

FACTIBILIDAD Y ACEPTABILIDAD DE UN PROGRAMA VIRTUAL DE PREVENCIÓN INTEGRADA DE PROBLEMAS RELACIONADOS CON LA ALIMENTACIÓN, EL PESO Y LA IMAGEN CORPORAL (PROGRAMA PIA- 2 VIRTUAL): EXPERIENCIA DEL USUARIO

FEASIBILITY AND ACCEPTABILITY OF A VIRTUAL INTEGRATED PREVENTION PROGRAM FOR PROBLEMS RELATED TO EATING, WEIGHT AND BODY IMAGE (PIA-2 VIRTUAL PROGRAM): USER EXPERIENCE

Recibido: 1 de noviembre de 2022 | Aceptado: 17 de abril de 2023
DOI: <https://doi.org/10.55611/revps.3402.09>

Julieta **Sanday**¹, María Luz **Scappatura**¹, María Belén **Banasco Falivelli**¹, Guillermina **Rutzstein**¹,
¹ Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina

RESUMEN

Las intervenciones virtuales en el campo de la prevención y/o promoción de la salud han crecido exponencialmente en su desarrollo a lo largo de los últimos años ya que presentan importantes ventajas en cuanto a su implementación. El objetivo del presente estudio fue evaluar la aceptabilidad y factibilidad de un programa virtual de prevención integrada de problemas relacionados con la alimentación, el peso y la imagen corporal (Programa PIA-2 virtual). Participaron en el estudio 80 féminas adolescentes entre 14 y 17 años ($M= 16.06$; $DE= 0.68$) residentes en Argentina. Mediante una encuesta online se recabaron datos sobre la comprensión, utilidad, viabilidad y satisfacción con el Programa. Se encontraron buenos niveles de factibilidad y aceptación del Programa. La experiencia del usuario resulta relevante al momento de evaluar una intervención virtual para así poder atender satisfactoriamente la demanda creciente de este tipo de intervenciones.

PALABRAS CLAVE: prevención integrada, programa PIA-2 virtual, problemas relacionados con la alimentación, el peso y la imagen corporal, experiencia del usuario.

ABSTRACT

The development of virtual interventions in the prevention and/or health promotion field has grown exponentially in the last years, given their multiple advantages. The objective of the present study was to evaluate the acceptability and feasibility of a virtual integrated prevention program for problems related to eating, weight and body image (PIA-2 virtual Program). The study included 80 female adolescents between 14 and 17 years old ($M= 16.06$; $SD= 0.68$) from Argentina. Data on understanding, usefulness, viability and satisfaction with the Program was collected through an online survey. The results showed good levels of feasibility and acceptance. In the context of a growing demand of virtual interventions, knowing the user experience is a central factor in their evaluation process.

KEYWORDS: Integrated prevention, PIA-2 virtual Program, Problems related to eating, Weight and body image, User experience.

Los problemas relacionados con la alimentación, el peso y la imagen corporal son considerados un problema serio de salud pública cuya prevalencia se ha incrementado de manera notable en los últimos años (Galmiche et al., 2019; OMS, 2021; Stice et al., 2013). Se trata de problemas que pueden considerarse dentro de un espectro más amplio con factores de riesgo compartidos, tales como la interiorización del ideal de delgadez, la insatisfacción corporal y las conductas disfuncionales para el control del peso (Rancourt & McCullough, 2015; Wilksch et al., 2014). En esta línea, algunas autorías proponen un enfoque de prevención integrada, orientada a la reducción de factores de riesgo compartidos, así como a la promoción de hábitos saludables (Neumark-Sztainer & Loth, 2018).

El desarrollo de programas de prevención basados en este enfoque es relativamente reciente, y la investigación orientada a evaluar su eficacia es escasa, en comparación con la investigación centrada en programas de prevención de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) exclusivamente (Hay & Mitchison, 2019; Unikel-Santoncini et al., 2019). En lo que respecta específicamente a los programas integrados virtuales, su desarrollo es aún más reciente (Rutzstein et al., 2022). Entre los programas integrados virtuales implementados se encuentran: “Food, Mood, and Attitude & MyStudentBody.com” (Franko et al., 2012), “StayingFit” (Jones et al., 2014), “Healthy Teens@ School” (Bell et al., 2019) y “Everybody Fit” (Beintner et al., 2019). Todas las intervenciones son multisesión y presentan tres componentes: alimentación, imagen corporal y actividad física saludable. En Latinoamérica, el estudio de programas de prevención integrada se encuentra en sus inicios, hasta el momento solo se han implementado programas de estas características en Brasil (Healthy Habits, Healthy Girls-Brazil; Leme et al., 2019), México (PECANSS; González Alvarado & Saucedo Molina, 2022), y Argentina (Programa PIA-2; Rutzstein et al., 2023).

El Programa PIA-2 virtual fue desarrollado durante el año 2020 como una adaptación del Programa PIA-2, el cual ya había sido imple-

mentado y evaluado en mujeres adolescentes de Argentina (Rutzstein et al., 2023). La versión virtual del Programa PIA-2 se desarrolló con el fin de sortear las limitaciones del aislamiento social ocasionadas por la pandemia por COVID-19 y a partir de considerar las importantes ventajas de este tipo de intervenciones (Rutzstein et al., 2022). Las intervenciones virtuales demandan una menor cantidad de recursos y favorecen la accesibilidad y diseminación (Bell et al., 2019; Cousineau & Chartier, 2010; Jones et al., 2014), características que se han vuelto fundamentales en el contexto actual. La pandemia y las medidas de aislamiento asociadas han acarreado importantes consecuencias en la salud mental de la población (Etchevers et al., 2020; Qiu et al., 2020). Por ejemplo, hay evidencia de un incremento en conductas de riesgo para el desarrollo de los TCA, tales como dietas para bajar de peso, atracones, consumo de laxantes, diuréticos y pastillas para adelgazar (Ammar et al., 2020; Sanday et al., 2020).

