

Efectos de la mediatización musical virtual en el autoconcepto de jóvenes entre 17 y 25 años¹

Ana María Londoño Castañeda, Aylin Mahecha Vásquez, Catalina Sánchez Ochoa y

Andrés Camilo Villa Ceballos²

Facultad de Psicología de la Universidad Católica Luis Amigó

Resumen

El objetivo del presente artículo es evaluar los efectos de la mediatización musical virtual en el autoconcepto de jóvenes entre 17 y 25 años quienes se ofrecieron como voluntarios para la investigación que se realizará en la ciudad de Medellín en el año 2020. Se efectuó una metodología de investigación transversal, aplicando un cuestionario adaptado de la prueba AF-5 como instrumento para la recolección estadística de datos con un diseño cuasi experimental pre-post, y se adaptaron las técnicas propias de la mediatización musical al campo virtual. Por medio de las sesiones se intervinieron cuatro de las cinco esferas evaluadas en el cuestionario (familiar, emocional, física y social) teniendo como resultado efectos positivos en todas ellas salvo la dimensión familiar que obtuvo una leve tendencia negativa. Otra esfera evaluada, más no intervenida, fue el autoconcepto académico donde se evidenció un efecto positivo indirecto. A partir de éstos resultados se concluye que el programa si tuvo un efecto en el autoconcepto y se recomienda aplicarlo de manera presencial y aumentar el número de sesiones.

Palabras clave: Neurobiología de la música, mediatización musical, autoconcepto

Abstract

The goal of this article is to evaluate the effects of music mediatization on the self-concept of young people between 17 and 25 years old who volunteered for the research that will be

¹ Este artículo es producto del trabajo de grado para optar al título de psicólogo de la Universidad Católica Luis Amigó de la ciudad de Medellín, concluido en mayo de 2020 bajo la asesoría de la docente Patricia Llano Restrepo

² Estudiantes del programa de Psicología de la Universidad Católica Luis Amigó, Colombia

carried out using virtual sessions. A cross-sectional research methodology was effected, applying a questionnaire adapted from the AF-5 test as an instrument for statistical data collection with a pre-post quasi-experimental design, and the techniques of music mediatization were adapted to the virtual field. Through the sessions, four of the five spheres of self-concept evaluated in the questionnaire (family, emotional, physical and social) were intervened, resulting in positive effects in all of them except for the family dimension, which obtained a slight negative trend. Another sphere evaluated, but not intervened, was the academic self-concept where an indirect positive effect was evident. From these results, it is concluded that the program did have an effect on self-concept and it is recommended to apply it in person and / or increase the number of sessions in future researchs.

Key words: Neurobiology of music, Music mediatization, self-concept

Introducción

La neurobiología de la música consiste en estudiar el efecto de los componentes musicales en los sistemas cerebrales de los sujetos, pues estas expresiones melódicas suponen una habilidad inherente del ser humano. De acuerdo con Cortés (2017) “la música puede ser considerada como un ser vivo, un fenómeno no sólo auditivo, sino capaz de alterar la emotividad del oyente, capaz de generar una elevación en los niveles de dopamina con experimentación y predicción de una sensación placentera, sino además con un componente de carácter motor”. Por lo tanto, aprender sobre las implicaciones de la música en la neurobiología supone una tarea necesaria, aún más si nos encargamos de entender la relación entre ambas guiándonos bajo la premisa de su impacto en la forma como el individuo se percibe a sí mismo.

Siguiendo esta línea, la palabra “Autoconcepto” se desglosa etimológicamente en las palabras: Auto (por sí mismo) y “concepto” que proviene del latín “conceptum” (concebir). Es decir, que en términos generales hablamos de la concepción de sí mismo. El primer

psicólogo en desarrollar este constructo fue William James (1890), quien en su obra “Principios de Psicología” distingue dos nociones: Yo-objeto (conformado por la suma de aquello que el hombre percibe como suyo) y Yo-sujeto (organizador de la experiencia). Así pues, esta segunda idea sería el precedente para lo que hoy conocemos como autoconcepto.

Tiempo después, Nuñez y González (1994) propusieron la calidad evolutiva del autoconcepto al afirmar que éste se compone de las diversas percepciones que acumulamos a lo largo de nuestra existencia. De esta manera, a medida que crecemos se convierte en un esquema cada vez más estable en su calidad positiva o negativa.

