

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen
corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024**

Yamily Quispe Ayrampo

Para optar el Título Profesional de
Licenciado en Psicología

Cusco, 2025

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

A : Decana de la Facultad de Humanidades
DE : Verónica Luna Ccoa
Asesor de trabajo de investigación
ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad de trabajo de investigación
FECHA : 01 de mayo del 2025

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para informar que, en mi condición de asesor del trabajo de investigación:

Título:
ADICCIÓN A REDES SOCIALES E INSATISFACCIÓN DE IMAGEN CORPORAL EN ESTUDIANTES DE UN COLEGIO DE CUSCO, 2024.

AUTORA :
1. Yamily Quispe Ayrampo – EAP. Psicología

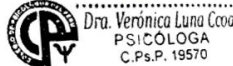
Se procedió con la carga del documento a la plataforma "Turnitin" y se realizó la verificación completa de las coincidencias resaltadas por el software dando por resultado 17% de similitud sin encontrarse hallazgos relacionados a plagio. Se utilizaron los siguientes filtros:

- Filtro de exclusión de bibliografía SI ☒ NO ☐
- Filtro de exclusión de grupos de palabras menores
Nº de palabras excluidas (en caso de elegir "SI"): 20 SI ☒ NO ☐
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante SI ☐ NO ☒

En consecuencia, se determina que el trabajo de investigación constituye un documento original al presentar similitud de otros autores (citas) por debajo del porcentaje establecido por la Universidad Continental.

Recae toda responsabilidad del contenido del trabajo de investigación sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos conducentes a Grados y Títulos – RENATI y en la normativa de la Universidad Continental.

Atentamente,



Dra. Verónica Luna Ccoa
PSICÓLOGA
C.Ps.P. 19570

Asesor de trabajo de investigación

DEDICATORIA

Esta tesis se la dedico a mi amada madre, quien me dio el mayor regalo, la educación; y, a mi mejor cómplice, amiga y compañera de vida desde que tengo uso de razón, mi hermosa hermana Fiorella. Este también es un logro vuestro.

Para mi querida mamá grande Maruja, quien desde el cielo me guía y cuida, añoraría poder compartir este logro profesional con ella.

Yamily Quispe Ayrampo

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, por darme fortaleza durante este arduo camino y por brindarme personas que me ayudaron a hacerlo posible. Gracias a mi madre Lidia Ayrampo por creer en mí y brindarme su apoyo incondicional. Le doy las gracias a la Universidad Continental quien me dio una formación académica y a todos los docentes que con paciencia impartieron sus conocimientos. De manera especial agradezco a la Dra. Verónica Luna Ccoa, por ser parte fundamental en esta tesis y su valioso asesoramiento en la presente investigación.

Yamily Quispe Ayrampo.

INDICE

DEDICATORIA	i
AGRADECIMIENTO.....	ii
RESUMEN	vi
INTRODUCCIÓN	viii
CAPÍTULO I.....	10
Planteamiento del problema.....	10
1.2 Problema general y específicos	23
1.3 Objetivo general y específicos	24
CAPÍTULO II	27
MARCO TEÓRICO.....	27
2.1 Antecedentes del problema	27
2.2 Bases teóricas	32
Base teórica de adicción a redes sociales.....	36
Bases teóricas de insatisfacción de imagen corporal	45
Redes Sociales:.....	49
HIPÓTESIS Y VARIABLES	51
3.1 Hipótesis General.....	51
3.2 Variables	52
3.3. Matriz de operacionalización de las variables	52
CAPÍTULO IV	55
METODOLOGÍA	55
4.1.2 Método	55
4.1.5 Diseño de la investigación	56
Población	56
Muestra:	57
Técnicas de recolección de datos	58
Instrumentos:	58
Ficha técnica de los instrumentos:	59
4.1 Procedimiento de recolección de datos.....	64

Aspectos éticos:.....	65
Aspectos administrativos y técnicas estadísticas de análisis de datos:.....	65
CAPÍTULO V	67
Resultados	67
CAPÍTULO VI	77
6.1 Discusión de resultados.....	77
6.2 CONCLUSIONES	85
6.3 RECOMENDACIONES	87
REFERENCIAS	89
ANEXOS	

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Matriz de operacionalización de la adicción a redes sociales	54
Tabla 2 Matriz de operacionalización de la imagen corporal.....	55
Tabla 3 Población de la I.E Diego Quispe Ttito	58
Tabla 4 Muestra.....	59
Tabla 5 Baremos del cuestionario de adicción a redes sociales	61
Tabla 6 Baremos para mujeres del cuestionario de IIC.....	62
Tabla 7 Baremos para varones del cuestionario de IIC.....	62
Tabla 8 Prueba de normalidad.....	68
Tabla 9 Prueba de correlación entre ARS E IIC	69
Tabla 10 Descripción de los niveles de la ARS	70
Tabla 11 Descripción de los niveles de IIC en mujeres	71
Tabla 12 Descripción de los niveles de IIC en varones	72
Tabla 13 Prueba de correlación entre la ARS e IIC en mujeres.....	73
Tabla 14 Prueba de correlación entre la ARS e IIC en varones	74
Tabla 15 Prueba de correlación entre ARS y la dimensión cognitivo – emocional de la IIC	75
Tabla 16 Prueba de correlación entre ARS y la dimensión perceptiva de la IIC	76
Tabla 17 Prueba de correlación entre ARS y la dimensión conductual de la IIC.....	77

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco. En este sentido, la investigación presenta un enfoque cuantitativo de nivel correlacional y un diseño no experimental de corte transversal. Para ello, se empleó el cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS) y el cuestionario de Insatisfacción de imagen corporal (IMAGEN) a 180 estudiantes del nivel secundario, entre los cuales, se consideró a la población de tercer, cuarto y quinto grado de secundaria. Los resultados concluyeron que la adicción a redes sociales se correlaciona a la insatisfacción de imagen corporal ($\rho=0.602$; $p<0.000$) de una forma positiva moderada. Este hallazgo indica que los estudiantes presentan un nivel alto de adicción a las redes sociales, razón por la cual, manifestaron un alto riesgo de presentar insatisfacción con su imagen corporal.

Palabras clave: redes sociales, adicción a redes sociales, imagen corporal, insatisfacción, estudiantes.

ABSTRACT

The present study aimed to determine the relationship between addiction to social networks and body image dissatisfaction in students of a school in Cusco. In this sense, the research presents a quantitative approach of correlational level and a non-experimental cross-sectional design. For this purpose, the Addiction to Social Networks Questionnaire (ARS) and the Body Image Dissatisfaction Questionnaire (IMAGEN) were used with 180 high school students, among which, the population of third, fourth and fifth grade of high school was considered. The results concluded that addiction to social networks correlates to body image dissatisfaction ($\rho=0.602$; $p<0.000$) in a moderate positive way. This finding indicates that the students present a high level of addiction to social networks, reason for which, they manifested a high risk of presenting dissatisfaction with their body image.

Key words: social networks, social network addiction, body image, dissatisfaction, students.

INTRODUCCIÓN

La presencia constante de las plataformas digitales y redes sociales en la vida cotidiana ha transformado la comunicación e interacción entre las personas. Como consecuencia, estas herramientas se han convertido en el principal mecanismo de interacción social, redefiniendo la manera en que los individuos se relacionan con su entorno interpersonal.

En este sentido, el uso de estas plataformas tiene un impacto significativo en los jóvenes y adolescentes, incluso, al punto de convertirse en una parte esencial de su rutina diaria, debido a que, estas plataformas son el principal medio para establecer nuevas interacciones sociales. Sin embargo, esto ha generado consecuencias negativas, como comportamientos obsesivos hacia las plataformas, la adopción de ideales de belleza promovidos en ellas, el descuido de actividades académicas y familiares, y la afectación del constructo de la propia imagen corporal. Esta situación evidencia cómo estos problemas adquieren cada vez mayor en nuestra sociedad, generando diversas consecuencias que afectan el bienestar mental de los individuos.

Bajo este entender, surge el objetivo de este estudio el cual propone determinar la relación entre ambas variables, estas son, la adicción a redes sociales; y, la insatisfacción con la imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco 2024. De este modo, el estudio logra identificar el nivel de adicción a las redes sociales y la forma en que estas repercuten en la imagen corporal de cada persona. Asimismo, se proponen una serie de recomendaciones como la creación de programas destinados a la prevención, la promoción e intervención de esta problemática en la institución educativa.

El estudio presenta la siguiente estructura. En el primer capítulo se hace referencia al planteamiento de problema, mencionando los objetivos de estudio y explicando la justificación de este. A continuación, el segundo capítulo expone el marco teórico, el cual incluye los antecedentes del estudio, las teorías que respaldan el mismo y la definición de palabras clave.

El tercer capítulo presenta las hipótesis y la matriz de operacionalización de las variables. Después, se encuentra el cuarto capítulo donde se detallan los elementos y aspectos metodológicos, como los métodos aplicados, el diseño del estudio, la población y muestra, así como las técnicas e instrumentos utilizados. También se encuentra el proceso de recolección de datos, su análisis y los aspectos éticos.

Finalmente, el quinto capítulo expone y analiza los resultados obtenidos. Por su parte, el trabajo concluye con el sexto capítulo, el cual comprende la discusión de los resultados, así como la presentación de conclusiones y recomendaciones. Para cerrar, el estudio presenta las referencias bibliográficas y los anexos, los cuales contienen los documentos que respaldan la investigación.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

El surgimiento de Internet se remonta a 1962 en Estados Unidos, con la creación de algunas redes de correspondencia locales que, tras más de una década, comenzaron a expandirse por el país, alcanzando en 1973 un desarrollo más amplio. Con el tiempo, esta tecnología se extendió a nivel global, convirtiéndose en un elemento indispensable para la conectividad y la interacción en el transcurso de nuestras vidas (Cañedo, 2004). En efecto, la creación de Internet y el avance concomitante de la tecnología han traído cambios importantes a nivel individual y social. Algunos de los resultados son los cambios en las formas de interacción social, de comunicación o las nuevas maneras de compartir información.

Dicho esto, las redes sociales y los aparatos tecnológicos asociados (smartphones, tabletas, relojes inteligentes, entre otros) se convirtieron en grandes aliados, logrando que los individuos puedan comunicarse en tiempo real desde diferentes ubicaciones geográficas. Por otro lado, han facilitado el acceso a la información y el aprendizaje.

Aunque estos avances tecnológicos y la introducción de las redes sociales traen múltiples beneficios, un uso desmedido puede generar inconvenientes en el bienestar mental y emocional de los individuos, puesto que, puede influir negativamente en las actividades sociales e interferir en la construcción de relaciones interpersonales saludables. De acuerdo con Echeburúa y Requesens (2012), la dependencia y la adicción en los usuarios de Internet se debe al uso excesivo y desmedido de las redes. A pesar de que la tecnología no es inherentemente dañina,

un uso excesivo puede llevar a consecuencias negativas como el aislamiento social y problemas de salud mental.

Celaya (2008) define estas redes como aplicaciones de Internet donde las personas pueden compartir una amplia gama de información (tanto personal como laboral) con otros usuarios (tanto conocidos como desconocidos) alrededor de todo el mundo. Según la definición de Boyd y Ellison (2017), estas plataformas virtuales permiten crear perfiles públicos o semipúblicos en un sistema específico, formando un grupo interconectado de usuarios que pueden ver y observar a otros usuarios dentro del sistema.

El término "redes sociales" se refiere a un entorno digital que facilita la conexión e interacción instantánea entre una o varias personas. Aunque todas las redes sociales comparten características similares, cada una tiene aspectos únicos que las distinguen. Algunas de las plataformas más populares y ampliamente utilizadas incluyen Facebook, Instagram, WhatsApp, YouTube, Twitter, TikTok y LinkedIn, entre otras.

En la sociedad actual, resulta impensable vivir sin internet. La importancia fundamental de esta tecnología en la vida cotidiana de los individuos es evidente, con mayor frecuencia, en jóvenes y adolescentes. Como mencionan Villalba et al. (2021), la adicción a las plataformas digitales es un tipo de dependencia a las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC), además, existen estudios los cuales han mostrado los efectos negativos que estas pueden tener en la estabilidad mental y emocional de las personas. En las siguientes líneas detallaremos algunos de estos efectos.

Un estudio sobre el uso de TIC arrojó que son los estudiantes la población que utiliza con una alta incidencia las redes sociales, con un porcentaje del 92,0%. Estos datos obtenidos

están en línea con investigaciones realizadas por la Unión Europea, que mostraron que el 80% de los hogares contaban con acceso a estas plataformas y a internet. Es así como los jóvenes estudiantes encuentran que los smartphones o teléfonos inteligentes son imprescindibles en su día a día puesto que, estos permiten acceder a distintas aplicaciones en línea, así como buscar información en las redes, otorgando la facilidad de mantener comunicación y socializar con su entorno (Ruiz et al., 2016).

En esa misma línea, la empresa Orange (2018) realizó un estudio en España, en el cual se encontró que 14 años es la edad promedio en la cual las personas se incorporan en este mundo de las plataformas y redes sociales; siendo entre los 16 y 24 años los usuarios más activos. El estudio también encontró que los jóvenes pasan alrededor de 6 horas diarias en estas redes.

En ese mismo sentido, Maier (2020) indica que, en países como China y Alemania, las personas jóvenes realizan un uso excesivo en estas plataformas, tal es así que, el fácil acceso a Internet puede promover una adicción potencial, en la cual el uso irracional y excesivo de estas redes traen consecuencias desencadenantes en la salud mental, la escolaridad y en la manera la forma en que las personas se relacionan entre sí. Asimismo, esto podría influir en el bienestar de las personas que hacen eso de dichas plataformas (Griffiths, 2012).

Sin duda, la comunicación ha experimentado un profundo impacto por el Internet, lo cual ha permitido la difusión y acceso a información en una forma masiva. Adicionalmente, Internet ha afectado la forma en la que las personas se relacionan entre sí. Asimismo, la cantidad de personas que tienen acceso a internet ha aumentado de manera significativa a través de los años, Según estudios recientes del Consejo Internacional de Telecomunicaciones (ITU), en el año 2021 alrededor de la mitad de la población mundial se mantenía conectada a internet,

específicamente 4932 millones de usuarios, lo que corresponde al 63% de la población (International Telecommunication Union, 2021).

Según Oberlo (2021), Facebook es la red social en la cual las personas hacen mayor uso y cuenta con más de mil millones de suscriptores al año 2012. Esta información, según transcurrieron los años, sufrió variaciones y, según investigaciones recientes, la red social con mayor uso en la actualidad es TikTok, con una mayor prevalencia de usuarios jóvenes y adolescentes (Andrade & Frutos, 2024).

En el Perú, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2023) indica que, en el segundo trimestre del año 2023, más del 77% de la población peruana de 6 años a más usa plataformas digitales e Internet, lo cual representa un aumento de 4,3% con relación al mismo periodo del año anterior y, un incremento de 18,1% con respecto al año 2019. También, se informó que el uso de Internet es mayor en hombres, con un porcentaje de 79,6%; y, en mujeres un 75,0%, reflejando una brecha de género de 4,6 puntos porcentuales. Del mismo modo, también se menciona que el 95,3% de la población de 19 a 24 años presentó un notable mayor porcentaje de uso de redes sociales e Internet, seguido por las personas de 25 a 40 años con un 90,8%. El grupo de edades de entre 12 a 18 años siguió con un 89,8%. Además, entre la población de 6 a 11 años y en la de 60 años y más, el 61,1% y el 40,2% utiliza Internet y redes sociales, respectivamente.

Es importante mencionar que se emplean las redes sociales de maneras diversas puesto que, estas dan la posibilidad de esconder la identidad real detrás de una pantalla e, incluso, algunas personas llevan una “vida paralela” e interactúan con otras personas sin las restricciones y normas presentes en el mundo real. Algunas personas muestran o expresan mediante este medio sus fantasías en el mundo virtual, además, otras personas las usan como una forma de

evadir sus problemas y vivencias en el mundo real.

