

**Universidad Católica de Santa María**  
**Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades**  
**Escuela Profesional de Psicología**



**USO PROBLEMÁTICO DE LAS REDES SOCIALES E INSATISFACCIÓN  
CORPORAL EN ADOLESCENTES DE UN COLEGIO PRIVADO Y PÚBLICO**

Tesis presentada por las bachilleres:

**Ayaque Segovia, Zelina Maryori**

**Rodríguez Márquez, Adriana Felicitas**

Para optar el Título Profesional de

**Licenciado en Psicología**

**Asesor:**

**Dr. Martínez Carpio, Héctor Emilio**

**Arequipa-Perú**

**2024**

UCSM-ERP

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA**

**PSICOLOGIA**

**TITULACIÓN CON TESIS**

**DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR**

Arequipa, 20 de Octubre del 2023

**Dictamen: 007173-C-EPSIC-2023**

Visto el borrador del expediente 007173, presentado por:

**2016600402 - RODRIGUEZ MARQUEZ ADRIANA FELICITAS**

**2016221882 - AYAQUE SEGOVIA ZELINA MARYORI**

Titulado:

**USO PROBLEMÁTICO DE LAS REDES SOCIALES E INSATISFACCIÓN CORPORAL EN  
ADOLESCENTES DE UN COLEGIO PRIVADO Y PÚBLICO**

Nuestro dictamen es:

**APROBADO**

**29281582 - VILCHES VELASQUEZ FLOR ALEIDA  
DICTAMINADOR**



**29238564 - ZEVALLOS CORNEJO ASUNTA VILMA  
DICTAMINADOR**



**10141900 - CHIRINOS CASTILLO JOL MILTON  
DICTAMINADOR**



# USO PROBLEMÁTICO DE LAS REDES SOCIALES E INSATISFACCIÓN CORPORAL EN ADOLESCENTES DE UN COLEGIO PRIVADO Y PÚBLICO

## INFORME DE ORIGINALIDAD

10%

INDICE DE SIMILITUD

12%

FUENTES DE INTERNET

5%

PUBLICACIONES

9%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="https://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Fuente de Internet	2%
2	<a href="https://repositorio.uwiener.edu.pe">repositorio.uwiener.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
3	<a href="https://docplayer.es">docplayer.es</a> Fuente de Internet	1%
4	<a href="https://tesis.ucsm.edu.pe">tesis.ucsm.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Cooperativa de Colombia Trabajo del estudiante	1%
6	Submitted to Universidad Católica del CIBAO Trabajo del estudiante	1%
7	<a href="https://repositorio.upch.edu.pe">repositorio.upch.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
8	<a href="https://repositorio.urp.edu.pe">repositorio.urp.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%

### Dedicatoria

Nosotras dedicamos esta tesis a Dios y a nuestros seres queridos que nos han brindado su apoyo desde un principio y a nuestros futuros colegas que a través de esta tesis poderles dejar una investigación valiosa para futuros estudios.



## Agradecimiento

En primer lugar, agradecerle a Dios por darme la fortaleza y determinación a través de su bendición para poder culminar con este proyecto. A mis padres les agradezco profundamente por su apoyo y amor incondicional a lo largo de esta travesía, a mi hermano que forma parte de mi motivación para ser su ejemplo a seguir. A mis amigas que fueron una parte esencial para no desanimarme y seguir en el proceso en especial agradecerles a mis mejores amigas María y Gabriela que son mi fuente de compañía y consuelo. Por último, agradecer a mis tres seres de luz que inundan mi corazón con su cariño y travesuras de cuatro patitas que solo ellos y yo podemos comprender.

**Zelina Ayaque Segovia**

Quiero agradecer primeramente a Papito Dios, Jesusito y a Mamita María por haberme ayudado en la realización de la tesis, porque gracias a ellos es que no me rendí, ya que siempre están a mi lado dándome todo su amor y su bendición, eso hizo que me esforzara y de todo de mí. También quiero agradecer a mi familia tanto a mis padres Lucho y Feli como a mis hermanos Samuel y Lucía por siempre motivarme, por confiar en mí, por darme muchos ánimos, porque para mí son un ejemplo a seguir ya que ellos me enseñan a ser mejor persona cada día. A mi enamorado Fernando por apoyarme en todo momento, por enseñarme a ser resiliente, por acompañarme y por darme siempre muchas palabras de aliento. Y por último a nuestro jurado por darnos todo su apoyo.

**Adriana Rodríguez Márquez**

## Resumen

La presente investigación se enfocó en determinar la relación entre el uso problemático de las redes sociales y la insatisfacción corporal en adolescentes a través de un enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, con un nivel descriptivo correlacional, el cual aplico dos instrumentos de evaluación, la Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI) (Peris et al., (2018) y el segundo instrumento Body Shape Questionnaire (BSQ) (Cooper, Taylor, Cooper, & Fairburn, 1987) aplicado a 70 adolescentes adscritos al Colegio Público Nacional y Colegio Privado, ubicados en Arequipa Perú. Luego de aplicada la revisión y tabulación de los datos a través del programa SPSS, se pudo observar que hay una incidencia al uso problemático de las redes sociales por parte de las femeninas, lo cual se presenta en ambos colegios a través de los índices altos de insatisfacción corporal tanto para el colegio nacional como para el colegio privado por ende en los jóvenes existen sensaciones de inconformidad corporal, llegando a la conclusión de que existe correlación entre ambas variables objeto de estudio se concluye que existe una correlación positiva del .000 entre ambas variables, de lo que se infiere que a mayor uso problemático de las redes sociales mayor será el nivel de insatisfacción corporal en los adolescentes.

Palabras clave: uso problemático de las redes sociales, adolescencia, insatisfacción corporal

### Abstract

The present research focused on determining the relationship between the problematic use of social networks and body dissatisfaction in adolescents through a quantitative approach, non-experimental type, with a descriptive correlational level, which applied two assessment instruments, the Scale of risk of addiction-adolescent to social networks and internet (ERA-RSI) (Peris et al., (2018) and the second instrument Body Shape Questionnaire (BSQ) (Cooper, Taylor, Cooper, & Fairburn, 1987) applied to 70 adolescents attached to the national public school and private school, located in Arequipa Peru. After applying the review and tabulation of the data through the SPSS program, it could be observed that there is an incidence of problematic use of social networks of females, which is presented in both schools through high rates of body dissatisfaction for the national school and private school, therefore in young people there are feelings of body dissatisfaction, reaching the conclusion that there is a correlation between both variables under study, it is concluded that there is a positive correlation of .000 between both variables. between both variables, from which it is inferred that the greater the problematic use of social networks, the higher the level of body dissatisfaction in adolescents.

Keywords: problematic use of social networks, adolescence, body dissatisfaction.

## Índice

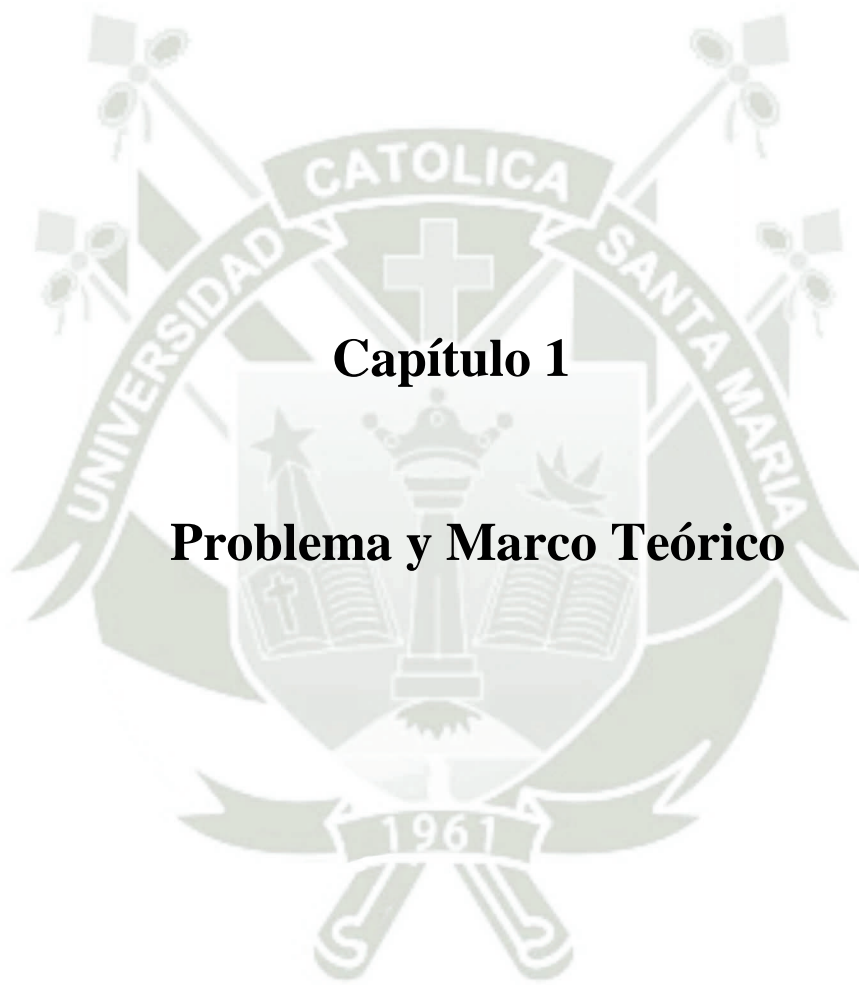
Agradecimiento .....	ii
Resumen.....	v
Abstract .....	vi
Capítulo I. Problema Marco Teórico .....	1
Introducción .....	2
Pregunta de investigación .....	5
Variables y Definición Operacional.....	5
Variable 1. Uso problemático de redes sociales. ....	5
Variable 2. Insatisfacción corporal. ....	6
Objetivos .....	6
Objetivo General .....	6
Objetivos Específicos.....	6
Antecedentes Teóricos-Investigativos .....	6
Redes Sociales.....	6
Principales Redes Sociales.....	7
Adicción.....	12
Imagen Corporal en la adolescencia. ....	14
Papel de Imagen Corporal en la Adolescencia.....	14
Insatisfacción Corporal. ....	15
Factores determinantes de la imagen corporal.....	15
Teorías Psicológicas.....	23
Teoría de la Comparación Social .....	23
Hipótesis.....	24
Capítulo II. Metodología .....	25
Método .....	26



Instrumentos.....	27
Escala de Riesgo de Adicción-Adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA- RSI).....	28
Cuestionario de Insatisfacción con la Imagen Corporal (Body Shape Questionnaire -BSQ).....	29
Participantes.....	29
Población.....	29
Muestra.....	29
Procedimiento.....	30
Estrategia de Recolección de Datos.....	30
Consideraciones Éticas.....	31
Análisis de datos.....	32
Capítulo III. Resultados.....	33
Discusión.....	52
Conclusiones.....	55
Sugerencias.....	57
Limitaciones.....	58
Referencias.....	59
Anexos.....	70

## Índice de Tablas

Tabla 1 Población de estudio .....	34
Tabla 2 Edad de la población de estudio.....	35
Tabla 3 Sexo de la población de estudio.....	36
Tabla 4 Sexo de la población de estudio con respecto al uso problemático de las redes sociales.....	37
Tabla 5 Dimensión uso social de las redes sociales entre un colegio público y privado.....	38
Tabla 6 Dimensión comportamiento Friki entre un colegio público y privado.....	39
Tabla 7 Dimensión nomofobia entre un colegio público y privado.....	40
Tabla 8 Uso problemático de las redes sociales con respecto a la edad .....	41
Tabla 9 Insatisfacción corporal con respecto al sexo.....	42
Tabla 10 Dimensión insatisfacción corporal con respecto al tipo de institución.....	43
Tabla 11 Dimensión preocupación por el peso corporal en conexión con la ingesta .....	44
Tabla 12 Dimensión preocupación por los aspectos antiestéticos de la obesidad .....	44
Tabla 13 Dimensión insatisfacción y preocupación general corporal .....	45
Tabla 14 Dimensión insatisfacción corporal respecto a la parte inferior del cuerpo.....	47
Tabla 15 Dimensión empleo del vómito y laxantes para reducir la insatisfacción corporal .....	48
Tabla 16 Insatisfacción corporal con respecto a la edad.....	49
Tabla 17 Prueba de normalidad usando Kolmogorov-Smirnov.....	50
Tabla 18 Resultados de la correlación entre las dos variables.....	50



## **Capítulo 1**

### **Problema y Marco Teórico**

## Introducción

Desde el reporte del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021) el uso de entornos virtuales, en especial el de las redes sociales y su incremento durante el confinamiento generado por la pandemia, ha propiciado aprendizaje virtual, interacción y procesos sociales, por lo tanto, su uso es cada vez más importante en la vida de las personas, especialmente de los jóvenes, y sin duda han traído muchos beneficios a la vida diaria debido a las oportunidades que brindan para acceder a la información, así como mantener el contacto con las personas, sobre todo a distancia, así como el hecho de facilitar el establecimiento de las relaciones y vínculos, sin embargo, también puede ser perjudicial, ya que el abuso y el uso excesivo pueden provocar una mala adaptación en los jóvenes, afectando así su salud mental, lo que conlleva al deterioro en la parte biológica, psicológica y social, por tal razón, es importante, a través de varias políticas futuras de salud preventiva, promover un espacio que permita a las personas desarrollar la conciencia de las habilidades digitales y desarrollar estrategias para promover su uso adecuado.

En este sentido, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, Ciencia y la Cultura, (UNESCO, 2022) concluyó que las redes sociales han cambiado significativamente el comportamiento en un contexto académico, empresarial o social de una forma interactiva pandémica, conquistando el mundo y dejando atrás en el entorno virtual a aquellos sin habilidades digitales. Por lo tanto, recomienda resaltar que el uso inadecuado puede dañar seriamente la salud mental de las personas, especialmente dada la vulnerabilidad de los jóvenes y la falta de adultos responsables que los supervisen.

Por lo expuesto, se puede inferir que el uso de estas herramientas tecnológicas puede ser beneficiosos o perjudiciales, porque el uso incorrecto o excesivo de las redes sociales pueden generar comportamientos desadaptativos en jóvenes especialmente, dado que la etapa de desarrollo en la que se encuentran, ya que la misma se caracteriza por el desarrollo de la identidad y la formación de la confianza en uno mismo y la autoestima. Estos pueden verse socavados por el consumo inadecuado de las redes sociales virtuales, lo que lleva a la insatisfacción con la imagen

corporal. Especialmente las redes sociales donde se publican comparten y envían fotografías, con el fin de presentar el mejor perfil posible, lo que en ocasiones consigue generar inseguridad en los usuarios que continuamente manejan y visualizan el contenido, dada la necesidad de cumplir con el estándar y estereotipos; lo cual puede inferir en comportamientos que pueden ser perjudiciales para la salud debido a la necesidad de realizar cambios en ciertas características físicas a través de implementación de dietas o exceso de actividad física.

En este sentido, la Academia American Academy of Pediatrics (Academia Americana de Pediatría American Academy of Pediatrics [AAP] ,2022) se ha pronunciado con respecto al tema, mostrando su preocupación por el efecto de las pantallas en el desarrollo infantojuvenil. Partiendo del hecho de que la exposición durante muchas horas a cualquier tipo de pantalla podría generar diversas afectaciones, aseveración que hacen a partir de numerosos estudios que resaltan los principales riesgos, como la adicción al mismo, problemas con el sueño que afectan el desarrollo y el control atencional, la disminución del vocabulario, impulsividad, dificultad para el desarrollo de habilidades socioemocionales, afectaciones en el desarrollo físico, y otros problemas en el desarrollo psicológico que pueden desencadenar ansiedad, depresión. Para el cual, la proporción de niñas es mucho mayor y aumenta a partir de los 14 años.

Por su parte, la UNICEF (2021) "Si bien no se puede establecer una relación causal, la asociación entre el uso inadecuado del internet con los síntomas depresivos en niños y adolescentes es indiscutible y ocurre tres veces más que el trastorno depresivo mayor o moderado" (p. 150).