Finalmente, para Vera y Zebadúa (2002) el autoconcepto representa una necesidad básica para la vida humana, que interviene en los procesos de bienestar y autorrealización. Por lo tanto, los conflictos que el sujeto experimente dentro o fuera de sí se relacionan directamente con este autoesquema. Según la revisión de antecedentes investigativos en Colombia, este constructo ha sido abordado primordialmente en la población infantil.

El autoconcepto como constructo ha sido estudiado por diversos autores como Harter (1986) Retomado por Cazalla-Luna y Morelo (2013) quien hace referencia al autoconcepto global positivo y negativo, puntualizando que estos consisten en una forma de auto describirse con juicios de valor satisfactorios o negativos respectivamente, esto según los sentimientos que la persona tenga de sí mismo. Dichos juicios de valor sobre sí mismo son más frecuentes en la adolescencia, ya que, según Alcaide (2009) dicha etapa evolutiva se caracteriza por una “crisis de identidad”, en donde hay un constante cuestionamiento del ser y su proyecto de vida que aporta integración y continuidad al yo y la auto realización del mismo. (Archer, 1989; Berzonsky, 1990; Marcia, 1980; Neimeyer y Rareshide, 1991; Waterman, 1982).

Asimismo, Shavelson (1976) citado en Cazalla-Luna y Morelo (2013) plantea una definición integral del autoconcepto como un conjunto de características fundamentales que

varían según el sujeto. De acuerdo con esta propuesta, el autoconcepto, puede ser: a) organizado, cuando el sujeto se nutre de sus experiencias para solidificar su cosmovisión; b) multifacético, se da cuando el sujeto o conglomerado de sujetos reflejan un sistema determinado de categorización; c) diferencial, basado en experiencias previas; d) jerárquico, que se presenta por medio de facetas con un orden jerárquico; e) estable, donde el autoconcepto puede mantenerse en el tiempo a pesar de que en su transcurso se ve deformado a partir de las experiencias; f) experimental, cuando el sujeto pasa por diversas situaciones en donde experimenta sensaciones y emociones que lo forman; g) valorativo, en el que el individuo forma una percepción de sí mismo y aquello que lo rodea a partir de la comparación y la observación.

Así pues, con el fin de impactar positivamente el autoconcepto se utilizó la musicoterapia y/o mediatización musical como herramienta psicológica, ya que de acuerdo con Ortega, Esteban, Estévez y Alonso (2009) esta comprende una serie de características que se consideran efectivas a la hora de abordar dicho constructo tales como; la comunicación, mejoramiento de las relaciones interpersonales y la liberación emocional, puesto que facilita transversalmente la expresión de las emociones por medio de un lenguaje musical compuesto y el reconocimiento del sujeto de forma vertical y horizontal, es decir en relación a sí mismo y dentro de un determinado grupo. (Oneca, N, 2015. p. 14).

Como primer acercamiento metodológico al uso de la musicoterapia en el autoconcepto se rastreó el artículo “Musicoterapia en una residencia de menores como compensación educativa” realizado por Manuel Martín González en el año 2012. Éste tuvo como objetivo “conocer los efectos que la musicoterapia grupal, entendida como un proceso sistemático, produce en adolescentes en situación de desamparo dentro del marco de una residencia de menores.” (Gonzalez, 2012). El estudio de campo consistió en la administración de los test AF-5 y BAS-3 antes y después de un tratamiento de musicoterapia grupal en donde se

utilizaron técnicas activas y receptivas, encontrando mejoramiento en este autoesquema a partir de una visión dividida en 4 bloques (físico, cognitivo, emocional y social).

Más recientemente, en el año 2020, Sandra Sanza publicó la investigación “Musicoterapia aplicada al autoconcepto para el fortalecimiento de la identidad personal en jóvenes universitarios”, que consistió en descubrir los efectos terapéuticos de 18 sesiones de musicoterapia en un grupo de 3 jóvenes universitarios pertenecientes a la Universidad Nacional de Colombia con el fin de servir como herramienta para el fortalecimiento de la identidad de los mismos. En éste se utilizaron el registro de sesión, el reporte cualitativo de bienestar universitario y la encuesta no estandarizada sobre autoconcepto como instrumentos de recolección. Los datos interpretados en éstos demostraron un impacto positivo en la construcción de la identidad y el desarrollo del autoconcepto.