En efecto, la adicción a las redes sociales contribuye al desarrollo de esquemas cognitivos alterados los cuales se relacionan con la percepción de la propia imagen corporal, además de fomentar un aislamiento social que afecta las habilidades interpersonales y desvía a las personas de sus metas de vida. Este tipo de adicción también provoca un aislamiento significativo de la realidad, generando problemas en el ámbito emocional, afectivo, familiar, educativo y social. Se explica cómo un uso excesivo de estas plataformas impacta negativamente en la salud mental, llevando al individuo a presentar comportamientos similares a los adictos a sustancias. Al restringir el uso o conexión a las redes sociales, la persona puede experimentar síntomas de abstinencia como ansiedad, desesperación e inseguridad (Cabero et al., 2020).

En la actualidad, las personas ponen cada vez más énfasis en su imagen corporal y muestran un mayor interés por la opinión que los demás tienen de ellos, ya sea en persona o detrás de una pantalla. De esta manera, los individuos se encuentran más conscientes de la forma en cómo se presentan a los demás y cómo son percibidos por el mundo exterior.

Según Blanco (2020), la imagen corporal es la forma en la que el individuo percibe su propio cuerpo, lo cual no necesariamente se asocia con la apariencia física real del individuo. En cambio, esta insatisfacción está vinculada con factores como las creencias, los sentimientos, las relaciones sociales, la cognición y la conducta. La insatisfacción con la imagen corporal puede conducir al malestar con la propia imagen, asociada con otras alteraciones relacionadas a la salud mental como la ansiedad, la depresión y los trastornos alimenticios. Además, es un fenómeno que afecta tanto a mujeres como a hombres, lo cual indica que es un problema de salud mental universal que no debe ser ignorado (Tatangelo et al., 2015).

De manera análoga, los diferentes medios comunicativos y las plataformas de las redes sociales pueden influir significativamente en la construcción del autoconcepto y autoestima de las personas, ya que las redes sociales actualmente tienen una gran influencia en los adolescentes y adultos jóvenes. Estos grupos pueden sentir que viven bajo el escrutinio de una audiencia virtual, y el deseo de promoverse en la red puede ofrecer sensaciones de logro y pertenencia, ya que, observan estereotipos de belleza difíciles de alcanzar (Sanfeliciano, 2018).

En esa misma línea, Ladera (2016) refiere que estas plataformas virtuales han influido en el concepto erróneo que las personas tienen con relación a su propia imagen. Esto se debe a la información que se comparte en estas redes, particularmente en lo relacionado con temas de belleza, moda y dietas extremas. El interés excesivo sobre la imagen corporal es un factor que afecta la salud mental, y puede conducir a trastornos alimenticios, obsesión por el ejercicio, insatisfacción corporal, y obsesión por las redes sociales ya que buscan seguir este contenido para poder en algún momento alcanzar estos estereotipos de belleza que muestran.

Según la International Society of Aesthetic Plastic Surgeons (ISAPS, 2013) tanto hombres como mujeres experimentan insatisfacción con su cuerpo y su apariencia. Alrededor del 75% de las personas expresan descontento con su imagen. Esto puede llevar a la búsqueda de intervenciones quirúrgicas para ajustarse a los estándares de belleza socialmente aceptados. A pesar de ello, la preocupación de las personas por su imagen se ha incrementado, enfocándose en cómo desean ser percibidas y qué desean comunicar a través de esta comunidad creada en redes y plataformas sociales, donde buscan ajustarse a los estándares ideales de belleza.

La inquietud de los adolescentes sobre su aspecto físico ha sido objeto de estudio a nivel nacional e internacional. En ese sentido, Zagalaz et al. (2014) realizó una investigación en Jaén

(España), basada en estudios realizados en Estados Unidos, Australia, entre otros países encontrando que el 80% de los adolescentes experimentan ansiedad respecto a su imagen corporal.

En ese mismo sentido, en la ciudad de México, Padrón et al. (2015), llegaron a la conclusión que los participantes en su estudio evaluaron la percepción referente a su imagen corporal al comparar sus cuerpos con otras imágenes, lo que hace que la satisfacción personal se convierta en una prioridad, especialmente para aquellos con sobrepeso u obesidad. Este grupo enfrenta una estigmatización social considerable, lo que puede tener un impacto significativo en su autoestima. Se destaca que aproximadamente el 71% de la población mexicana se ve afectada por el sobrepeso y su inconformidad con su imagen corporal.

En el contexto peruano, se observa una situación similar, donde los jóvenes y adolescentes enfrentan riesgos relacionados con la percepción de la imagen corporal, o, como el peso y altura. Según revela un estudio llevado a cabo en Lima por Enriquez y Quintana (2016), indican que el 36.1% de los jóvenes tiene una percepción incorrecta de su peso, mientras que el 50.9% muestra una percepción equivocada de su talla. Además, señalaron que los adolescentes tenían una visión distorsionada de su cuerpo y expresan sentimientos negativos hacia sí mismos. Esto se traducía en acciones como seguir dietas, participar en actividades físicas y consumir productos con la intención de perder peso o aumentar su estatura.

En la actualidad, las mujeres enfrentan presiones para tener cuerpos con proporciones poco realistas, lo que puede causar insatisfacción con su apariencia y el deseo de ser más delgadas, como así lo refiere, Toselli y Spiga (2017). En esa misma línea, en los últimos tiempos, Langley (2006) afirma que no solo las mujeres han prestado mucha atención a su apariencia, sino que, de

acuerdo con los cambios socioculturales, los hombres también han comenzado a dar importancia a su imagen desde edades tempranas.

Según Safon y Saldarriaga (2014), los estándares de belleza que se han establecido en la sociedad en los últimos tiempos promueven la delgadez como ideal para las mujeres y/o vigorexia, como meta para los hombres. Estas normas socioculturales determinan lo que se considera atractivo y cuáles están dentro de los estándares de belleza, lo que ha llevado a muchas personas a adoptar conductas perjudiciales para su salud con tal de alcanzar dichos ideales.

Esto evidencia cómo la insatisfacción con la propia imagen corporal tiene un impacto significativo en los pensamientos, emociones y comportamientos de los individuos, provocando cambios en su interacción con el entorno cercano y en sus hábitos alimenticios, lo que, en última instancia, puede deteriorar su bienestar físico y mental. En esa misma línea Holland y Tiggermann (2016), realizaron un estudio donde identificaron diferencias de género, mostrando que las mujeres tienden a preocuparse mucho más por su apariencia física y su imagen corporal en comparación con los varones. Una posible razón de este hecho podría ser que las mujeres, en mayor proporción que los varones, experimentan insatisfacción corporal al exponerse a fotografías publicadas en los perfiles de estas redes.

En efecto, la adicción a las redes sociales, tal como lo definieron Ecurra y Salas (2014), refiere a la dependencia a nuevas tecnologías la cual se caracteriza por la imposibilidad de controlar el ingreso y el de estar conectados a estas, así como darle un uso excesivo teniendo como consecuencias perjudiciales para el autocontrol del usuario.

Por su parte, Solano y Cano (2010) definen la insatisfacción de la imagen corporal como el autoconcepto y apreciación que una persona tiene sobre su propio cuerpo o partes del mismo.

Refieren que el impacto de esta insatisfacción afecta en tres dimensiones: cognitivo, emocional y comportamental del individuo.

La dependencia a las redes sociales despertó el interés de muchos investigadores, siendo estudiada a nivel internacional por García (2022) en España. Este estudio se aplicó a 68 estudiantes del sector primaria cuyas edades comprenden entre 11, 12 y 13 años. Los hallazgos son preocupantes ya que se pudo observar que un 30 % de estudiantes, el cual comprende un porcentaje significativo de la población, refieren experimentar insatisfacción con su imagen corporal y afirman querer poder cambiar su aspecto físico a una edad tan temprana. En este sentido, autor del estudio indica que solo un cuestionario puede no proporcionar resultados detallados, pero puede servir como punto de partida para iniciar la reflexión sobre temas importantes como la apreciación respecto a la imagen corporal y cómo estas pueden influir en la salud mental de la población.

Por otro lado, en el ámbito nacional, esta problemática fue investigada por Jimenes y Sedano (2022) quienes realizaron un estudio con una muestra conformada por un total de 234 estudiantes entre ellos 133 mujeres y 101 hombres. En dicha investigación, se encontró una correlación positiva significativa entre las variables estudiadas ($Rho = 0,535$). Con respecto a las dimensiones que forman parte de la variable, dependencia de las redes sociales, se evidenció que la obsesión por estas redes posee un nivel alto del 37,2 %; la carencia de control personal sobre el uso de estas plataformas tiene un nivel medio del 39,7 %; y, el uso descontrolado de estas redes tiene un nivel medio del 41,5 % de los estudiantes.

Asimismo, con relación a las dimensiones de insatisfacción de imagen corporal halló que la dimensión perceptual el 25,7 % posee un nivel marcado y, por lo contrario, existe un nivel mínimo en cuanto a la afectación de la dimensión conductual. La adicción a las plataformas

virtuales (redes sociales) como la insatisfacción de imagen corporal son temas de interés para la investigación psicológica, ya que estas pueden afectar la estabilidad emocional y la salud mental de la sociedad. En el estudio, se evidenció una relación directa entre la dependencia a las redes sociales y la insatisfacción con la imagen corporal, especialmente en estudiantes del género femenino (Jiménez & Sedano, 2022).

Esto puede deberse a la manera como influyen los medios de comunicación en relación con los ideales de belleza y las presiones sociales que se ejercen sobre el aspecto físico. Por lo tanto, se debe investigar más sobre estos fenómenos para comprender sus causas, consecuencias y posibles intervenciones que ayuden a prevenir o reducir los problemas asociados. Es importante añadir que esta investigación busca profundizar el impacto que tienen estas variables en diversos aspectos en la vida de las personas, tanto en su salud mental, interacción social y relaciones interpersonales. Asimismo, este estudio incita a plantear estrategias que puedan ayudar a optimizar la calidad de vida de la población, al investigar los impactos que tienen la adicción a las redes sociales con relación a la insatisfacción de imagen corporal.

En este sentido, se realiza esta investigación con una finalidad netamente práctica y social puesto que, busca entender los fenómenos de manera más profunda, brindando la oportunidad a que se pueda realizar una implementación de políticas públicas, programas de prevención y atención a estos problemas en nuestro país, ya que, el gobierno podría implementar programas educativos y de concientización sobre los peligros de la adicción a las redes sociales y la obsesión por la imagen corporal.

Finalmente, se considera que esta investigación contribuirá a cambiar la cultura digital y optimizar y mejorar la calidad de vida de la sociedad. En efecto, a través de la investigación, es

posible que estos fenómenos sean más positivos, promuevan la salud, el bienestar emocional, y también puedan ayudar a mejorar la percepción de la belleza en la sociedad. Es importante lograr que las personas aprendan a aceptarse y a amarse tal cual son, con sus propias cualidades únicas y no necesariamente basados en los estándares de belleza establecidos por la sociedad.

El propósito de investigar la adicción a las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal es ampliar el conocimiento que ya se tiene sobre las consecuencias que estos fenómenos traen al bienestar mental y a las condiciones de vidas de la población. La finalidad de la investigación es contribuir al desarrollo de medidas de prevención, concientización y tratamiento de esta problemática social. Es importante promover prácticas y estrategias saludables, que apoyen a la sociedad en mejorar su salud mental y así disfrutar de una relación saludable con sus cuerpos y con su propia identidad.

En la misma línea, se debe priorizar la salud mental y fomentar herramientas que promuevan la estabilidad emocional, especialmente en las personas más vulnerables a la adicción a las redes sociales y su relación con su imagen corporal. Esto puede incluir la creación de programas de intervención y promoción, así como la capacitación de profesionales y sobre todo psico educar a la población sobre estos temas.

En el contexto actual, los motivos por el cual se eligieron como variables de estudio la adicción a redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal, son muchas, ya que durante un tiempo determinado mediante la observación se pudo evidenciar que en la actualidad el uso de redes sociales, dispositivos móviles, e Internet ha aumentado de manera significativa en los últimos años. De este modo, Choliz y Marco (2012) argumentan que las redes sociales son más populares entre los jóvenes y los adolescentes, ya que les ofrecen una manera de comunicarse y crear relaciones con otras personas de una forma rápida, espontánea y sencilla. Asimismo, el uso del

internet se ha generalizado en el uso diario de las personas (Ruiz et al., 2016).

De esta manera, las redes sociales pueden tener una importancia relevante en la vida de estas personas ya que están más propensas a generar padecimientos de salud mental como insatisfacción con su imagen corporal, baja autoestima, problemas alimenticios entre otros.

En la misma línea, se menciona que ahondar e investigar estas variables y los fenómenos que preceden a ellas permitirá comprender el impacto que estas plataformas pueden tener en la salud mental de la sociedad, así como en los factores de riesgo de fomentar la promoción de estándares de belleza y presionar a las personas a buscar esta imagen "perfecta" la cual se vende en los aplicativos y plataformas de estas redes.

En efecto, una continua exposición a estos sitios puede provocar que se desarrolle una preocupación considerable en los usuarios sobre cómo se ven en sus fotos, recurriendo de esta manera a los filtros que estas otorgan, así como también generar una gran preocupación sobre cómo los perciben los demás. Este tipo de conductas pueden incluir la práctica de dietas extremas, el uso excesivo de maquillaje o tratamientos estéticos. En algunos casos, esta insatisfacción de la imagen corporal puede llegar a ser un trastorno mental más profundo, como el trastorno de insatisfacción de imagen corporal o la dismorfia corporal (Barber 2021).

De manera análoga, se ha observado que, en las instituciones educativas en la ciudad del Cusco, los estudiantes tienen a disposición un gran número de dispositivos móviles que los conectan a Internet, como celulares y tabletas. De esta manera, los jóvenes están expuestos a una gran cantidad de contenido audiovisual y publicidad que podrían influir en cómo se perciben así mismos y los estándares de belleza. Años atrás, se veía que la mayoría de los estudiantes ya tenían acceso a un celular, con la experiencia de atravesar una pandemia y el confinamiento que esta trajo, esta situación evidentemente aumentó aún más, ya que la conectividad se volvió una necesidad

para mantenerse en contacto con amigos y familiares, así como para realizar actividades académicas (Miranda, 2022).

Durante un período de seis meses, se llevó a cabo una observación detallada de la población estudiada con el objetivo de identificar indicadores y síntomas relacionados con las variables de análisis. A través de este proceso, se detectó una problemática significativa dentro de la institución educativa. Para profundizar en el tema, se realizaron entrevistas estructuradas con el personal de dirección, el área de psicología y los docentes responsables de los estudiantes. Los resultados de las entrevistas confirmaron que los estudiantes utilizan con frecuencia sus celulares y acceden a redes sociales durante el horario de clases, lo que dificulta el desarrollo regular de las actividades académicas. Además, personal encargado del área de psicología señaló que un uso excesivo de las plataformas y redes sociales tiene un impacto negativo en la autoestima y en la percepción que van creando los estudiantes sobre sí mismos.

Asimismo, se llevó a cabo el programa de Familias Fuertes y Líderes con alumnos del nivel secundario, donde en contacto con los padres de familia se pudo identificar mediante entrevistas que sus hijos no solo manifestaban un uso problemático de las redes sociales en el colegio, sino también, en sus hogares con sus familias afectando dicho comportamientos en la dinámica familiar puesto que, los padres de familia refieren indicadores que despertaron el interés para poder investigar las variables de estudio mencionadas.

Dichos indicadores fueron irritabilidad, frustración, inadecuada gestión emocional, agresividad en algunos casos, procrastinación con actividades académicas, comentarios sobre su físico, preocupación excesiva por cómo se ven, mayores cuidados en su alimentación entre otros. En algunos casos, esta situación requiere atención especializada, por lo que, dichos casos son remitidos mediante oficios de la institución educativa al IPRESS de la jurisdicción para una

intervención oportuna en los estudiantes.

Problema general y específicos

1.1.1. General

¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024?