También, se observa un incremento en el consumo de productos hipercalóricos, enlatados, empaquetados, alimentos no perecederos (Food and Agriculture Organization of the United Nations [FAO] & Comisión Económica para América Latina y Caribe [CEPAL], 2020), y un descenso en la actividad física (Gorenstein, 2020), efectos que representan una amenaza a la salud de las personas. Por otra parte, el contexto de pandemia ha puesto en evidencia la necesidad de mejorar los dispositivos de salud mental a distancia. La modalidad virtual en programas de prevención orientados a adolescentes tiene la ventaja de presentar un formato de uso extendido en dicha población. En la actualidad, la mayoría de jóvenes adolescentes utilizan tecnologías con conexión a internet de forma regular, que forman parte de su vida cotidiana. Por otra parte, la virtualidad puede presentar ciertas ventajas, como permitir a adolescentes sentirse con mayor comodidad al brindar información sensible (Bradley et al., 2012), y a aceptar con mayor agrado la participación (Das et al., 2016). Sobre la eficacia de las intervenciones de prevención integrada virtuales, en las investigaciones realizadas

hasta el momento se han encontrado resultados prometedores. Por ejemplo, se observa una disminución significativa en los factores de riesgo específicos (p.ej. preocupación por el peso y la figura e insatisfacción corporal) y cambios relacionados con la calidad de la alimentación (p.ej. mayor consumo de verduras y frutas) (Wilksch et al., 2015).

Un campo de estudio menos conocido es el que se refiere al estudio de la experiencia de las personas usuarias de los programas virtuales. La aceptabilidad y factibilidad de las intervenciones son componentes sumamente importantes al estudiar la experiencia de la persona usuaria. La aceptabilidad se define como la percepción acerca de la implementación de un tratamiento o intervención en términos del grado de satisfacción o agrado, y depende de las necesidades, preferencias y/o expectativas de las personas usuarias (Proctor et al., 2010). La factibilidad se refiere al grado en que un nuevo tratamiento o intervención puede utilizarse o ser llevado a cabo con éxito dentro de un entorno determinado, considerando los recursos existentes y las circunstancias (Proctor et al., 2010). La adherencia a las intervenciones, entendida como el grado de cumplimiento y finalización de sus actividades (Donkin et al., 2011), puede ser considerada un aspecto de la aceptabilidad. Se trata de un aspecto de gran relevancia debido a su influencia en la eficacia de los programas o tratamientos (Morrison et al., 2014). Rogers et al. (2022) evaluaron la aceptabilidad de una intervención virtual de autoayuda para promover una imagen corporal positiva mediante el análisis de la adherencia al programa y el nivel de compromiso con el mismo, la satisfacción con el programa, y las debilidades y fortalezas de la intervención.

Por su parte, Anastasiadou et al. (2019) realizaron un estudio acerca de la experiencia de usuarios de una aplicación móvil para pacientes con TCA. Su evaluación se basó en la facilidad, utilidad, diseño y contenido de la aplicación, así como también en sus obstáculos y ventajas. En una línea similar, otras autorías se focalizaron en la evaluación del

contenido de los programas con el fin de mejorar la adecuación a la población objetivo (Kuosmanen et al., 2018). El conocimiento de las necesidades específicas de las personas usuarias resulta fundamental para mejorar las intervenciones ya que contribuye a incrementar su eficacia (Dopp et al., 2019; Nitsch et al., 2019). A pesar de su relevancia, los estudios sobre la aceptabilidad y factibilidad de aplicaciones y/o programas virtuales relacionados con la salud mental son limitados (Juarascio et al., 2015). El presente estudio tiene como objetivo evaluar la aceptabilidad y factibilidad de un programa virtual de prevención integrada de problemas relacionados con la alimentación, el peso y la imagen corporal (Programa de Imagen Corporal y Alimentación [Programa PIA-2 virtual]; Rutzstein et al., 2022). Específicamente el estudio tiene por objetivo evaluar el grado de satisfacción, utilidad y usabilidad percibida, nivel de comprensión y de agrado y adherencia al programa.

MÉTODO

Diseño

Se trata de un estudio con enfoque mixto (combinación de enfoque cualitativo y cuantitativo), de naturaleza descriptiva.

Participantes

La muestra, de tipo incidental, estuvo conformada por 80 adolescentes féminas estudiantes de escuelas medias de la Provincia de Buenos Aires y de Santiago del Estero, Argentina. Los criterios de inclusión fueron: identificarse con el género femenino entre 13 y 18 años, aceptar voluntariamente participar de la investigación y contar con el consentimiento informado firmado por alguno de las figuras parentales. Los criterios de exclusión fueron: presentar problemas de comprensión, problemas cognitivos o discapacidad intelectual, informado por las autoridades escolares.

Procedimiento

Inicialmente, se contactó telefónicamente a diferentes escuelas con el fin de conformar la

muestra para el presente estudio. Dos de las escuelas contactadas aceptaron participar del estudio, una de la provincia de Buenos Aires y una de la provincia de Santiago del Estero, Argentina. Teniendo en cuenta que las participantes que conformaron la muestra eran menores de edad, se solicitó el consentimiento de las personas responsables vía on-line (Google Forms), como condición excluyente de participación de sus hijas. Para ello, se brindó a las figuras parentales información acerca del propósito del presente estudio y se les aseguró el carácter confidencial de la información brindada. Por otra parte, conforme a los principios éticos vigentes, se informó a las participantes y a las personas responsables que la participación en esta investigación era voluntaria y se garantizó que las participantes podían abandonar la investigación en el momento en que así lo desearan.

