizador que provoca una intensa experiencia emocional y un llamado a la conciencia social. Y con la presencia de una nueva paciente, Helena... todo vuelve a empezar. El título de la película no es casual; *Ara*, “ahora” en catalán, hace alusión al hecho de que es cuando la paciente y su entorno inician un largo proceso de lucha por la curación o mejoría.

Porque las formas positivas en que el cine puede ayudar en los TCA incluyen la desestigmatización y sensibilización, la educación sobre la complejidad de los TCA y el fomentar la búsqueda de ayuda y la esperanza en la recuperación. Y para ello el cine se puede valer de películas documentales o de películas de ficción, o una mezcla de ambos: así es *Ara*, un documental que parece ficción; pero también cabe reseñar otra película en catalán, una ficción que parece un documental: *El vent és això* (Pere Vilà i Barceló y otros directores, 2018)⁽¹²⁾, el viaje emocional de dos adolescentes con trastorno por atracón, un drama sensible e introspectivo que acompaña a Alicia (Laia Manzanares) y Carla (Katrín Vankova) mientras estas dos actrices se desnudan en cuerpo y alma para transmitir sus conflictos internos, dudas y necesidades, esa necesidad imperiosa de ser escuchadas y que les entiendan: *“Estamos perdidas... El futuro me asusta mucho”*, *“Yo quiero volver a ser pequeña”*. Pura catarsis que llega a agobiarnos en ocasiones como espectador, no dejando nada a la imaginación, ni los atracones de comida ni los vómitos en la taza del wáter.

Dos películas muy potentes para prescribir en las familias y centros educativos, también entre los sanitarios.

PRESCRIPCIÓN 7**Club Zero (Jessica Hausner, 2023)****Ficha técnica**

Título: *Club Zero*. Título original: *Club Zero*.

Dirección: Jessica Hausner. País: Austria. Año: 2023.

Duración: 110 min. Género: Drama.

Reparto: Mia Wasikowska, Sidse Babett Knudsen, Elsa Zylberstein, Mathieu Demy, Isabel Lamers.

Ficha de los protagonistas:

- Nombre: Miss Novak (Mia Wasikowska), la nueva profesora de nutrición de un internado de élite y siete alumnos que se introducen en la alimentación consciente.

Frases de cine

- “*Proteger el medio ambiente es muy importante para mí. La alimentación consciente contribuiría a reducir el calentamiento global limitando el consumo de carne, por ejemplo*”.
- “*Para mí, este curso trata sobre el autocontrol. Los países ricos como el nuestro sufren un exceso de oferta de alimentos, así que debemos controlar lo que comemos*”.
- “*Bueno, apuntaros a esta clase ha sido una buena decisión. La alimentación consciente os ayudará a conseguir lo que mencionáis. Os permitirá contribuir a salvar el planeta, mejoraréis vuestra forma física, optimizaréis el autocontrol y podréis subir vuestra nota media. Veamos, ¿cómo creéis que adquirimos conciencia comiéndonos una tableta de chocolate? Vamos, ¿quién quiere empezar...?*”.

Síntesis argumental

“*Esta película contiene escenas de control del comportamiento relacionado con trastornos alimenticios que pueden herir la sensibilidad de algunos espectadores*”. Con este cartel al



Prescripción 7. *Club Zero* (Jessica Hausner, 2023).

inicio del film se nos avisa de lo que se deviene en este reciente film austriaco que no dejará indiferente. Y en la primera escena aparece un grupo de siete alumnos adolescentes sentados en círculo con un uniforme similar (jersey amarillo, pantalón corto caqui y calcetines azules) y que hablan de sus experiencias frente a esta profesora, Miss Novak, la nueva profesora de nutrición de un internado de élite. Un guion aderezado con una banda sonora con toques tan inquietantes como la propia historia.

Y en el último tercio de la película se producen las contradicciones y tensiones con las familias, que comienzan a sentir que están manipulando a sus hijos, en los que ven sus cambios físicos y de comportamiento, junto a las ideas infundidas sobre los riesgos en la salud, sociales y ecológicos de la comida actual. Porque Miss Novak promete a sus alumnos que, al dejar de comer, no solo mejorarán su salud y controlarán su cuerpo, sino que también “salvarán el planeta” y alcanzarán una existencia superior. Este mensaje resuena poderosamente en adolescentes vulnerables que buscan desesperadamente un sentido de identidad, propósito y pertenencia en un mundo que perciben como caótico y desesperanzador.