Por lo tanto, las redes sociales virtuales durante el periodo de confinamiento generado por la pandemia Covid 19, ha llevado a los jóvenes a refugiarse en ellas como una forma de interacción que cada vez se vuelve más frecuente e incluso si continuo y sin control a largo plazo puede generar un impacto en la salud mental y por ende crear cambios en el comportamiento que repercuten en el estado emocional, regulación, aprendizaje y espacio familiar.

Al respecto, en Perú, el Ministerio de Salud (Ministerio de Salud [MINSA] ,2019) advierte que el uso en exceso de las plataformas digitales como redes sociales e internet puede generar

retraimiento, aislamiento, dificultad en la interacción social y conductas adictivas en niños y jóvenes; por lo que sugiere que la exposición a estos entornos virtuales debe ser inferior a cuatro horas diarias. Según Carlos Ordóñez, jefe de la Unidad de Adicciones pueden surgir casos extremos donde se presenten síntomas encubiertos que estén asociados a trastornos subyacentes como el caso de depresión, ansiedad, déficit de atención, hiperactividad, aislamiento, o incluso síntomas psicóticos, problemas de obesidad, trastornos de alimentación o alteración en la higiene del sueño; que pueden agudizarse como consecuencia del aislamiento social prolongado. De allí la importancia del acompañamiento de los padres y representantes en la detección y tratamiento temprano.

En síntesis, el marcado aumento del uso de redes sociales digitales entre adolescentes y adultos jóvenes durante el confinamiento ha llevado a reflexionar sobre el surgimiento y la creación de un nuevo enfoque que facilite la conciencia y responsabilidad los pro y contras de su uso. Sin embargo, el abuso de los entornos virtuales puede generar vulnerabilidad y factores de riesgo al padecimiento de problemas psicológicos como la insatisfacción corporal, preocupación por el aspecto físico generando en ellos irritabilidad, cambios de humor y actitudes, mientras que a nivel severo la aparición de episodios o rasgos depresivos, ansiosos y trastornos de conducta alimentaria.

En el caso particular de Arequipa, no escapa de esta realidad, ya que existen instituciones educativas públicas y privadas donde algunos padres, madres de familia y estudiantes, especialmente del sector secundario, han manifestado su preocupación a los docentes por el estrés al que están expuestos por aprender sobre plataformas virtuales. A la vez la juventud, en su mayoría tienen acceso a un celular o un equipo con internet en casa y cada vez es más el tiempo que invierten en las pantallas y en algunos casos los representantes no tienen un control total de las actividades a las que se dedican los jóvenes; por ende, surgen problemas notables que afectan el rendimiento académico, cambios de comportamiento y actitudes de los jóvenes, que es evidente en el tipo de relaciones que tienen entre sus pares o iguales.

A menudo se observan comportamientos como el aislamiento o la insatisfacción corporal, que pueden ser causados por un problema de percepción, es decir, la diferencia entre el cuerpo

imaginado e ideal en comparación con el presentado en las redes sociales. Por lo tanto, el rechazo y el disgusto del propio cuerpo se evidencia en las quejas, insultos, críticas y comparaciones que los jóvenes se hacen a sí mismos e incluso a sus pares. En consecuencia, padres y madres se quejan de que los jóvenes pueden pasar mucho tiempo frente a los equipos tecnológicos dejando de lado sus obligaciones, responsabilidades y actividades cotidianas, dejando en evidencia conductas que denotan algunos síntomas de malestar cuando no están frente a las pantallas, lo que reduce su interacción y por ende gran parte de sus relaciones interpersonales a una interrelación netamente tecnológica.

De acuerdo con lo mencionado, el presente estudio debido, a la incidencia de casos de insatisfacción corporal en adolescentes, este tema se ha convertido en una área de investigación para la psicología, por tanto esta investigación tiene como finalidad prevenir autoconceptos negativos, así como analizar la incidencia de las redes sociales en la satisfacción corporal.

### **Pregunta de Investigación**

¿Existe relación entre el uso problemático de redes sociales y la insatisfacción corporal en adolescentes de un colegio privado y público en épocas de pandemia?

### **Variables y Definición Operacional**

#### ***Variable 1. Uso Problemático de Redes Sociales***

Es la excesiva propensión a la actividad virtual, que provoque dependencia y reduzca la libertad, que acorte el campo de la conciencia y reduzca el disfrute de sus necesidades, al punto de interferir en el desenvolvimiento de la vida cotidiana en el entorno personal, familiar, escolar, comunitario o de salud; lo que se aumenta la posibilidad de manifestar rasgos de impulsividad externa, necesidad de establecer relaciones nuevas y disminuir los niveles de autoestima (Echeburúa & De Corral, 2022). Esta variable fue medida a través de la Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RS), la cual cuenta con las dimensiones de los síntomas de adicción, uso social, rasgos frikis y nomofobias.

## ***Variable 2. Insatisfacción Corporal***

Una imagen corporal negativa es una señal de un inadecuado funcionamiento psicológico que surge a partir de las presiones socioculturales que conducen a la internalización del ideal de cuerpo delgado y/o musculoso/atlético donde participa la insatisfacción y las inquietudes por la apariencia; en los varones guarda relación con la musculatura y en las mujeres esta guarda relación con el ideal de delgadez (Baceviciene et al., (2020), la variable fue medida con el Test psicológico Body Shape Questionnaire, el cual permite evaluar la preocupación sobre su cuerpo, alimentación, identificación de conductas nocivas como la inducción de vomito y la administración de laxantes.

### **Objetivos**

#### ***Objetivo General***

Determinar la correlación entre el uso problemático de las redes sociales y la insatisfacción corporal en adolescentes.

#### ***Objetivos Específicos***

Describir el nivel de uso problemático de las redes sociales entre adolescentes de diferentes sexos.

Identificar las dimensiones de uso problemático de las redes sociales entre un colegio público y privado.

Identificar la edad que representa mayor uso problemático de las redes sociales

Describir el nivel de insatisfacción corporal entre adolescentes de diferentes sexos.

Identificar las dimensiones de insatisfacción corporal entre un colegio público y privado.

Identificar la edad que representa mayor insatisfacción corporal.

### **Antecedentes Teóricos-Investigativos**

#### ***Redes Sociales***

Las redes sociales forman parte de un espacio en internet que tiene como fin que las personas compartan y publiquen todo tipo de datos personales y profesionales, con desconocidos, amigos, familiares y compañeros de trabajo. Han logrado incorporarse naturalmente en las actividades



cotidianas de las personas, representan en la actualidad uno de los principales medios para que los jóvenes puedan interactuar. Además, influyen en la imagen corporal creando percepciones que cada vez son diferentes a la realidad, idealizando estereotipos de belleza que según el juicio de quienes los publican son los más adecuados para que puedan ser aceptados por la sociedad (Celaya, 2008).

En este sentido, Boyd y Ellison (2007) indican que estos medios facilitan la creación de perfiles público o semipúblico dentro de un sistema delimitado, el cual articular una lista de otros usuarios que comparten una conexión. Para muchos jóvenes, su autoestima depende de la cantidad de personas que los siguen, los me gusta y comentarios positivos en sus contenidos. Es por ello que se ha logrado identificar que mientras más tiempo se invierte en la utilización de redes sociales, las personas desarrollan una mayor insatisfacción de su imagen y por lo tanto menos autoestima

**Principales Redes Sociales.** A continuación, se describen las principales redes sociales.

**Facebook.** Es una red social exitosa, representativa, usada globalmente en donde se puede subir fotografías, videos, y crear grupos que permiten socializar con diferentes usuarios de la red. Asimismo, brinda la oportunidad a los usuarios de poder reaccionar a las fotos subidas con opciones “me gusta”, “me encanta”, “me entristece”, “me enoja”, “me importa”, “me asombra”, “me divierte”, de comentar y compartir (Boyd & Ellison, 2007).

**Instagram.** Esta red social es aquella que permite compartir fotografías y videos utilizando diferentes ubicaciones, teniendo la posibilidad de utilizar filtros y videos así como de permitir que los usuarios lo sigan y a su vez seguirlos a ellos, tanto como influencers (youtubers, actores, cantantes, etc), como los familiares amigos e incluso desconocidos. Dentro de sus funciones se encuentran comentar y colocar me gusta a las publicaciones (Boyd & Ellison, 2007).

**Tik Tok.** Esta red social básicamente busca compartir videos creados y editados con audios y efectos que nos proporcionan la misma aplicación, otras funciones son los comentarios y la lista de seguidores y seguidos (Boyd & Ellison, 2007).

**Redes Sociales y Adolescentes en Contexto de Pandemia.** En tiempo de pandemia las enseñanzas se vieron obligadas a cambiar de forma abrupta producto de los cierres de los centros

educativos, convirtiéndose en un sistema de aprendizaje virtual, obligando así a los docentes a usar nuevas formas de educar empleando la tecnología.

Debido al confinamiento prolongado en el hogar, los adolescentes utilizaron con más frecuencia el uso del internet y las redes sociales lo cual los predispone a usar ese tipo de plataforma de una manera compulsiva, accediendo a contenidos objétales y aumentando su vulnerabilidad, ya que incrementa los efectos perjudiciales del confinamiento en casa de niños y adolescentes que están asociados con incertidumbre y ansiedad observándose en la interrupción de su educación, actividades físicas y oportunidades de socialización presencial (Tirado & Hurtado, 2020).

En este sentido, la adolescencia es una fase de gran importancia para el desarrollo integral de la persona y la construcción de su identidad debido a que ocurre la maduración de los componentes cognitivos. Además se forman los patrones de conducta y actitudes sociales, toda vez que a nivel psicológico donde también ocurren dinámicas diferentes en dicho momento evolutivo, dentro de ellas está la reestructuración de su aspecto físico que influye en el estado de ánimo de los jóvenes. Es por ello que se genera una fuerte autoconciencia de las necesidades y deseos de comprensión y apoyo, de allí es que proviene la necesidad de crear o pertenecer a un determinado grupo, con el deseo de fortalecer la identidad y los roles en las relaciones afectivas (Del Barrio & Ruiz, 2014).

Por lo tanto, los adolescentes que logran sentirse cómodos utilizando el recurso digital para poder interactuar con los otros, colaborar, compartir o simplemente comunicarse y ser así parte de un ambiente social, dejando entonces experiencias positivas pero a su vez pueden experimentar una extrema preocupación por estar pendiente de los sonidos o vibraciones que impliquen alguna notificación de las redes sociales (Del Barrio & Ruiz, 2014).

Asimismo, estas redes sociales a través de: cuentas, estereotipos, me gusta, comentarios, publicidad, reconocimiento, etc. Abarcan tantos aspectos que llegan a ejercer influencia, en el ámbito personal, el área social, sentimental, familiar y escolar. Es por ello por lo que hoy en día las redes sociales constituyen una nueva revolución en las relaciones interpersonales en los

adolescentes.

**Uso Problemático de Redes Sociales.** Según Chivato y Piñas, (2020) recalcan que la adicción a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación es un fenómeno reciente, que está relacionado al avance y desarrollo de estas. El uso de la tecnología no representa un problema en sí, sin embargo, el uso inadecuado puede llegar a ocasionar efectos negativos. Por lo que el enganche a las tecnologías ocasiona efectos similares a los de las drogas estimulantes ya que produce un aumento de la dopamina, alterando el estado de ánimo y la conciencia, cuando existe un abuso del internet, la privación al mismo puede causar síntomas de abstinencia como, irritabilidad, humor depresivo, inquietud psicomotriz y falta de concentración. También menciona que existen factores que fomentan las cualidades adictivas de los servicios de internet, los cuales son: Fácil acceso, alta disponibilidad y sin demora de la gratificación, falta de límites, distorsión del tiempo cuando están conectados, sensación de anonimato y sentimientos de desinhibición, costes bajos.

Al respecto, la Organización Mundial de la Salud (OMS) aún no ha reconocido el uso inadecuado de internet como una adicción, sin embargo, lo cataloga como un problema de salud pública. Sin embargo, en el año 2022 a partir de la aplicación de una encuesta, se obtuvieron como resultados que el 33% (más de 600.000 adolescentes) de estudiantes de Enseñanza Secundaria Obligatoria (ESO) de España han comenzado a tener problemas reales con el uso problemático de internet y las redes sociales (Asociación Española de Psiquiatría del Niño y del Adolescente [AEPNyA], 2022).

Con respecto al uso de las redes sociales virtuales en Perú, la (IPSOS, 2021) encuestó en línea a más de 1,000 usuarios de actualizaciones de Redes Sociales Virtuales (RSV) de 17 a 65 años de todos los ámbitos de la vida. Entre los resultados se observaron un aumento significativo en RSV, siendo los adolescentes y adultos jóvenes los que más usan Facebook (94 %), seguidos de WhatsApp (86 %), YouTube (62 %) e Instagram (60 %); lo que deja en evidencia el alto uso de RSV debido a la singularidad de la región, por lo que se realizan actividades educativas y comerciales a través de las plataformas virtuales. Asimismo, demostraron que además de cambios

de comportamiento en adolescentes y adultos jóvenes, el uso excesivo de RSV puede conducir a una disminución en el rendimiento educativo y problemas psicológicos.

Se debe tener en cuenta que el uso problemático de redes sociales afecta directamente el comportamiento del usuario, donde hay una pérdida de autocontrol y un aumento de la impulsividad, estos factores a menudo hacen que el usuario se conecte inconscientemente a estas plataformas, en este sentido es importante que todos los actores responsables de la formación de los jóvenes tanto el colegio, los padres, las madres, como la comunidad, observen sus comportamiento y actitudes a objeto de identificar a tiempo los síntomas de inestabilidad emocional que puedan ser predisponentes al uso problemático de redes sociales, como Instagram, WhatsApp y YouTube, donde la mayoría de adolescentes sigue a algún influencer (Buran & Doğan, 2019).

Es por ello, que hoy en día los jóvenes sienten cierta seguridad cuando logran pertenecer a una comunidad online, más que a una física, ya que la forma de consumir información entre ellos tiene dos características claves como lo es lo social o lo móvil, y en segundo plano se tiene la rapidez en el acceso a la información, videos, imágenes, películas, etc y la superficialidad que define dicho entorno digital (Terradez, 2020).

Por otro lado, según Young (1998) plantea las principales características que desencadenan una dependencia a las redes sociales, donde estar conectados en ellas por más de cinco horas, privándose de sueño, descuidando sus actividades habituales (familia, amigos, estudios, salud), recibir llamadas de atención de personas cercanas sobre la cantidad de uso del móvil, pensar en estar conectado en la red constantemente, incluso cuando no era realmente conectado en la red y sentirse molesto cuando la conexión falla o resulta muy lenta, además pueden sentir que no pueden dejar de estar en línea ya que pierden la noción del tiempo, se pueden aislar socialmente y bajar el rendimiento en los estudios, sentir excesiva emoción cuando están delante del ordenador o el móvil.

Asimismo, Arrivillaga et al. (2022) investigaron el uso excesivo de las redes sociales (UERS) y el bienestar de adolescente, partiendo de las diferencias de género en porcentajes de alto

riesgo de uso excesivo y la inteligencia emocional (IE) de 597 jóvenes de los cuales 58.8 % eran chicas y el 45.2 % chicos de edades comprendidas entre 12 a 19 años, como instrumentos de recolección de datos empleamos los cuestionarios de IE (WLEIS) y de UERS (BSMAS) a partir de los resultados obtenidos y el análisis de los mismos, se infiere que las chicas tienen un porcentaje superior de UERS (17.7 %) que los chicos (13.4 %). En consecuencia, los resultados sugieren que un mayor porcentaje de riesgo UERS existente entre las chicas, lo cual puede estar asociado con niveles más bajos de la percepción interpersonal, regulación e inteligencia emocionales general, lo que apunta a la necesidad de desarrollar estrategias de prevención que aborden estas diferencias de género.