Para la implementación del programa, las participantes recibieron un usuario y contraseña vía correo electrónico para poder acceder a la plataforma del Programa PIA-2 virtual. Aunque se trata de una intervención con modalidad asincrónica, que puede realizarse en cualquier momento, las participantes realizaron las sesiones del programa virtual durante el horario de clases, en las instalaciones de la escuela. Las participantes del mismo curso completaron las sesiones del programa de manera simultánea, en el horario dispuesto a tal fin por las autoridades escolares. Cada adolescente completó el programa en forma individual, utilizando computadoras de la escuela o sus dispositivos móviles personales. Una vez finalizada la última sesión del programa, cada una de las participantes completó la encuesta online a través de la plataforma Google Forms. Personal del equipo de investigación estuvo presente en el aula con el fin de responder dudas o consultas, y para asegurar que cada una de las participantes haya completado el programa y la encuesta.

El presente estudio fue evaluado y aprobado por el Comité de Conductas Responsables en Investigación del Instituto de Investigaciones de la Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.

Intervención

El Programa PIA-2 virtual se basa en los principios de la disonancia cognitiva y la teoría de alfabetización en medios. La disonancia cognitiva alude a que las personas tienen una tendencia a modificar sus ideas, creencias, actitudes y emociones cuando perciben la incompatibilidad entre dos cogniciones en simultáneo. Esto último produce malestar motivando al cambio con el fin de reducir la inconsistencia o disonancia percibida (Festinger, 1957). Por su parte, las intervenciones basadas en la alfabetización en medios buscan fomentar el pensamiento crítico sobre los medios de comunicación con el intento de reducir la influencia e impacto de los mensajes mediáticos. Se trata de un enfoque orientado a la deconstrucción de mensajes vinculados con los ideales de belleza impuestos socialmente (Jeong et al., 2012).

El Programa PIA-2 virtual consiste en una plataforma on-line, con modalidad asincrónica, con actividades a realizar por las participantes en forma individual durante tres semanas consecutivas. En cada una de las tres sesiones que componen el programa se abordan temas relacionados con tres módulos: 1) imagen corporal, 2) alimentación y 3) actividad física/movimiento. El módulo de Imagen corporal incluye actividades en las que se promueve el cuestionamiento del ideal de delgadez y la aceptación de la diversidad corporal a través del reconocimiento de distintas fuentes de presión sociocultural hacia la delgadez y el desarrollo de herramientas para afrontar situaciones de presión. Las actividades incluyen videos psicoeducativos (p.ej. sobre el cambio de los ideales de belleza a lo largo del tiempo, ley de talles), juegos (p.ej. identificación de imágenes digitalmente retocadas), y una actividad en la que, mediante un diálogo en whatsapp, se busca generar disonancia cognitiva respecto del ideal de delgadez. Las actividades relacionadas con el módulo de alimentación tienen por objetivo incrementar el conocimiento sobre los distintos grupos de alimentos, sobre la importancia de no saltarse

comidas, particularmente el desayuno, y sobre las consecuencias del consumo frecuente de bebidas azucaradas. Las actividades de la plataforma correspondientes a estos temas incluyen videos explicativos seguidos de actividades lúdicas (p.ej. juego de armado de desayuno, juego de armado de plato completo). Luego de finalizada cada actividad, cada participante recibe un mensaje a modo de devolución según la respuesta enviada (p.ej. “¡Qué bueno que desayunas! Sumar una fruta te va a aportar fibra, vitaminas y minerales. Si no llegas a hacerlo en el desayuno puedes incluirla como colación durante la mañana”). Por último, el módulo de actividad física/movimiento contiene actividades orientadas a evitar el sedentarismo. Las actividades incluyen videos explicativos (p.ej. sobre los beneficios de la actividad física y las consecuencias del sedentarismo). Además, contiene una actividad lúdica de tipo verdadero o falso orientada a cuestionar creencias socialmente difundidas (p.ej. “las personas flacas no necesitan hacer ejercicio”). Además, el programa incluye actividades para realizar entre sesiones que permiten reforzar los contenidos de cada uno de los módulos (Rutzstein et al., 2022).

Instrumentos

Cuestionario Sociodemográfico. Recaba datos sobre edad, lugar de residencia y escuela a la que asiste.

Encuesta de Satisfacción sobre Programa PIA-2 Virtual. Se trata de un instrumento desarrollado especialmente para el presente estudio. Consta de ocho preguntas con formato de respuesta tipo Likert con cinco opciones de respuesta que permiten evaluar la aceptabilidad y factibilidad del programa. Las preguntas permiten recabar información sobre el nivel de satisfacción, utilidad y usabilidad percibida, nivel de comprensión respecto de los contenidos, y nivel de agrado respecto de la estética y diseño de la plataforma. Además, incluye preguntas sobre el nivel de satisfacción respecto del contenido de los distintos tipos de actividades de la plataforma (p.ej. videos psicoeducativos, jue-

gos y tareas entre sesiones). Por último, la encuesta incluye las siguientes preguntas abiertas que permiten ahondar en la evaluación de la factibilidad del programa: 1) ¿Le recomendarías el Programa PIA-2 virtual a una amiga?, 2) ¿Qué piensas que te ayudó el Programa PIA-2 virtual?, 3) ¿Te parece que debemos mejorar algún aspecto? Las preguntas de la encuesta fueron desarrolladas a partir de las preguntas contenidas en “System Usability Scale” ([SUS]; Brooke, 1995), “Client Satisfaction Scale” [CSQ-8 (Larsen et al., 1979)] y “Feasibility and Acceptability of Intervention Measures” ([AIM; FIM]; Weiner et al., 2017), las cuales fueron adaptadas a los fines de evaluar el Programa PIA-2 virtual específicamente.

Base de Datos de la Plataforma. Arroja información acerca del completamiento de cada actividad y sesión del programa. Permite conocer el porcentaje de participantes que completaron y/o suspendieron cada una de ellas, lo cual se consideró una medida de adherencia.