Emociones y reflexiones

¿Pero es *Club Zero* ficción o realidad? Lo que es realidad es que existe la alimentación consciente (también conocida como *mindful eating*), que consiste en aplicar la atención plena o *mindfulness* al acto de comer, poniendo atención e intención a la experiencia de pensamientos, emociones, sensaciones físicas y conductas que tienen lugar antes, durante y después del acto de comer. La Alimentación Consciente propone un modelo desde el que la relación con la comida esté basada en la atención a las propias señales internas, equilibrando tres fuerzas fundamentales: la satisfacción, entendida como el placer y el bienestar; el cuidado, entendido como la atención a las propias necesidades físicas, psicológicas, emocionales y sociales; y la salud.

Por tanto, *Club Zero* no es una distopía, es una realidad ficcionada. Y es mucho más que una película que versa sobre la docencia y la relación profesores y alumnos. Lo que comienza como una propuesta aparentemente saludable –comer de manera más consciente, reducir el consumo– se transforma progresivamente en una ideología extrema y autodestructiva que conduce a los jóvenes hacia la anorexia y el ayuno total. El aspecto más destacable es su exploración meticulosa de los mecanismos de manipulación y adoctrinamiento, donde Miss Novak aparece como una “santa loca” que genuinamente cree en su mensaje distorsionado.

La película funciona como una metáfora de los cultos contemporáneos y la proliferación de información falsa (*fake news*) en internet. Porque cualquier tema sobre los trastornos de la conducta alimentaria es un argumento importante. Sea de forma inconsciente o consciente.

Colofón a las películas para entender los trastornos de la conducta alimentaria

En tiempos donde la salud mental juvenil se ve exacerbada por presiones sociales, culturales y digitales, el cine emerge como herramienta fundamental tanto para la prevención como para la reflexión colectiva acerca de los TCA. Su capacidad de

narrar historias desde perspectivas íntimas o colectivas permite humanizar realidades invisibles y romper con estigmas arraigados sobre los TCA. Estas películas no se limitan a describir los síntomas clínicos, sino que muestran el sufrimiento, la soledad, la confusión y las dinámicas sociales y familiares que rodean estos trastornos. La audiencia puede identificarse o empatizar con los personajes, comprendiendo la complejidad del fenómeno y alejándose de juicios simplistas.

La representación cinematográfica de los TCA debe seguir evolucionando de la mano de evidencias clínicas y testimonios de primera mano, constituyéndose en un aliado esencial en la lucha por una juventud más informada, autónoma, resiliente y solidaria. Pero aunque el TCA es una realidad que hemos visto en documentales o leído en libros, no es habitual verlo reflejado en el séptimo arte. Aún así, aparte de las películas ya reseñadas, podemos citar algunas más: *Una hija casi perfecta* (*The Best Little Girl in the World*, Sam O'Steen, 1981), telefilm estadounidense que fue probablemente la primera película que puso la anorexia en primer plano en la pantalla cinematográfica, protagonizada por Jennifer Jason Leigh; *Heathers* (Michael Lehmann, 1989), icónica comedia negra dirigida e interpretada por Winona Ryder y Christian Slater, aborda la bulimia dentro de una narrativa subversiva de sátira social sobre popularidad adolescente y conformismo; *Inocencia Interrumpida* (*Girl, Interrupted*, James Mangold, 1999)⁽¹⁴⁾, basada en la novela autobiográfica de Susanna Kaysen, retrata un panorama completo de trastornos psiquiátricos en adolescentes, y donde contextualiza varias formas de TCA, contando para ello con actrices de la talla de Winona Ryder, Angelina Jolie o Brittany Murphy; la película mexicana *Malos hábitos* (Simón Bross, 2007)⁽¹⁵⁾, un drama psicológico que explora las obsesiones humanas con el cuerpo, la comida y la fe, a través de tres historias entrelazadas que giran en torno a los trastornos alimenticios y la represión; *Cisne negro* (*Black Swan*, Darren Aronofsky, 2010), donde la anorexia es una manifestación de perfeccionismo patológico, control obsesivo, y presión competitiva de la bailarina clásica interpretada por Natalie Portman; *Abzurdah* (Daniela Goggi, 2015), película argentina fundamentada en la novela autobiográfica de Cielo Latini y donde una relación obsesiva amorosa desencadena un trastorno alimentario grave, de forma que utiliza la restricción alimentaria como una forma de llamar la atención del hombre que ama; la serie británica *Prisa por vivir* (*Everything Now*, Ripley Parker, 2023), que visibiliza la transición entre la clínica y la vida cotidiana,

Las películas sobre TCA que hemos recomendado no son solo dramas cinematográficos; son espejos, ventanas y, sobre todo, herramientas. Para el público general, estas historias son una invitación ineludible a la sensibilización, donde esperamos que la ignorancia se disuelva y sea reemplazada por la empatía, de forma que el visionado de estos films les ayude a desmantelar mitos y a entender que estos trastornos son enfermedades mentales graves, y no meras "dietas extremas" o caprichos. El conocimiento es el primer paso para ofrecer un entorno de apoyo y reducir el estigma. Para los pacientes, familias y profesionales sanitarios, el cine ofrece algo más íntimo, pues estas narrativas pueden ser un refugio de validación, un "no estás solo" proyectado en pantalla, que alimenta la esperanza en la recuperación. Para las familias, son un recurso para entender

mejor el laberinto interno de su ser querido. Y para los profesionales, son casos de estudio llenos de matices humanos que enriquecen la perspectiva clínica, recordándoles la persona detrás del diagnóstico.