Por otro lado, en Ecuador, Tonato y Valencia (2021) se interesaron en la relación entre el uso de las redes sociales y el desarrollo de las habilidades sociales de los jóvenes, en el cual aplicaron dos instrumentos para conocer el comportamiento de cada variable en adolescentes de la ciudad de Ambato- Ecuador. Sus resultados demostraron una relación inversa entre el uso de las redes sociales y las habilidades sociales.

Al respecto, Alvarez y Morales (2020) evaluaron el uso de las redes sociales a través del uso del teléfono en los adolescentes, buscando identificar la medida de su uso, que en medida predicen el fenómeno social conocido como *phubbing*, por lo tanto sus estudios se dedicaron a analizar la relación entre esas conductas y la falta de autocontrol en los jóvenes. Para ello utilizaron 285 estudiantes de muestra con edades entre 14 a 18 años. Dentro de sus principales resultados demostraron la prevalencia del abuso del móvil por parte de los jóvenes donde se confirmó que dicho uso problemático de tales dispositivos y la conducta *phubbing* se ha asociado a los déficits en autocontrol. Es por ello que resulta necesario promover usos responsables de las TIC, así como de optimizar los recursos de interacción comunitaria de los adolescentes.

Gutiérrez y Rojas (2022) evaluaron la relación entre el uso de redes sociales y la agresividad en las instituciones públicas de Cajamarca, mediante un estudio no experimental, relacional y transversal con 187 estudiantes entre 14 a 17 años, utilizando la escala de adicción a las redes

sociales (ARS) y el cuestionario de Agresividad de Buss y Durk (AQ), que posterior al análisis estadístico correlacional según Spearman arrojaron que existe una relación significativa entre las variables.

Por otro lado, Villalba et al. (2021) analizaron la relación entre la aceptación tecnológica y la adicción a las redes sociales de estudiantes universitarios en la ciudad de Arequipa, tomando en cuenta 46 escuelas profesionales, seleccionaron a 270 estudiantes en total a los cuales se les administro el consentimiento técnico desarrollado por Yong y Ecurra y *Sala's Social Network Addiction Survey*. Dentro de los resultados reportados se evidencio una correlación directa y baja entre la adopción de tecnología y la adicción a las redes sociales, con un correlación de 0,211, con el cual concluyeron que la relación era débil y con poco poder estadística. Estos hallazgos abrieron la nueva posibilidad para el estudio de estos fenómenos.

A su vez, Carrasco y Pinto (2021) mediante un estudio de diseño descriptivo no experimental quisieron determinar el grado de adicción a las redes sociales en un grupo de estudiantes de secundaria de Lima, donde seleccionaron a 967 jóvenes a los cuales se les administro la Escala de Adicción a las Redes Sociales (ARS) desarrollada por (Ecurra & Salas, 2014). Posterior a ello el análisis estadístico demostró que el 46,8% de los adolescentes eran altamente dependientes de las redes sociales, el 35,2% moderadamente dependientes y el 17,9% pocos dependientes. Por otro lado, reportaron que Lima obtuvieron adolescentes que se desempeñaban por encima del promedio en áreas como: obsesión por las redes sociales, falta de control personal y el consumo excesivo.

**Adicción.** Es una conducta o comportamiento concreto, que puede estar relacionado al consumo y uso de sustancias toxicas así como también puede tratarse de la manifestación de unas determinadas características, en este sentido la conducta adictiva se caracteriza por la presencia, reiteración, intensidad o frecuencia que se invierte en el tiempo generando de tal forma pensamientos fijos que de una forma u otra interfieren y deteriorar las relaciones familiares,

estudiantiles, laborales y sociales de la persona afectada, en consecuencia una persona puede ser adicta al juego, al teléfono o a internet se aísla de todos los demás (Escurra & Salas, 2014).

**Síntomas de Adicción.** Según Escurra y Salas (2014) hace referencia al hábito por el cual se pone en riesgo la conducta como una aficción desmesurada que negativamente genera un impacto en las razones dependientes de algo contundente, sustancias que no se pueden prescindir, dependencias psicológicas o fisiológicas que pueden ser por el uso desmedido de internet que se relaciona con el neuroticismo, estado de ánimo negativo, la impulsividad y el bienestar psicológico, por lo tanto cuando se abusa del móvil genera directamente la extroversión en la experiencia, responsabilidades y el sentirse bien psicológicamente.

**Niveles de adicción.** Se mostrarán a continuación las dimensiones en cuanto a la adicción de redes sociales:

Adicción y Uso social: el cual implica que se practica o se pone en regla la convivencia, el uso de redes sociales en tiempos de confinamiento social preventivo el cual implica una medida para mitigar la propagación de la pandemia ha sido en base a medidas obligatorias dentro de la sociedad, lo cual ha generado un aumento en la interacción de los usuarios dentro de las redes sociales ya sea por Facebook e Instagram como plataformas principales donde se vienen interactuando socialmente (Bernal, 2017).

Rasgos frikis: es una cualidad que consiste en llamar la atención de los demás, surge a partir del interés por un tema en específico que puede ir desde un hobby hasta un estilo de vida (Suñez & Ramos, 2019).

Nomofobia: implica un miedo irracional de las personas cuando no disponen del teléfono móvil, por diversas razones: baja batería, olvido del dispositivo en casa, falta de saldo o por un robo; lo cual genera síntomas particulares como: ansiedad, temblores, alteraciones respiratorias, agitación, desorientación y taquicardia, al punto de que permanecen más el mundo virtual que el real (Bhattacharya et al., 2019).

### ***Imagen Corporal en la Adolescencia***

Según Rodríguez y Alvis (2015) es el resultado de la combinación de la percepción interna de un sujeto sobre su propio cuerpo, en la cual intervienen aspectos de la cognición, emocionales y conductuales. La interacción de estos elementos forma parte de un concepto subjetivo que permite que el individuo se encuentre satisfecho o no con su imagen. Por lo tanto, ésta se relaciona con la apariencia física, actitudes y la autovaloración. Es por ello, que los sujetos realizan comparaciones entre sus características y las de los demás, dando como resultado que ambas no coinciden, este es uno de los factores que más afectan la autoestima de las personas.

**Papel de Imagen Corporal en la Adolescencia.** Como se sabe la adolescencia es una época de diferentes transformaciones, por lo que la percepción propia y de los demás sobre la imagen corporal, se vuelve un aspecto de gran importancia. Sin embargo, en esta etapa la apariencia dependerá de las características de la persona, su identidad y los estereotipos de belleza. Es por ello, que puede influir de manera positiva o negativa, en este ultimo caso se relaciona con la posibilidad de desarrollar problemas psicológicos (Peralta & Quintana, 2016).

Cabe resaltar que en la niñez es una etapa donde se inicia las comparaciones de las figuras ideales a través del juego y esto más tarde en la adolescencia se pone en práctica. En un estudio realizado en Ohio – Estados Unidos se encontró que el 55 % de las niñas desean estar más delgadas y este porcentaje incrementó un 80% en la adolescencia (Seasson et al., (1995).

Los adolescentes son influenciados por los medios sociales los cuales imponen un modelo de belleza, especialmente en las mujeres, que desean alcanzar los modelos estéticos corporales, sin embargo también los hombres poseen cierto grado de insatisfacción relacionados con querer ser más fuertes y atléticos, mientras que las mujeres están más enfocadas en reducir su peso en las áreas de la cintura, piernas y caderas tratando de acomodar su cuerpo según sus aspiraciones llevándolos a tener altos niveles de insatisfacción corporal (Rodríguez & Alvis, 2015).

Es por ello que concluye que existe una relación directamente proporcional entre el autoconcepto y la imagen corporal, lo que significa que el autoconcepto alto da como resultado una



imagen corporal no preocupada o favorable.

**Insatisfacción Corporal.** La cual ocurre cuando la persona interioriza el cuerpo ideal y por comparación social piensa que su cuerpo discrepa de ese ideal y es en la adolescencia donde se produce un incremento notable de la insatisfacción corporal ya que los factores sociales y culturales que juegan los medios de comunicación (revistas juveniles y redes sociales) en la construcción y representación de un modelo de cuerpo determinado, favoreciendo nuevas formas de percibir nuestro (Seva & Casadó, 2015).

**Factores Determinantes de la Imagen Corporal.** Dentro de los factores determinantes se muestran los siguiente:

**Factores Internos.** Se establece una fuerte relación entre estos componentes, de tal modo que si uno se afecta el resto también. Durante las diferentes etapas de la vida, la imagen se va transformando y percepción propia negativa o positiva dependerá de como se mantiene la relacione entre los siguientes factores (Dijkstra & Barelds, 2018).

El propio cuerpo: comprende todas las dimensiones físicas que permiten determinar la estructura del cuerpo. Se relaciona directamente con el autoestima, cuando esta sea baja los sujetos serán más vulnerables y solo evaluarán los aspectos negativos, mientras que si es alta tendrán un mejor concepto de su cuerpo. Por lo tanto la percepción es el resultado de las conductas e ideas de la persona sobre su imagen pudiendo ser objetivos o subjetivos.

Sentimientos en relación con el cuerpo: las actitudes que tengan las personas con sí mismos también dependerán de sus sentimientos y autopercepciones de su imagen.

Comportamientos con relación al cuerpo: consiste en acciones que van a realizar las personas según la percepción que tengan de su imagen, si esta es negativa realizan actividades que los llevaran a obtener una sensación de bienestar.

**Factores Externos.** Algunos factores que influyen en la imagen corporal son la saturación de los medios de comunicación, que establecen los estereotipos de belleza cultural, modas, tendencias, e incluso algunos comentarios, creencias u opiniones de familiares y amigos(Dijkstra &

Barelds, 2018).

Los medios de comunicación y las redes sociales se encargan de difundir mensajes e imágenes que afectan la percepción de las personas sobre su imagen, estableciendo estereotipos que no se semejan a la realidad y difícilmente se pueden alcanzar. Asimismo, existen otros elementos que influyen como las prendas de vestir y la forma en que se utiliza, normalmente son publicitados por modelos delgadas las cuales representan el prototipo de persona que los docentes pretenden alcanzar.

Esto ha llevado a que las personas se sometan a dietas que son difundidas por las redes, las cuales no benefician a la salud. La relación de estos aspectos se potencia mutuamente, ya que desde la infancia se va interiorizando y asumiendo este modelo, y llegada la adolescencia la estructura corporal está cambiando, por lo que se vuelve un momento fundamental, porque se está aumentando de peso y de volumen, por ende, puede ocurrir que la imagen corporal se vea influenciada por esa figura corporal socialmente reconocida.

**Insatisfacción de la Imagen Corporal.** Es el resultado de la autovaloración de las personas sobre su cuerpo, la cual genera pensamientos y sentimientos que son negativos derivados del resultado entre la comparación de su cuerpo y el modelo ideal. Mientras mayor sea la diferencia entre lo que se tiene y lo que se pretende alcanzar mayor será el nivel de insatisfacción, causando un impacto no solo en la persona si no en su entorno y en su sensación de confianza y seguridad al relacionarse (Quiroz, 2015).

Con respecto a la preocupación por el cuerpo se puede decir que la preocupación por el peso se encuentra en todas las personas en especial en los adolescentes donde no existe una supervisión parental, no realizan actividades recreacionales donde muchas veces es debido a que se dejan influenciar por los demás y por la presión de querer encajar, lo cual puede conllevar a acciones que ponen en riesgos la salud, pues son generadas por emociones negativas en contra de la misma persona, hacia su cuerpo. En ocasiones esta inconformidad hace que la persona recurra a medidas extremas, tal como el empleo del vómito y laxantes para reducir las medidas o el peso, para así poder llegara cumplir con los estándares y estereotipos establecidos como aceptables a nivel social

en los entornos virtuales (Suls & Wheeler, 2000).

Cuno y Espinoza (2021) determinaron la relación entre la influencia del modelo estético corporal, la insatisfacción por la imagen corporal y el riesgo de presentar alguna sintomatología típica de trastornos de conducta alimentaria en universitarios de Arequipa. Para ello mediante un estudio cuantitativo con 174 estudiantes entre 18 a 21 años, se les administro el Cuestionario de Influencias del Modelo Estético Corporal (CIMEC), el Cuestionario de imagen corporal (BSQ), y el Test de actitud ante la comida (EAT-26).

Dentro de los resultados reportados muestran que un 44,8% de las estudiantes obtuvieron puntajes asociados a una extrema insatisfacción por la imagen corporal, un 42% evidencio una influencia moderada del modelo estético corporal. Se determinó que hay una relación entre el modelo de cuerpo, la insatisfacción y conductas alimentarias perjudiciales. En tal sentido, mientras más difícil sea acercarse al estereotipo que se desea alcanzar mayor será la posibilidad de que la persona pueda desarrollar una conducta alimentaria que le genere algún tipo de trastorno, por lo que es necesario, implementar medidas de prevención por medio de la educación y la orientación.

### **Uso Problemático de Redes Sociales e Insatisfacción Corporal en Adolescentes.**

Actualmente el uso problemático de redes sociales genera un impacto negativo sobre todo en adolescentes, ya que consumen contenido audiovisual siguiendo a influencers, actores, cantantes, futbolistas, youtubers, entre otros; por medio de las plataformas como Instagram, Tik Tok y Facebook afectando la percepción de su imagen corporal.

Por otro lado, la pandemia con la nueva normalidad virtual ha reforzado el uso de los teléfonos inteligentes y las redes sociales aumentando el nivel del uso problemático de redes sociales afectando principalmente a los estudiantes (Vadher, etal., 2019).

Por tanto, el uso problemático de redes sociales es una causa de seguir estándares de belleza en la población adolescente, ya que se identifican con los estereotipos que se muestran en las redes sociales, afectando como se ven a sí mismos físicamente. Al respecto, Brea (2019) describe “bajo esas circunstancias, la imagen propia empieza a ser sometida a una comparación constante con los

cánones presentes en las redes sociales” (p. 18).

Sin embargo, las redes sociales pueden tener aspectos positivos, ya que les permite a los adolescentes descubrirse a ellos mismos y estar informados, por otro lado, también tienen aspectos negativos donde pueden caer en el odio personal, depresión y hasta obsesión por la perfección para ser aceptados ya sea en *Instagram, Facebook, Twitter, Tik Tok*. (Terradez, 2020).

Siendo esta etapa crucial para la formación de su identidad que es influida por factores externos como los canales de televisión, noticieros y redes sociales, es por ello por lo que las redes sociales al ser una tendencia actual tienen más influencia en los adolescentes ya que les permite presentarse de diferentes maneras como publicaciones fotográficas, descripción de las actividades diarias, compartiendo gustos e intereses, donde tiene la facilidad de poder elegir quienes pueden visualizar su perfil y contenido personal; compartiendo con sus seguidores experiencias y aspectos positivos de él y/o ella.

Sin embargo, esto ha creado estereotipos de belleza que pueden afectar a los adolescentes, conllevando en ellos problemas tanto físicos como psicológicos, en consecuencia, la publicidad ha generado que los adolescentes se sientan más acomplejados con su aspecto físico dejándose influenciar con las nuevas tendencias de la industria de belleza. Es por ello por lo que cuando siguen a *influencers* que venden una realidad idealizada mejor que la de ellos, se sienten minimizados afectando su autoestima. Sin embargo, muchas veces la imagen que transmiten los *influencers* no es real y esto se evidencia en las fotos retocadas con filtros (Terradez, 2020).

Esto ha ocasionado que cuando pasan más tiempo conectados a las redes sociales cualquiera de ellas, mayor es su grado de insatisfacción con la propia imagen personal, volviéndose parte de su propio estilo de vida. Se genera una obsesión en la que las personas empiezan a considerar su cuerpo como un objeto para poder ser igual a los estereotipos que se publicitan en las redes. Por ejemplo aunque el estilo *fitness* promueve el interés por la moda, maquillaje entre otros, es solo un medio para establecer un estereotipo (Terradez, 2020).