Análisis

Los datos obtenidos a partir de la encuesta de satisfacción administrada se analizaron de modo cuantitativo (a partir del cálculo de frecuencias de las respuestas obtenidas), y de modo cualitativo (a partir del análisis del contenido de las respuestas a las preguntas abiertas). Para el análisis de las preguntas abiertas se establecieron categorías a partir de las respuestas obtenidas. Sobre la pregunta “¿Qué piensas que te ayudó el Programa PIA-2?”, las respuestas obtenidas se relacionaron con los diferentes contenidos del programa, por lo que se establecieron tres categorías: Imagen corporal, Alimentación y Actividad física/movimiento. Sobre la pregunta “¿Te parece que debemos mejorar algún aspecto?”, se identificaron tres temas en las respuestas: 1) no es necesaria ninguna mejora, 2) respuestas relacionadas con el software o servidor, y 3) respuestas relacionadas con la interacción con profesionales o pares. Una vez delimitadas las categorías se realizó el cálculo de frecuencias de las respuestas.

Para examinar la adherencia y el compromiso con el programa, se consideró el porcentaje de cumplimiento con las actividades y sesiones del programa.

RESULTADOS

Estética y Diseño

Casi todas las participantes (95%) respondieron que les pareció amigable (muy amigable y amigable) el diseño visual de la plataforma del Programa PIA-2 virtual.

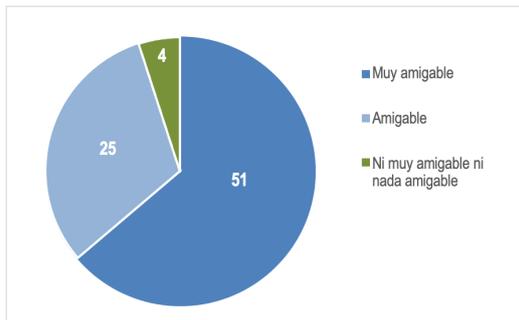


FIGURA 1. Nivel de Satisfacción en Cuanto Estética y Diseño de la Plataforma.

Nota. Las categorías "poco amigable" y "nada amigable" no fueron seleccionadas por ninguna de las participantes

Comprensión

En cuanto a la comprensión del contenido de la plataforma, ya sean los videos, tareas, como actividades, casi todas las participantes (94%) respondieron que les resultó comprensible (muy comprensible y comprensible).

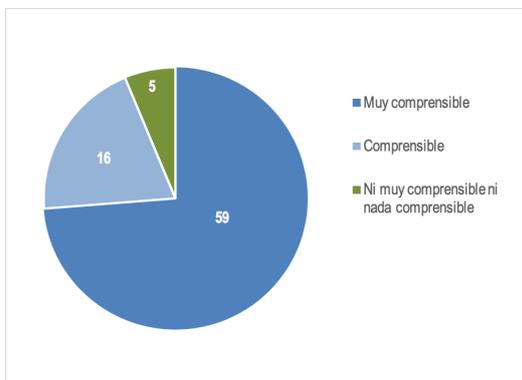


FIGURA 2. Comprensión del Contenido de la Plataforma.

Nota. Las categorías "poco comprensible" y "nada comprensible" no fueron seleccionadas por ninguna de las participantes.

Facilidad

Se observó que el 86% de las participantes se encontraron satisfechas (muy satisfechas y satisfechas) en cuanto a la facilidad del uso de la plataforma.

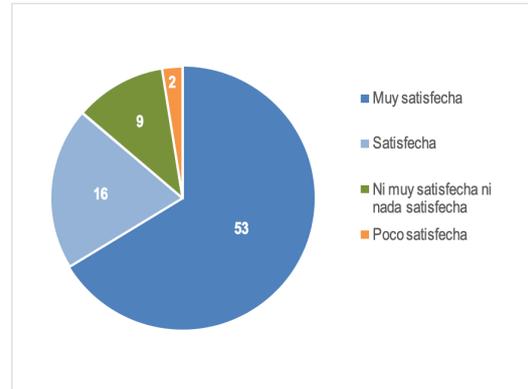


FIGURA 3. Nivel de Satisfacción en Cuanto a la Facilidad del Uso de la Plataforma.

Nota. La categoría "Nada satisfecha" no fue seleccionada por ninguna de las participantes.

Utilidad

En relación con la utilidad del Programa PIA-2 virtual, el 88% de las participantes lo encontró útil (muy útil y útil).

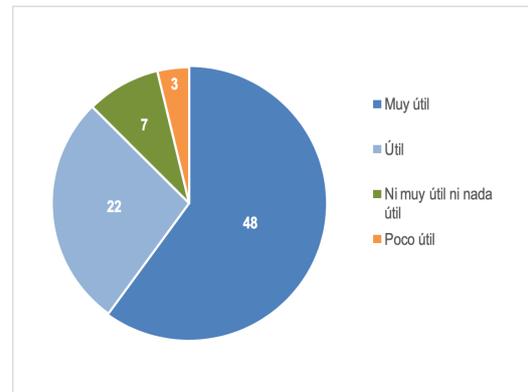


FIGURA 4. Utilidad Percibida del Programa PIA-2 Virtual.

Nota. La categoría "Nada útil" no fue seleccionada por ninguna de las participantes.

Satisfacción General

Se halló una alta satisfacción (muy satisfechas y satisfechas) en la gran mayoría de las participantes (95%) en cuanto al Programa PIA-2 virtual en general.

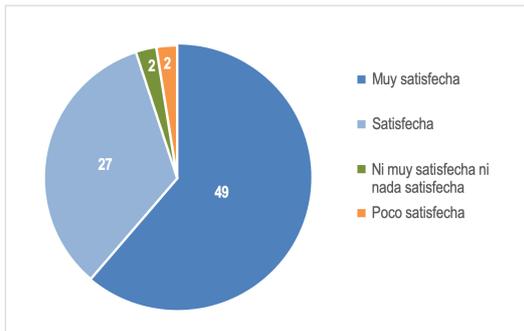


FIGURA 5. Nivel de Satisfacción General con el Programa PIA-2 Virtual.