1.1.2 Específicos

- ¿Cuál es el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024?
- ¿Cuál es el nivel de insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024?
- ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco 2024, según género?
- ¿Cuál es la relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024?
- ¿Cuál es la relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024?
- ¿Cuál es la relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión conductual de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024?

1.2 Objetivo general y específicos

1.2.1 General

- Determinar la relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024.

1.2.2 Específicos

- Determinar el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024.
- Determinar el nivel de insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024.
- Determinar la relación entre la adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco 2024, según género.
- Identificar la relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo- emocional de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024.
- Determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024.
- Determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión conductual de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024.

1.3 Justificación e importancia

Justificación Teórica

Se reconoce que tener un mal uso de las plataformas de redes sociales abre la posibilidad de generar repercusiones no favorables en el bienestar de una persona, afectando tanto su relación intrapersonal como diversas áreas de su vida, lo que podría derivar en un deterioro de salud física y también mental. Por esta razón, se consideraron como variables de análisis la adicción a las redes sociales y la insatisfacción con la imagen corporal. Es crucial estudiar estas variables, especialmente en la población adolescente, ya que es uno de los grupos más vulnerables debido a su constante exposición al contenido de las redes sociales y a los estándares de belleza impuestos por la sociedad. Esta investigación adquiere un gran valor teórico al proporcionar información actualizada y relevante sobre el impacto del uso de plataformas digitales en relación con la imagen corporal.

Justificación Práctica

El estudio presenta también una relevancia práctica, porque los resultados obtenidos lograrán clarificar una realidad sobre la adicción a redes sociales en los estudiantes de un colegio en Cusco, cuya finalidad es de indicar la relación con la insatisfacción de imagen corporal y así poder brindar información que pueda aportar más adelante propuestas directas de intervención. Estas podrán ser aplicadas en los estudiantes para minimizar y/o prevenir los daños de la adicción a estas plataformas y ayudar a desarrollar una imagen corporal saludable.

Justificación Metodológica

En términos metodológicos, el diseño del estudio es transversal y descriptivo, el cual permitirá obtener conclusiones científicas en un período de tiempo relativamente corto, lo que

contribuirá en gran medida a mejorar el desarrollo de estrategias para que los estudiantes de la I.E Diego Quispe Tito puedan afrontar la problemática del estudio. Asimismo, la investigación utiliza instrumentos (IMAGEN, ARS) los cuales poseen propiedades psicométricas necesarias, tienen la confiabilidad y validez. También, la adaptación necesaria para la población, por lo que son adecuados para su uso. La investigación cumple con los parámetros de confidencialidad y ética que amerita todo estudio científico, así mismo el presente estudio ayudará a desarrollar futuras investigaciones que podrán adherirse estrictamente a los parámetros de los métodos de investigación científica.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes del problema

A nivel internacional

Un estudio realizado por Camacho et al. (2023) en España, titulado *Relación entre el uso de Instagram y la insatisfacción de imagen corporal de los adolescentes*, analizó el uso de la red social Instagram y cómo este afecta la imagen corporal de los adolescentes. Teniendo como objetivo identificar la relación entre el uso problemático de redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal. Se usó en diseño transversal y la muestra estuvo conformada por 95 adolescentes, llegaron a la conclusión que el 66.5 % de adolescentes tienen acceso a Internet sin supervisión familiar y dos de cada diez individuos consumen 5 a 6 horas diarias de estas plataformas, lo que indica ser que las plataformas de redes sociales forman parte de las actividades de ocio más frecuente entre los adolescentes. Asimismo, encontraron que el 58.8 % de mujeres afirmaron pensar por demás en su imagen corporal y por otro lado el 21,4% de varones afirmaron sentir preocupación por su imagen corporal y su aspecto físico. De esta forma se halló una correlación positiva ($\chi^2(30) = 51.63$, $p < 0,5$) de las variables mencionadas.

En la misma línea también en España, Ladera (2016) redactó un estudio titulado *La insatisfacción de imagen corporal: su relación con las redes sociales y la autoestima*. Este estudio planteó como objetivo identificar la relación entre el uso de redes sociales, la insatisfacción corporal y la intención a realizar acciones encaminadas a la reducción de peso. Se consideró también la influencia de la autoestima en las variables a investigar. Para ello fue considerada una muestra de 123 mujeres las cuales sus edades fluctuaban entre los 18 y 27 años.

Los resultados que obtuvieron fueron los siguientes, se afirmó la existencia de una relación importante entre el uso de redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal ($r = ,35, p < ,05$) así como también a menor autoestima en el individuo se evidenció mayor insatisfacción con imagen corporal, ($r = -,4, p < ,05$) . El estudio concluyó que la presencia de un trastorno alimentario, como la anorexia o la bulimia, se relaciona con una mayor insatisfacción de imagen corporal, ($r = ,78, p < ,05$) a su vez esta insatisfacción está vinculada al uso de redes sociales y la autoestima.

Bajaña & García (2023) en España realizaron, una revisión sistemática de literatura el cual tuvo como objetivo la revisión bibliográfica de diversos estudios científicos disponibles los cuales analizan la relación entre el uso de redes sociales y factores de riesgo para el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria, incluyendo baja autoestima y la insatisfacción corporal. Los resultados de la revisión bibliográfica sugieren que hay una elevación significativa entre el uso tanto como la frecuencia de redes sociales y el nivel de insatisfacción corporal de los participantes ($p \leq 0,01$). Obtuvieron como resultado que, de los 8 artículos científicos seleccionados hallaron como factor predominante de los trastornos de la conducta alimentaria la insatisfacción de imagen corporal la cual se relaciona con la adicción a redes sociales así mismo indicaron que la edad predominante de dicha insatisfacción de imagen corporal ocurre entre los 14 a 24 años.

Siguiendo la misma línea, en la ciudad de Ambato, Ecuador, Ripalda (2022) realizó una investigación con una muestra de 92 estudiantes con edades entre los 13 a 18 años los resultados. Dicha investigación arrojó fue que no hay una relación significativa entre las variables ($Rho = -0,103, p > 0,05$) y que la mayoría de los encuestados no mostraron signos de adicción a las redes sociales ni preocupación por la insatisfacción de imagen corporal. Los resultados indicaron que

el 93.5% de los adolescentes no tienen riesgo de ser adictos a las redes sociales e Internet, mientras que solo el 4.3% tiene un alto riesgo de tener adicción a las redes sociales e Internet. Se descubrió también que el 51,1% de la población que fue estudiada no tenía preocupación por la insatisfacción de imagen corporal y solo el 9,8% tenía preocupación extrema. Estos resultados se deben de considerar considerando diversos factores sociodemográficos.

A nivel nacional

En ese mismo sentido, en Lima, Ecurra (2023) realizó una investigación titulada *Insatisfacción de imagen corporal y adicción a redes sociales en estudiantes del nivel secundario* cuyo objetivo de estudio fue identificar la relación de ambas variables. La muestra que utilizó estuvo conformada por 151 varones y mujeres alumnos del nivel secundario, en los grados respectivos de primero a quinto grado de secundaria, con edades comprendidas entre 13 y 17 años. Los resultados que obtuvo fueron los siguientes, el autor evidenció que existe una correlación significativa ($\rho=0.445$; $p<0.01$) entre las variables de adicción a redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal también indicó que la población presentan pensamientos obsesivos sobre acceder a estas redes y consumir su contenido y son quienes tienen más posibilidades de fomentar insatisfacción con su imagen corporal , lo que puede afectar su forma de pensar sobre sí mismos, desencadenando problemas relacionados a su salud mental.

Por otro lado, en Chiclayo, Aguilar (2023) realizó un estudio titulado *Uso de las redes sociales y percepción de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes universitarios*, donde el objetivo de la presente investigación fue determinar la correlación entre el uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal. Para ello, se utilizó una muestra de 300 estudiantes de ambos sexos y los hallazgos indicaron que existe una relación significativa y

positiva entre las dos variables ($Rho=0.394$, $p>0,0$) puesto que, el uso continuado y repetitivo de las redes sociales puede tener efectos negativos sobre la salud mental de las personas, afectando su autoestima e incrementa la probabilidad de desarrollar una percepción distorsionada de su cuerpo e imagen corporal.

Paredes (2019), en Trujillo, realizó un estudio sobre *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes*, donde uno de los objetivos fue identificar los niveles de adicción a las redes sociales. La muestra estuvo conformada por 225 estudiantes de género masculino y femenino con edades comprendidas entre los 15 y 18 años, encontrando como resultados de manera predominante un nivel bajo de adicción a redes sociales con un porcentaje de 56.9%, seguido por el nivel medio de 40.9%, y un 2.2% de nivel alto.

Andres (2022), en la ciudad de Lima, realizó su estudio titulado *Impacto de las redes sociales en la imagen corporal de adolescentes*, cuyo objetivo principal fue aportar conocimiento teórico sobre la repercusión de las redes sociales en la percepción de uno mismo relacionado con la imagen corporal del adolescente. Para ello, realizó una revisión bibliográfica teniendo como base de datos Scielo, Pubmed y Redalyc; así también trabajos de investigación que aparezcan en RENATI. Los resultados entrados afirmaron que, tanto los estudios realizados en Perú como aquellos llevados a cabo en otros países, muestran una notable influencia de las plataformas digitales en la percepción de la imagen corporal de los adolescentes, sin embargo, resaltó que no todos los usuarios experimentan el mismo impacto, ya que la investigación señala la existencia de factores individuales que predisponen a la insatisfacción corporal, como el aspecto emocional, el cognitivo, el físico y el socioambiental.

Colonio (2023), en la ciudad de Lima, realizó una revisión sistemática de literatura sobre dependencia a las plataformas digitales en adolescentes latinoamericanos. El objetivo de estudio fue explorar la manifestación de la adicción a las redes sociales en una población latinoamericana, con base en una revisión sistemática de estudios realizados entre los años 2020 y 2022. El análisis se redujo a 10 estudios en dicha revisión. Así pues, el autor hace referencia que la muestra de estas investigaciones las cuales son personas que presentan edades fluctuantes entre los 11 y 20 años, muestran niveles de adicción a redes sociales que oscilan entre los niveles medios y altos, con más de la mitad de la población, mostrando niveles significativos de adicción a las redes sociales.

A nivel local

En esa misma línea, en la ciudad del Cusco, Multhauptff (2022) realizó una investigación titulada *Adicción a redes sociales y logro de aprendizaje en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada*, en la cual tuvo como objetivo determinar la relación entre ambas variables e identificar los niveles de adicción a las redes sociales. Dicha investigación fue un estudio correlacional, la muestra que empleo para hallar los resultados estuvo conformado por 108 estudiantes, el cuestionario que usó para medir la variable de adicción a redes sociales fue el ARS - cuestionario de adicción a redes sociales. Las conclusiones que se determinaron fueron existe relación entre ambas variables ($Rho = -0.396$; $p = 0.001$) así mismo halló de manera predominante un nivel alto de adicción a redes sociales con 63.9%, seguido por el nivel medio con un 29.6%, y para finalizar un 6.5% posee un nivel bajo.

Guerra & Ponce de León (2021), realizaron una investigación sobre la insatisfacción con

la imagen corporal en estudiantes universitarios de Cusco, el cual planteó como objetivo identificar los niveles de insatisfacción con la imagen corporal en la población, para ello, se tuvo una muestra de 1000 participantes de diferentes carreras. Asimismo, utilizó el cuestionario de insatisfacción de imagen corporal (IMAGEN) de Solano y Cano (2010). Los resultados, revelaron que el 35.5% de los estudiantes encuestados mostraban una insatisfacción moderada, el 24.1% reportaron insatisfacción severa, el 24% mostraban insatisfacción mínima, y el 16.4% demostraron una insatisfacción marcada con su imagen corporal.

2.2 Bases teóricas

Definición:

Adicción:

La adicción es un patrón de comportamiento repetitivo y persistente, que trae consecuencias negativas y desfavorables para la persona ya que, de esta manera, no puede controlar sus impulsos y es sometida a realizar una determinada acción o consumir algún tipo de sustancia. Esta dependencia puede ser física o mental y puede provocar serias repercusiones en la vida del individuo (Heredia & García, 2017).

Existen tres características principales en la adicción:

- Tolerancia: es una adaptación del cuerpo y/o cerebro a una sustancia o comportamiento adictivo, haciendo que se requieran dosis o duraciones cada vez mayores para lograr el mismo efecto.
- Dependencia: es la necesidad de obtener y administrarse la sustancia o de

realizar la práctica adictiva, para evitar la ansiedad, el dolor o la inquietud. La intensidad de los síntomas varía de acuerdo a la sustancia o práctica, aunque siempre están asociados a la búsqueda compulsiva y a los síntomas del síndrome de abstinencia.

- Síndrome de abstinencia: los síntomas del síndrome de abstinencia son una serie de efectos tanto fisiológicos como psicológicos, que aparecen cuando se deja de consumir una sustancia o de realizar una conducta a la que estaba acostumbrada. Las consecuencias incluyen alteraciones del comportamiento y problemas de salud, tales como dolores de cabeza, insomnio, falta de energía, entre otras (Cuyún, 2013).

La adicción psicológica consiste en los patrones de comportamientos que pueden dañar la vida de una persona, sin que esta sea capaz de controlarlos. El problema de adicción psicológica se caracteriza por la incapacidad de las personas para controlar y manejar las circunstancias que enfrentan. Las personas afectadas por este problema pasan más tiempo dedicándose a la adicción, hasta el punto en el que ciertos aspectos de su vida empiezan a deteriorarse (Salas, 2014).

Redes Sociales:

Son plataformas en línea que han revolucionado la forma en que nos presentamos y nos relacionamos con los demás. A través de la publicación de contenidos y fotografías, ofrecen una forma de comunicación fácil, accesible, directa y dinámica. Nos permiten establecer conexiones y relaciones con personas que están lejos geográficamente, ya sean personas de nuestro círculo social o incluso personas desconocidas, estas plataformas son consideradas una herramienta poderosa la cual permite conectarnos y compartir información, pero es fundamental utilizarlas con precaución (Heredia & García, 2017).

Adicción a redes sociales:

La dependencia a las plataformas sociales implica una adicción psicológica a estas redes, ya que la persona necesita continuamente estar conectada y cuando no tiene acceso a estas redes, puede presentar síntomas de irritabilidad, ansiedad, entre otras (Echeburúa & De Corral, 2010). Desarrollando de esta manera síntomas que afectan a nivel emocional, cognitivo y conductual. Salas (2014), identifica la dependencia a las redes sociales como la ausencia de control tanto como el uso excesivo y patológico de plataformas digitales con características tales como abstinencia, ansiedad, irritabilidad, frustración y depresión si no se puede utilizar. El uso de las redes sociales varía según la edad y esto se debe a la existencia de una brecha generacional la cual se refiere a la diferencia en habilidades tecnológicas entre los nativos digitales, quienes han crecido en la era digital y tienen un dominio excepcional de la tecnología, y los inmigrantes digitales, que nacieron antes de la invención de las TIC y pueden tener un nivel de habilidad y comprensión diferente. Cabe señalar que dichos términos fueron acuñados por Marc Prensky (2001).

Es importante resaltar cómo los niños pequeños tienen una habilidad sorprendente para manejar dispositivos electrónicos, mientras que los adultos pueden encontrar más dificultades en este aspecto. Esta dinámica está generando cambios en las dinámicas y jerarquías familiares. Es necesario tener en cuenta que los niños tienen una capacidad natural para adaptarse a las nuevas tecnologías, lo que les permite desenvolverse con facilidad, mientras que los adultos pueden experimentar desafíos al tratar de adaptarse a este entorno tecnológico (Arab & Díaz, 2016).