Mediante los medios de comunicación social, se exponen modelos tanto de conducta como

estéticos los cuales muchos adolescentes suele querer imitar, pudiendo fomentar de este modo la aparición de trastornos en la imagen corporal e incitándoles a padecer trastornos en el ámbito alimenticios motivados por la insatisfacción corporal que provocado. Según Terradez (2020) las redes sociales influyen a los adolescentes, a la búsqueda del ideal en la belleza, la aceptación social en los usuarios virtuales siendo estos los determinantes que hacen que se sientan cada vez más presionados y condicionados en obsesionados en ser aprobados y aceptados.

Tal como lo expresa la Asociación contra los Trastornos de Conducta Alimentaria Aragón (Asociación contra los Trastornos de Conducta Alimentaria Aragón [TAC], 2020) a través de resultados obtenidos en un estudio realizado en España, describe que 70% adolescentes están insatisfechas con su cuerpo, y 6 de cada 10 mujeres declaran que serían más felices si fueran delgadas. Asimismo, 30% mujeres presentan conductas patológicas, de las cuales el 11% presentan conductas de riesgo como trastornos alimentarios y sus edades van desde 12 a 18 años. Concluye, que el uso problemático de redes sociales facilita que adolescentes se aislen, tengan un bajo rendimiento, así como también desinterés por actividades no virtuales, generando conflictos en su personalidad, baja autoestima, timidez e inconformidad con su imagen corporal.

En España, Carbonell y Sanchis (2023) examinaron la relación entre el uso de redes sociales (RRSS) con la autoestima, imagen corporal y la satisfacción corporal en los jóvenes y adultos mediante un análisis descriptivo de 29 artículos tomados de diferentes buscadores publicados entre 2017 al 2022. Concluyeron que las redes sociales inciden de manera negativa en la satisfacción al igual que la autoestima. La nueva corriente conocida como *#bodypositive* se ha relacionado con la salud mental, social y emocional, con el mantener un adecuado comportamiento, mejorar el autocuidado, que constituyen un factor protector contra la insatisfacción corporal, es por ello que se vuelve necesario desarrollar programas psicoeducativos para promover y proteger la salud en el entorno escolar y comunitario.

También García (2022) analizo los efectos reales que las redes sociales tienen sobre la imagen corporal de los estudiantes, determino los efectos negativos que traen, averiguo si están influenciados o no por el modelo de cuerpo ideal ofrecido en los medios el cual incide en la sensación

de satisfacción o insatisfacción de los jóvenes respecto a su propio cuerpo. A través de un tipo de investigación cuantitativa, empleando para ello una encuesta de 68 alumnos en total. A través de los resultados se observó que un 30% tiene mala imagen corporal de ellos mismos, mientras que un 35% les gustaría cambiar y tener otro aspecto físico. En este sentido es alarmante que desde edades tempranas comprendidos entre los 11 hasta los 13 años ya sientan incomodidad e inconformidad con su propio cuerpo e incluso de planteen modificarlo adoptando medidas peligrosas para su bienestar

Por su parte, García (2021) quiso comprobar si influye o no el uso de las redes sociales en la insatisfacción corporal y como se logra realizar eso. Para ello realizó una revisión bibliográfica de artículos científicos donde escogió 11 artículos que realizaron investigaciones con participantes femeninas, en sus principales conclusiones destacan la idea de que si existe una relación entre el uso de las redes sociales y la insatisfacción corporal, con una gran influencia de las variables externas que intervienen como lo son: la comparación, la autoestima y el uso de redes sociales.

Asimismo, Ojeda et al. (2021) buscó conocer la relación entre el uso de las redes sociales y el riesgo a desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria en jóvenes, para ello diseñaron una investigación relacional transversal que la que encuestaron de manera virtual y anónima a un total de 108 jóvenes entre 18 a 30 años, mediante la encuesta *Eating Attitudes Test-26*. Dentro de los resultados destacados mencionaron una relacion significativa entre la frecuencia de uso de redes sociales y el tener una experiencia negativa en el uso de las mismas, lo cual aumenta el riesgo de padecer un trastorno de conducta alimentaria (TCA), concluyendo entonces que el uso de las redes sociales pueden ser un factor de riesgo para el desarrollo de un TCA. En esta misma línea de investigación Texon et al. (2021) se permitieron analizar los factores asociados con el uso problemático del internet, donde mediante el cuestionario conocido como Internet addiction test se encuestaron a 777 estudiantes, demostraron que el 30,6% presentaban uso problemático de internet, asociado con factores académicos que se encontraban retraso en tareas, inasistencia a clase, problemas con el profesor, disminución en calificaciones. Además pusieron en evidencia los signos

de disminución en horas de sueño, y los efectos en los factores sociales como: conversación con personas desconocidas, citas o relaciones sentimentales con desconocidos. En este sentido, se podría concluir que el uso problemático de internet entre los jóvenes en edades escolar se asocia con factores que pueden afectar su entorno académico y derivar en conductas que terminan siendo no saludables o problemas sociales.

Por otro lado, Ponce (2020) analizó las correlaciones existente entre el uso abusivo de las redes sociales y los niveles de autoestima e insatisfacción corporal, además de discriminar su relación en función del sexo de los participantes. En este sentido seleccionaron a 101 sujetos con edades entre 18 a 25 años, los cuales fueron evaluados por cinco escalas que eran autoadministradas: el cuestionario ad-hoc, el de uso de RRSS, el TRAS, el BSQ-14, la escala de Autoestima de Rosenberg y el SWLS. Dentro de los resultados encontrados se obtuvo una correlación positiva entre el abuso de las RRSS y el grado de insatisfacción corporal, así como entre la satisfacción vital y la autoestima, mientras que entre el grado de abuso de las redes sociales y la satisfacción vital se obtuvo una correlación negativa, al igual que entre la insatisfacción corporal y la autoestima. Por otro lado quedo en evidencia que las mujeres están más insatisfechas con su cuerpo que los hombres, así como que los jóvenes en general presentan baja autoestima. Es por ello que estos hallazgos apoyan a investigaciones previas, proporcionando un mayor afianzamiento de lo que se conoce hasta ahora acerca de la relación entre las variables mencionadas.

Asímismo, Yrigoyen (2023) se interesó en describir sobre la imagen corporal expuesta en las redes sociales de un grupo de adolescentes femeninas, para ello entrevisto a 10 adolescentes entre 19 a 23 años, quienes hacen uso frecuente de las redes sociales. Dentro de los principales hallazgos reportaron que las adolescentes construyen su imagen corporal incoherente ya que su percepción toma como principal referencia la información que observan en las redes sociales, la cual muestra un estereotipo de imagen corporal que simula a la perfección, es por ello que concluyeron con la idea de que al estar expuestas a las redes sociales, las chicas mostraran insatisfacción en su apariencia física y se esforzaran por llegar a esos estándares de belleza que perciben mediante las pantallas de las redes

sociales

Según Jiménez y Sedano (2021), realizaron un estudio entre la dependencia a las redes sociales y la imagen corporal en estudiantes de psicología, los cuales mediante un diseño no experimental de corte transversal aplicaron la encuesta de imagen corporal (IMAGE) y la encuesta de adicción a las redes sociales (ARS) y encuesta de insatisfacción a 234 estudiantes de noveno y décimo semestre de psicología, los cuales arrojaron como resultado una relación significativa entre las variables de adicción a las redes sociales y la imagen corporal, es por ello que se determinó que los jóvenes que se identificaron como usuarios constantes de las redes sociales reportan niveles más altos de insatisfacción con la imagen corporal.

En este sentido, Yupanqui (2020) realizó un estudio no experimental en una universidad de Lima, con una muestra de 146 estudiantes entre 17 a 29 años a los cuales les fueron aplicados la escala de adicción a las redes sociales (ARS) desarrollada por Escurra y Salas (2014) y la escala de autoestima de Coopersmith, donde los resultados analizados demostraron una correlación inversa y negativa entre el uso de las redes sociales virtuales y la autoestima. Por su parte en esta misma línea de investigación, Stefany y Tineo (2020) realizó una investigación de tipo documental donde tenía como objetivo recopilar y analizar la información que había sido publicada sobre el impacto de las redes sociales en la imagen corporal de los adolescentes, utilizando diferentes bases de datos, donde de acuerdo a los estudios revisados se pudo observar que los estándares de belleza anteriormente difundidos en los medios de comunicación de manera genérica como la televisión, anuncios en la calle, comerciales, etc, hoy en día con los avances de la tecnología, y en particular con las redes sociales, el estudio concluyó que la población evidencia un impacto en su imagen corporal mediante el empleo de las redes sociales entre la que predomina un mayor interés en evaluar muestras femeninas.

En este sentido, Parrilla y Troncoso (2019), llevaron a cabo un estudio con la finalidad de analizar las consecuencias que las redes sociales, en particular el Instagram genera en la percepción de la imagen corporal de los adolescentes. En este sentido realizaron una revisión bibliográfica,



donde los resultados revelaron que existe una influencia de las redes sociales y en especial de Instagram a través de influencias, quienes promueven un estilo de vida que contribuye a la creación de una imagen perfecta socialmente aceptada, en donde resulta común que el usuario compare su imagen con el de la otra figura pública, generando así una insatisfacción corporal y baja autoestima, lo que va a generar un comportamiento de imitación para lograr acercarse lo máximo posible a dicha imagen.

Por lo tanto, partiendo de lo antes expuesto en diversas investigaciones revisadas, los cuales han permitido obtener datos representativos y actuales que ayudan a identificar a las poblaciones que están en mayor riesgo de desarrollar conductas de adicción a las redes sociales e insatisfacción corporal.

### *Teorías Psicológicas*

La relación entre las redes sociales y la imagen corporal de la persona requiere el apoyo de diferentes teorías explicativas para lograr así justificar las variables utilizadas desde una visión teórica psicológica, partiendo de ello con los siguientes autores:

**Teoría de la Comparación Social.** Propuesta por Festinger (1954) el cual explico que las personas tienden a evaluarse en función de la comparación que hacen con los demás. Por otro lado muestra que es más probable que una persona se compare con otros similares y atractivos en la medida en la que aumenta o disminuye el autoestima. Además indica que dicha comparación suele ocurrir con personas similares y atractivos en la medida que aumenta o disminuye su autonomía, por ende las redes sociales han confirmado que las grandes discrepancias entre el real y el ideal del yo pueden terminar generando tristeza, desilusión en incluso cuadros depresivos. En consecuencia los niños y adolescentes tiende a compararse con los estándares de belleza que observan mediante internet y generan creencias sobre su cuerpo lo que termina ocasionando insatisfacción corporal en los adolescentes.

**Teoría de la Cognición Social.** Propuesta por Bandura (1974) quién expresa que las personas aprenden del comportamiento de otras personas e imitan su propio comportamiento. Con

esta teoría de la imagen corporal en mente, se puede concluir que los jóvenes aprenden haciendo dieta o haciendo ejercicio y tratan de emular el ideal de belleza y delgadez que muestran las redes sociales para ser parte del código de belleza que muestran las mismas. No hay que olvidar que la imitación juega un papel muy importante en la conducta aprendida. Tal como explica el autor, observar el comportamiento de otras personas y las consecuencias de sus reacciones significa que la persona que observa el comportamiento puede aprender nuevos comportamientos o cambiar rasgos de su comportamiento anterior sin una reacción abierta o un refuerzo directo. De hecho, los observadores pueden aprender tanto como los actores en la mayoría de las situaciones.

En tal sentido, en términos de imagen corporal y redes sociales, las observaciones de los jóvenes sobre los comportamientos de los modelos a seguir en las plataformas sociales de refuerzo positivo pueden llevar a estos individuos a participar en comportamientos similares para lograr sus ideales de belleza y delgadez al objeto de obtener comentarios positivos, que aprueben su imagen y por ende su estatus en su grupo.

### ***Hipótesis***

Existe una correlación positiva entre el uso problemático de las redes sociales e insatisfacción corporal en adolescentes.



## Método

Las investigaciones en general se fundamentan en un plan metodológico que va a describir el uso de los métodos, técnicas, herramientas, estrategias y procedimientos que se utilizarán. En este sentido el método utilizado cubrió las diferentes fases en el desarrollo del estudio con la finalidad de dar respuestas al problema planteado y así dar cumplimiento a los objetivos. Es por ello que la investigación se enfocó en determinar la relación entre el uso problemático de las redes sociales y la insatisfacción corporal en los adolescentes

El presente estudio se enmarcó en un enfoque cuantitativo porque tuvo un planteamiento específico donde se utilizaron instrumentos estandarizados, con variables medibles consolidando y probando la hipótesis de investigación. Según Hernández et al, (2010) este tipo de investigación se fundamenta en la obtención de datos numéricos que serán procesados para comprobar hipótesis y cuantificar el problema. Por ende, corresponde con el paradigma cuantitativo, porque se llevó a cabo mediciones numéricas que permitieron obtener la información estadística referente al estudio. En este estudio se obtuvo datos del uso de las redes sociales y la imagen corporal, ya que ambas variables presentan propiedades numéricas.

El diseño de investigación se considera de tipo no experimental, el cual ha sido definido por Hernández et al (2010) como un modelo que se encuentra orientado en analizar la situación problema por medio de sus características, sin que ocurra una intervención directa del investigador, por lo tanto dicho trabajo se realizara sin manipular las variables ya que la intención clave es conocer el uso de las redes sociales y la imagen corporal en los adolescentes para después poder ser analizados en la manera natural como ocurre.

En cuanto al nivel descriptivo correlacional debido a su determinación en conocer la relación entre el uso problemático de las redes sociales y la insatisfacción corporal en los adolescentes. En este sentido tomando como base Danhke (1989), donde mencionaba que las

investigaciones descriptivas buscaban especificar las propiedades, características y perfiles de personas, grupos, comunidades o incluso cualquier tipo de fenómeno que se sometiera a un análisis, por lo tanto se mide, recolectan, evalúan cualquier concepto, aspecto o fenómeno que sea de interés en investigar, buscando describir los hechos mediante el criterio o modelo teórico antes definido.

Así mismo, este trabajo estuvo enmarcado en el tipo de investigación correlacional cuyo objetivo es la relación o influencia que pueda existir entre dos variables como lo es para este caso el uso problemático de las redes sociales y la insatisfacción corporal, para determinar sus similitudes y discrepancias en un momento particular. En este sentido esta investigación fue de campo ya que los instrumentos fueron aplicados a los adolescentes cursantes de instituciones públicas y privadas de Arequipa

### **Instrumentos**

Para recolectar la información en el presente estudio se aplicaron los siguientes instrumentos (la Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI) (Peris et al., (2018) y el segundo instrumento Body Shape Questionnaire (BSQ) (Cooper, Taylor, Cooper, & Fairburn, 1987) a continuación explicaremos a técnica de encuesta, es definida por Balestrini (2002) como la técnica más utilizada en las investigaciones realizadas en las ciencias sociales, la cual se utiliza para recolectar información de personas en función de algunas características, opiniones, creencias, expectativas, conocimientos, etc.” (p. 154).

Partiendo de este criterio, al momento de realizar las encuestas se observaron las reacciones de los encuestados sin ningún intermediario, es decir que se obtuvo datos directos de la población objeto de estudio.

En cuanto al instrumento de recolección de datos para efecto del estudio es un cuestionario, el cual representa un conjunto de preguntas respecto a la(s) variable(s) a medir,

las cuales, son representadas a la persona entrevistada bajo la forma de una listade afirmaciones y /o preguntas. Es denominado por Hernández et al, (2010) como “cualquier recurso de que se vale el investigador para acercarse a los fenómenos y extraer de ellos la información” (p. 59).

Para llevar a cabo la investigación se aplicaron dos instrumentos a objeto de medir las variables del presente estudio, siendo el primer instrumento la Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI) (Peris et al.,(2018) y el segundo instrumento Body Shape Questionnaire (BSQ) (Cooper, Taylor,Cooper, & Fairburn, 1987).