Nota. La categoría "Nada satisfecha" no fue seleccionada por ninguna de las participantes.

Contenido

El mayor agrado o conformidad se encontró en las actividades lúdicas: 95% de las participantes refirió que los juegos les habían gustado. Por su parte, los videos le gustaron al 89% de las participantes. El menor agrado o conformidad se halló en las tareas a realizar entre las sesiones. Sin embargo, en la mayoría se observa conformidad.

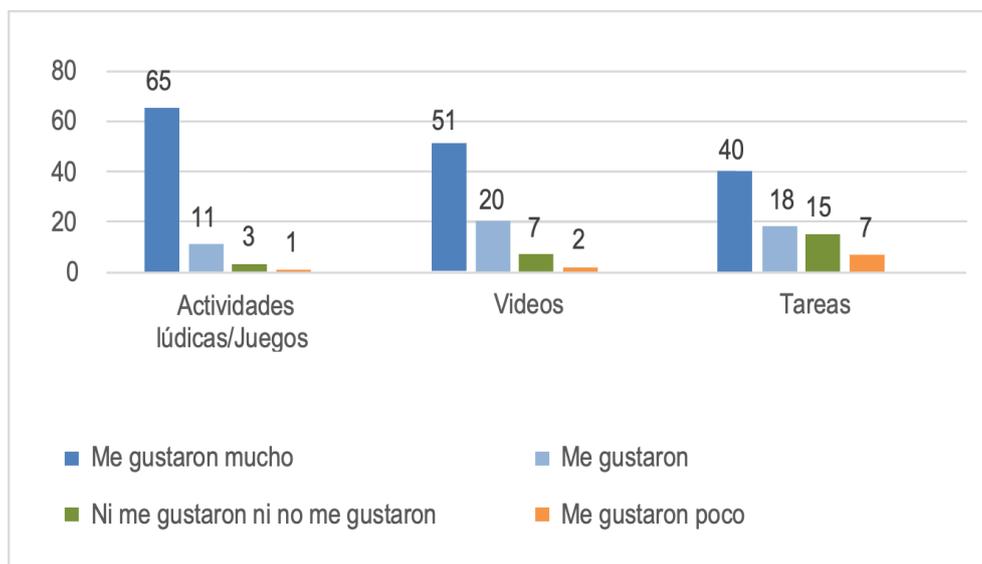


FIGURA 6. Nivel de Satisfacción General con el Programa PIA-2 Virtual.

Nota. La categoría "No me gustaron" no fue seleccionada por ninguna de las participantes.

Generalidades

¿Le recomendarías el Programa PIA-2 virtual a una amiga?

Casi todas las participantes (73/80) manifestaron que definitivamente se lo recomendarían a una amiga. De las siete restantes, solo una reportó no recomendarlo.

¿En qué piensas que te ayudó el Programa PIA-2 virtual?

Casi todas las participantes (79/80) manifestaron que el Programa las ayudó en algún

aspecto. Las áreas mencionadas fueron las siguientes:

Alimentación (48/80): "Me ayudó a poder generar buenos hábitos de comida"; "Me ayudó en cuanto a la alimentación porque agregué más vegetales a mis comidas y frutas de postre"; "Me ayudó en cambiar mis hábitos como no desayunar"; "Creo que me ayudó a saber cómo tendrían que ser mejor los platos de comida y qué nos beneficia y qué no"; entre otras respuestas.

Imagen corporal (36/80): “El programa me ayudó a mejorar mi autoestima, a saber que todos los cuerpos son perfectos y a no opinar del cuerpo de otras personas”; “Me ayudó a pensar que no debo permitir que me presionen para tener un físico adecuado”; “Me ayudó en aceptarme tal cual soy”; “Me ayudó a repensar el tema de la presión que ejercen los medios sobre el cuerpo de las mujeres”; entre otros comentarios.

Actividad física/ movimiento (6/80): “Me ayudó a ver la importancia de la actividad física y el cuidado del propio cuerpo”; “Me ayudó a cambiar cosas como la actividad física que no la tenía involucrada en mi vida”; “Me cambió mucho el pensamiento en varias cuestiones y me dieron ganas de hacer ejercicio”, entre otras devoluciones.

¿Te parece que debemos mejorar algún aspecto?

La mayoría de las participantes (57/80) manifestó que no era necesario mejorar nada: “Me parece perfecto y agradable todos los aspectos que tuvieron, no hace falta cambiar algo”; “La verdad todo su contenido tanto informativo, como visual y estético es muy bueno”; “No, muy buena forma de hablar de temas complicados”. Las participantes sugirieron mejorar los siguientes aspectos:

Software o servidor (7/80): “Que no se trabe tanto la página”; “Que sea una página más rápida y que no se sobrecargue y se trabe, pero fuera de eso está muy bien hecha y en lo didáctico es muy buena”.

Interacción con profesionales o pares (6/80): “Más contacto personal con los que guían el programa”; “Creo sería conveniente charlas, aunque sean virtuales, con el equipo que trabaja en el programa”; “Considero conveniente el intercambio personal con los agentes del proyecto”; “Entiendo que es virtual, pero

me hubiera gustado intercambiar más ideas o experiencias con mis compañeras. De igual manera, en distintas partes de los encuentros se mostraron relatos que me sirvieron y mediante los cuales pude empatizar o sentirme identificada”.

Adherencia

Se encontró una elevada tasa de adherencia al programa ya que todas las participantes (100%) que iniciaron el programa lo finalizaron. Es decir, completaron las tres sesiones.

DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo evaluar la aceptabilidad y factibilidad del Programa PIA-2 virtual en adolescentes femeninas de Argentina. Los resultados ponen de manifiesto un alto nivel de satisfacción con todas las áreas evaluadas, por lo que es posible concluir que se trata de un programa con buenos niveles de factibilidad y aceptabilidad.

En particular, se encontró un alto nivel de satisfacción en cuanto a la facilidad de uso de la plataforma y la utilidad del programa. Dicho resultado es similar a lo hallado en el estudio llevado a cabo por Anastasiadou et al. (2019), en el que una aplicación móvil para TCA fue evaluada como útil y fácil de usar por la mayoría de los usuarios.

A su vez, los resultados sobre el nivel de satisfacción con el diseño de la plataforma y el nivel de comprensión respecto del contenido del programa coinciden con los resultados obtenidos por Rogers et al. (2022). Al igual que en el presente estudio, las personas usuarias del programa de autoayuda evaluado mencionaron que se trataba de un programa amigable y comprensible. Además, al igual que las participantes del programa PIA-2 virtual, la mayoría de las personas usuarias del programa evaluado en dicha investigación refirieron que recomendarían el programa a otros.

En cuanto a los resultados sobre el contenido específico del Programa PIA-2 virtual, se encontró que las actividades que más agradaron a las participantes fueron aquellas con formato de juego interactivo. Asimismo, las actividades que fueron referidas como menos satisfactorias fueron aquellas relacionadas con las tareas entre sesiones. Dichos resultados pueden relacionarse con la edad de las participantes ya que al ser adolescentes es esperable que se sientan más convocadas por juegos que por actividades a realizar de una semana a otra por fuera del horario escolar. Kuosmanen et al. (2018) hallaron resultados similares y concluyeron que la integración de elementos interactivos y de juego pareciera ser un requisito previo esencial para todo programa de salud mental destinado a adolescentes y jóvenes.

En cuanto al compromiso de las usuarias se observó una alta tasa de adherencia, ya que todas las participantes completaron las tres sesiones del Programa PIA-2 virtual. Tal como se menciona en otros estudios (Neil et al., 2009; Nitsch et al., 2019), la adherencia puede haberse visto favorecida debido al entorno escolar en el que fue implementado. Rogers et al. (2022) también hallaron un alto nivel de compromiso y cumplimiento por parte de las personas usuarias. Este nivel alto de finalización del Programa PIA-2 virtual pone de manifiesto la viabilidad o factibilidad del programa.

Otra cuestión para destacar ha sido el funcionamiento de la plataforma en sí. Varias de las participantes mencionaron problemas de conexión que no resultaron propios de los dispositivos asignados o de las personas usuarias, sino que estaban relacionadas con el servidor de la plataforma. En efecto, el software utilizado presentó dificultades para el acceso masivo y simultáneo de las participantes. Este punto resulta de suma importancia como aspecto a mejorar en nuevas versiones de la plataforma. En este contexto, es necesario destacar el valor del diseño centrado en el usuario, ya que no solo permite adaptar las intervenciones a sus

necesidades concretas, sino que también ofrece un alto potencial de mejora.

Sobre las limitaciones del presente estudio, en primer lugar, puede mencionarse que se utilizó una muestra no probabilística, intencional, por lo que la posibilidad de generalizar los resultados puede verse afectada. Por otra parte, la factibilidad y aceptabilidad del programa fue evaluada a partir de un instrumento no estandarizado, por lo cual no es posible asegurar la validez de contenido. No obstante, cabe mencionar que la utilización de un instrumento específicamente desarrollado para conocer la experiencia de las participantes del Programa PIA-2 virtual brinda la posibilidad de producir mejoras que respondan a las necesidades de las personas usuarias de nuestro contexto. Cabe destacar que se trata de un estudio pionero en Argentina, por lo que sus resultados constituyen un claro aporte al estudio de la prevención de problemas relacionados con la alimentación, el peso y la imagen corporal en nuestro país. El presente estudio constituye un primer paso en el estudio del Programa PIA-2 virtual, que dará lugar en futuras investigaciones al estudio de la eficacia de la intervención.

Conclusiones

Los resultados del estudio permiten concluir que el Programa PIA 2 virtual cuenta con un buen nivel de factibilidad y aceptación por parte de las participantes. La experiencia del usuario resulta relevante al momento de evaluar una intervención virtual para así poder atender satisfactoriamente la demanda creciente de este tipo de intervenciones.

Estándares Éticos de Investigación

Financiamiento: El trabajo fue financiado a través de una beca doctoral otorgada a la primera autora por el Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET) y en el marco de un Proyecto UBACyT (20020160100043BA) subsidiado por la Universidad de Buenos Aires.

Conflicto de intereses: Las personas autoras expresan que no hubo conflictos de intereses al redactar el manuscrito.

Aprobación de la Junta Institucional Para la Protección de Seres Humanos en la Investigación: La investigación ha sido evaluada y aprobada por el Comité de Conductas Responsables en Investigación del Instituto de Investigaciones de la Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.

Consentimiento informado: El consentimiento informado fue firmado por el padre o la madre en línea.