En la actualidad, los niños pequeños son los que orientan y guían a los padres sobre el uso de estas nuevas tecnologías, incluidas las plataformas de redes sociales, lo cual implica

que los padres tengan menos conocimiento y no dispongan de estrategias de control sobre Internet y los dispositivos tecnológicos. Como resultado, pueden carecer de la capacidad o los recursos necesarios para proteger a los menores en este universo digital de Internet y las redes sociales, especialmente durante la etapa de la adolescencia. Según Ecurra (2022), la dependencia a estas redes conforma uno de los problemas más comunes y relevantes hoy en día, especialmente entre la población adolescente los cuales son usuarios que con mayor frecuencia hacen uso de dispositivos electrónicos e internet. Esta adicción tiene como característica una conducta impulsiva y obsesiva relacionado con el abuso de estas redes, cuando se les niega el acceso a ellas, experimentan un malestar significativo. Además, se ha observado que los adolescentes adictos a estas redes tienen mayor prevalencia de problemas relacionados con el autoestima, problemas emocionales e insatisfacción con su apariencia física.

La adolescencia es una fase de crecimiento y desarrollo que ocurre entre los 10 y los 19 años, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020). Durante esta fase de transición, los jóvenes experimentan cambios físicos, cognitivos y psicosociales a un ritmo acelerado. Aunque la adolescencia es vista como un período de gran potencial para el desarrollo, también conlleva riesgos considerables, influenciados por el entorno social en el que se encuentran puesto que, durante esta etapa, los adolescentes buscan integrarse en la sociedad y establecer su identidad. Durante esta etapa, se produce la construcción de la identidad de cada individuo a través de las relaciones que establecen con los demás, según lo mencionado por (Martínez & Sánchez, 2016).

Dimensiones

Según Ecurra y Salas (2014) las dimensiones de la variable son las siguientes:

Obsesión por las redes sociales: Hace referencia a pensamientos persistentes y automáticos los cuales están relacionados con las plataformas digitales. El contenido que brindan, así como con su interacción, origina en el individuo sintomatología como el estrés y ansiedad las cuales son aliviadas al hacer uso de estas plataformas. Se relaciona del mismo modo con cambios de comportamiento, dificultades a la hora de socializar con otros, cambios en la actitud y de pensamiento, desinterés por actividades que antes eran relevantes para el individuo, así como también estados de ansiedad y estrés.

Falta de control personal: Hace referencia a la insuficiencia de evitar o no usar las redes sociales, perjudicando el área familiar, académica, laboral y social del individuo. Abordando situaciones en la cual el individuo no puede controlar el ingreso a estas plataformas; influyendo en el deterioro de los aspectos cognitivos, afectivos y conductuales del usuario.

Uso excesivo de las redes sociales: Se refiere a la imposibilidad de gestionar o controlar el uso de las plataformas digitales, así como también del no poder establecer límites de tiempo que se invierte usando las redes sociales ya que conduce a no tener la capacidad de detenerse, lo que conlleva a un mayor uso de las plataformas con el pasar del tiempo.

Base teórica de adicción a redes sociales

Modelo teórico de Ecurra y Salas

El estudio de Ecurra y Salas (2014) se basó en elementos teóricos del Manual Diagnóstico de Trastornos Mentales - DSM V del cual obtuvieron aspectos relevantes del trastorno de control de impulsos no clasificados y el de adicciones a sustancias. Según el DSMV,

la ludopatía, es una patología del comportamiento, caracterizada por el consumo desmedido compulsivo de juegos de azar, aunque sea contraproducente para la persona. El riesgo de padecer esta enfermedad está asociado con el uso de tecnologías modernas, ya que la accesibilidad y gratuidad de los juegos de azar es mayor. La persona experimenta un refuerzo gratificante después de jugar, lo que produce una errónea sensación de poseer el control sobre los resultados del juego, llegando de esta manera a transformarse en una adicción. Es así cuando el individuo pierde el control sobre la adicción, puede tener conductas repetitivas e impulsivas, generando inestabilidad en su día a día, y, afectando su estabilidad emocional y su propio comportamiento o conducta. Esto podría asociarse o tener similitud a los episodios depresivos los cuales tienen características ya que presentan un patrón de comportamientos y pensamientos negativistas o fatalistas. Los siguientes indicadores hacen posible el diagnóstico de la ludopatía, como la preocupación por el juego, jugar apostando grandes cantidades de dinero para obtener la excitación que su cerebro requiere, y la ansiedad e irritabilidad si se intenta interrumpir el juego, todo esto según el DSM V (APA, 2014). Los presentes indicadores se utilizaron para construir y elaborar el cuestionario de Ecurra y Salas (2014).

Modelo teórico de Griffiths - Modelo Biopsicosocial

Según Griffiths (2005, como se citó en García, 2013), existe una amplia relación de similitudes entre las dependencias a sustancias y las dependencias conductuales, ya que en ambos casos se observan manifestaciones, síntomas y fenómenos similares. Griffiths considera el modelo biopsicosocial, esquematizando los siguientes factores o parámetros:

Saliencia: Hace referencia a que una actividad se convierte en una prioridad para la persona, estableciéndose como un comportamiento fundamental lo cual afecta sus emociones, pensamientos y conductas. Un ejemplo es la adicción a las redes sociales, en el cual el individuo

tiene como prioridad en su día a día estar conectado y viendo sus mensajes y actividades en las plataformas, ocupando gran parte de su día, y, si no lo hace, experimenta síntomas de abstinencia.

Cambios de humor: Se refiere a los cambios de ánimo o cambios emocionales que experimenta el individuo, los cuales tienen como característica presentarse en un corto periodo de tiempo. Un claro ejemplo relacionado a la adicción de redes sociales: “Cuando permanezco conectada a mis redes sociales me olvido de mis problemas y me siento relajada pero cuando no puedo conectarme me siento irritada”.

Tolerancia: Se refiere a la necesidad de añadir o aumentar la cantidad de tiempo destinado a la actividad, para poder tener efectos similares de bienestar que se obtenían al principio. En el caso de las redes sociales, la persona va incrementando el tiempo que permanece conectado para sentirse bien consigo mismo.

Síndrome de abstinencia: Hace referencia a la aparición de sentimientos o estados desagradables cuando la actividad adictiva disminuye o se termina de manera repentina. En el caso de la adicción a las redes sociales, la persona puede experimentar aburrimiento, molestia, irritación o tristeza cuando no puede conectarse a dichas plataformas.

Conflicto: La persona está consciente de que la dependencia a estas redes es un problema, pero aun así es incapaz de controlarlo o manejarlo. Esto podría hacer que la persona experimente dificultades con sus relaciones interpersonales, como conflictos con amigos, familia y en el trabajo.

Recaída: Describe que la persona regresa a sus patrones originales y antiguos hábitos, al volver a estar conectada a las redes sociales, tal como lo hacía antes. Es importante notar que a veces la persona puede llegar a retroceder en su proceso de rehabilitación, o sea, a volver a la adicción con la misma intensidad, o con mayor intensidad que antes.

Griffiths (2005) plantea que las adicciones, como las causadas por el uso de redes sociales,

pueden ser parte de un sistema más complejo del organismo biopsicosocial. Señala que hay muchos paralelismos entre la dependencia a las sustancias químicas y a las adicciones no químicas, en las que hay unas similitudes que podrían apuntar a una misma causa.

Teoría de los procesos oponentes de Solomon:

Según Solomon (1980), la teoría de los procesos opuestos propone que, tras consumir una droga, ocurre un proceso de alivio y placer a través de un estímulo que estimula el organismo y genera una respuesta emocional (proceso A), pero a la vez se produce una reacción en el organismo, que lo afecta en un proceso opuesto (proceso B). En la teoría de los procesos opuestos, se señala que este es un modelo bidimensional, donde un extremo representa el placer y el otro el malestar. Así, el proceso A emana del placer y tiene un origen fisiológico, mientras que el proceso B surge del malestar y es adaptativo.

Aquí, se consideran dos escenarios posibles, cuando el proceso A es mayor que el B este desencadena un estado de placer en demasía, y si el proceso B es mayor la persona experimentará malestar significativo. Este primer escenario los autores lo denominaron “high” como resultado de un consumo en exceso de determinada sustancia el “high” va disminuyendo y va perdiendo intensidad, lo cual hace que se necesite o requiera mayor cantidad de la sustancia para sentir el mismo efecto, lo que conlleva a una dependencia o adicción.

El enlace de esta teoría es el siguiente. Los individuos que usan redes sociales, tienen el objetivo de encontrar bienestar, un high. Para mantener ese bienestar, continúan

el uso de las redes, sin embargo, al final las horas de uso no son ilimitadas, por lo que, Inevitablemente, llegan a un estado de malestar, y de esta manera progresivamente van aumentando el tiempo que permanecen y hacen uso de las redes sociales.

Teoría Motivacional de la Adicción: Neuroadaptación y Alostasis

Propuesta por Koob y Le Moal (2008) se fundamenta en los principios de los procesos oponentes de Solomon y busca explicar la dependencia desde un enfoque neurobiológico, integrando el sistema de recompensas. Según esta teoría, el abuso de sustancias tiene su origen por una sobreestimulación de los procesos neuronales de recompensa, lo que desequilibra la motivación y aumenta los esfuerzos para acceder a dichas sustancias. Koob y Le Moal plantearon tres factores principales en este proceso: la preocupación por obtener la sustancia, la intoxicación y la abstinencia. Posteriormente, Koob y Volkow (2010) añadieron dos características: el comportamiento impulsivo, vinculado al primer factor, y el comportamiento compulsivo, relacionado con el segundo y tercer factor.

El proceso de adicción, según esta teoría, comienza con el consumo, activando el sistema de recompensa cerebral mediante la liberación de neurotransmisores como dopamina y serotonina, lo que genera estados de placer y euforia durante la intoxicación. Al concluir el efecto de la sustancia, los niveles de estos neurotransmisores disminuyen drásticamente, lo que provoca disforia, irritabilidad, fatiga y dificultades cognitivas, un estado conocido como abstinencia. Este ciclo refuerza el deseo por consumir nuevamente la sustancia, requiriendo cantidades cada vez mayores para alcanzar el mismo efecto

placentero.

En el caso de la dependencia a las plataformas digitales, se observa una consecuencia parecida en el sistema de recompensas del cerebro. Estas plataformas promueven la liberación de dopamina, generando efectos placenteros comparables a los producidos por el consumo de sustancias químicas. Un estudio de la Universidad de Harvard reveló que la auto exposición en redes sociales activa áreas cerebrales como el área tegmental ventral y el núcleo accumbens, ambos asociadas con el placer y la recompensa, de manera similar a actividades como jugar, comer o tener relaciones sexuales (Escuela Internacional de Neurociencia, 2018).

A diferencia en la dependencia a sustancias, el impulso o estímulo proviene de una sustancia psicoactiva, en la dependencia a redes sociales, los estímulos son de naturaleza social, reforzando la producción y liberación de dopamina y fomentando un constante uso de estas plataformas. La industria de redes sociales explota este conocimiento en sus algoritmos, utilizando ciclos de retroalimentación y refuerzos a corto plazo para crear dependencia. Plataformas como Instagram y TikTok emplean estos modelos de marketing para captar y fidelizar usuarios, generando un ciclo de uso continuo (Haynes, 2018).

Las adicciones sin sustancias, tales como adicción a Internet, a redes sociales y/o juegos de azar, tienen un gran impacto en la vida de las personas. Esto se debe a la compulsión por interactuar con estos medios virtuales, las personas se sienten atrapadas por el necesario y constante comportamiento de revisar sus dispositivos, siendo capaces de pasar largas horas del día pendiente a las plataformas (Escrura & Salas, 2014).

En ese mismo entender, se asume como adicción a las plataformas sociales para la presente investigación como el uso desmedido y compulsivo de las plataformas, además que conlleva un deterioro en el bienestar de vida de la sociedad (Escurrea & Salas, 2014).

Insatisfacción de imagen corporal

Según López (2015) en su investigación sobre psicología y psiquiatría, describe la insatisfacción de imagen corporal como la percepción subjetiva que cada individuo tiene de su propia apariencia física, la cual puede ser tanto verídica como fantasiosa.

En ese mismo sentido Romo (2007) describe a la imagen corporal como la autoimagen creada en la mente de cada persona de su propio cuerpo, formada a partir de pensamientos, sentimientos y experiencias. Asimismo, Rosen y Reiter (1995) explican que la percepción de la imagen corporal abarca la manera en que nos sentimos, pensamos, imaginamos y actuamos en relación con nuestro propio cuerpo, involucrando aspectos cognitivos, emocionales y conductuales. En este sentido, también Sands (2000) sugiere que la insatisfacción de imagen corporal es una construcción mental basada en cómo estimamos nuestras dimensiones corporales y nos valoramos a nosotros mismos, influenciados por la percepción y valoración de los demás. La forma en que una persona se ve a sí misma se denomina imagen corporal, en su versión más negativa. Esto puede llevar a la insatisfacción con la autoimagen del individuo, la cual es considerada como una percepción alterada de uno mismo (Sepúlveda et al. 2001)

Por último, Solano y Cano (2010) definen la autoimagen como el juicio que se tiene sobre el propio cuerpo o el de los demás, influenciado por aspectos físicos,

intelectuales y emocionales, formado a partir de nuestra propia valoración y en comparativas con otras personas.

Conformación de la imagen corporal

De acuerdo con la investigación de López (2015), la percepción interna del cuerpo se desarrolla a través de la observación, la observación de terceros y la interacción de actitudes, emociones, recuerdos y vivencias.

Según la investigación realizada por Cash y Smolak (2011), se destacan tres influencias de gran relevancia en la sociedad que inciden en la percepción de la imagen corporal: la figura parental, el círculo social y los medios de comunicación. Existen numerosas pruebas que respaldan la influencia significativa que cada uno de estos elementos tiene en la percepción que se tiene del propio cuerpo. Los padres pueden ejercer su influencia de manera directa a través de comentarios sobre el peso de sus hijos o imponiendo pautas alimenticias, así como de forma indirecta al mostrar sus propias percepciones respecto al peso.

Por otro lado, los amigos y compañeros influyen mediante comentarios, bromas, inquietudes y presiones relacionadas con el peso y la apariencia física, además de la creencia arraigada de que la popularidad está asociada a la delgadez. No obstante, los medios de comunicación, redes sociales y el internet son los principales difusores de los estándares de belleza establecidos por la sociedad.

De acuerdo con Rodríguez (2015), se destaca que la percepción de la imagen corporal es un proceso dinámico que evoluciona con el tiempo. Durante la infancia, puesto que se va moldeando a través del juego, pero a medida que la persona crece y se

desarrolla, la interacción con el entorno adquiere mayor importancia en la formación de esta percepción, junto con los cambios físicos, hormonales, sociales y mentales que experimenta.

De acuerdo con Cash y Smolak (2011), los niños en edad preescolar, a pesar de tener consciencia referente a la desaprobación social hacia las personas con sobrepeso, suelen centrar su preocupación por su imagen corporal en aspectos como la ropa, el cabello y la apariencia en general, en lugar de enfocarse tanto en el peso o la forma del cuerpo. Además, los autores refieren que las niñas suelen mostrar una mayor preocupación por su apariencia que los niños, posiblemente debido a la exposición a influencias que las alientan a centrarse en la belleza, como las muñecas Barbie y los sitios web de juegos. En diversos estudios, se ha observado que las adolescentes a medida que se desarrollan, se encuentran acompañadas por la creencia de que la delgadez las hará más saludables y atractivas.

Beltrán & Stalin (2023) refieren que las edades en las que se evidencia una mayor insatisfacción de imagen corporal fluctúan entre las edades de 15 a 18 años, dando a entender que la adolescencia es una etapa en la que tanto varones como mujeres se ven vulnerables a los estereotipos de belleza que muestra la sociedad, medios de comunicación y redes sociales.