En este sentido, la mediatización musical y/o musicoterapia abarca diversas técnicas como a) la improvisación instrumental definida por Vaillancourt (2009, p. 60) como “utilizar instrumentos de música para expresarse de manera espontánea, sobre todo instrumentos de percusión de varias dimensiones”; b) la improvisación vocal en donde se facilita la expresión de emociones; c) la canción, que puede ser utilizada como elemento persuasivo para iniciar y cerrar las sesiones o incitando la composición de una, para tramitar vivencias que son difíciles de enunciar y; d) la escucha y audición que se debe dar durante todo el proceso. Cabe mencionar que estas técnicas dependen de la disposición y actitud que sea asumida durante la experiencia (Oneca, N, 2015. p. 19).

Los investigadores seleccionaron las técnicas pertinentes para la población a investigar adaptando las mismas a la metodología de intervención virtual, pues, de acuerdo con Schultze (2006) el anonimato que ofrece la computadora puede representar un medio de protección para los sujetos, pues posibilita la comunicación de temas personales que a veces resultan incómodos de enunciar en un encuentro cara a cara. Adicionalmente, resulta beneficioso en cuanto al

análisis intrapsíquico de los pacientes, pues, al comunicar sus contemplaciones de manera escrita se está induciendo a la revisión y análisis de las mismas (Vallejo y Jordán, 2007).

En el año 2014, Plata, Cárdenas, Durán y Gómez pusieron a prueba los beneficios enunciados en el párrafo anterior. En su artículo “Psicoterapia vía internet: aplicación de un programa de intervención cognitivo-conductual para pacientes con depresión” se plantearon el objetivo de realizar un estudio exploratorio en población mexicana de un tratamiento cognitivo-conductual ofrecido totalmente vía internet para participantes con sintomatología de depresión de leve a moderada (Plata, Cárdenas, Durán y Gómez, 2014). Efectos logrados a partir de esta modalidad fueron positivos a partir del uso de esta modalidad, pues la metodología implementada no representó un impedimento para el tratamiento efectivo de los pacientes, por lo contrario, favoreció el acercamiento clínico a los pacientes al ofrecerles un acompañamiento activo sin acarrear la necesidad de la movilidad física.

De acuerdo con lo anteriormente expuesto, nos planteamos el objetivo de evaluar los efectos de la mediatización musical virtual en el autoconcepto de jóvenes entre 17 y 25 años quienes se ofrecieron como voluntarios para la investigación que se realizó en la ciudad de Medellín en el año 2020.

Objetivo General

Evaluar los efectos de la mediatización musical virtual en el autoconcepto de jóvenes entre 17 y 25 años quienes se ofrecieron como voluntarios para la investigación que se realizará en la ciudad de Medellín en el año 2020.

Objetivos específicos

- Evaluar el autoconcepto que presentan los jóvenes que se ofrecieron como voluntarios para la investigación.
- Describir los factores actitudinales y conductuales relacionados con el autoconcepto los jóvenes que se ofrecieron como voluntarios para la investigación.

- Diseñar un programa de mediatización musical enfocado en la promoción y prevención del autoconcepto en los jóvenes que se ofrecieron como voluntarios para la investigación.
- Evaluar los efectos de la musicoterapia sobre el autoconcepto de los jóvenes que se ofrecieron como voluntarios para la investigación.

Metodología

Diseño

Esta investigación se enmarca bajo el paradigma positivista con enfoque cuantitativo puesto que se pretende estudiar a profundidad el constructo investigativo de manera secuencial con el objetivo de probar el impacto de una variable sobre determinado fenómeno Sampieri (2014). En este caso se partió de una idea que se vio delimitada y planteada por medio de objetivos que eventualmente fueron sometidos a una revisión teórica, a partir de dichas propuestas se establecieron hipótesis con el fin de diseñar un plan probatorio que involucra el uso de herramientas psicométricas como recurso de medición, alcanzando así un nivel explicativo en donde se pretende explicar el porqué del fenómeno seleccionado y analizar la relación entre sus variables.

El diseño elegido fue el cuasi experimental pre-post, pues no se contaba con un grupo control y se buscaba manipular una variable independiente con el fin de analizar su efecto sobre una o varias dependientes en una muestra de sujetos que se ofrecieron voluntariamente a ser parte de la población de investigación.