***Instrumento 1. Escala de Riesgo de Adicción-Adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA- RSI)***

Fue desarrollado por Peris, Maganto y Garaigordobil en el 2018, de procedencia española la cual permite evaluar el riesgo de adicción a redes sociales e internet y es aplicable en los adolescentes con edades desde 12 a 17 años, el cual presenta una duración de unos 20 minutos aproximadamente, es de administración individual y/o colectiva, el cual consta de 29 items en total con opciones de respuestas en escala tipo Likert que va desde 1: como nunca o casi nunca; 2: algunas veces, 3: bastantes veces, 4: muchas veces o siempre; dividíos además en cuatro dimensiones: (a) síntomas- adicción que incluye 9 ítems y analizan las conductas de adicción a sustancias no tóxicas, (b) rasgos frikis el cual incluye 6 ítems y evalúa los aspectos propios como unirse a grupos que tengas intereses específicos, (c) uso- social el cual consta de 8 items relacionados con las conductas normales de socialización de tipo virtual en los jóvenes, y (d) la ultima conocida como nomofobia que abarca 6 items en total donde se recoge los aspectos relacionados con ansiedad y control en el uso del móvil. Por otro lado esta prueba ha demostrado una fiabilidad de consistencia interna con un alfa de ,90 y a su vez una validez con un índice de KMO de ,90. Para poder determinar el uso problemático de las redes sociales solo se tomó en cuenta 3 dimensiones ya que la dimensión síntomas- adicción

va enfocada al concepto de adicción a las redes sociales (Peris et al., (2018).

### ***Instrumento 2. Cuestionario de Insatisfacción con la Imagen Corporal (Body Shape Questionnaire -BSQ)***

Fue desarrollado por Peter Cooper, Taylor, Zafra Cooper y Fairburn en 1987 , fue creado en Inglaterra y se ha adaptado en población española y mexicana (Arévalo, et al., 2011), con la finalidad de evaluar la presencia de preocupación e insatisfacción con la imagen corporal, es aplicable a adolescentes y adultos de un rango de edad de 12 años a 59 años, con una duración de 10 a 20 minutos aproximadamente, de administración individual y/o colectiva, consta de 34 ítems con alternativas tipo Likert 1:nunca, 2: raramente, 3: a veces, 4: a menudo, 5: muy a menudo y 6: siempre; divididos en dos dimensiones: insatisfacción corporal y preocupación por el peso. Los autores consignan la consistencia interna con un alfa de *Cronbach* del cuestionario original para toda la escala de .93 y una validez de coeficiente de correlación de *Pearson* que oscila entre .61 y .81 (Cooper et al., 1987), y en la versión traducida de México cuenta con una fiabilidad de Alpha de Cronbach de .98 y una validez de coeficiente de correlación *Pearson* que oscila entre .65 y .83 (Arévalo, et al., 2011).

### **Participantes**

#### ***Población***

Según Hernández et al, (2018), la población de un estudio representa la cantidad total de sujetos que serán analizados los cuales comparten características similares que son de interés para el investigador. De acuerdo con lo anterior la población de este estudio estuvo conformada por setenta estudiantes matriculados que oscilan aproximadamente entre los 14 y 17 años de edad, de condición socioeconómica media-baja, de un colegio nacional y de un colegio privado.

#### ***Muestra***

El concepto de muestra se encuentra asociado a la imposibilidad de consultar a toda la población en caso de que tenga grandes dimensiones. Al respecto, Balestrini (2002) la define como un subconjunto de la población, este grupo de sujetos presentan las mismas características de la población, pero su número es menor, facilita la obtención de datos y análisis de los mismos.

De la población se tomó una muestra intencional de 70 participantes, los alumnos cursan de tercero a quinto de secundaria, sus edades oscilan entre los 14 y 17 años que estudien en colegio público nacional y privado. Donde se utilizó el muestreo no probabilístico, ya que no se emplearon fórmulas de probabilidad, eligiendo a la población de acuerdo con las características que, requeridas para el estudio, habiéndose seleccionado la muestra por conveniencia.

**Criterios de Inclusión.** Los criterios de inclusión fueron; la muestra son adolescentes de ambos sexos cuyas edades oscilen en un rango de edad entre 14 a 17 años, que estudien en un colegio público y privado, de tercero a quinto de secundaria y que acepten participar a través del consentimiento informado.

**Criterios de Exclusión.** Los criterios de exclusión que la muestra no debe tener son los siguientes: adolescentes embarazadas, adolescentes con diagnóstico o indicio de trastorno de conducta alimentaria.

## **Procedimiento**

### ***Estrategia de Recolección de Datos***

Para llevar a cabo la presente investigación solicitamos a las autoridades competentes de la Universidad Católica de Santa María, para que nos aprueben el proyecto de tesis y nos brinden el documento de acceso para la evaluación de los estudiantes de las Instituciones Educativas pública y privada, a través del envío de una solicitud a la oficina de Vicerrectorado Académico presentándonos como egresadas de la carrera profesional de



Psicología y explicando aspectos de la investigación a realizar y su finalidad. Una vez que se contaron con los permisos correspondientes (Ver Anexo 4), la entrega y llenado del documento de consentimiento informado (Ver Anexo 3) es que se procedió a la evaluación de la muestra en los colegios correspondientes, se ingresó a los salones con autorización del docente a cargo, solicitando la colaboración de los estudiantes. Se dieron las indicaciones correspondientes y a su vez se hizo hincapié en el anonimato de las evaluaciones, pidiendo veracidad en las respuestas. Se incluirán a los adolescentes que cumplan con los criterios de inclusión y exclusión para la muestra. Una vez finalizada la recolección de datos se procederá a analizar e interpretar los resultados para después entregar el informe final a los directores de la Institución Educativa pública y privada.

### **Consideraciones Éticas**

Esta investigación sigue las pautas éticas por la American Psychological Association (APA) y estas pautas sugieren a) la aprobación institucional de la Universidad Católica de Santa María antes de realizar la investigación, siguiendo el protocolo de investigación aprobado; b) Consentimiento informado para la investigación, informar a los participantes sobre el propósito, duración y procedimientos, su derecho a negarse a participar y que no hay consecuencias si se retiran, factores que influyan en su voluntad de participar, como riesgos potenciales, incomodidad o efectos adversos, los posibles beneficios de la investigación y límites de confidencialidad; c) Engaño, en la investigación, con el estudio no se pretende engañar a los participantes ni causarles algún tipo de dolor físico o angustia emocional severa; d) Informe, se otorgará a los participantes los resultados y conclusiones de la investigación, tomando medidas razonables para reducir el riesgo de daño; e) Plagio, en el estudio se hace uso de fuentes verificadas y se citará correctamente los datos recogidos de estas; f) Crédito de publicación, este estudio asume la responsabilidad y el crédito de autoría del trabajo realizado; g) Compartir datos de investigación para verificación, esta investigación no trata de ocultar

los resultados a otros investigadores que su único propósito sea buscar y verificar dichos datos (American Psychological Association [APA], 2017).

### **Análisis de Datos**

Se inició el procesamiento de información con la corrección de cada una de las pruebas aplicadas a la muestra conformada por adolescentes de un colegio público y un colegio privado. Una vez obtenidos los puntajes se procedió a vaciar los resultados en una matriz de Microsoft Excel.

Procediendo a la estadística descriptiva inferencial se utilizó el programa SPSS versión 21.0.; se utilizó una prueba de normalidad para determinar si la muestra es paramétrica o no paramétrica para buscar la relación estadística entre las dos variables numéricas donde se empleó el coeficiente de Spearman para probar o rechazar la hipótesis de investigación ya que nuestra muestra es de distribución no paramétrica.



## Resultados

A continuación, se presentarán los resultados a través de las siguientes tablas:

**Tabla 1**

*Población de estudio*

Categoría	Porcentaje
Colegio Nacional	61.4
Colegio Particular	38.6
Total	100.0

En la Tabla 1, se presenta la población objeto de estudio, en la cual se refleja que un 61.4% pertenece al Colegio Nacional mientras que un 38.6% está adscrito al Colegio Privado.

**Tabla 2***Edad de la población de estudio*

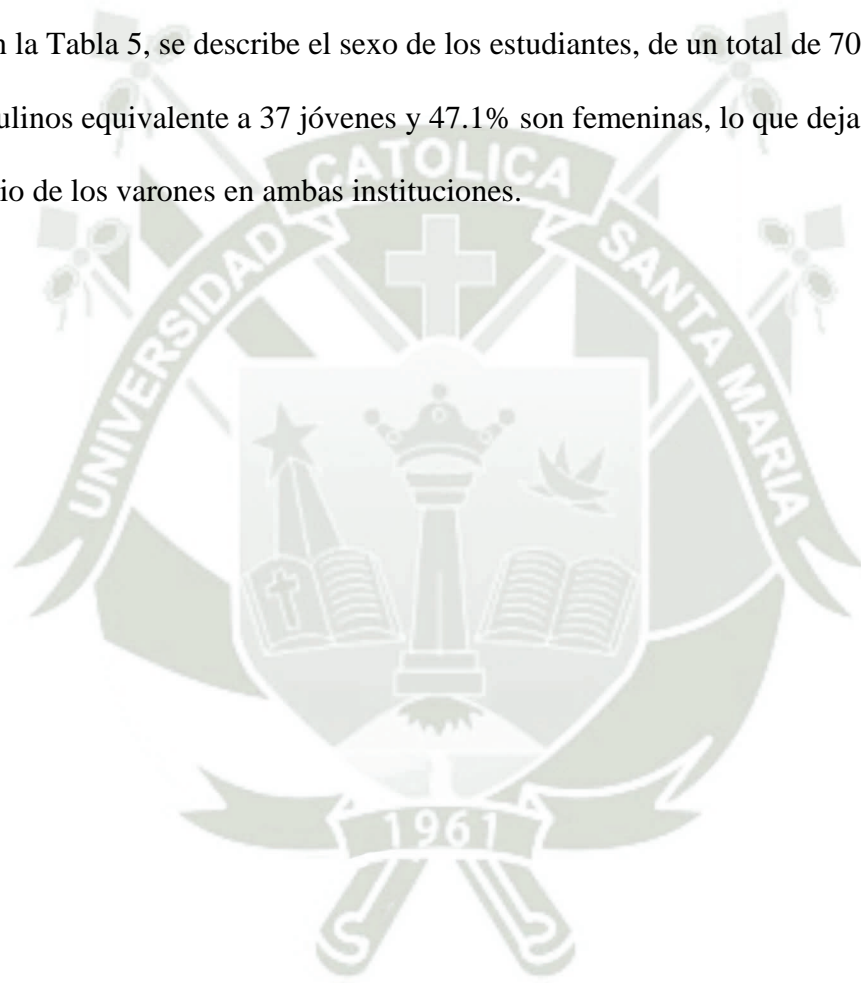
<b>Edad</b>	<b>Porcentaje</b>
14	5.7
15	41.4
16	22.9
17	30.0
Total	100.0

En la Tabla 2, se presenta la distribución de las edades de la población según la edad para ambas instituciones, que se caracterizan entre los 14 años con un porcentaje de 5.7%, 16 años con 22.9% que son las menos frecuentes y las que más predominan son de 17 años con 30% y 15 años que es la más común con 41.4%.

**Tabla 3***Sexo de la población de estudio*

<b>Sexo</b>	<b>Porcentaje</b>
Masculino	52.9
Femenino	47.1
Total	100.0

En la Tabla 5, se describe el sexo de los estudiantes, de un total de 70 jóvenes, 52.9% son masculinos equivalente a 37 jóvenes y 47.1% son femeninas, lo que deja en evidencia el predominio de los varones en ambas instituciones.



**Tabla 4**

*Sexo de la población de estudio con respecto al uso problemático de las redes sociales*

Uso problemático de las redes sociales						
Sexo	Nunca	Casi Nunca	A veces	Casi siempre	Siempre	Total
Masculino	0	0	28.5	24.2	0	52.7
Femenino	0	0	41.4	.5	0	41.9
Total	0	0	69.9	24.7	0	100

En la Tabla 4, apreciamos el sexo de la población de estudio con respecto al uso problemático de las redes sociales mostrando los siguientes resultados; en el sexo femenino predominan las respuestas de la opción a veces con un 41.4 % y 28.5% para los masculinos, luego en la categoría casi siempre se realizó el 24.2% en los varones y el .5% en las femeninas, lo que deja en evidencia que hay la predisposición al uso de las redes sociales.

**Tabla 5**

*Dimensión uso social de las redes sociales entre un colegio público y privado*

		Dimensión uso social					
		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre	Total
Tipo de institución	Colegio Nacional	0	0	11.4	40	1.42	52.82
	Colegio Privado	0	0	4.28	37.1	5.71	47.09
	Total	0	0	15.68	77.1	7.13	100

En la Tabla 5, apreciamos la dimensión uso social de las redes sociales entre un colegio público y donde se manifestó un predominio significativo en los estudiantes del colegio nacional con un 40% de respuestas en la categoría de casi siempre, seguidos de a veces con un 11.4%. Mientras que en los integrantes del colegio privado el 37.1% se apegó a la categoría de casi siempre, luego los que escogieron siempre con un 5.71 y en último lugar a veces con un 4.28%. En correspondencia con ellos son los alumnos del colegio público quienes presentan un mayor uso social de las redes.



**Tabla 6***Dimensión friki entre un colegio público y privado*

		Dimensión friki					Total
		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre	
Tipo de institución	Colegio Nacional	0	0	4.28	48.5	0	52.78
	Colegio Privado	0	0	5.71	41.42	0	47.13
Total		0	0	9.99	89.92	0	100

En la Tabla 6, observamos en la dimensión friki entre un colegio público y privado donde se evidenció una mayor tendencia en los representantes del colegio nacional con un 48.5% de respuestas localizadas en la categoría de casi siempre; seguidos por a veces con un 4.28%. Luego en los participantes del colegio privado se manifestó un 41.42% seleccionaron la categoría de casi siempre, seguidos por 5.71% a veces. Estos datos indican un predominio de este comportamiento en los estudiantes del colegio público.

**Tabla 7**

*Dimensión nomofobia entre un colegio público y privado*

		<b>Dimensión nomofobia</b>					
		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre	Total
Tipo de institución	Colegio Nacional	0	0	22.85	27.1	2.85	52.8
	Colegio Privado	0	0	5.71	21.4	20	47.11
Total		0	0	28.56	48.5	22.85	100

En la Tabla 7, apreciamos la dimensión nomofobia entre un colegio público y privado mostrando una mayor tendencia en los estudiantes del colegio nacional con un 27.1% de respuestas localizadas en la categoría de casi siempre, seguidos por los de a veces con un 22.85%. Mientras que en los del colegio privado el 21.4% se localizó en la categoría de casi siempre y 5.71% seleccionó a veces. De acuerdo con esto existe mayor tendencia en los estudiantes del colegio público a sentirse incómodos cuando no pueden conectarse con las redes.

**Tabla 8***Uso problemático de las redes sociales con respecto a la edad*

<b>Edad</b>	<b>Porcentaje del uso problemático</b>
14	6
15	42
16	23
17	30
Total	100

En la Tabla 8, observamos el uso problemático de las redes sociales con respecto a la edad se obtuvo que en el grupo de los 15 años representaba la mayor proporción de estudiantes con conductas tendientes al uso excesivo de las redes con un porcentaje del 42%; luego se localizaron los ubicados en los 17 años, representados por el 30%; seguidos de los de 16 años con un 23%. En función de los datos obtenidos se aprecia que en el grupo de 15 a 17 años se ubica la mayor cantidad de jóvenes.

**Tabla 9***Insatisfacción corporal con respecto al sexo*

<b>Insatisfacción corporal</b>						
Sexo	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre	Total
Masculino	5.71	8.5	15.7	4.28	2.85	37.04
Femenino	5.71	28.5	14.2	7.14	4.28	59.83
Total	11.42	37	29.9	11.42	7.13	100

En la Tabla 9, apreciamos la insatisfacción corporal con respecto al sexo donde se manifestó porcentajes mayores en las dimensiones de a veces con un 15.7% y casi siempre con un 4.28% en los representantes masculinos. Mientras que esas mismas categorías en las mujeres se manifestó en 14.2% a veces y 7.14% casi siempre. Por su parte la categoría de casi nunca evidenció un porcentaje significativamente mayor en las mujeres con un 28.5% en comparación con los hombres con un 8.5%. No obstante, en la categoría de siempre fue mayor el porcentaje de mujeres con un 4.28% a diferencia de los hombres que obtuvieron un 2.85%. Estos resultados indican una mayor tendencia a la insatisfacción corporal presente en las representantes femeninas.