REFERENCIAS

- Ammar, A., Brach, M., Trabelsi, K., Chtourou, H., Boukhris, O., Masmoudi, L., Bouaziz, B., Bentlage, E., How, D., Ahmed, M., Müller, P., Müller, N., Aloui, A., Hammouda, O., Paineiras-Domingos, L.L., Braakman-Jansen, A., Wrede, C., Bastoni, S., Pernambuco, C.S., ... Hoekelmann, A. (2020). Effects of COVID-19 home confinement on eating behaviour and physical activity: Results of the ECLB-COVID19 international online survey. *Nutrients*, 12(6), 1583-1595. <https://doi.org/10.3390/nu12061583>
- Anastasiadou, D., Folkvord, F., Serrano-Troncoso, E., & Lupiañez-Villanueva, F. (2019). Mobile health adoption in mental health: User experience of a mobile health app for patients with an eating disorder. *JMIR mHealth and uHealth*, 7(6), e12920. <https://doi.org/10.2196/12920>
- Beintner, I., Emmerich, O. L. M., Vollert, B., Taylor, C. B., & Jacobi, C. (2019). Promoting positive body image and intuitive eating in women with overweight and obesity via an online intervention: Results from a pilot feasibility study. *Eating Behaviors*, 34, 101307. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2019.101307>
- Bell, M. J., Zeiler, M., Herrero, R., Kuso, S., Nitsch, M., Etchemendy, E., Fonseca-Baeza, S., Oliver, E., Adamcik, T., Karwautz, A., Wagner, G., Baños, R., Botella, C., Görlich, D., Jacobi, C., & Waldherr, K. (2019). Healthy Teens @ School: Evaluating and disseminating transdiagnostic preventive interventions for eating disorders and obesity for adolescents in school settings. *Internet Interventions*, 16, 65-75. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2018.02.007>
- Bradley, K. L., Robinson, L. M., & Brannen, C. L. (2012). Adolescent help-seeking for psychological distress, depression, and anxiety using an internet program. *International Journal of Mental Health Promotion*, 14(1), 23-34. <https://doi.org/10.1080/14623730.2012.665337>
- Brooke, J. (1995). SUS-A quick and dirty usability scale. In P. W. Jordan, B. Thomas, B. A. Weerdmeester & I. L. McClelland (Ed.), *Usability evaluation in industry* (pp. 189-194). Taylor & Francis.
- Cousineau, D., & Chartier, S. (2010). Outliers detection and treatment: A review. *International Journal of Psychological Research*, 3(1), 58-67. <http://dx.doi.org/10.21500/20112084.844>
- Das, J. K., Salam, R. A., Lassi, Z. S., Khan, M. N., Mahmood, W., Patel, V., & Bhutta, Z. A. (2016). Interventions for adolescent mental health: An overview of systematic reviews. *Journal of Adolescent Health*, 59(4), S49-S60. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.06.020>
- Donkin, L., Christensen, H., Naismith, S. L., Neal, B., Hickie, I. B., & Glozier, N. (2011). A systematic review of the impact of adherence on the effectiveness of e-therapies. *Journal of Medical Internet Research*, 13(3), e1772. <https://doi.org/10.2196/jmir.1772>
- Dopp, A. R., Parisi, K. E., Munson, S. A., & Lyon, A. R. (2019). A glossary of user-centered design strategies for implementation experts. *Translational Behavioral Medicine*, 9(6), 1057-1064. <https://doi.org/10.1093/tbm/iby119>

- Etchevers, M. J., Garay, C. J., Putrino, N., Grasso, J., Natalí, V., & Helmich, N. (2020). *Salud Mental en Cuarentena. Relevamiento del impacto psicológico a los 7-11 y 50-55 días de cuarentena en población argentina*. Observatorio de Psicología Social Aplicada, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. http://www.psi.uba.ar/opsa/informes/ops_a_salud_mental_informe.pdf
- Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford University Press.
- Food and Agriculture Organization of the United Nations [FAO], & Comisión Económica para América Latina y Caribe [CEPAL]. (2020). *Sistemas alimentarios y COVID-19 en América Latina y el Caribe: Hábitos de consumo de alimentos y malnutrición*. Boletín N.º 10. FAO. <https://doi.org/10.4060/cb0217es>
- Franko, D. L., Jenkins, A., & Rodgers, R. F. (2012). Toward reducing risk for eating disorders and obesity in Latina college women. *Journal of Counseling & Development, 90*(3), 298-307. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2012.00038.x>
- Galmiche, M., Déchelotte, P., Lambert, G., & Tavolacci, M. P. (2019). Prevalence of eating disorders over the 2000–2018 period: A systematic literature review. *The American Journal of Clinical Nutrition, 109*(5), 1402-1413. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqy342>
- González Alvarado, Y., & Saucedo Molina, T. J. (2022, 14-16 de septiembre). *Riesgo de trastornos de la conducta alimentaria y de factores asociados en universitarios mexicanos* [Presentación oral]. Memorias del Congreso Argentino de Salud Mental. Buenos Aires, Argentina.
- Gorenstein, A. (2020, 14 de mayo). Más comida, menos ejercicio. Más de la mitad de los argentinos aumentó de peso en cuarentena: Cuántos kilos subieron. Clarín. https://www.clarin.com/buenavida/mitad-argentinos-aumento-peso-cuarentena-kilossubieron_0_WMEZUU5F1.html
- Hay, P., & Mitchison, D. (2019). Eating disorders and obesity: The challenge for our times. *Nutrients, 11*(5), 1055. <https://doi.org/10.3390/nu11051055>
- Jeong, S. H., Cho, H., & Hwang, Y. (2012). Media literacy interventions: A meta-analytic review. *Journal of Communication, 62*(3), 454-472. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2012.01643.x>
- Jones, M., Kass, A. E., Trockel, M., Glass, A. I., Wilfley, D. E., & Taylor, C. B. (2014). A population-wide screening and tailored intervention platform for eating disorders on college campuses: The healthy body image program. *Journal of American College Health, 62*(5), 351-356. <https://doi.org/10.1080/07448481.2014.901330>
- Juarascio, A. S., Manasse, S. M., Goldstein, S. P., Forman, E. M., & Butryn, M. L. (2015). Review of smartphone applications for the treatment of eating disorders. *European Eating Disorders Review, 23*(1), 1-11. <http://doi.org/10.1002/erv.2327>
- Kuosmanen, T., Fleming, T. M., & Barry, M. M. (2018). Using computerized mental health programs in alternative education: Understanding the requirements of students and staff. *Health Communication, 33*(6), 753-761. <https://doi.org/10.1080/10410236.2017.1309620>
- Larsen, D. L., Attkisson, C. C., Hargreaves, W. A., & Nguyen, T. D. (1979). Assessment of client/patient satisfaction: Development of a general scale. *Evaluation and Program Planning, 2*(3), 197-207. [https://doi.org/10.1016/0149-7189\(79\)90094-6](https://doi.org/10.1016/0149-7189(79)90094-6)
- Leme, A. C. B., Philippi, S. T., Thompson, D., Nicklas, T., & Baranowski, T. (2019). "Healthy Habits, Healthy Girls—Brazil": An obesity prevention program with added focus on eating disorders. *Eating and Weight Disorders, 24*(1), 107-119. <https://doi.org/10.1007/s40519-018-0510-5>