Muestra

La selección de la población se ejecutó mediante la difusión de la idea investigativa haciendo uso del correo electrónico, en donde se incitó a su divulgación y participación voluntaria. Este tipo de muestreo no probabilístico es de tipo bola de nieve pues los

participantes expanden la población que será intervenida (Johnson, 2014, Hernández-Sampieri et al., 2013 y Battaglia, 2008b).

Instrumentos

Se utilizó como instrumento de medición del impacto de la mediatización musical virtual en la población seleccionada un cuestionario adaptado del *AF-5 Autoconcepto forma 5*. Éste fue desarrollado por F. García y G. Musitu, es aplicable tanto individual como colectivamente de los 10 años en adelante. Posee como finalidad “Evaluar diferentes aspectos del autoconcepto en niños, adolescentes y adultos: Social, académico, profesional, emocional y físico.”

También se utilizó la observación no participante como instrumento en el desarrollo de las sesiones. De acuerdo con Hurtado (1998), en esta técnica es importante que “...el observador permanezca ajeno al evento a estudiar. No participa en él ni lo modifica e intenta mantener su propio marco de referencia intacto” (p. 432).

Procedimiento

En primer lugar, se invitó a participar en la investigación, posteriormente se formó la población con quienes deseaban hacer parte de ella; después se aplicó la prueba psicométrica previamente seleccionada con el fin de ejecutar el programa de mediatización a la muestra y analizar los resultados obtenidos durante todo el proceso.

Sesiones

Se realizaron 6 sesiones de mediatización musical virtual que se desarrollaron en aproximadamente 1 hora cada una. Se utilizaron técnicas propias de la musicoterapia como: La improvisación instrumental, audición musical, viaje musical y composición de canción. Estas se complementaron con otras técnicas propias de la psicología como la terapia racional emotiva y la observación sistematizada. Durante el desarrollo de las sesiones se trabajaron 4 de las 5 dimensiones del autoconcepto propuestas en el AF5, siendo estas: autoconcepto

familiar, emocional, físico y social. No se trabajó el autoconcepto académico y laboral porque no todos los miembros de la población pertenecían a estos escenarios. En la tabla 1 se puede contemplar la ejecución de las sesiones.

Tabla 1

Contenido de cada sesión de mediatización musical virtual

Número de sesión	Esfera trabajada	Técnicas empleadas
1	Autoconcepto físico	- Improvisación musical - Terapia racional emotiva
2	Autoconcepto social	- Audición musical
3	Autoconcepto físico	- Audición musical
4	Autoconcepto familiar	- Audición musical
5	Autoconcepto multidimensional	- Composición de canción
6	Ninguna (sesión de cierre)	Ninguna (sesión de cierre)

Resultados

Para la calificación y ponderación de los resultados obtenidos a partir del instrumento aplicado se dividieron los reactivos en dos categorías: Indicadores positivos e indicadores negativos.

En los indicadores positivos se incluyeron aquellos enunciados de la prueba que tenían un valor positivo, es decir, que si el participante respondía de manera afirmativa se orientaba a una percepción favorable del autoconcepto y si contestaba negando lo planteado indicaba una percepción poco favorable del mismo.

En los indicadores negativos se integraron los enunciados de la prueba que tenían un valor negativo, es decir, que si el evaluado respondía de manera afirmativa se orientaba a una percepción poco favorable del autoconcepto y si contestaba negando lo planteado indicaba una percepción favorable de este.

Posteriormente se agruparon estos reactivos en las cinco grandes dimensiones que fueron evaluadas: Autoconcepto familiar, físico, emocional, social y laboral/académico. Después se compararon los resultados que fueron arrojados antes y después de la ejecución de las seis sesiones de mediatización musical.

Al momento de graficar se dividieron las categorías anteriormente mencionadas en cada una de las esferas, y se compararon los resultados del instrumento pre y post, teniendo en cuenta las respuestas afirmativas y negativas, como se puede apreciar en los siguientes gráficos.

En la figura 1, que corresponde a la esfera social, se aprecia que los participantes en cuanto al indicador negativo obtuvieron un resultado desfavorable en comparación a la puntuación inicial, debido a que, las respuestas frente a las preguntas que afirmaban poseer un autoconcepto social negativo fueron seleccionadas un mayor número de veces. Sin embargo, también se aprecia que en el indicador positivo de esta misma esfera se presentó simultáneamente un cambio favorable en cuanto al autoconcepto social.