Trastorno dismórfico corporal TDC:

La American Psychiatry Association (2014) describe el trastorno dismórfico corporal como la percepción de imperfecciones sobre la apariencia física. Las personas que sufren este trastorno se preocupan por uno o más defectos que notan en su apariencia,

los cuales los hacen sentir poco atractivos, aunque estos defectos suelen pasar desapercibidos para los demás. Estas preocupaciones pueden abarcar cualquier parte del cuerpo, como la piel, el cabello, la nariz, los pechos, las piernas u otras áreas corporales. Según, Rincón y Dubis (2022), el trastorno dismórfico corporal (TDC) se caracteriza por una obsesión excesiva relacionada con una parte del cuerpo que se considera defectuosa, junto con la presencia de pensamientos desagradables y difíciles de controlar sobre el propio cuerpo.

Las dimensiones imagen corporal, según Solano y Cano (2010) son:

- **Cognitivo - emocional:** Está vinculado con las creencias, pensamientos, sentimientos y es de esta manera en cómo el individuo va formando una percepción sobre su cuerpo, analizando la contextura física, tamaño, peso, entre otras; causando esto emociones de tristeza, angustia e insatisfacción.
- **Perceptivo:** Hace referencia a la forma en que una persona se ve distorsionada a sí misma, ya que percibe una insatisfacción con su imagen la cual difiere de la realidad, y de esta manera se genera un deseo de cambiar.
- **Conductual:** Está relacionado con un patrón de conductas el cual busca un cambio de apariencia física en función de una idealización sobre la imagen corporal, del mismo modo está asociado con comportamientos no saludables como el uso de laxantes o conductas asociados a trastornos alimenticios como la anorexia o bulimia.

Bases teóricas de la IIC

Teoría de Thompson sobre la insatisfacción de IC:

Thompson (1990) desarrolló un enfoque teórico basado en la corriente cognitivo-

conductual con el objetivo de explicar la distorsión sobre la imagen corporal. Según su perspectiva, esta alteración surge de una percepción distorsionada del tamaño y las proporciones del cuerpo. La estructura manifiesta 3 elementos:

- El elemento perceptual: se enfoca en cómo la persona interpreta el tamaño de su cuerpo, ya sea en sus partes individuales o en su conjunto. Una alteración en la percepción se caracteriza por una sobreestimación o subestimación de las dimensiones corporales.
- El elemento subjetivo: abarca los comportamientos, valoraciones y creencias que una persona tiene acerca de su apariencia física. Este proceso individual términos de satisfacción e insatisfacción corporal para categorizar estas percepciones de manera específica.
- El elemento conductual: se refiere al comportamiento que una persona realiza en función de la percepción generada por los componentes anteriores. Esto puede manifestarse en acciones como exhibir el cuerpo, evitar situaciones que involucren la exposición del cuerpo, entre otras situaciones.

Teoría de Cash y Pruzinsky - La teoría Subjetiva:

Cash y Pruzinsky (2002) expusieron una teoría sobre la imagen corporal que se centra en la subjetividad, destacando que esta percepción difiere de la realidad observable del individuo. En línea con las ideas de Thompson (1990), sostienen que la ICC implica la evaluación de cómo es la forma y el tamaño del cuerpo, pero van más allá al enfatizar el componente cognitivo al afirmar que el individuo mantiene pensamientos y creencias fuera de la realidad sobre su propio cuerpo los cuales generan sensaciones de satisfacción e

insatisfacción.

La imagen corporal se caracteriza por ser una construcción la cual se relaciona con el autoconcepto, influenciada por factores socioculturales, es volátil debido a su variabilidad en el tiempo, y está influenciado por procesos cognitivos y comportamentales.

Perspectiva Sociocultural - Modelo Tripartito:

La perspectiva sociocultural de Tiggemann (2011) postula que los estándares estéticos y las presiones socioculturales son los principales factores que influyen en el constructo de la IC en los seres humanos. Esta teoría fundamenta su argumento en varias premisas clave: en primer lugar, existe una definición de belleza establecida por la sociedad; en segundo lugar, estos ideales son propagados y perpetuados a través de diversos canales socioculturales (medios de comunicación, redes sociales); en tercer lugar, los individuos internalizan estos ideales, adoptando los como propios; por último, esta internalización puede generar sentimientos de satisfacción o insatisfacción dependiendo de la evaluación que cada individuo haga de su propio cuerpo (Grogan, 2022).

Teoría de la cognición social de Bandura:

Bandura (1994) refiere que las personas aprenden observando e imitando a modelos significativos en su entorno, lo que incluye figuras que encuentran atractivas o alineadas con sus propios ideales. En el contexto de las redes sociales, este aprendizaje por observación se intensifica, ya que las plataformas digitales permiten una exposición constante a imágenes, estilos de vida y comportamientos que representan ciertos "estándares ideales". Estos ideales suelen estar

influenciados por estereotipos culturales y estándares de belleza, lo que puede generar en las personas sentimientos de comparación y conflictos internos relacionados con su imagen corporal.

Teorías explicativas de ambas variables:

La Teoría de la Comparación Social, planteada por Festinger (1954), sugiere que las personas suelen evaluarse a sí mismas a través de comparaciones con otros. Estas comparaciones suelen hacerse con individuos considerados similares y atractivos, generando un impacto directo en cómo se percibe el individuo relacionado directamente con su imagen corporal, autoconcepto y autoestima del individuo, llegando a afectar positiva o negativamente estos aspectos importantes de la persona. En el caso de la relación entre las redes sociales y la imagen corporal, se ha observado una discrepancia significativa en cómo una persona se percibe a sí misma y cómo desearía ser puede generar emociones como tristeza, desmotivación e incluso depresión. Esto ocurre con mayor frecuencia en adolescentes, quienes, al comparar su apariencia con los modelos de belleza idealizados que se promueven en las redes sociales, pueden percibir una gran diferencia entre su físico y el ideal mostrado, lo que las lleva a experimentar insatisfacción con su imagen corporal y esta, a su vez, deteriora su salud física y mental.

Por otro lado, se encuentra la Teoría de Cultivo de Gerbner et al. (1994, como se citó en Laderas, 2016) propone lo siguiente: a medida que una persona consume más medios de comunicación (televisión), aumenta la probabilidad de que perciba como real la vida que se presenta en la pantalla. La influencia que la televisión ejercen sobre los espectadores de los diversos programas que transmite es comparable a la influencia que las redes sociales tienen sobre los usuarios que las utilizan. En este sentido, se puede afirmar que, cuanto mayor sea la exposición de las personas a las redes sociales, más probable será que crean que el ideal de belleza que se

muestra en estas plataformas es una representación de la realidad.

Definición de términos básicos

Adicción:

Mozo (2021), la define como la falta de control observada en ciertos comportamientos o conductas que se caracterizan principalmente por la generación de dependencia, síndrome de abstinencia, entre otros aspectos.

Redes Sociales:

Hace referencia a las plataformas en línea donde los usuarios se relacionan con el objetivo de crear vínculos de amistad, laborales u otros tipos de conexiones con otros usuarios. Estas plataformas en línea hacen más fácil la comunicación para fomentar relaciones interpersonales (García, 2013).

Adicción a redes sociales:

Escurra y Salas (2014) describen la adicción a las redes sociales como un patrón de comportamiento desadaptativo en el que se tolera un malestar físico significativo al participar en la actividad. A medida que la persona se involucra más en estas actividades, experimenta una necesidad excesiva de estar conectado.

No obstante, es esencial considerar que la adicción no siempre implica el consumo de sustancias, sino que también puede surgir de comportamientos descontrolados originados en pensamientos no gestionados adecuadamente.

Imagen corporal:

Romo (2007) explica que la imagen corporal es una construcción mental que todas las personas tienen en relación de su propio cuerpo, formada en base a sus pensamientos, sentimientos y experiencias en el mundo que lo rodea.

Insatisfacción de imagen corporal:

Hace mención a la manera de como uno percibe, imagina, siente y se comporta en relación con su propio cuerpo, y se compone de tres aspectos principales: el cognitivo, perceptual y conductual (Rosen, 1995). El modelo cultural actual promueve la idealización de un cuerpo extremadamente delgado en mujeres y musculoso en hombres, lo cual no refleja la diversidad de formas corporales de la mayoría de las personas. Esta situación conduce a una preocupación generalizada por el peso y la apariencia corporal, lo que puede dar lugar a comportamientos que probablemente contribuyan al desarrollo de trastornos alimentarios u otros trastornos de insatisfacción de imagen corporal (Cuervo, 2016).

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 Hipótesis

Hipótesis General:

- Ha: Existe relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024.
- H0: No existe relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024.

Hipótesis Específicas:

- Ha: Existe relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024, de manera predominante en mujeres.
- H0: No existe relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024, de manera predominante en mujeres.
- Ha: Existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo- emocional de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024.
- H0: No existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo- emocional de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio

de Cusco, 2024.

- Ha: Existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024.

- H0: No existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024.

- Ha: Existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión conductual de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024.

- H0: No existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión conductual de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024.

3.2 Variables

- Adicción a redes sociales
- Insatisfacción de imagen corporal

3.3. Matriz de operacionalización de las variables

Tabla 1

Matriz de operacionalización de la adicción a redes sociales

Variable	Def. conceptual	Def. Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítem	Nivel
ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS)	La adicción a las redes sociales es una forma de adicción conductual o psicológica caracterizada por un patrón repetitivo que	La siguiente variable se analizará considerando las dimensiones: obsesión con las	Obsesión	- Pensamientos recurrentes sobre las redes sociales - Estado de ánimo, sintomatología ansiosa ante una posible ausencia de las redes sociales - Preocupación ante la ausencia del uso de las redes sociales - Descuido en las	2-3-5- 6-7-13- 15-19-22-23	Bajo (0-7) Medio (8-19) Alto (20-40)
			Falta de control personal	- actividades diarias y académicas - Intensidad	4-11- 12-14- 20-24	Bajo (0-6) Medio (7-13) Alto (14-24)
	proporciona placer a la persona. Cuando no se controla, genera una sensación de necesidad asociada a la ansiedad, lo que lleva a la persona a reforzar el comportamiento adictivo (Escurra y Salas, 2014).	redes sociales, pérdida o falta de control personal en su uso y uso desmedido y/o excesivo de estas plataformas.	Uso excesivo	- Necesidad de permanecer conectado, dificultad para controlar el uso - Frecuencia de tiempo conectado a las redes sociales	1-8-9- 10-16-17-18-21	Bajo (0-8) Medio (9-16) Alto (17-32)

Tabla 2

Matriz de operacionalización de la imagen corporal

Variable	Def. Conceptual	Def. Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítem	Nivel
IMAGEN CORPORAL	La insatisfacción con la imagen corporal se define como el malestar que experimenta una persona en relación con su propio cuerpo (Solano & Cano, 2010)	La variable será medida por las dimensiones: Cognitivo emocional, Perceptivo y conductual.	Cognitivo - emocional	• Temor por aumentar de peso.		Mínima (0-17)
				• Preocupación por la imagen corporal	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21	Marcada (18-39)
				• Incomodidad al mostrar el cuerpo		Moderada (40-43)
				• Pensamientos negativos sobre el sobre peso		Severa (44-84)
			Perceptivo	• Comparación corporal.		Mínima (0)
				• Sensación de pesadez corporal	22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	Marcada (1-3)
				• Pensamientos negativos sobre el cuerpo.		Moderada (4-5)
				• Sentimientos de inferioridad corporal		Severa (6-40)
			Conductual	• Sensación de inutilidad		
				• Actitudes respecto a la imagen corporal.	32, 33, 34, 35, 36, 37, 38	Mínima (0)
				• Evitación y vergüenza social		Marcada (0)
						Moderada (1)
						Severa (2-28)

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1.1. Enfoque

El enfoque cuantitativo de este estudio implica recolectar resultados numéricos para validar la hipótesis (Hernández et al., 2014). Este enfoque comienza con una idea que se va haciendo más precisa mediante objetivos y preguntas de investigación concretas, una revisión de la literatura y el desarrollo de un marco teórico. Con el mencionado enfoque la recopilación de datos se realiza mediante la aplicación de instrumentos estandarizados, lo que garantiza el análisis objetivo y sistemático de los resultados los cuales permitirán validar o refutar la hipótesis planteada en la investigación.

4.1.2 Método:

Este estudio utiliza un método hipotético-deductivo, en el cual Rodríguez y Pérez (2017) describen como un método el cual comienza con la formulación de una hipótesis, la cual se verifica luego en la realidad objetiva, permitiendo así una deducción general.

4.1.3 Tipo:

La investigación es de tipo básico, como se define por Escudero y Cortez (2018) como aquella en la que el objetivo principal es generar nuevos conocimientos y ampliar la literatura existente sobre un tema específico. El presente estudio tiene el objetivo de incrementar la comprensión sobre la dependencia a las plataformas sociales y la ICC, así mismo como una posible relación entre ambas.

4.1.4. Alcance:

La investigación en curso tiene un alcance correlacional, según la explicación proporcionada por Hernández et al. (2014). Esto implica la exploración de una posible relación entre dos o más variables y cómo una variable se relaciona con la otra u otras. El objetivo de este estudio busca averiguar la existencia de una relación entre las variables ARS e ICC, así como comprender de qué manera se manifiesta esta relación en cuanto a magnitud, dirección y significancia.

4.1.5 Diseño de la investigación

La presente investigación está basada en un diseño no experimental, siguiendo la definición de Valderrama (2015), lo que implica que no se manipularán las variables. Además, adopta un enfoque de corte transversal al enfocarse únicamente en un tiempo en específico. Los diseños transversales recopilan datos en un solo momento, capturando una instantánea de las variables en un momento determinado (Hernández et al. 2014).

Población

Población:

Hace referencia al conjunto total de elementos que se busca investigar, cada uno de los cuales posee una o varias características específicas, de acuerdo con la definición proporcionada por (Hernández et al. 2014).

Población: 350 estudiantes.

Tabla 3

Población de estudiantes de la I.E Diego Quispe Tito

Grado	Secciones	Número de alumnos
Tercero de Secundaria	A,B,C,D	120
Cuarto de Secundaria	A.B.C.D	120
Quinto de Secundaria	A.B.C.D	110
Total de población		350

Nota. Elaboración propia.

Muestra:**No probabilística por conveniencia**

La muestra está compuesta por 180 estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de la IE Diego Quispe Tito, ubicada en la ciudad de Cusco. La selección de la muestra se realizó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que no se basa en la probabilidad ni en un criterio estadístico, sino en los objetivos del investigador y las características del estudio (Hernández et al., 2014). Esta elección de muestreo se fundamenta en los criterios de inclusión y exclusión establecidos

a. Criterios de Inclusión.

- Estudiantes de los siguientes grados, 3ro, 4to y 5to grado del nivel secundario.
- Estudiantes que tengan matrícula vigente en el periodo escolar 2024.
- Estudiantes cuyos padres y/o tutores hayan firmado el consentimiento informado.
- Estudiantes los cuales presente firmado el asentimiento informado.

b. Criterios de Exclusión.

- Estudiantes que no formen parte de los grados escolares mencionados.
- Estudiantes cuyos padres no hayan dado el consentimiento informado.
- Estudiantes que no deseen firmar el asentimiento informado.

Tabla 4

Muestra

Género	Muestra
Femenino	82
Masculino	98
Total	180

Nota. Elaboración propia.

Técnicas de recolección de datos

Técnica:

Se optó por emplear la encuesta ya que, según Casas (2003), es una técnica frecuente en las investigaciones cuantitativas, pues permite obtener información rápidamente y a un gran número de personas. En ese mismo sentido, de acuerdo con González (2007), las técnicas psicométricas son recursos que habilitan a un investigador para generar hipótesis a partir de conjuntos de datos relacionados con un individuo. Estas hipótesis, a su vez, desempeñan un papel fundamental en la orientación de la evaluación y el diagnóstico, siendo cruciales para el análisis y comprensión de los datos recolectados.

Instrumentos:

- El primero, utilizado para evaluar la adicción a las redes sociales, es el cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) desarrollado por Ecurra y Salas (2014).
- El segundo instrumento, empleado para medir la insatisfacción de imagen corporal, es el cuestionario IMAGEN de Solano y Cano (2010).

Ficha técnica de los instrumentos:**Ficha Técnica del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)**

Nombre: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Autores: Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas (Perú, 2014)

Modo de administración: Puede ser aplicado tanto individual como colectivamente.