**Tabla 10**

*Dimensión insatisfacción corporal con respecto al tipo de institución*

Tipo de institución		Dimensión insatisfacción corporal					Total
		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre	
Tipo de institución	Colegio nacional	0	11.42	17.14	27.14	6.49	63.61
	Colegio privado	5.71	8.5	11.42	11.42	1.42	38.47
Total		5.71	19.92	28.56	38.56	7.91	100

En la Tabla 10, observamos en la dimensión insatisfacción corporal con respecto al tipo de institución donde se encontró que en el colegio nacional un 27.14% casi siempre presenta esta condición; 17.14% a veces, 11.42% casi nunca y 6,49% siempre. Mientras que en los representantes del colegio privado el 11.42% casi siempre; otro 11.42% a veces; 8.5% casi nunca, un 5.71% nunca y un 1.42% siempre.

**Tabla 11**

*Dimensión preocupación por el peso corporal en conexión con la ingesta según el tipo de institución*

<b>Dimensión preocupación por el peso corporal en conexión con la ingesta</b>							
		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre	Total
Tipo de Institución	Colegio nacional	5.71	28.5	14.2	7.14	4.28	61.25
	Colegio privado	5.71	8.5	15.7	4.28	2,85	38.46
Total		11.42	37	29.9	11.42	7.13	100

En la tabla 11, apreciamos la dimensión preocupación por el peso corporal en conexión con la ingesta según el tipo de institución se encontró que para el colegio nacional las respuestas de casi nunca obtuvo el 28,5%, a veces 14.2%, un 7.14% en casi siempre y nunca con un 5.71%, mientras que en el colegio privado un 15.7% se obtuvo en a veces, un 8.5% en casi nunca, un 5.71% en nunca, 4.28% en casi siempre y siempre con un 2.85%.

**Tabla 12**

*Dimensión preocupación por los aspectos antiestéticos de la obesidad según el tipo de institución*

<b>Dimensión preocupación por los aspectos antiestéticos de la obesidad</b>							
		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre	Total
Tipo de institución	Colegio nacional	14.28	11.42	22.85	7.14	5.71	61.4
	Colegio privado	5.71	10	11.42	8.57	2.85	38.55
Total		19.99	21.42	34.27	15.71	8.56	100

En la tabla 12, observamos la dimensión preocupación por los aspectos antiestéticos de la obesidad según el tipo de institución donde los valores de la categoría a veces reflejaron la percepción del 22.85% del colegio nacional; seguido de nunca con un 14.28%, casi nunca con un 11.42% y luego casi siempre con un 7.14% y siempre con un 5.71. Por su parte en el colegio privado el mayor porcentaje se evidenció en la categoría a veces con un 11.42%, seguido de casi nunca con un 10%; casi siempre con un 8.75%, nunca con un 5.71% y luego siempre con un 2.85%.

**Tabla 13***Dimensión insatisfacción y preocupación general corporal según tipo de institución*

		<b>Dimensión insatisfacción y preocupación general corporal</b>					
		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre	Total
Tipo de institución	Colegio nacional	7.14	8.5	17.14	22.85	4.28	61.33
	Colegio privado	4.28	10	12.85	11.42	0	38.55
Total		11.42	18.5	29.99	34.27	4.28	100

En la tabla 13, apreciamos la dimensión insatisfacción y preocupación general corporal según tipo de institución, arrojó como resultados a la categoría casi siempre con un 22.85%, seguido de a veces con un 17.14% y luego casi nunca con un 8.5%, nunca un 7.14% y 4.28% siempre en los representantes del colegio nacional. Por su parte, en el colegio privado los valores más altos se ubicaron en a veces con un 12.85% en a veces; seguidos por casi siempre con un 11.42%, luego casi nunca con un 10%, un 4.28% en nunca.



**Tabla 14**

*Dimensión insatisfacción corporal respecto a la parte inferior del cuerpo según tipo de institución*

		<b>Dimensión insatisfacción corporal respecto a la parte inferior del cuerpo</b>					
		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre	Total
Tipo de institución	Colegio nacional	2.85	27.14	20	7.14	4.28	61.41
	Colegio privado	2.85	11.42	20	4.28	0	38.55
Total		5.7	38.56	40	11.42	4.28	100

En la tabla 14, observamos la dimensión insatisfacción corporal respecto a la parte inferior del cuerpo según tipo de institución donde se encontró entre los resultados que en el colegio nacional el mayor porcentaje de respuestas se localizó en la categoría de 27.14% en casi nunca, seguido de a veces con un 20%, casi siempre con un 7.14% y en menor proporción 4.28% en siempre y 2.85% en nunca. Por su parte, en los representantes del colegio privado la categoría a veces obtuvo el 20%, luego la de casi nunca un 11.42%, seguido de casi siempre con un 4.28% y un 2.85% en nunca.

**Tabla 15**

*Dimensión empleo del vómito y laxantes para reducir la insatisfacción corporal según tipo de institución*

		Dimensión empleo del vómito y laxantes					
		Nunca	Casi nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre	Total
Tipo de institución	Colegio nacional	38.57	20	1.42	0	1.42	61.41
	Colegio privado	22.85	12.85	1.42	1.41	0	38.53
Total		61.42	32.85	2.84	1.41	1.42	100

En la Tabla 15, apreciamos la dimensión empleo del vómito y laxantes para reducir la insatisfacción corporal según tipo de institución donde se encontró que en el colegio nacional 38.57% nunca ha recurrido al vómito; 20% casi nunca y el 1.42% a veces y siempre. De igual manera en los miembros del colegio privado el 22.85% nunca ha empleado el vómito, 12.85% casi nunca, 1.42% a veces y otro 1.41% casi siempre.

**Tabla 16***Insatisfacción corporal con respecto a la edad*

	Edad	Porcentaje
	14	5.7
	15	41
	16	23
	17	30
Total		100

Los resultados con respecto a la edad que representa mayor insatisfacción corporal mostró los 15 años con un 41%; seguido de los de 17 años con un 30%; luego los de 16 años con un 23% y finalmente en una menor proporción los de 14 con un 5.7%. Estos datos indican a los jóvenes entre 15 a 17 años como el grupo de mayor porcentaje en el que se localizan quienes manifiestan algún tipo de insatisfacción corporal.

**Tabla 17***Prueba de normalidad usando Kolmogorov-Smirnov*

	Estadístico	Gl.	<i>p</i>
ERA-RSI	.442	70	.008
Body Shape	.278	70	.000

Podemos observar en la tabla 17 que se utilizó la prueba de Kolmogorov para verificar la normalidad, en este caso, se evaluó la significancia en ambas variables y este no excede de un  $p < 0.5$  del valor esperado, por lo que los datos no tienen una distribución normal, en ese sentido se continúa con el análisis inferencial utilizando estadísticos no paramétricos usando el coeficiente de Spearman.

**Tabla 18***Resultados de la correlación entre las dos variables*

		<b>Correlación</b>	
		ERA-RSI	Body Shape
ERA-RSI	Correlación de Spearman	1.000	.715
	Sig.	.	.000
	N	70	70
Body Shape	Correlación de Spearman	.000	1.000
	Sig.	.697	.
	N	70	70

Los resultados con respecto a la correlación entre el uso problemático de las redes sociales y la insatisfacción corporal en adolescentes mostró un valor de  $p = .000$  lo cual denota la existencia de una relación estadísticamente significativa, por lo tanto, se confirma la hipótesis de trabajo definida en esta investigación.

## Discusión

En relación con el primer objetivo de describir el nivel de uso problemático de las redes sociales entre adolescentes de diferentes sexos. Con estos resultados, se hace notable como lo indica Buran y Dogan (2019) el uso problemático de redes sociales afecta directamente el comportamiento del usuario, donde hay una pérdida de autocontrol y un aumento de la impulsividad, estos factores a menudo hacen que el usuario se conecte inconscientemente a estas plataformas.

En cuanto al segundo objetivo de identificar las dimensiones de uso problemático de las redes sociales entre un colegio público y privado, se evidenció una mayor proporción de estudiantes del colegio nacional representados por un 28.5% y 15.7% en la misma categoría de casi siempre para los procedentes del colegio privado. Los resultados aquí obtenidos son semejantes a los hallazgos encontrados por Chivato y Piñas (2019) quienes estudiaron predictores del uso problemático a las redes sociales en un grupo de adolescentes de ambos sexos sin diferencia socioeconómica, tal como se localizó en este estudio ya que tienen fácil acceso a una red social o internet y desean estar permanentemente conectados.

Con respecto al tercer objetivo de identificar la edad que representa mayor uso problemático de las redes sociales, se encontró que los adolescentes de 15 años son quienes alcanzaron lo mayores puntajes con un 42%, seguidos de los de 17 años con un 30% y en tercer lugar los de 16 años con un 23%. Estos resultados son semejantes a los obtenidos por Alvarez y Morales (2020) quienes encontraron que un 70% de su muestra estuvo localizada en adolescentes de 15 años de edad.

En relación con el cuarto objetivo de describir el nivel de insatisfacción corporal entre adolescentes de diferentes sexos, se evidenció que la población femenina presenta mayor insatisfacción corporal que la población masculina ya que en las categorías de siempre los porcentajes más elevados los evidenciaron las representantes del género femenino, al igual

que en la categoría de casi siempre. Los resultados obtenidos son parecidos a los hallazgos expuestos por Ponce (2020) quienes estudiaron la adicción a redes sociales y su relación con la imagen corporal en adolescentes, encontrando valores mayores para la población femenina con respecto a los varones.

En cuanto al quinto objetivo de identificar las dimensiones de insatisfacción corporal entre un colegio público y privado. Los resultados evidencian que el colegio público obtuvo mayor insatisfacción corporal que el colegio privado y esto se puede deber a la falta de supervisión de adultos responsables, la falta de actividades recreativas, la baja autoestima, por la presión social y los estándares de belleza donde se puede corroborar con la investigación realizada por Suls & Wheeler, (2000) donde mencionan que los adolescentes dan importancia a la opinión que otros hagan sobre su apariencia física, queriendo cumplir con los estándares y estereotipos establecidos como aceptables a nivel social en los entornos virtuales (Suls & Wheeler, 2000).

En relación con el objetivo de identificar la edad que representa mayor insatisfacción corporal. Los resultados mostraron que los adolescentes de 15 años presentan un mayor índice de insatisfacción corporal con un 41%; seguido de los de 17 años con un 30%; luego los de 16 años con un 23%. Los hallazgos aquí obtenidos son semejantes a los expuestos por Ponce (2020) quien estudio la insatisfacción de la imagen corporal y adicción a redes sociales, encontrando como resultado que la población con mayor insatisfacción corporal se encontraba en adolescentes de 15 años de edad.

Los resultados con respecto a la correlación entre el uso problemático de las redes sociales y la insatisfacción corporal en adolescentes mostró un valor de  $p = .000$  lo cual denota la existencia de una relación estadísticamente significativa, por lo tanto, se confirma la hipótesis de trabajo definida en esta investigación. Estos hallazgos son similares a los obtenidos en las investigaciones por Ponce (2022), García (2022), Carbonell y Sanchis (2023)

quiénes evidenciaron la correlación entre la adicción a redes sociales y la imagen corporal de adolescentes.





## Conclusiones

**Primera.** El nivel de uso problemático de las redes sociales entre adolescentes de diferentes sexos se presentaron en mayor proporción en los representantes del género masculino en comparación las femeninas.

**Segunda.** Las dimensiones de uso problemático de las redes sociales entre un colegio público y privado evidenciaron que el uso social, nomofobia y comportamiento friki se manifestaron más acentuadamente en los representantes del colegio público en comparación con el privado.

**Tercera.** Según los resultados obtenidos de la investigación se puede apreciar que los adolescentes de 15 años de edad son los que representan mayor uso problemático de las redes sociales, seguidos de los de 17 y 16 años.

**Cuarta.** En cuanto los niveles de insatisfacción corporal entre adolescentes de diferentes sexos los resultados mostraron que quienes tuvieron mayores porcentajes fueron las representantes femeninas en comparación con los hombres.

**Quinta.** Los adolescentes que mostraron mayores niveles de insatisfacción corporal fueron los representantes de la institución pública en comparación con la privada, ya que en los resultados de las dimensiones y en la prueba en general obtuvieron resultados mayores.

**Sexta.** Las edades con mayor proporción de estudiantes con insatisfacción corporal se presentaron en los adolescentes correspondientes a los 15 años, seguidos de los de 17 y, en tercer lugar, los de 16 años, es decir, quienes se localizaron en ese rango de edad manifestaron mayores niveles de preocupación por su imagen y los aspectos antiestéticos de la misma.

**Séptima.** Los resultados mostraron una correlación positiva que denota la existencia de una relación estadísticamente significativa entre el uso problemático de las redes sociales y la insatisfacción corporal en adolescentes.

**Octava.** Para el presente estudio se usó el término de uso problemático de las redes sociales ya que propiamente “el uso problemático” es un comportamiento que por medio de estrategias preventivas puede evitar que el adolescente presente una adicción, es por ello que al usar el instrumento Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI) solo se tomó en cuenta tres dimensiones que representaban más el término de uso problemático que es en lo que estaba enfocada nuestra investigación.



## Sugerencias

**Primera.** A los colegios, presentar los resultados de esta investigación para que sirva de insumo en los programas o planes de intervención orientados a disminuir el uso problemático de las redes sociales en la población.

**Segunda.** En este sentido se puede propiciar diversos talleres donde se trabaje la autoestima, la autoconfianza, la seguridad, la aceptación afianzándolo, como un medio que permitirá a los jóvenes aceptar su cuerpo tal como es y así disminuir la incidencia de los estándares y estereotipos expuestos en las redes sociales.

**Tercera.** Realizar diversas actividades educativas desde el nivel primario para que desde muy temprana edad puedan aprender a valorarse y aceptarse físicamente, así como también poder tener un autocepto positivo hacia sí mismo y ponerlo en práctica en la adolescencia.

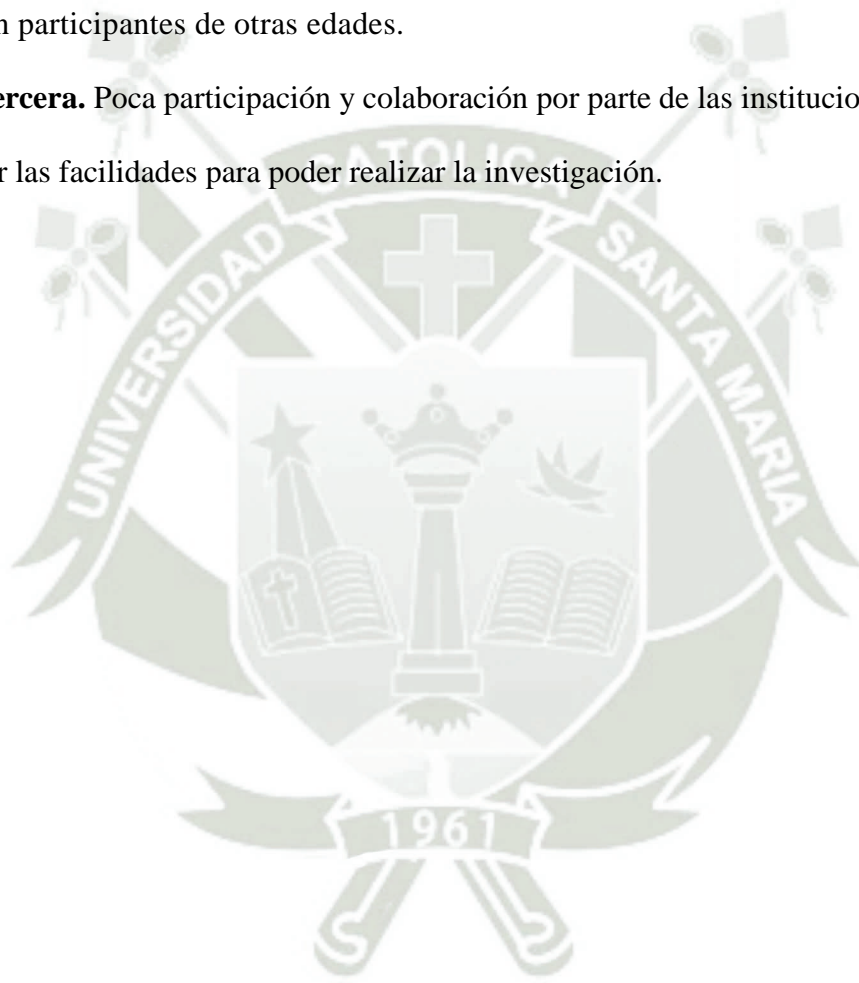
**Cuarta.** Abordar a las familias, a través de escuelas para padres en donde se aborden temas como el fomento de actividades recreativas, la unión familiar, estilo de crianza positivo, comunicación asertiva, habilidades sociales y la autoestima, esto los llevará a darle mayor seguridad y confianza a los adolescentes, potenciando su actitud creativa, para lograr las metas que se propongan.