Esfera social

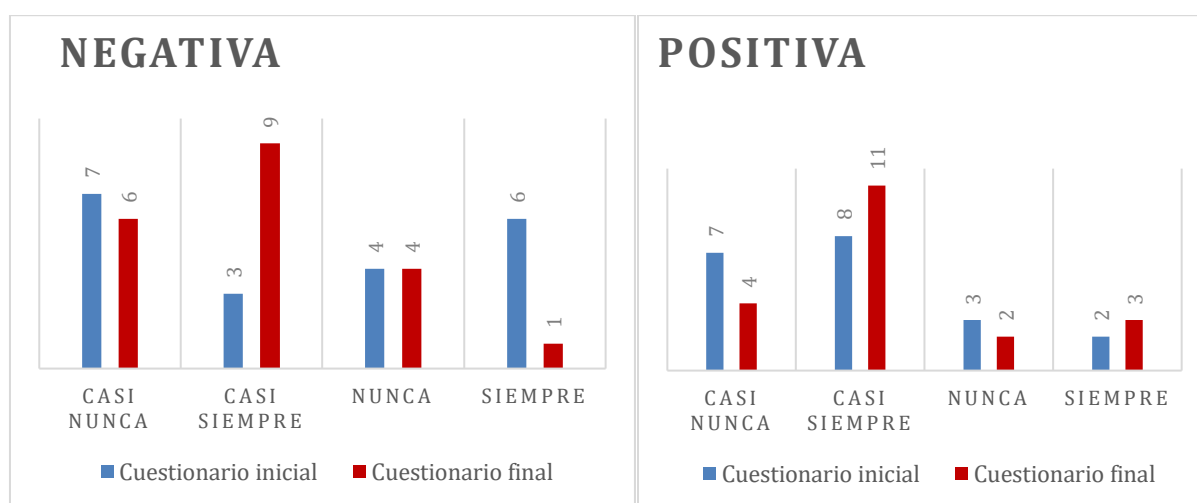


Figura 1. Indicadores negativos y positivos de la esfera social del autoconcepto antes y después de aplicar el cuestionario de autoconcepto. Elaboración propia.

Por su parte, la figura 2, que presenta la esfera familiar, en los indicadores negativos presentó un mayor puntaje afirmando que el autoconcepto familiar se presenta deficiente, y en

comparación con la esfera familiar positiva se presentan resultados favorables manteniendo su puntaje en los dos momentos en que se realizó el cuestionario.

Esfera familiar

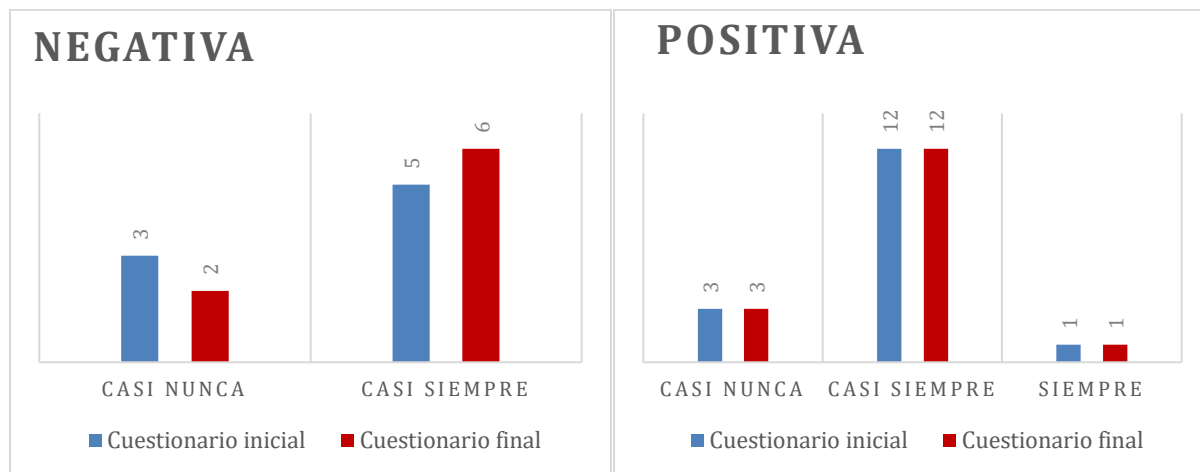


Figura 2. Indicadores negativos y positivos de la esfera familiar del autoconcepto antes y después de aplicar el cuestionario de autoconcepto. Elaboración propia.