Duración: Aproximadamente de 10 a 15 minutos.

Población objetivo: Dirigido a personas de ambos géneros, entre las edades de 13 y 45 años.

Objetivo: Diseñado para identificar señales de adicción a las redes sociales.

Composición: Integrado por 24 números de ítems los cuales se encuentran divididos en tres dimensiones: obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales.

Descripción: Cada dimensión contiene sus propios ítems (enumerados del 1 al 24) son de tipo Likert, que varían desde "siempre" (valor 4) hasta "nunca" (valor 0), a excepción del ítem 13, cuya puntuación se invierte. La corrección implica sumar los puntos asignados a cada ítem por dimensión, obteniendo así una puntuación total que oscila entre 0 y 96 puntos.

Interpretación:

Tabla 5

Baremos de interpretación del cuestionario de adicción a redes sociales

	Bajo	Medio	Alto
Obsesión por las redes sociales	0 - 7	8 – 19	20 – 40
Falta de control personal	0 - 6	7 – 13	14 – 24
Uso excesivo de las redes sociales	0 - 8	9 – 16	17 - 32
Adicción a redes sociales	0 - 22	23 – 46	47 - 96

Nota. Extraído de Ecurra y Salas (2014).

Ficha Técnica del Cuestionario de Evaluación de Insatisfacción con la Insatisfacción de imagen corporal (IMAGEN)

Nombre: IMAGEN.

Autores: Natalia Solano Pinto y Antonio Cano Vindel (2010).

Adaptación en contexto peruano: Realizada por Marita Yglesias Solano en 2017.

Modo de administración: De forma individual como colectivamente.

Duración: De 10 a 15 minutos.

Población objetivo: Personas de ambos géneros, mayores de 11 años.

Objetivo: Determinar el nivel de ICC.

Composición: Tiene de 38 ítems distribuidos en tres dimensiones: cognitivo-emocional, perceptivo y comportamental.

Descripción: Cada dimensión incluye sus propios ítems (del 1 al 38) con opciones de respuesta tipo Likert, que varían desde "casi nunca o nunca" (valor 0) hasta "casi siempre"

(valor 4). Para obtener la puntuación total, se suman los puntos asignados a cada ítem por dimensión, obteniendo un puntaje total que oscila entre 0 y 152 puntos.

Interpretación:

Tabla 6

Baremos de interpretación para mujeres del cuestionario de IIC

	Mínima	Marcada	Moderada	Severa
Cognitivo-Emocional	0-17	18-39	40-43	44-84
Perceptivo	0	1-3	4-5	6-40
Comportamental	0	0	1	2-28
Imagen Corporal	0-16	17-40	41-52	53-152

Nota. Extraído de Solano y Cano (2010).

Tabla 7

Baremos de interpretación para varones del cuestionario de IIC

	Mínima	Marcada	Moderada	Severa
Cognitivo-Emocional	0-5	6-15	16-29	30-84
Perceptivo	0	0	1-2	3-40
Comportamental	0	0	0	1-28
Imagen Corporal	0-5	6-16	17-30	31-152

Nota. Extraído de Solano y Cano (2010).

Validez y Confiabilidad de los instrumentos

Validez:

Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

La validez del contenido del instrumento fue evaluada utilizando el método de juicio de expertos, donde los ítems fueron calificados por profesionales mediante una escala de 5 puntos que va desde 0 (nunca) hasta 5 (siempre). Tras realizar ajustes en el cuestionario, Para evaluar la fiabilidad y la consistencia interna de la escala, se llevó a cabo una prueba piloto con un grupo de 48 estudiantes, con los resultados usados para refinar y mejorar la versión final de la escala. La validez de constructo se midió a través de un análisis de componentes principales, donde el coeficiente KMO de 0.95 y la Prueba de esfericidad de Bartlett ($X^2 = 4313.8$; $p < 0.01$) indicaron que se podía realizar un Análisis Factorial Exploratorio. El análisis mostró un modelo con tres factores principales: obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales, los cuales explican el 57.49% de la variación en el uso de estas plataformas (Escurre & Salas, 2014).

Cuestionario de evaluación de IIC (IMAGEN)

Adaptado:

Para examinar su validez convergente, se validó el instrumento mediante una correlación significativa entre las puntuaciones obtenidas en el Cuestionario de Insatisfacción de imagen corporal (IMAGEN) y el Cuestionario de Insatisfacción de imagen corporal (BSQ). Se hallaron correlaciones positivas y significativas entre las puntuaciones totales del instrumento ($Rho = 0.71$; $p < 0.01$) y entre los factores del instrumento (Rho entre 0.41 y 0.67, $p < 0.05$), lo que corroboró la validez del instrumento.

Además, un Análisis Factorial Confirmatorio fue realizado para evaluar el modelo del Cuestionario de Evaluación de la Insatisfacción Corporal, confirmando tres factores: cognitivo-emocional, perceptivo y comportamental. Los índices de ajuste indicaron una buena adaptación del modelo a los datos, con una razón X^2/gl de 3.47, un RMSEA de 0.076 y un GFI de 0.753. Para el modelo especificado, se observó una razón X^2/gl de 2.56, un RMSEA de 0.055 y un GFI de 0.976, con índices que mostraron un PCFI de 0.852 y un PNFI de 0.889 (Yglesias, 2017).

Confiabilidad:

Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

La confiabilidad se evaluó utilizando el método de consistencia interna, obteniendo un coeficiente alfa de Cronbach de 0.95 para el puntaje global y para las distintas dimensiones del cuestionario: obsesión por las redes sociales (0.91), falta de control personal (0.88) y uso excesivo (0,92). Estos resultados indican una confiabilidad alta del instrumento (Escurra & Salas,2014).

Cuestionario de Evaluación de la IIC (IMAGEN)

La confiabilidad se evaluó mediante el método de consistencia interna. En la versión original, se encontró un coeficiente alfa de Cronbach de 0.96 para la puntuación total, así como valores de 0.96, 0.90 y 0.87 respectivamente para las dimensiones cognitivo-emocional, perceptiva y comportamental. Estos resultados indican una fiabilidad muy alta (Solano & Cano, 2010). En la adaptación del cuestionario, se utilizó el coeficiente omega para calcular la fiabilidad. Se obtuvieron valores de 0.91, 0.83 y 0.78 para las dimensiones cognitivo-emocional, perceptiva y comportamental respectivamente. Estos hallazgos también sugieren una

fiabilidad muy alta (Yglesias, 2017).

4.1 Procedimiento de recolección de datos

Autorización y coordinación

Para iniciar con el proceso de recolección de información para el estudio se debe contar primero con la aprobación del comité de ética así poder obtener el permiso de poder aplicar el instrumento en la población escogida. Así mismo el comité de ética otorgó el documento de autorización y la identificación de la investigadora de la presente tesis.

Posteriormente se presentó la documentación correspondiente (adjuntado en anexos) a la dirección de la institución educativa donde se solicitó la autorización de aplicación de instrumentos de investigación. Luego de recibir los documentos aceptados del área directivo, se coordinó con la directora y el coordinador del nivel secundario para acordar el horario y fecha de la aplicación de instrumentos. Asimismo, se brindó el consentimiento informado a cada padre de familia, con el propósito de explicar y aclarar detalles confidenciales durante el estudio, después de tener firmado el consentimiento informado por los padres y/o tutores de los estudiantes se procedió a darles el asentimiento informado para que puedan los estudiantes dar su conformidad para participar en el estudio o no.

El asentimiento informado se entregó una vez reunidos en cada aula de la institución educativa. Además, si el estudiante no deseaba participar en ese momento, se respetó su decisión personal, con los estudiantes que tuvieron el consentimiento informado firmado por sus padres y/o tutores y así mismo también tuvieron su asentimiento firmado por él o ella, se procedió la aplicación de los instrumentos.

La aplicación de los instrumentos y recolección de datos se realizó en el mes de

octubre del presente año 2024, se empleó el cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS) y el cuestionario de IIC (IMAGEN) de manera presencial a los alumnos de la institución educativa en su respectiva aula con una duración de 10 a 15 minutos por instrumento, en un periodo de 7 días, para ello se coordinó las visitas respetando las medidas de bioseguridad por parte de los evaluados y la evaluadora.

Aspectos éticos:

El proceso de recolección de datos en el presente estudio se implementó de forma presencial, se presentó la solicitud de autorización y permiso al director del centro educativo para poder aplicar los instrumentos. Así mismo para no perjudicar a los estudiantes en horas de clase se utilizó la hora de tutoría para poder hacer introducción del tema y dar información acerca de las variables a estudiar, los participantes en la investigación recibieron hojas informativas detalladas, incluyendo una hoja de consentimiento para padres, una de asentimiento del alumno y posteriormente fueron presentados los instrumentos de evaluación. Todos los estudiantes participaron de forma voluntaria y confidencial, así mismo fueron informados adecuadamente de los beneficios y objetivos de la investigación.

Cabe resaltar que el presente estudio pasó por la respectiva revisión y aprobación del comité de ética.

Técnicas estadísticas de análisis de datos:

Respecto al procesamiento de datos fueron utilizados diferentes programas informáticos como el Microsoft Word para el desarrollo del proyecto de manera textual, así mismo el software Microsoft Excel, donde se desarrolló la matriz de datos de la información recopilada y

finalmente el SPSS Statistics donde se desarrolló todo lo referente a las tablas y gráficos de toda la información de ambas variables.

CAPÍTULO V

Resultados

5.1. Presentación de resultados

A continuación, se detallan los resultados de la investigación, presentados en forma de resultados estadísticos, gráficos, tablas y análisis para mostrar los hallazgos principales obtenidos en relación con los objetivos planteados en el estudio.

Tabla 8

Prueba de normalidad

Pruebas de normalidad			
	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	Gl	Sig.
Adicción a Redes Sociales	0.061	180	0,200*
Insatisfacción de Imagen Corporal	0.171	180	0.000

En la tabla 8 se muestra el análisis de normalidad de los datos, donde se identificó que ambas variables (ARS, IIC) no siguen una distribución normal. Para la variable de ARS, el p-valor fue mayor a 0,05, mientras que, para la variable de ICC, el p-valor fue menor a 0,05. Dado que los datos no presentan una distribución normal, se emplearon estadísticos no paramétricos para su análisis.

El objetivo general de la investigación es determinar la relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco.

Tabla 9

Prueba de correlación Rho de Spearman entre las variables ARS e IIC

		Insatisfacción de imagen corporal
Adicción a redes sociales	Rho Spearman	0.602
	P valor	0.000

En la tabla número 9, se observa la relación entre la ARS y la IIC en base a la correlación de Spearman se determina que es 0.602 lo que corresponde a un nivel de correlación positiva moderada con un nivel de significancia de 0.000. Por ello, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la nula es decir existe una relación entre ARS e IIC en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024. Lo cual indica que a mayor presencia de ARS los estudiantes presentan mayor IIC.

Tabla 10

Descripción de los niveles de la variable ARS

Nivel	Frecuencias	Porcentajes
Bajo	11	6,1 %
Medio	77	42,8 %
Alto	92	51,1 %
Total	180	100 %

En la tabla 10 se muestra que, entre los estudiantes de un colegio en Cusco, el 51,1% presenta un nivel alto de ARS, el 42,8% tiene un nivel medio y el 6,1% un nivel. bajo. Estos datos corresponden a un total de 180 encuestados, el cual resalta que el nivel alto de ARS es el más predominante. Los resultados indican que más de la mitad de la muestra evidencia un nivel alto de ARS.

Tabla 11

Descripción de los niveles de la variable IIC en mujeres

Nivel	Frecuencias	Porcentajes
Mínimo	4	4,9 %
Marcado	14	17,1 %
Moderado	8	9,8 %
Severo	56	68,3 %
Total de Mujeres	82	100

En la tabla 11, se identifica que, de los estudiantes de un colegio de Cusco de género femenino, el 68,3 % poseen nivel severo de IIC, un 17,1 % nivel marcado y un 9,8 % un nivel moderado y un 4,9% nivel mínimo de IIC. De un total de 82 encuestadas lo que evidencia la presencia de un nivel severo de manera predominante.

Tabla 12

Descripción de los niveles de la variable IIC en varones

Nivel	Frecuencias	Porcentajes
Mínimo	3	3,1 %
Marcado	18	18,4 %
Moderado	31	31,6 %
Severo	46	46,9 %
Total de varones	98	100 %

En la tabla 12, Se identifica que, de los estudiantes de un colegio de Cusco de género masculino, el 46,9 % poseen nivel severo de IIC, un 31,6 % nivel moderado, un 18,4 % un nivel marcado y un 3,1 % un nivel mínimo de IIC. De un total de 98 encuestadas lo que evidencia la presencia de un nivel severo de manera predominante.

Tabla 13

Prueba de correlación Rho Spearman entre la variable ARS y la variable IIC, según género – mujeres

Insatisfacción de imagen corporal en Mujeres		
Adicción a redes sociales	Rho Spearman	0,738
	P valor	0,000

En la tabla número 13, se observa la relación entre la ARS y la variable de IIC en mujeres, en base a la correlación de Spearman se determina que es 0.738 lo que corresponde a un nivel de correlación positiva alta con un nivel de significancia de 0,000. Lo cual hace referencia que en las mujeres se presentan una correlación alta con ambas variables, es decir a mayor presencia de ARS las estudiantes presentan mayor IIC. Por lo cual se afirma la hipótesis alterna el cual indica, existe relación entre ARS e IIC en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024, de manera predominante en mujeres. Y se rechaza de esta manera la hipótesis nula.

Tabla 14

Prueba de correlación Rho Spearman entre la variable ARS y la variable IIC según genero – varones

		Insatisfacción de imagen corporal Varones
Adicción a redes sociales	Rho	
	Spearman	0,353
	P valor	0,000

En la tabla número 14, se observa la relación entre la ARS y la variable de IIC en varones, en base a la correlación de Spearman se determina que es 0.353 lo que corresponde a un nivel de correlación positiva baja con un nivel de significancia de 0,000. Los resultados hacen referencia a que en estudiantes del sexo masculino existe una correlación positiva baja con ambas variables.

Tabla 15

Prueba de correlación entre ARS y la dimensión cognitivo – emocional de la variable IIC

		Dimensión cognitiva-emocional de Insatisfacción de imagen corporal
Adicción a redes sociales	Rho Spearman	0,580
	P valor	0,000

En la tabla número 15, se observa la relación entre la ARS y la dimensión cognitiva emocional, la cual corresponde a la variable de IIC en base a la correlación de Spearman se determina que es 0.580 lo que corresponde a un nivel de correlación positiva moderada con un nivel de significancia de 0,000. Lo cual hace referencia a que la adicción a redes sociales en los estudiantes se relaciona significativamente en la dimensión cognitiva emocional, es decir, afecta a sus creencias, pensamientos, sentimientos sobre sí mismos.

Tabla 16

Prueba de correlación de Spearman entre la ARS y la dimensión perceptiva de la variable IIC

		Dimensión perceptiva de Insatisfacción de imagen corporal
Adicción a redes sociales	Rho Spearman	0,569
	P valor	0,000

En la tabla número 16, se observa la relación entre la ARS y la dimensión perceptiva, la cual corresponde a la variable de IIC en base a la correlación de Spearman se determina que es 0.569, lo que corresponde a un nivel de correlación positiva moderada con un nivel de significancia de 0,000. Lo cual hace referencia que la adicción a redes sociales en los estudiantes se relaciona significativamente en la dimensión perceptivo, es decir, afecta a la forma en cómo se ven a sí mismos alterando la percepción de sus cuerpos y generando un deseo por cambiar su imagen corporal.