## Limitaciones

**Primera.** Se trata de un estudio descriptivo, y no experimental, por lo que no se pueden extraer relaciones causales.

**Segunda.** La mayoría de los participantes del estudio son adolescentes por este motivo, sería adecuado, en futuras investigaciones, contar con muestras más amplias que contengan participantes de otras edades.

**Tercera.** Poca participación y colaboración por parte de las instituciones educativas al no brindar las facilidades para poder realizar la investigación.



## Referencias

- AEPNyA. (10 de Octubre de 2022). Salud mental en niños y adolescentes: así influyen las redes sociales y videojuegos.  
<https://cuidateplus.marca.com/familia/adolescencia/2022/10/10/salud-mental- ninos- adolescentes-asi-influyen-redes-sociales-videojuegos-180076.html>
- Alvarez, M., & Morales, M. (04 de Marzo de 2020). Phubbing, uso problemático de teléfonos móviles y de redes sociales en adolescentes y déficits en autocontrol.  
<https://doi.org/10.21134/haaj.v20i1.487>
- American Academy of Pediatrics AAP. (2022, 07 26). Hábitos saludables para el uso de pantallas en la infancia y adolescencia.  
<https://www.healthychildren.org/Spanish/family-life/Media/Paginas/healthy- digital- media-use-habits-for-babies-toddlers-preschoolers.aspx>
- American Psychological Association. (2017). Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct. American Psychologist, 1-20. <https://apa.org/ethics/code/ethics-code-2017.pdf>  
<http://doi.apa.org/getdoi.cfm?doi=10.1037/0003-066X.57.12.1060>
- Arévalo, V., Julio, G., Aguilar, L., Rayón, A., Georgina, L., Díaz, M., . . . Santoncini, U. (2011). Mexican Journal of Eating Disorders Validity of Body Shape Questionnaire ( BSQ ) In Mexican Women Validez del Body Shape Questionnaire ( BSQ ) en Mujeres Mexicanas Introducción La imagen corporal se ha referido . Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios, 20-31.
- Arrivillaga, C., Rey, L., & Extremera, N. (2022). Uso problemático de redes sociales e inteligencia: análisis de las diferencias por género.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8464531>
- Baceviciene, M., Jankauskiene, R., & Balciuniene, V. (2020). The role of body image, disordered eating and lifestyle on the quality of life in Lithuanian university students.

International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(5), 1-17.

<https://doi.org/10.3390/ijerph17051593>

Balestrini, M. (2002). Como se Elabora el Proyecto de Investigación. Venezuela: Consultores Asociados.

Bandura, A. y. (1974). Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad. Madrid, España: Alianza Universidad.

Bernal, C. (11 de Julio de 2017). Uso problemático de internet e impacto negativo de whatsapp en población universitaria.  
<https://digitum.um.es/digitum/handle/10201/53462>

Bhattacharya, S., Bashar, M., Srivastava, A., & Singh, A. (08 de Abril de 2019). Nomophobia: no mobile phone phobia.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6510111/>

Boyd, D., & Ellison, N. (01 de Octubre de 2007). Social network sites: definition, history, and scholarship. 13(1), 210-230. doi:<https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>

Brea, F. (2019, Enero 23). Corporalidad online-offline. Revisión sistemática de la influencia de Instagram en la imagen corporal de los adolescentes.

[http://www.recercat.cat/handle/2072/351171%0Ahttps://ddd.uab.cat/pub/trerepro/2019/hdl\\_2072\\_351171/TFM\\_a2019m1\\_BreaFolgarAnaLA\\_a.pdf](http://www.recercat.cat/handle/2072/351171%0Ahttps://ddd.uab.cat/pub/trerepro/2019/hdl_2072_351171/TFM_a2019m1_BreaFolgarAnaLA_a.pdf)

Buran, Ö., & Doğan, A. (2019). The Relationship between Social Media Addiction and Self-Esteem among Turkish University Students. ADDICTA: The Turkish Journal on Addictions, 175-190. <https://doi.org/10.15805/addicta.2019.6.1.0036>

Carbonell, G., & Sanchis, R. (2023). Influencia de las redes sociales en la autoestima, imagen corporal y satisfacción corporal de adolescentes y jóvenes. Metas de enfermería,, 26(2), 58-69. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8821440>

Carrasco, T., & Pinto, M. (11 de Septiembre de 2021). Adicción a redes sociales en adolescentes de 3ro y 4to de secundaria de Lima y Arequipa.

<http://hdl.handle.net/20.500.11955/788>

Carrasco, T., & Pinto, M. (2021). Adicción a redes sociales en adolescentes de 3ro y 4to de secundaria de Lima y Arequipa. <http://hdl.handle.net/20.500.11955/788>

Celaya, J. (2008). La Empresa en la WEB 2.0. España: Grupo Planeta.

Chivato, T., & Piñas, A. (2020). Las adicciones de ayer y hoy hacia un enfoque humanista en el tratamiento de las adicciones. España: Dykinson.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=784369>

Cooper, P., Taylor, M., Cooper, Z., & Fairburn, C. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 485–494.

[https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/1098-108X\(198707\)6:4%3C485::AID-EAT2260060405%3E3.0.CO;2-O](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/1098-108X(198707)6:4%3C485::AID-EAT2260060405%3E3.0.CO;2-O)

Cuno, A., & Espinoza, M. (2021). Relación de la influencia del modelo estético corporal, insatisfacción por la imagen corporal y el riesgo de presentar características asociadas a un trastorno de conducta alimentaria en estudiantes de una universidad privada de arequipa

[http://repositorio.ucsp.edu.pe/bitstream/20.500.12590/16774/1/CUNO\\_COPAR\\_A\\_ALEX\\_COR.pdf](http://repositorio.ucsp.edu.pe/bitstream/20.500.12590/16774/1/CUNO_COPAR_A_ALEX_COR.pdf)

Danhke, G. L. (1989). Investigación y Comunicación. México: McGraw-Hill.

De La Rosa, G., & Reyes, C. (2022, Mayo 31). Relaciones funcionales del uso de las Redes sociales, autoestima corporal y práctica del sexting en los adolescentes de 14 a 18 años en la ciudad de Barranquilla.

<https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/9227/Relaciones%20funcionales%20del%20uso%20de%20las%20Redes%20sociales,%20autoestima%20>

corporal%20y%20pr%3%A1ctica%20del%20sexting%20en%20los%20adolescentes%20de%202014%20a%202018%20a%3B1os%20en%20la%2

Del Barrio, A., & Ruiz, I. (27 de Septiembre de 2014). Los adolescentes y el uso de las redes sociales. *Revista INFAD de Psicología*, 571-577.

<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v3.537>

Del Olmo, M. (08 de Julio de 2020). Influencia de las redes sociales en la satisfacción de la imagen corporal de las adolescentes. Un proyecto de prevención.

<https://rodin.uca.es/handle/10498/23419>

Dijkstra, P., & Barelds, D. (27 de Septiembre de 2018). Examining a model of dispositional mindfulness, body comparison, and body satisfaction.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1740144511000635>

Echeburúa, E., & De Corral, P. (2022). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones Revista version online*, 91-96.

<https://doi.org/10.20882/adicciones.196>

Escurra, M., & Salas, E. (2014). Construcción y Validación del cuestionario de adicción a redes sociales. *Liberabit*, 73-86.

Evans, C., & Dolan, B. (1993). Body Shape Questionnaire: Derivation forms of shortened "alternate forms". *International Journal of Eating Disorders*, 315-

321. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/1098->

[108X\(199304\)13:3%3C315::AID-EAT2260130310%3E3.0.CO;2-3](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/1098-108X(199304)13:3%3C315::AID-EAT2260130310%3E3.0.CO;2-3)

Festinger, L. (12 de Septiembre de 1954). A Theory of Social Comparison Processes.

[https://www.humanscience.org/docs/Festinger%20\(1954\)%20A%20Theory%20of%20Social%20Comparison%20Processes.pdf](https://www.humanscience.org/docs/Festinger%20(1954)%20A%20Theory%20of%20Social%20Comparison%20Processes.pdf)

García, I. (04 de Junio de 2021). Las redes sociales y su relación con la insatisfacción.

<http://dspace.umh.es/bitstream/11000/8262/1/Garc%3ADa%20G%3Bm>



ez%2C%20Isabel%20Mar%C3%ADa.pdf

García, P. (22 de Junio de 2022). Cómo afectan las redes sociales a la imagen corporal del alumnado. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/57669>

Gutierrez, J., & Rojas, K. (24 de Febrero de 2022). Adicción a las redes sociales y agresividad en adolescentes de una institución pública de la ciudad de cajamarca. <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/2266>

Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: las tres rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. (Vol. 1). Mexico: Mc Graw Hill.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). Metodología de la investigación. México: McGraw-Hill.

IPSOS. (28 de 10 de 2021). Informe Redes Sociales 2021. Obtenido de Plataforma Ipsos.digital: <https://www.ipsos.com/es-pe/redes-sociales-2021>

Jimenez, V., & Sedano, E. (16 de Junio de 2021). Dependencia a las redes sociales y la imagen corporal en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de los olivos.

[https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/31310/Jimenez%20Paucar%2C](https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/31310/Jimenez%20Paucar%2C%20Valeria%20Alicia-)

[%20Valeria%20Alicia-](https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/31310/Jimenez%20Paucar%2C%20Valeria%20Alicia-%20Sedano%20Flores%2C%20Erika.pdf?sequence=6&isAllowed=y)

[%20Sedano%20Flores%2C%20Erika.pdf?sequence=6&isAllowed=y](https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/31310/Jimenez%20Paucar%2C%20Valeria%20Alicia-%20Sedano%20Flores%2C%20Erika.pdf?sequence=6&isAllowed=y)

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura UNESCO. (21 de Abril de 2022). [unesco.org](https://unesco.org)

<https://articles.unesco.org/es/articles/oportunidades-y-riesgos-de-internet-en-tiempos-de-aislamiento>

Ministerio de Salud MINSA . (31 de Julio de 2019). Plataforma digital única del Estado

Peruano. [https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/49244-se-recomienda-](https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/49244-se-recomienda)

[menos-de-cuatro-horas-diarias-de-internet-para-evitar-adiccion-en-menores-de-edad](https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/49244-se-recomienda-menos-de-cuatro-horas-diarias-de-internet-para-evitar-adiccion-en-menores-de-edad)

Ministerio de Salud Minsa. (30 de Septiembre de 2021). Plataforma digital única del Estado Peruano. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>

Montero, N. (03 de Julio de 2018). Autoconcepto y su relación con la imagen corporal en adolescentes de la I.E. Jorge Basadre Grohmann Arequipa 2018  
<http://repositorio.upads.edu.pe/handle/UPADS/47>

Ojeda, A., Lopez, M., Jáuregui, I., & Herrero, G. (2021). Uso de redes sociales y riesgo de padecer TCA en jóvenes. *Journals of negative & no positive result*, 1290- 1307.  
doi:<https://dx.doi.org/10.19230/jonnpr.4322>

Organización Mundial de la Salud. (2021).  
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331423/9789240000346-spa.pdf>

Parrilla, P., & Troncoso, M. (2019). Influencia de la red social Instagram en la percepción de la imagen corporal en adolescentes. <https://bibliotecadigital.oducal.com/Record/ir-20.500.12590-16518>

Peralta, R., & Quintana, M. (19 de Junio de 2016). Autopercepción de la imagen corporal y prácticas para corregirla en adolescentes de una institución educativa, Lima-Perú.  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-55832016000200004](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832016000200004)

Peris, M., Maganto, C., & Garaigordobil, M. (2018). Escala de Riesgo de Adicción- Adolescente a las Redes Sociales e Internet: fiabilidad y validez. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 30-36.  
<http://www.codajic.org/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/Escala%20de%20riesgo%20de%20adicci%C3%B3n-adolescente.pdf>

Ponce, C. (11 de Mayo de 2020). Abuso de las redes sociales en jóvenes españoles y su

relación con la imagen corporal, la autoestima y la satisfacción vital.

<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/>: <http://hdl.handle.net/11531/55204>

Quiroz, Y. (11 de Agosto de 2015). Autopercepción de la imagen corporal en adolescentes.

<https://core.ac.uk/download/pdf/132423199.pdf>

Rodríguez, D., & Alvis, K. (2015). Generalidades de la Imagen Corporal. Universidad

Nacional de Colombia, Revista de la Facultad de Medicina , 279.

<https://doi.org/10.15446/revfacmed.v63n2.49387>

Seasson, M., Lewin, M., & Roth, M. (1995). Dieting behavior and eating attitudes in israeli

children. *Eating Disorders*, 67-72. [https://doi.org/10.1002/1098-](https://doi.org/10.1002/1098-108X(199501)17:1<67::AID-EAT2260170109>3.0.CO;2-B)

[108X\(199501\)17:1<67::AID-EAT2260170109>3.0.CO;2-B](https://doi.org/10.1002/1098-108X(199501)17:1<67::AID-EAT2260170109>3.0.CO;2-B)

Seva, M., & Casadó, L. (2015). La construcción de la identidad e imagen corporal en la

adolescencia a través de los medios de comunicación social: estrategias para el

desarrollo de un modelo de prevención. *Enfermería integral: Revista científica del*

Colegio Oficial de Enfermería de Valencia, 68-73. [https://0-dialnet-unirioja-](https://0-dialnet-unirioja-es.catalog.uoc.edu/servlet/articulo?codigo=6122761)

[es.catalog.uoc.edu/servlet/articulo?codigo=6122761](https://0-dialnet-unirioja-es.catalog.uoc.edu/servlet/articulo?codigo=6122761)

Solano, N., & Cano, A. (2010). Evaluación de la insatisfacción con la imagen corporal.

Barcelona: TEA Ediciones.

Stefany, L., & Tineo, A. (2020). Impacto de las redes sociales en la imagen corporal de

adolescentes, Lima, Perú. Retrieved from Universidad Peruana Catalayo Heredia.

Suls, J., & Wheeler, L. (2000). *Handbook of Social Comparison*.

<https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=3lDxBwAAQBAJ&oi=fnd&pg>

Suñez, Y., & Ramos, M. (08 de Abril de 2019). Análisis de las características psicosociales

de los miembros de la subcultura friki en cienfuegos.