En la figura 3, relacionada con el estado emocional y que se presenta a continuación, se evidencia el indicador negativo arroja una puntuación negativa en cuanto al autoconcepto emocional, y en comparación con los resultados obtenidos en la esfera emocional positiva se generó un impacto favorable en cuanto al autoconcepto emocional.

Esfera emocional

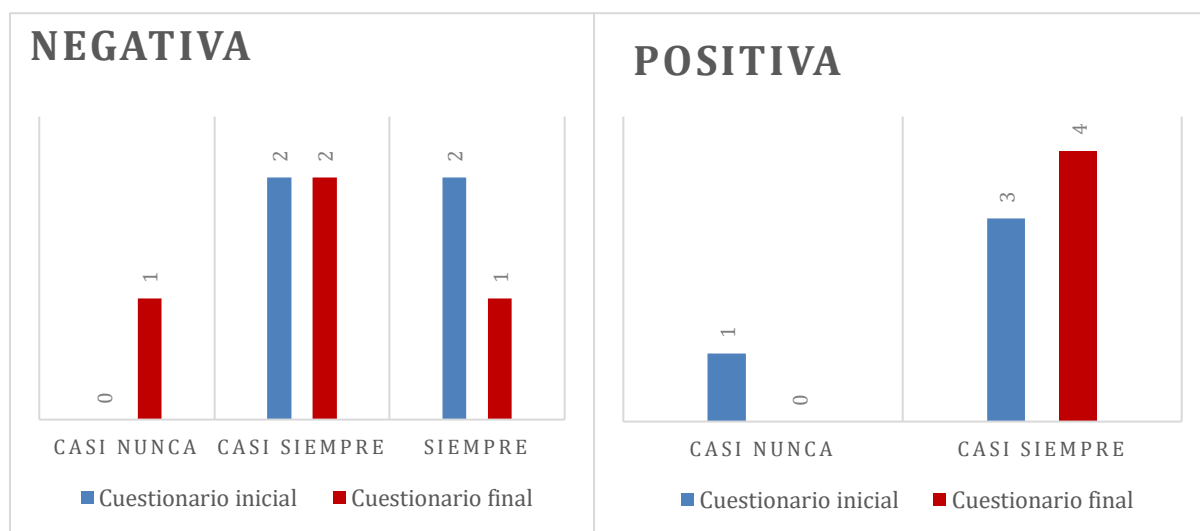


Figura 3. Indicadores negativos y positivos de la esfera emocional del autoconcepto antes y después de aplicar el cuestionario de autoconcepto. Elaboración propia.

Como puede observarse en la figura 4, que corresponde a la esfera física del autoconcepto, los reactivos orientados al indicador negativo de la esfera física arrojaron unos resultados encaminados al autoconcepto físico positivo, manteniéndose en el periodo en que se efectuaron. Por otro lado, las respuestas afirmativas en el indicador positivo de la misma esfera aumentaron en la segunda ocasión que se aplicó el cuestionario, dando cuenta del impacto favorable en este autoconcepto físico.

Esfera física

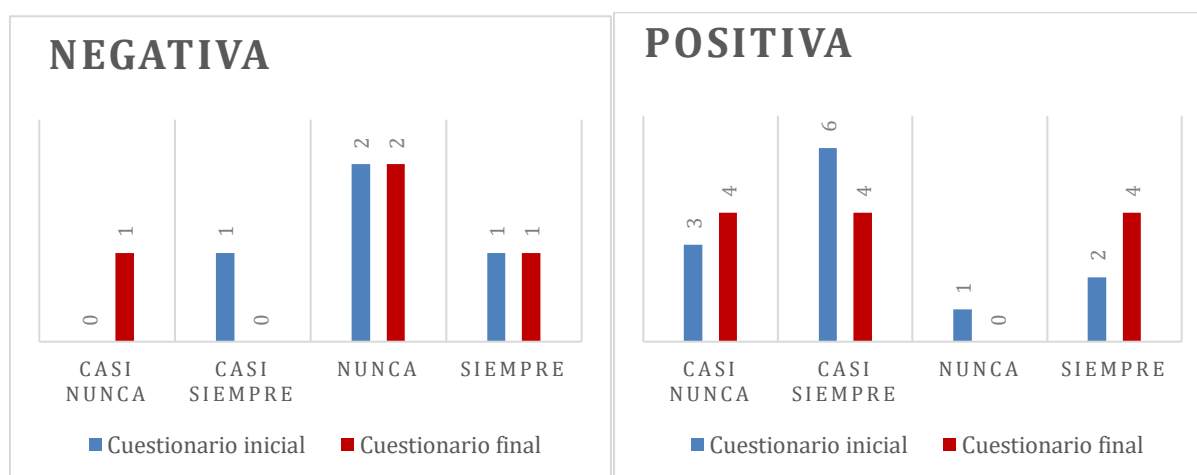


Figura 4. Indicadores negativos y positivos de la esfera física del autoconcepto antes y después de aplicar el cuestionario de autoconcepto. Elaboración propia.