- Morrison, D., Wyke, S., Thomson, N. C., McConnachie, A., Agur, K., Saunderson, K., Chaudhuri, R., & Mair, F. S. (2014). A Randomized trial of an Asthma Internet Self-management Intervention (RAISIN): Study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, *15*(1), 185. <https://doi.org/10.1186/1745-6215-15-185>
- Neil, A., Batterham, P., Christensen, H., Bennett, K., & Griffiths, K. (2009). Predictors of adherence by adolescents to a cognitive behavior therapy website in school and community-based settings. *Journal of Medical Internet Research*, *11*(1), e1050. <https://doi.org/10.2196/jmir.1050>
- Neumark-Sztainer, D., & Loth, K. A. (2018). An integrated approach to eating disorders and obesity prevention: What has the research taught us? *Adolescent Medicine: State of the Art Reviews*, *29*(2), 228-244.
- Nitsch, M., Adamcik, T., Kuso, S., Zeiler, M., & Waldherr, K. (2019). Usability and engagement evaluation of an unguided online program for promoting a healthy lifestyle and reducing the risk for eating disorders and obesity in the school setting. *Nutrients*, *11*(4), 713. <https://doi.org/10.3390/nu11040713>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2021, 9 de junio). *Obesidad y sobrepeso. Datos y cifras*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Proctor, E., Silmere, H., Raghavan, R., Hovmand, P., Aarons, G., Bunger, A., Griffey, R., & Hensley, M. (2010). Outcomes for implementation research: Conceptual distinctions, measurement challenges, and research agenda. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, *38*(2), 65-76. <https://doi.org/10.1007/s10488-010-0319-7>
- Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: Implications and policy recommendations. *General Psychiatry*, *33*(2). <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100213>
- Rancourt, D., & McCullough, M. B. (2015). Overlap in eating disorders and obesity in adolescence. *Current Diabetes Reports*, *15*, 78. <https://doi.org/10.1007/s11892-015-0645-y>
- Rogers, C. B., Webb, J. B., Bauert, L., & Carelock, J. (2022). Feasibility and acceptability of a guided self-help, text-messaging intervention to promote positive body image of emerging adult women. *Frontiers in Global Women's Health*, *3*, 849836. <https://doi.org/10.3389/fgwh.2022.849836>
- Rutzstein, G., Elizathe, L., Scappatura, M. L., Banasco Falivelli, M. B., Sanday, J., & Bidacovich, G. (2022). Programa PIA-2 virtual: Prevención integrada de trastornos alimentarios y obesidad. En C. J. Garay (Ed.), *Terapia cognitivo-conductual, tecnologías digitales y tecnologías de la información y la comunicación* (pp. 137-155). Editorial Akadia.
- Rutzstein, G., Scappatura, M.L., Elizathe, L., Leonardelli, E., Murawsk, B., Lievendag, L., Sanday, J., Banasco Falivelli, M. B., Bidacovich, G., & Keegan, E. (2023). Efficacy of an integrated program (PIA-2) to reduce the risk for problems related to eating, weight and body image in female adolescents from Argentina. *International Journal of Eating Disorders*, *56*(4), 758-769. <https://doi.org/10.1002/eat.23900>
- Sanday, J., Scappatura, M. L., & Rutzstein, G. (2020). *Impacto de la pandemia por COVID-19 en los hábitos alimentarios y la Imagen Corporal*. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia

- Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-007/269.pdf?view>
- Stice, E., Marti, C. N., & Rohde, P. (2013). Prevalence, incidence, impairment, and course of the proposed DSM-5 eating disorder diagnoses in an 8-year prospective community study of young women. *Journal of Abnormal Psychology, 122*(2), 445-457. <https://doi.org/10.1037/a0030679>
- Unikel-Santoncini, C., de León-Vázquez, C. D., Rivera-Márquez, J. A., Bojorquez-Chapela, I., & Méndez-Ríos, E. (2019). Dissonance-based program for eating disorders prevention in Mexican university students. *Psychosocial Intervention, 28*(1), 29-35. <https://doi.org/10.5093/pi2018a17>
- Weiner, B. J., Lewis, C. C., Stanick, C., Powell, B. J., Dorsey, C. N., Clary, A. S., Boynton, H., & Halko, H. (2017). Psychometric assessment of three newly developed implementation outcome measures. *Implementation Science, 12*(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s13012-017-0635-3>
- Wilksch, S. M., Paxton, S. J., Byrne, S. M., Austin, S. B., McLean, S. A., Thompson, K. M., Dorairaj, K., & Wade, T. D. (2015). Prevention across the spectrum: A randomized controlled trial of three programs to reduce risk factors for both eating disorders and obesity. *Psychological Medicine, 45*(9), 1811-1823. <https://doi.org/10.1017/s003329171400289x>
- Wilksch, S., Paxton, S., Byrne, S., Austin, S. B., & Wade, T. (2014). An RCT of three programs aimed at reducing risk factors for both eating disorders and obesity: Outcomes from the Prevention Across the Spectrum study. *Journal of Eating Disorders, 2*(1), 1-1. <https://doi.org/10.1186/2050-2974-2-S1-O43>