Tabla 17

Prueba de correlación Rho Spearman entre la ARS y la dimensión conductual de la variable IIC

Dimensión conductual de Insatisfacción de imagen corporal		
Adicción a redes sociales	Rho Spearman	0,465
	P valor	0,000

En la tabla número 17, se observa la relación entre la ARS y la dimensión conductual, la cual corresponde a la variable de IIC en base a la correlación de Spearman se determina que es 0.465 lo que corresponde a un nivel de correlación positiva moderada, con un nivel de significancia de 0,000. Esto señala que la adicción a redes sociales en los estudiantes se relaciona significativamente en la dimensión conductual, es decir, afecta al comportamiento del individuo el cual ira dirigido al cambio de apariencia física en función de una idealización sobre la imagen corporal.

CAPÍTULO VI

Discusión de resultados

Escurrea (2022) realizó un estudio sobre imagen corporal y adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria en la ciudad de Lima, encontrando una correlación positiva moderada ($\rho=0.445$, $p<0,01$). En contraste, en el presente estudio se identificó una correlación de 0.602 entre las mismas variables, lo que indica una correlación positiva alta con un nivel de significancia de 0.000. Estos hallazgos sugieren que, a pesar de las diferencias en las poblaciones estudiadas, los niveles de correlación son similares. Mientras que el primer estudio se realizó en Lima (región costa del Perú) y el presente en Cusco (región sierra del Perú), las diferencias sociodemográficas entre ambas ciudades no generan variaciones sustanciales en los resultados.

Por otro lado, a nivel internacional, también se encontraron resultados interesantes en el estudio de ambas variables. Tal es así que Ripalda (2022), en su estudio realizado en Ecuador a 92 adolescentes de una institución educativa, no se encontró una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la preocupación por la imagen corporal ($Rho= -0,103$, $p>0,05$). En comparación del presente estudio en el cual se obtuvo una correlación positiva moderada ($Rho=0,657$) y una significancia de 0,000.

Es posible que la diferencia de resultados se deba a que ambos estudios se realizaron en contextos diferentes. Ripalda realizó el estudio en Ecuador y el segundo estudio fue realizado en Perú, habiendo entre ambas poblaciones diferencias sociodemográficas, estilos y costumbres de vida diferente. Esto, según lo menciona el Instituto Nacional de Censo en Ecuador (2010), la provincia de Ambato donde fue realizado el estudio pertenece el 46,4 % al área rural y esta puede ser determinante para que los estudiantes no puedan acceder con facilidad a los aparatos

tecnológicos. Asimismo, el censo refiere que sólo el 48,6 % posee un teléfono móvil y el 19,4 % de la población tiene acceso a internet (Vera, 2010). Además, los hallazgos no señalan que no están expuestos a estas problemáticas, pero si demuestran que la poca accesibilidad a Internet puede ser determinante a que se obtuvieran los resultados mencionados en la investigación. A comparación del presente estudio donde se realizó en la ciudad del Cusco (en un área urbana), y donde el uso y acceso a internet es totalmente accesible.

En esa misma línea Jiménez y Sedano (2022) realizaron una investigación en Lima sobre la dependencia a las redes sociales y la imagen corporal, obteniendo como resultados que existe una correlación positiva moderada entre ambas variables $Rho = 0.535$. Esto significa que, a mayor dependencia de redes sociales, mayor insatisfacción con la imagen corporal. Esto se alinea con los hallazgos del presente estudio en el cual se evidencian resultados similares, a pesar de haberse estudiando en poblaciones diferentes. Destacando que el primer estudio tiene como muestra estudiantes universitarios con edades fluctuantes entre los 21 y 29 años y, el segundo, las edades de los participantes son de 15, 16 y 17 años, lo cual supone que, en este caso, la edad no fue factor predominante para generar resultados diferentes.

En esta línea, Paredes (2019) realizó un estudio sobre la adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Paiján en la ciudad de Trujillo, hallando de manera predominante un nivel bajo de adicción a redes sociales con un porcentaje de 56.9%, seguido por el nivel medio de 40.9%, y un 2.2% de nivel alto. En el presente estudio se encontró un nivel alto y predominante de adicción a redes sociales con un porcentaje de 51.1%, un 42,8 % nivel medio y un 6,1 % nivel bajo.

Mientras que, en el primer estudio, se evidencio un nivel bajo de adicción a las redes sociales, en el segundo, se encontró un nivel alto de adicción a redes sociales de manera preponderante. Esto

puede deberse a que ambos estudios se llevaron en ciudades y regiones diferentes. El primero fue realizado en Paiján, Trujillo, y el segundo en Cusco, asimismo, el contexto pudo determinar la diferencia de resultados ya que, en el primer estudio, se dio lugar en Paiján uno de los distritos de la Provincia de Ascope departamento de la Libertad; y, el segundo estudio tuvo lugar en la ciudad de Cusco. Esto puede ser uno de los factores para la diferencia de resultados puesto que, existen diferencias demográficas y, por lo tanto, diferencias en estilos de vida de los individuos de cada población.

Por su parte, Colonio (2023) realizó una revisión sistemática en Lima sobre la adicción a las redes sociales en adolescentes latinoamericanos entre los años 2020 y 2022. Aquí, se determinó que, existe un incremento en el uso de dichas redes por parte de los adolescentes puesto que, de los 10 artículos revisados y teniendo en conjunto 22791 participantes (más de la mitad de la población estudiada) presentaron niveles altos y medios de adicción a estas redes. En esa misma línea, Multhauptff (2022) realizó una investigación en Cusco sobre la adicción a redes sociales y logros de aprendizaje en estudiantes. Los resultados obtenidos determinaron que, en la población existe un nivel alto de adicción a redes sociales con 63.9%, seguido por el nivel medio con un 29.6%, y, un 6.5% posee un nivel bajo.

La similitud de las investigaciones mencionadas con relación a los resultados de la presente investigación es semejante y, uno de los factores significativos, pueden ser las edades que comprenden las muestras (11-18 años). En esa misma línea, es posible señalar que los adolescentes muestran un mayor interés por esta nueva manera de poder interactuar y crear vínculos mediante estas plataformas, llegando a invertir muchas horas del día en utilizar estas redes los cuales por la información que estas brindan pueden verse expuestos a diferentes problemáticas que afecten su salud mental.

Siguiendo esta línea, Guerra y Ponce de León (2021) realizaron una investigación en Cusco sobre la insatisfacción con la imagen corporal en estudiantes de una universidad. Aquí, se obtuvo como resultado que el 35.5% de los estudiantes presentaron un nivel de insatisfacción moderada, seguidamente el 24.1% de estudiantes que refieren un nivel de insatisfacción severa con su imagen corporal, luego el 24.0% de estudiantes presentan un nivel de insatisfacción mínima con relación a su imagen corporal y, por último, el 16.4% de estudiantes presentan un nivel marcado de insatisfacción con su imagen corporal.

En este sentido, el presente estudio encontró un resultado semejante puesto que, se identificó de manera predominante en ambos géneros (femenino y masculino) un nivel severo de insatisfacción de imagen corporal con un porcentaje de 31.1% y 25,6% respectivamente. La semejanza entre los resultados puede estar influenciada por el hecho de que las participantes de ambas investigaciones se encontraron en etapas similares del desarrollo mientras que, en este estudio la población se encuentra en la etapa de la adolescencia, la cual es un período de cambio significativo, tanto a nivel físico como emocional y social. Es durante este periodo donde, se experimentan transformaciones físicas, psicológicas y sociales que pueden afectar al desarrollo del concepto de la imagen corporal como la formación de la identidad personal. Además, en el primer estudio la población se encuentra en la etapa de la juventud donde, al igual que la población del presente estudio, también pueden sentir la necesidad de aprobación por parte de su círculo social y así sentirse validado por ellos por el sentido de pertenencia que caracteriza a esta etapa.

Camacho et al. (2023) realizaron en España un estudio en el cual analizaron cómo el uso de la red social Instagram afecta la imagen corporal de los adolescentes. Los autores hallaron que el 58.8 % de mujeres poseen insatisfacción con su imagen corporal y su aspecto físico, mientras que el 21,4 % del género masculino suelen tener pensamientos repetitivos en relación con su imagen

corporal manifestando insatisfacción con ello. Esto, en línea con lo que sucede en este estudio, donde los hallazgos indican una correlación positiva alta entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción con la imagen corporal en estudiantes del género femenino $Rho = (0,738)$ y, una correlación positiva baja entre ambas variables en el género masculino $Rho = (0,353)$. Esta similitud de resultados podría deberse a una mayor adopción de los estándares de belleza que vinculan la delgadez con conceptos de belleza y éxito, generando una presión más intensa sobre las mujeres. Asimismo, ellas constituyen el principal mercado para la industria dedicada a ofrecer productos y servicios orientados a perfeccionar la apariencia física.

Por su parte, Bajaña y García (2023) realizaron en España una revisión sistemática en la cual postularon que existe relación entre la adicción a redes sociales y los pensamientos o emociones negativas en los individuos como consecuencia de la insatisfacción de imagen corporal, pues refieren que el contenido en difusión en estas redes afecta e interfiere en los pensamientos de las personas en cuanto a su imagen corporal y la manera de sentirse con su aspecto físico, ya que, según los estudios la sintomatología emocional puede ser desadaptativa para las personas, generando malestar emocional.

De este modo Camacho et al. (2023) refieren que, a mayor tiempo de uso de redes sociales, mayor el riesgo de insatisfacción corporal, debido a que, los resultados encontrados en su estudio en España refieren que más de la mitad de la muestra estudiada pasa más de 6 horas conectadas en estas plataformas, generando situaciones de comparación de su aspecto físico con la de otras personas, y, desencadenando pensamientos de inconformidad, preocupación y sentimientos de vergüenza.

Es así como los resultados obtenidos en este estudio se asemejan a las investigaciones anteriores, evidenciando que existe una correlación positiva moderada entre la adicción a redes

sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la insatisfacción de imagen corporal con Rho de Spearman = 0,580 y una significancia de 0.000. En efecto, el contenido que las personas consumen en las plataformas de las redes sociales influye en los pensamientos e impulsos que estas puedan generar, y también pueden desencadenar problemas relacionados a la salud mental al compararse con estos estereotipos de belleza que muestran en las plataformas.

Siguiendo esta línea, Jiménez y Sedano (2022) encontraron una correlación positiva moderada (Rho= 0. 459) entre la variable dependencia a las redes sociales y la dimensión pensamientos y emociones de la insatisfacción de imagen corporal. Los resultados de esta investigación con la del presente estudio no varían significativamente y esto puede deberse a que mientras las personas posean una mayor dependencia o adicción a las redes sociales suelen reflejar mayores preocupaciones sobre su imagen corporal; estas preocupaciones pueden desencadenar pensamientos negativos y/o irracionales que afecten la calidad de los individuos.

De manera análoga, Aguilar (2023) realizó un estudio en Chiclayo sobre el uso de las redes sociales y la percepción de la imagen corporal en el cual evidenció una correlación entre el uso de redes sociales y la percepción sobre la imagen corporal con rho= 0.460 es decir que a mayor uso de las redes sociales mayor es la incomodidad con la percepción de su imagen corporal. En el presente estudio se encontró un resultado similar puesto que, se obtuvo una correlación positiva moderada entre la variable adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción de la imagen corporal, con un Rho Spearman de 0.469 y un nivel de significancia de 0.000. Aquí, se puede evidenciar que los resultados de ambos estudios no presentan una diferencia significativa a pesar de tratarse de investigaciones con población diferente en relación de las edades. En el primer estudio la población estuvo compuesta por jóvenes universitarios y, en el segundo, por estudiantes adolescentes, tal es así, que, a pesar de tener diferencias en cuanto a edad, mientras más tiempo

pasa la persona conectada a redes sociales, mayor es distorsión de la percepción de su imagen corporal. Esto sugiere que las percepciones cognitivas y la imagen corporal pueden deteriorarse conforme la persona ve más imágenes de modelos con estándares irreales en las plataformas digitales (Aguilar, 2023).

En esa misma línea Jiménez y Sedano (2022) identificaron en Lima, la relación entre dependencia a redes sociales y la dimensión perceptivo de la imagen corporal hallando como resultado una correlación positiva moderada ($Rho = 0.491$) la cual en relación a los resultados obtenidos en este presente estudio se evidencia que, no existen cambios significativos en las cifras obtenidas, hallándose una correlación positiva moderada ($Rho = 0.469$) a pesar de ser poblaciones de estudio diferentes, en cuanto a región y a edades.

Para cerrar, Ladera (2016) realiza una investigación en Madrid centrada en comprender la relación entre el uso de redes sociales, el nivel de insatisfacción corporal y los comportamientos asociados con la reducción de peso. Aquí, los resultados indican una estrecha relación entre la insatisfacción de la imagen corporal y los comportamientos relacionados con la pérdida de peso (dietas y actividad físicas extremas, trastornos de la conducta alimentaria entre otros). Del mismo modo, se obtuvo una correlación entre el uso de redes sociales y comportamientos hacia la pérdida de peso en el cual se halló una correlación positiva baja de $Rho 0,32$.

En el presente estudio, se evidencia que la correlación entre la adicción a redes sociales y la dimensión conductual con Rho Spearman es de 0.465, lo que corresponde a un nivel de correlación positiva moderada con un nivel de significancia de 0,000. Los resultados obtenidos tienen similitud y puede deberse a que las conductas para la pérdida de peso y los trastornos de conducta alimentaria surgen como resultado de una compleja interacción de factores genéticos, culturales y

psicosociales. Es así que, la adicción a las plataformas digitales donde se muestran estereotipos de belleza irreales puede ser uno de los factores que pueda desencadenar algún riesgo en la conducta alimentaria de las poblaciones más vulnerables.

CONCLUSIONES

PRIMERA: Los resultados muestran la correlación entre la ARS y IIC ($Rho= 0.602$) y un nivel de significancia de 0.000, evidenciando una correlación positiva moderada entre ambas variables.

SEGUNDO: Con respecto a los niveles de ARS, el 51,1% posee un nivel alto de adicción a estas, un 42,8 % nivel medio y un 6,1 % nivel bajo. Lo que evidencia la presencia de un nivel alto de manera predominante.

TERCERA: Con respecto a los niveles de IIC, en mujeres, el 68,3 % poseen nivel severo de IIC, un 17,1 % nivel marcado, un 9,8 % un nivel moderado y el 4,9 % un nivel mínimo de IIC. Lo que evidencia la presencia de un nivel severo de manera predominante. Del mismo modo los niveles de IIC en varones, el 46,9 % poseen nivel severo de IIC, un 18,4 % nivel marcado, un 31,6 % un nivel moderado y el 3,1 % un nivel mínimo de IIC. Lo que evidencia la presencia de un nivel severo de manera predominante también.

CUARTO: Los resultados muestran una correlación positiva baja ($Rho=0.353$) con un nivel de significancia de 0.00 entre la ARS y la IIC en estudiantes del sexo masculino, del mismo modo se evidencia una correlación positiva alta ($Rho= 0,738$) con un nivel de significancia de 0.00 en estudiantes del sexo femenino.

QUINTO: Los resultados muestran una correlación positiva moderada ($Rho=0.580$) con un nivel de significancia de 0.00 entre la ARS y la dimensión cognitivo – emocional de la IIC.

SEXTO: Los resultados muestran una correlación positiva moderada ($Rho=0.569$) con un

nivel de significancia de 0.00 entre la ARS y la dimensión perceptiva de la IIC.

SÉPTIMO: Los resultados muestran una correlación positiva moderada ($Rho=0.465$) con un nivel de significancia de 0.00 entre la ARS y la dimensión conductual de la IIC.

RECOMENDACIONES

1. Se propone, al área directiva de la Institución Educativa, desarrollar y aplicar un plan de trabajo multidisciplinario mediante talleres, charlas psicoeducativas, actividades recreativas entre los psicólogos a cargo de la institución con los maestros, auxiliares y padres de familia, con la finalidad de poder psico educar a la población estudiantil sobre el uso de las redes sociales, brindando información sobre las causas, indicadores y consecuencias que tienen en el desarrollo de la imagen corporal.