Y, finalmente, se presenta la figura 5, que se relaciona con la esfera académica. Como ya se había mencionado, durante el presente trabajo de investigación no se realizaron intervenciones en esta esfera. Sin embargo, en la administración final del cuestionario de autoconcepto, se evidenció un impacto indirecto en estos indicadores.

Esfera académica

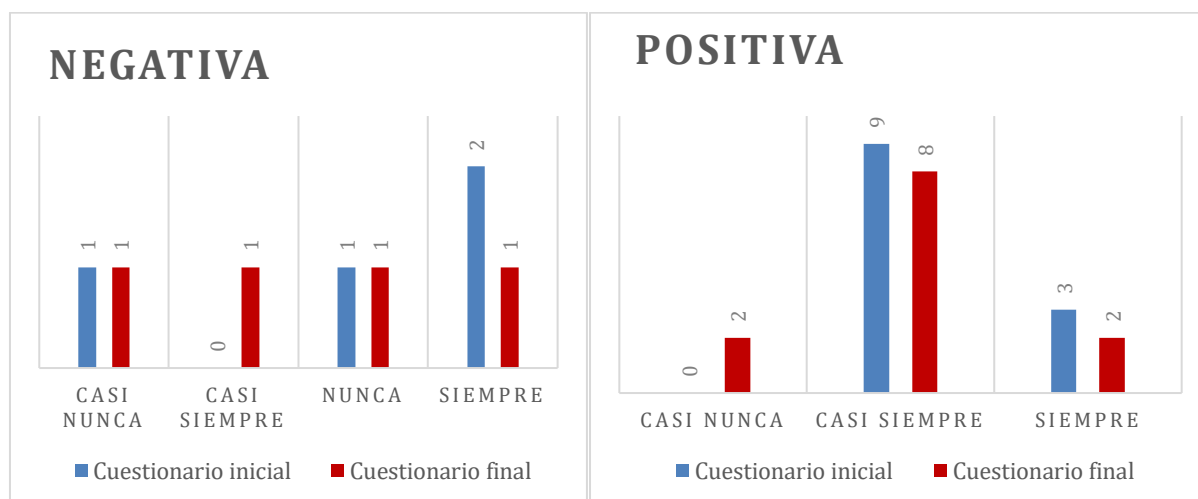


Figura 5. Indicadores negativos y positivos de la esfera académica del autoconcepto antes y después de aplicar el cuestionario de autoconcepto. Elaboración propia.

Tal como puede apreciarse, en cuanto al indicador negativo, los participantes obtuvieron resultados similares en ambos momentos, seleccionando respuestas afirmativas en un mayor número de veces. En cuanto al indicador positivo, los evaluados obtuvieron un resultado similar en las dos aplicaciones del cuestionario, seleccionando también respuestas que confirmaban lo enunciado, lo que da cuenta de una mejora en el autoconcepto académico.

Conclusiones

Por medio del programa de mediatización musical desde la metodología virtual se puede evidenciar el logro del objetivo, generando un impacto en el autoconcepto de la muestra seleccionada, tanto positivo como negativamente en las esferas intervenidas. Por lo tanto, el uso de esta metodología no interfirió en el cumplimiento de los objetivos. Este efecto también se pudo evidenciar a través de la observación no participativa, pues los participantes expresaron la identificación de asuntos inconclusos en relación con algunas de las esferas de autoconcepto evaluadas.

Según el análisis de las esferas evaluadas se percibe que se generó más impacto en la esfera social con una tendencia mayor en el indicador positivo. Las demás esferas también se

inclinaron a una percepción favorable, a pesar que el impacto no fue de la misma magnitud que el de la esfera social. Cabe mencionar que la esfera familiar obtuvo un menor impacto en la muestra con una orientación hacia el indicador negativo. Aunque no se intervino directamente el autoconcepto académico debido a que no todos los miembros de la muestra se identificaban con este, se obtuvo un efecto indirecto con tendencia al indicador positivo.