[https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/04/caracteristicas-psicosociales- friki.html](https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/04/caracteristicas-psicosociales-friki.html)

TAC Aragon. (01 de Junio de 2020). [tac-aragon.org](https://www.tca-). <https://www.tca->

[aragon.org/2020/06/01/estadisticas-sobre-los-tca/](https://aragon.org/2020/06/01/estadisticas-sobre-los-tca/)

Terradez, N. (06 de Julio de 2020). Tik Tok, una exploracion sobre la difucion de los esteotipos sociales. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/42968>

Texon, O., Ramírez, J., Rodríguez, A., Álvarez, N., Ramírez, Y., López, S., . . . Valdez, B. (23 de Marzo de 2021). Factores asociados al uso problemático de Internet en

adolescentes. *Atencion Familiar* (Órgano de difusión científica de la Subdivisión de Medicina FamiliarDivisión de Estudios de Posgrado, Facultad de Medicina, Universidad Nacional Autónoma de México), 28(2), 111-117.  
<https://doi.org/10.22201/fm.14058871p.2021.2.78801>

Tineo, A., & Stefany, L. (2022). Impacto de las redes sociales en la imagen corporal de adolescentes, Lima 2020. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/11566>

Tirado, B., & Hurtado, C. (2020). La salud mental de los niños y adolescentes en tiempos de pandemia. *Revista Hispanoamericana De Ciencias De La Salud*, 6(4), 161-165.  
<https://doi.org/10.56239/rhcs.2020.64.445>

Tonato, L., & Valencia, E. (2021). Las redes sociales y su influencia en el desarrollo de habilidades sociales de los adolescentes. *Revista Cognosis (Revista de Filosofia, Letras y Ciencias de la Educación)*, 06(02), 125-134.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8538835>

UNICEF. (2021, Febrero 01). Aumenta la preocupación por el bienestar de los niños y los jóvenes ante el incremento del tiempo que pasan frente a las pantallas.  
<https://www.unicef.org/es/comunicados-prensa/aumenta-la-preocupaci%C3%B3n-por-el-bienestar-de-los-ni%C3%B1os-y-los-j%C3%B3venes-ante-el>

Vadher, S., Panchal, B., Vala, A., Ratnani, I., Vasava, K., Desai, R., & Shah, A. (2019). Predictors of problematic Internet use in school going adolescents of Bhavnagar, India. *National Library of Medicine*, 65(2), 151-157.

Doi:10.1177/0020764019827985

Villalba, K., Maldonado, J., Berroa, H., Lavalle, A., Rodriguez, J., Becerra, S., . . . Arias, D.

(24 de Febrero de 2021). Aceptación tecnológica y adicción a las redes sociales en contextos obligatorios virtuales. *Education in The Knowledge Society (EKS)*, 20-42.

<https://doi.org/10.14201/eks.25424>

Young, K. (08 de Enero de 1998). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 237-244.

<https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

Yrigoyen, A. (12 de Enero de 2023). Percepción de las adolescentes sobre la imagen corporal expuesta en redes sociales. <http://hdl.handle.net/10757/667337>

Yupanqui, E. (02 de Agosto de 2020). Uso problemático de las redes sociales virtuales y autoestima en jóvenes de una universidad privada de Lima Metropolitana.

<https://repositorio.usil.edu.pe/items/e752dbe8-b5e2-4517-8441-b671f7ac2829>

## Anexos

### Anexo 1. Consentimiento Informado para Participantes de Investigación (Información al participante)

Las estudiantes Zelina Ayaque Segovia y Adriana Rodríguez Márquez pertenecientes a la carrera de Psicología de la Universidad Católica de Santa María de Arequipa. Se encuentran desarrollando el proyecto de investigación titulado “Uso Problemático de las Redes Sociales e Insatisfacción Corporal en Adolescentes de un Colegio Privado y Público en Épocas de Pandemia”. Por ello solicitamos su participación aportando valiosa información al respecto. Deseamos asegurarle que su identidad (nombre y apellidos) será resguardada en forma CONFIDENCIAL. En caso de aceptar, su participación específica consistirá en completar una ficha con sus datos personales, además de unos cuestionarios de medición de Escala de adicción de redes sociales el cual consta de 29 preguntas y el Body Shape Questionnaire de 34 preguntas. Todo ello no le llevará más de 45 minutos en responder, una vez que haya firmado el acta de consentimiento informado. En caso de requerir más información sobre la finalidad de este proyecto, usted puede solicitarla a los investigadores antes de participar, incluso aunque después decida arrepentirse. Si decidiera no aceptar participar del estudio, no necesita dar ningún tipo de explicaciones, tampoco significará alguna sanción o problemas administrativos en el centro educativo en el que se encuentra, ni representará ningún costo para Ud. Deseamos hacer presente que esta investigación no conlleva ningún perjuicio a la salud de los adolescentes incluidos en este estudio. Para su tranquilidad, finalizado el estudio, el equipo de investigadores se compromete a eliminar todo registro en que aparezcan sus datos personales. Por lo anterior, declaro que el equipo investigador, me ha explicado en forma clara los alcances de mi participación en el proyecto y su objetivo.

También declaro haber sido informado de que, en este acto libre y consciente, puedo retirarme en cualquier momento de la investigación.

De acuerdo a todo lo anterior yo:

( ) Decido participar voluntariamente. ( ) Rechazo participar voluntariamente

Nombre y firma del o de la invitada a participar del estudio

NOMBRE          FIRMA

Nombre y firma de los padres y/o cuidador (en caso de ser menor de edad) NOMBRE          FIRMA

Nombre y firmas del o de la investigadora que proporcionó la información NOMBRE          FIRMA

Firmado en....., a..... de..... de 2021

## Anexo 2. Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI)

Algunas personas de tu edad se conectan a internet a través de teléfonos inteligentes smartphone, iPhone, tablets, portátiles u otros nuevos dispositivos. Pasan prácticamente todo el día conectado por diversas razones: les divierte, les da seguridad, se comunican entre amigos, etc. Sin embargo, en ocasiones puede crear ansiedad prescindir de la conexión a internet o de las redes sociales. En esta parte del cuestionario responde cómo es tu conexión a internet o redes sociales y cuál es el uso que realizas de ellas. Es importante que contestes a todas las afirmaciones que vienen a continuación y que lo hagas con sinceridad, marcando la respuesta que consideres adecuada de acuerdo a estos valores

*1 = Nunca o nada; 2 = Alguna vez o poco; 3 = Bastantes veces o bastante; 4 = Siempre o Mucho*

¿Cuánto y cuándo utilizo las redes sociales e internet? (Síntomas-adicción)	1	2	3	4
1. Teniendo en cuenta todas las veces que visito las RSI y el WhatsApp, sin estar dedicadas al estudio, el tiempo que paso diariamente en ellas es: (1) Alrededor de 1 hora; (2) Unas 2 horas; (3) Entre 3 y 4 horas; (4) Más de 4 horas				
2. Utilizo las RSI en mis horas de estudio y / o trabajo				
3. Ahora mismo sentiría rabia si tuviera que dejar de usar las RSI				
4. Accedo a las RSI en cualquier lugar y a cualquier hora				
5. Creo que conectarme a las RSI ha interferido en mi trabajo académico				
6. He perdido horas de sueño por conectarme a las redes sociales y por ver series				
7. Oculto en mi casa el tiempo que me conecto a las RSI				
8. Si no tengo acceso a internet me siento inseguro(a)				
9. Actualizo mi estado				
<i>Total síntomas de adicción</i>				
El uso más habitual que realizo de las redes sociales es: (Uso-social)	1	2	3	4
10. Consulto los perfiles de mis amigos / as				
11. Utilizo el chat				

12. Subo fotografías y / o videos				
13. Comentamos las fotografías entre amigos/as				
14. Veo lo que mis contactos están haciendo en las últimas horas				
15. Encuentro a antiguos amigos				
16. El número de fotografías que he publicado en las RSI e internet es:				
(1) <100; (2) 101 a 1000; (3) 1001 a 3000; (4) > 3000				
17. Hacer nuevos amigos/as				
<i>Total uso social</i>				
Paso tiempo en las RSI para: (Rasgos-frikis)	1	2	3	4
18. Jugar a juegos virtuales y / o de rol				
19. Unirme a grupos de interés				
20. Buscar información sobre sexualidad				
21. Entrar en páginas eróticas				
22. Tener encuentros sexuales				
23. Uso el móvil para escribir mensajes eróticos				
<i>Total rasgos frikis</i>				
Tengo un móvil, Smartphone, iPhone y... (Nomofobia)	1	2	3	4
24. Me siento más seguro o acompañado sabiendo que en cualquier momento me puedo comunicar con alguien				
25. Creo que es más seguro mandar una fotografía por móvil que colgarla en otras RSI				
26. Si no responden inmediatamente a mis mensajes siento ansiedad y angustia				
27. Me pondría furioso si me quitarán el móvil				
28. Necesito saber si el destinatario ha leído o no mi mensaje				
29. Me inquieto si nadie me habla cuando estamos conectados				
<i>Total nomofobia</i>				
<i>Total</i>				



### Anexo3.Cuestionario de imagen corporal (BSQ)

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Conteste al siguiente cuestionario lo más exactamente posible.

Cada pregunta tiene seis posibles respuestas: SIEMPRE (todos los días), MUY A MENUDO (4 o 5 días a la semana), A MENUDO (15 días al mes), ALGUNAS VECES(10 días al mes). RARA VEZ (5 días al mes), NUNCA. Elige la que más se aproxime a tu realidad.

- |   |         |              |          |          |               |          |       |
|---|---------|--------------|----------|----------|---------------|----------|-------|
| 1. ¿Se sintió o se siente molesto(a) con tu cuerpo?   | SIEMPRE | MUY A MENUDO | A MENUDO | A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |
| 2. ¿Se sintió o se siente tan preocupado(a) por su figura que pensó o piensa que debería ponerse a dieta? | SIEMPRE | MUY A MENUDO | A MENUDO | A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |
| 3. ¿Pensó o piensa que sus nalgas, caderas o muslos eran demasiado grandes en relación a su cuerpo?       | SIEMPRE | MUY A MENUDO | A MENUDO | A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |
| 4. ¿Sintió temor a volverse gordo(a) o a engordar?  | SIEMPRE | MUY A MENUDO | A MENUDO | A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |
| 5. ¿Se sintió preocupado(a) porque su cuerpo no está tonificado?  | SIEMPRE | MUY A MENUDO | A MENUDO | A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |
| 6. ¿La sensación de plenitud (por ej. Después de una comida) le hizo o le hace sentirse gordo(a)?         | SIEMPRE | MUY A MENUDO | A MENUDO | A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |
| 7. ¿Se sintió o se siente tan mal con su cuerpo que se dice   | SIEMPRE | MUY A MENUDO | A MENUDO | A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |

- palabras hirientes cuando se ve?
8. ¿Evito o evita correr a causa de que su cuerpo no está tonificado? SIEMPRE MUY A A ALGUNAS RARA NUNCA  
MENUDO MENUDO VECES VEZ
  9. ¿El hecho de estar junto a alguien más delgado le hizo o le hace tomar conciencia sobre su figura? SIEMPRE MUY A A ALGUNAS RARA NUNCA  
MENUDO MENUDO VECES VEZ
  10. ¿Se sintió o se siente preocupado(a) por no caber en una silla? SIEMPRE MUY A A ALGUNAS RARA NUNCA  
MENUDO MENUDO VECES VEZ
  11. ¿El hecho de comer incluso una pequeña cantidad de comida le hace sentirse gordo(a)? SIEMPRE MUY A A ALGUNAS RARA NUNCA  
MENUDO MENUDO VECES VEZ
  12. ¿El hecho de tener conocimiento del cuerpo de otro, le hace sentir el suyo comparado desfavorablemente? SIEMPRE MUY A A ALGUNAS RARA NUNCA  
MENUDO MENUDO VECES VEZ
  13. ¿El hecho de pensar en su cuerpo interfiere en su capacidad para concentrarse (por ej. Mientras ve la tele, o lee)? SIEMPRE MUY A A ALGUNAS RARA NUNCA  
MENUDO MENUDO VECES VEZ
  14. ¿El estar desnudo(a) (por ej. Al tomar un baño) le hace sentirse gordo(a)? SIEMPRE MUY A A ALGUNAS RARA NUNCA  
MENUDO MENUDO VECES VEZ
  15. ¿Evita ponerse ropas que realzan su figura corporal? SIEMPRE MUY A A ALGUNAS RARA NUNCA  
MENUDO MENUDO VECES VEZ
  16. ¿Imagina desprenderse de SIEMPRE MUY A A ALGUNAS RARA NUNCA  
MENUDO MENUDO VECES VEZ

determinadas partes de su cuerpo?							
17. ¿El hecho de comer pasteles, caramelos o productos de valor calórico alto le hace sentirse gordo(a)?	SIEMPRE	MUY MENUDO	A A	A MENUDO	ALGUNAS VECES	RARA VEZ	NUNCA
18. ¿No asiste a reuniones sociales (por ej. Fiestas) a causa de que se sintió mal con su cuerpo?	SIEMPRE	MUY MENUDO	A A	A MENUDO	ALGUNAS VECES	RARA VEZ	NUNCA
19. ¿Se siente excesivamente grueso(a)?	SIEMPRE	MUY MENUDO	A A	A MENUDO	ALGUNAS VECES	RARA VEZ	NUNCA
20. ¿Se siente avergonzado(a) de su cuerpo?	SIEMPRE	MUY MENUDO	A A	A MENUDO	ALGUNAS VECES	RARA VEZ	NUNCA
21. ¿La preocupación por su cuerpo le hace estar a dieta?	SIEMPRE	MUY MENUDO	A A	A MENUDO	ALGUNAS VECES	RARA VEZ	NUNCA
22. ¿Se siente más feliz con su cuerpo cuando su estómago está vacío (por ej. Por la mañana)?	SIEMPRE	MUY MENUDO	A A	A MENUDO	ALGUNAS VECES	RARA VEZ	NUNCA
23. ¿Piensa que la causa de su cuerpo es la falta de autocontrol?	SIEMPRE	MUY MENUDO	A A	A MENUDO	ALGUNAS VECES	RARA VEZ	NUNCA
24. ¿Se siente preocupado(a) por que otras personas vean su cintura o estómago?	SIEMPRE	MUY MENUDO	A A	A MENUDO	ALGUNAS VECES	RARA VEZ	NUNCA
25. Siente que no es justo que otras sean más delgadas que usted?	SIEMPRE	MUY MENUDO	A A	A MENUDO	ALGUNAS VECES	RARA VEZ	NUNCA
26. ¿Vomitó con la intención de sentirse más ligero(a)?	SIEMPRE	MUY MENUDO	A A	A MENUDO	ALGUNAS VECES	RARA VEZ	NUNCA
27. ¿En compañía con otras personas se	SIEMPRE	MUY MENUDO	A A	A MENUDO	ALGUNAS VECES	RARA VEZ	NUNCA

siente preocupado(a) por ocupar demasiado espacio (por ej. sentado en un sofá o el asiento del autobús)?

- |  |         |            |            |               |          |       |
|--|---------|------------|------------|---------------|----------|-------|
| 28. ¿Se siente preocupado(a) por el hecho de que le formen rollitos en la piel?                            | SIEMPRE | MUY MENUDO | A A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |
| 29. ¿El verse reflejado(a) (por ej. en un escaparate o un espejo) le hace sentirse mal con su cuerpo?      | SIEMPRE | MUY MENUDO | A A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |
| 30. ¿Pellizca zonas de su cuerpo para ver cuanta grasa contiene?   | SIEMPRE | MUY MENUDO | A A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |
| 31. ¿Evita situaciones donde otras personas podrían haber visto su cuerpo? (por ej. vestuarios, piscinas)? | SIEMPRE | MUY MENUDO | A A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |
| 32. ¿Toma laxantes para sentirse más ligero(a)?  | SIEMPRE | MUY MENUDO | A A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |
| 33. ¿Tomó especial conciencia de su cuerpo en compañía de otras personas?                                  | SIEMPRE | MUY MENUDO | A A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |
| 34. ¿La preocupación por su cuerpo le hace sentir debería hacer ejercicio?                                 | SIEMPRE | MUY MENUDO | A A MENUDO | ALGUNAS VECES | RARA VEZ | NUNCA |