Que este viaje a través de la gran pantalla impulse la conversación abierta, fomente la búsqueda de ayuda profesional y celebre cada paso hacia la salud. Recordemos que, al igual que una película, la recuperación tiene sus momentos duros, pero siempre hay una escena final de luz esperando ser escrita.

Bibliografía

1. Grael Berna M, Villaseñor Montarros A, Faya Barrios M. Signos de alerta en los trastornos de la conducta alimentaria en Atención Primaria. Del nacimiento a la adolescencia. En: AEPap ed. Curso de Actualización Pediatría 2015. Madrid: Lúa Ediciones 3.0; 2015. p. 423-30.
2. Ruiz Lázaro PM. Trastornos del comportamiento alimentario. Pediatr Integral. 2022; 2: 76-82. Disponible en: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2022-03/trastornos-del-comportamiento-alimentario-2022/>.
3. Campuzano Martín SH. Trastornos de la conducta alimentaria en el niño pequeño. Pediatr Integral. 2020; 2: 108-14. Disponible en: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2020-03/trastornos-de-la-conducta-alimentaria-en-el-nino-pequeno/>.
4. Jiménez García R, Escribano Ceruelo E. Detección precoz e intervención del pediatra en los trastornos de la conducta alimentaria. En: AEPap (ed.). Congreso de Actualización en Pediatría 2022. Madrid: Lúa Ediciones 3.0; 2022. p. 123-33.
5. Ruiz Lázaro PM. Manejo nutricional de los trastornos del comportamiento alimentario en el niño y adolescente. Pediatr Integral. 2025; 3: 181-7. Disponible en: <https://doi.org/10.63149/j.pedint.31>.
6. Jiménez García R, Canga-Espina C, Muñoz Domenjó A, Ochando Perales G, Díez-Suárez A. Trastornos de la conducta alimentaria: intervención del pediatra en la prevención, detección precoz, evaluación y tratamiento interdisciplinar. An Pediatr (Barc). 2025; 103: 503907.
7. González de Dios J. Cine y Pediatría (825). "Por el amor de Nancy", por la lucha frente a la anorexia. Disponible en: <https://www.pediatriabasadaenpruebas.com/2025/11/cine-y-pediatria-825-por-el-amor-de.html>.
8. González de Dios J. Cine y Pediatría (764). El "Secreto compartido" de la bulimia. Disponible en: <https://www.pediatriabasadaenpruebas.com/2024/08/cine-y-pediatria-764-el-secreto.html>.
9. González de Dios J. Cine y Pediatría (768). "Thin", miedo a comer. Disponible en: <https://www.pediatriabasadaenpruebas.com/2024/09/cine-y-pediatria-769-thin-miedo-a-comer.html>.
10. González de Dios J. Cine y Pediatría (777). "Hambre al límite", la peligrosa inspiración por la delgadez. Disponible en: <https://www.pediatriabasadaenpruebas.com/2024/11/cine-y-pediatria-778-hambre-al-limite.html>.
11. González de Dios J. Cine y Pediatría (582). Comprometidos "Hasta los huesos" frente a los trastornos de la conducta alimentaria. Disponible en: <https://www.pediatriabasadaenpruebas.com/2021/03/cine-y-pediatria-582-comprometidos.html>.
12. González de Dios J. Cine y Pediatría (826). "Ara" y "Això era el vent", cuando la realidad supera a la ficción en los trastornos de la conducta alimentaria. Disponible en: <https://www.pediatriabasadaenpruebas.com/2025/11/cine-y-pediatria-826-ara-y-aixo-era-el.html>.
13. González de Dios J. Cine y Pediatría (773). "Club Zero" y su alimentación consciente. Disponible en: <https://www.pediatriabasadaenpruebas.com/2024/11/cine-y-pediatria-774-club-zero-y-su.html>.
14. González de Dios J. Cine y Pediatría (46). "Inocencia interrumpida": adolescentes en el nido del cuco. Disponible en: <https://www.pediatriabasadaenpruebas.com/2010/11/cine-y-pediatria-46-inocencia.html>.
15. González de Dios J. Cine y Pediatría (805). "Malos hábitos" en la alimentación. Disponible en: <https://www.pediatriabasadaenpruebas.com/2025/06/cine-y-pediatria-805-malos-habitos-en.html>.