Recomendaciones

De acuerdo con el número de sesiones realizadas durante el programa y teniendo en cuenta el impacto que generó, se recomienda en investigaciones futuras ampliar el número de sesiones y/o emplear el programa de manera presencial para contrastar los resultados obtenidos en la presente investigación.

Referencias

- Asociación Americana de Psiquiatría, *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (DSM-5®), 5a Ed. Arlington, VA, Asociación Americana de Psiquiatría, 2014.
- Bibb, J., Castle, D., & Newton, R. (2015). The role of music therapy in reducing post meal related anxiety for patients with anorexia nervosa. *Journal of Eating Disorders volume*.
- Concejo general de psicología. (2010). Evaluación del inventario de trastornos de la conducta alimentaria (EDI-3). *Federación Europea de asociaciones de psicólogos*, 45 (5), 15.
- Constitución política de Colombia. 1991. Gaceta Constitucional No. 116 de 20 de julio de 1991.
- Flores Plata, Lorena Alejandra; Cárdenas López, Georgina; Durán Baca, Ximena; de la Rosa Gómez, Anabel. Psicoterapia vía internet: aplicación de un programa de intervención cognitivo-conductual para pacientes con depresión *Psicología Iberoamericana*, vol. 22, núm. 1, enero-junio, 2014, pp. 7-15. Universidad Iberoamericana, Ciudad de México. Distrito Federal, México.

- Hernández Sampieri, R. (2014). Metodología de la investigación. En R. Hernández Sampieri, *Metodología de la investigación* (pág. 634). México: McGraw-Hill / Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- Melchiori, Juan Andrés, Sansalone, Paula Andrea y Borda, Tania (2011). Psicoterapias online: aportes y controversias acerca del uso de los recursos que ofrece Internet para la psicoterapia. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.
- Nerea Cazalla, L., & Molero, D. (10 de Julio de 2013). Revisión teórica sobre el autoconcepto y su importancia en la adolescencia. *Revista electrónica de investigación y docencia*, 22.
- Oneca Carreras, N. (2014). Musicoterapia: Fundamentos, aspectos prácticos y aplicación a niños hospitalizados. 61.
- Pozo, J. M. (2005). Aplicación e interpretación del Test Dibujo de la Figura Humana. *E.O.E.P. de Coslada.*, 8.
- Ramos, P., & Pérez de Eulate, Lourdes, & Liberal, S., & Latorre, M. (2003). La imagen corporal en relación con los TCA en adolescentes vascos de 12 a 18 años. *Revista de Psicodidáctica*, (16). [Recuperado el 22 de octubre de 2019]. ISSN: 1136-1034.
Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=175/17501602>
- Ridder, H. M. O. (2016). The Future of Music Therapy for Persons with Dementia. In C. Dileo (Ed.), *Envisioning the Future of Music Therapy* (Chapter 10, pp. 87-95). Temple University's Arts and Quality of Life Research Center.
www.temple.edu/boyer/researchcenter: Temple University Press.
- Royal Collage of Psychiatrists. (2009). La terapia cognitivo-conductual (TCC). *Sociedad Española de Psiquiatría*, 7.

- Speas Arinaiz, A. D. (2018). Musicoterapia en mujeres adolescentes diagnosticadas con trastorno de conducta alimentaria (TCA). *Universidad Pontificia de Comillas*, 49.
- Torres Guerrero, J., Cepero González, M. D., y Torres Campos, B. (2010). Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y la composición corporal en el alumnado de primer ciclo de educación secundaria en la ciudad Jaén. (M. A. Ortega, Ed.) *Universidad de Granada*, 755.
- Velázquez López, Héctor Julián, Vázquez Arévalo, Rosalía, Mancilla Díaz, Juan Manuel, & Ruíz Martínez, Ana Olivia. (2014). Propiedades psicométricas del Multidimensional Body Self Relations Questionnaire (MBSRQ). *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 5(2), 107-114. Recuperado en 22 de octubre de 2019, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-15232014000200005&lng=es&tlng=es.
- Vellisca González, M. Y., Orejudo Hernández, S., & Latorre Martín, J. I. (2012). Distorsión de la percepción corporal en pacientes con anorexia nerviosa de inicio temprano vs tardío. *Clínica y salud*, 23 (2), 111- 121.