2. A la dirección del plantel, se recomienda evaluar la posibilidad de trabajar estratégicamente de manera multidisciplinaria con diversas instituciones de la jurisdicción para prevenir problemas de salud mental. De este modo, se busca promover un uso adecuado de las redes sociales e incentivar el desarrollo de la autoestima y autoconcepto saludable en los estudiantes.

3. Se sugiere a la plana docente y a los auxiliares que conforman el plantel educativo realizar supervisiones y monitoreos de sus alumnos a cerca del uso excesivo de dispositivos móviles, los cuales pueden tener como consecuencia la adicción a las redes sociales. Asimismo, se recomienda realizar la derivación oportuna al área de Psicología sobre alumnos que presenten indicadores conductuales, cognitivos y/o perceptivos de insatisfacción sobre su imagen corporal prestando importancia a la población de género femenino, ya que, se logró identificar una correlación positiva alta en comparación con los estudiantes del género masculino.

4. Al área de psicología, se recomienda organizar y brindar charlas - talleres de prevención sobre los riesgos de las plataformas digitales, dos veces al mes, así como

brindar herramientas a las estudiantes para construir una adecuada imagen corporal, autoestima, autoconcepto los cuales encaminaran a tener una adecuada salud mental.

5. A los padres de familia y/o tutores, se recomienda prestar mayor atención a sus hijos sobre el contenido que consumen de Internet y el tiempo que dedican a las redes sociales ya que, la era digital forma parte de su desarrollo. Del mismo modo, se sugiere fortalecer el vínculo entre sus hijos para poder prevenir factores de riesgo que atenten contra su salud mental.

6. Dado que en las estudiantes de sexo femenino se evidenció una correlación positiva alta entre la ARS e IIC, se recomienda al departamento de psicología de la I.E implementar charlas y talleres enfocados en reforzar su confianza. Estas actividades deben priorizar el fomento del autoconocimiento, la aceptación personal y la adquisición de estrategias para enfrentar la presión social asociada a los estándares de belleza.

7. A futuros investigadores, se incita a seguir realizando estudios en el ámbito educativo ya que existen diferentes problemáticas que pueden prevenirse y/o tratarse, en base a una investigación científica.

REFERENCIAS

- Aguilar Ortiz, A. T. (2023). *Uso de redes sociales y percepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios de la Provincia de Chiclayo* [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio de la Universidad Señor de Sipán.
- American Psychiatry Association [APA]. (2014). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5) (5a). Medica Panamericana.
- Andrade Martínez, V. C., & Frutos Silva, N. D. C. (2024). *La adicción a las redes sociales y sintomatología ansiosa en adolescentes de 15 y 16 años de una unidad educativa de la ciudad de Quito en el periodo 2023-2024* [Tesis de Bachiller, Universidad Politécnica Salesiana]. Repositorio Institucional de la Universidad Politécnica Salesiana.
- Andres, L. (2022). *Impacto de las redes sociales en la imagen corporal de adolescentes, Lima-2020* [Tesis Doctoral, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio UPCH.
<https://hdl.handle.net/20.500.12866/11566>
- Arab, E. & Díaz, A. (2016). Impacto de las redes sociales e Internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 7-13.
- Bajaña, S. & García, A. (2023). Uso de redes sociales y factores de riesgo para el desarrollo de trastornos relacionados con la alimentación en España: una revisión sistemática. *Atención Primaria*, 55(11), 102708.
- Bandura, A. (1994). Social cognitive theory of mass communication. In J. Bryant and D. Zillman (Eds.), *Media effects: Advances in theory and research* (pp. 61 -90). Hillsdale, NJ; Erlbaum.
- Barber, J. (2021). La imagen corporal y la influencia de las redes sociales (Psicología Amorebieta)
<https://psicologiaamorebieta.es/la-imagen-corporal-y-la-influencia-de-las-redes-sociales/>

- Beltrán Vasquez, S. (2023). La satisfacción de la imagen corporal y la práctica del ejercicio físico en los adolescentes. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 18(2), e1485. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1485>
- Blanco, A. (2020). Estrategia didáctica para el desarrollo de valores cívicos en egresados de la educación superior. *REF CalE: Revista Electrónica Formación y Calidad Educativa*. ISSN 1390-9010, 8(3), 155-174.
- Boyd, D. & Ellison, N. (2017). Social network sites: definition, history, and scholarship. *Journal of computer-mediated communication*, 13(1), 210-230. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Cañedo, R. (2004). Aproximaciones para una historia de Internet. *Acimed*, 12(1).
- Casas, J., Repullo, J. R. y Donado, J. (2003). La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). *Aten Primaria*, 31(8), 527-38. <https://core.ac.uk/download/pdf/82245762.pdf>
- Cabero, J., Pérez, J. L. y Valencia, R. (2020). Escala para medir la adicción de estudiantes a las redes sociales. *Convergencia Revista de Ciencias Sociales*, 27, 1-29. DOI: <https://doi.org/10.29101/crcs.v27i0.11834>
- Camacho, P., Dáaz, A. & Sabariego, J. (2023). Relación Entre el uso de Instagram y la Imagen Corporal de los Adolescentes. *Apuntes de Psicología*, 41(2), 117-122. DOI: <https://doi.org/10.55414/ap.v41i2.1537>
- Cash, T., & Smolak, L. (Eds.). (2011). *Body Image: A handbook of science, practice, and prevention* (2a). The Guilford Press.
- Cash, T. & Pruzinsky, T. (org). (2002). *Body Image: a handbook of theory, research & clinical practice*. Nova Iorque: The Guilford Press.
- Celaya, J. (2008). *La empresa en la Web 2.0: El impacto de las redes sociales y las nuevas formas de*

comunicación online en la estrategia empresarial. Barcelona: Ediciones Gestión 2000.

<https://www.redalyc.org/pdf/391/39118564013.pdf>

Chóliz, M. & Marco, C. (2012). *Adicción a internet y redes sociales*. Madrid, España: Alianza Editorial.

Colonio, J. (2023). Revisión sistemática sobre la adicción a las redes sociales en adolescentes latinoamericanos entre el 2020-2022. *Propósitos y Representaciones*, 11(2).

Cuervo, C. (2016). Relación entre la imagen corporal, los hábitos alimentarios, el autoconcepto y la cantidad de práctica deportiva en jóvenes de 12 a 18 años. ISBN: 9788416819614

Cuyún (2013) *Adicción a las redes sociales en jóvenes* [Tesis para la obtención del grado académico de Licenciado, Universidad Rafael Landívar. Guatemala].

<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/42/Cuyun-Maria.pdf>

Echeburúa, E. y De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95.

<https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>

Echeburúa, E., & Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Madrid: Pirámide.

Enriquez R., & Quintana, M. (2016). Autopercepción de la imagen corporal y prácticas para corregirla en adolescentes de una institución educativa, Lima-Perú. *Anales de la Facultad de Medicina* 77(2), pp. 117-122). UNMSM. Facultad de Medicina.

Escuela Internacional de Neurociencias (2018, 12 de febrero). *Adicción a las redes sociales y tu cerebro*.

ESCO Universitat. 77 <https://www.escoeuniversitas.com/adiccion-a-las-redes-sociales-ycerebro/#comment>

Escudero, C. y Cortez, L. (2018). *Técnicas y métodos cualitativos para la investigación científica*.

UTMACH, <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14207/1/Cap.1>

Escurre, Y. (2023). *Imagen corporal y adicción a redes sociales en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Pedro Gálvez Egúsqiza, Lima-2022* [Tesis de Bachiller,

Universidad Privada Norbert Wiener] <info:eu-repo/semantics/bachelorThesis>

Escurre, M. & Salas. E. (2014). Construcción y validación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *LIBERABIT: Revista de Psicología*, 20(1), 73-91.

<https://www.redalyc.org/pdf/686/68631260007.pdf>

Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117- 140
doi:10.1177/001872675400700202

García N. (2015) *Descripción del estado nutricional, consumo de alimentos y percepción de la imagen corporal en mujeres adolescentes, colegio 44 Silveria Espinosa de Rendon, Facatativá, segundo Periodo 2014*[Tesis de Licenciatura] Colombia. Pontificia Universidad Javeriana.2015.

García, C. (2013). Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Health and Addictions*, 13(1), 1-5. Recuperado de <http://ojs.haaj.org/index.php/haaj/article/view/188/186>

González, F. (2007). *Instrumentos de Evaluación Psicológica*. Editorial Ciencias Médicas, La Habana.http://newpsi.bvpsi.org.br/ebooks2010/en/Acervo_files/InstrumentosEvaluacionPsicologica.pdf

Griffiths, D. (2012). Facebook addiction: Concerns, criticism, and recommendations—a response to Andreassen and colleagues. *Psychological Reports*, 110(2), 518-520.

<https://doi.org/10.2466/01.07.18.PR0.110.2.518-520>

Grogan, S. (2022). Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children. DOI:10.4324/9781003100041

- Guerra, S. & Ponce de León, M. (2021). *Insatisfacción con la imagen corporal en jóvenes de la Universidad Andina del Cusco 2018* [Tesis de Grado, Universidad Andina del Cusco].
<https://hdl.handle.net/20.500.12557/4044>
- Haynes, T. (2018). *Dopamina, smartphones y tú: una batalla por tu tiempo*. Universidad de Harvard.
<https://sitn.hms.harvard.edu/flash/2018/dopaminesmartphones-battle-time>
- Heredia, N. y García, E. (2017). Posibles riesgos del uso de las redes sociales en adolescentes.
Revista de estudio e investigación en Psicología y Educación, Extra (13), 1-5.
<https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.13.2120>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (Sexta ed.).
- Holland, G., & Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body Image, International Journal of Research*, 17, 100-11
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.02.008>
- INEI. (2023). El 77,3% de la población del país de 6 años y más de edad usó Internet en el segundo trimestre del año 2023. Notas de prensa. <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/841071-el-77-3-de-la-poblacion-del-pais-de-6-anos-y-mas-de-edad-uso-internet-en-el-segundo-trimestre-del-ano-2023>
- International Society of Aesthetic Plastic Surgeons. (2013). ISAPS International Survey on Aesthetic/Cosmetic. <http://www.isaps.org/files/html->
- International Telecommunication Union. (2021). ICT Facts & Figures: The world in 2015. Geneva, Switzerland: International Telecommunication Union
<https://www.itu.int/en/ITU-D/Statistics/Documents/facts/ICTFactsFigures>
- Jiménez, V., & Sedano, E. (2022). *Dependencia a las redes sociales y la imagen corporal en*

estudiantes de la carrera de Psicología de una universidad privada de Los Olivos, 2021

[Tesis de Grado, Universidad Privada del Norte]. <https://hdl.handle.net/11537/31310>

Koob, G. F. y Le Moal, M. (2008). Neurobiological mechanisms for opponent motivational processes in addiction. *Phil. Trans. R. Soc. B.*, 363, 3113-3123.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2607326/pdf/rstb20080094.pdf>

Koob, G. F. y Volkow, N. D. (2010). Neurocircuitry of Addiction. *Neuropsychopharmacology: official publication of the American College of Neuropsychopharmacology*, 35(1), 217-238.

<https://www.nature.com/articles/npp2009110.pdf>

Ladera, I. (2016). *La satisfacción con la imagen corporal: su relación con las redes sociales y la autoestima* [Trabajo de fin de Máster, Comillas]. <http://hdl.handle.net/11531/13133>

Langley, J. (2006). Boys get anorexia too. Coping with male eating disorders in family. <http://www.imd.inder.cu/adjuntos/article/368/Boys%20Get%20Anorexia%20Too.pdf>

Lopez, S. (2015). Diccionario de Psicología y Psiquiatría (2a). Medica Panamericana.

Maier, C. (2020). Overcoming pathological IT use: How and why IT addicts terminate their use of games and social media. *International Journal of Information Management*, 51, 102053.

<https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2019.102053>

Martínez, M. y Sánchez, E. (2016). Construcción de la identidad y uso de redes sociales en adolescentes de 15 años. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 2(4), 17-23.

Miranda, F. (2022). Estudio correlacional entre la adicción al teléfono celular y la adicción a redes sociales en estudiantes de medicina humana de la ciudad del Cusco, 2021 [Tesis de Maestría, Universidad Andina del Cusco (Perú)]. <https://hdl.handle.net/20.500.12557/5407>

<https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/6464577>

Mozo, C. (2021). *Adicción a redes sociales en estudiantes de 4.º y 5.º de secundaria de una institución educativa de Manchay 2021* [Universidad Peruana Los Andes].

Universidad Peruana Los Andes. [Tesis para obtenerla licenciatura en psicología]. <http://www.repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2762/TESIS>

Multhauptff, K (2022). *Adicción a redes sociales y logro de aprendizaje en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Cusco*, 2022 [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/101454>

Oberlo (2021). Estadísticas redes sociales 2021: 10 datos que te sorprenderán [Infografía]. <https://www.oberlo.com.pe/blog/estadisticas-redes-sociales>

Orange (2018). Guía sobre el uso responsable de la tecnología en el entorno familiar. Recuperado de: <https://bit.ly/3zL3M5p>

Organización Mundial de la Salud (2020). Desarrollo de los adolescentes. Recuperado de: https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/

Organización Mundial de la Salud. (2011). Riesgo para la Salud de los jóvenes. http://www.who.int/mental_health/evidence/Prevention_of_mental_disord.

Padrón A., Hernández J., Nieto A., Aradillas C., Cossío P; Palos A. (2015). Asociación entre autoestima y percepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios. *Acta Universitaria* [Acceso 12 de abril del 2024] 25(1): 76- 78. DOI: 10.15174/au.2015.769.

Paredes (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Institución Educativa del Distrito de Paiján* [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/37872>

Ramírez, T. (1999). Como hacer un proyecto de investigación (1 a ed.). Caracas, Venezuela: Panapo.

Rincón B, Dubis M. (2022). Dimensión histórica, síntomas y neurobiología del trastorno dismórfico corporal. *Psicología. Avances de la Disciplina*. 16 (1), 49-56. Publicación electrónica

del 23 de noviembre de 2022. <https://doi.org/10.21500/19002386.5797>

Ripalda, J. (2022). *Adicción a redes sociales y su relación con la imagen corporal en adolescentes* [Tesis de Bachiller, Universidad Técnica de Ambato].

<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/36891>

Rodríguez, A. y Pérez, A. O. (2017). Métodos científicos de indagación y de construcción del conocimiento. *Revista Escuela de Administración de Negocios*, 82, 1-26.

<https://www.redalyc.org/pdf/206/20652069006.pdf>

Rodriguez, C. (2015). Artículo de revisión: Generalidades de la imagen corporal/ review article: overview of the body image. *Revista de la Facultad de Medicina*, 63(2), 279-287.

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

Romo, A. (2007). Imagen corporal, alimentación y calidad de vida. Tema 1: La imagen Corporal. Universidad de Alicante.

<https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/3560/1/PowerPoint%20-%20TEMA%201.pdf>

Romo del Olmo, M. (2020). *Influencia de las redes sociales en la satisfacción de la imagen corporal de las adolescentes. Un proyecto de prevención* [Tesis de Bachiller, Universidad de Cádiz].

URI: <http://hdl.handle.net/10498/23419>

Rosen, J., y Reiter, J. (1995). *Development of Body Dysmorphic Disorder Examination (DBDE)*. Documento no publicado. University of Vermont.

Ruiz, J., Sánchez, J. y Trujillo, J. (2016). Utilización de Internet y dependencia a teléfonos móviles en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(2),

1357-1369. <https://doi.org/10.11600/1692715x.14232080715>

Salas, E. (2014). Adicciones psicológicas y los nuevos problemas de salud. Cultura: *Revista de la asociación de docentes de la USMP*, 28.

- Safon, S., & Saldarriaga, M. (2014). La internalización del ideal de delgadez: Factor de riesgo y alteraciones de la imagen corporal y los hábitos de alimentación, generado por la influencia de pares. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 6 (1), 75-90.
- Sanfeliciano, A. (2018). La mente es maravillosa. Recuperado <https://lamenteesmaravillosa.com/el-sexo-en-la-sociedad-es-untabu-o-una-obligacion>
- Sands, R. (2000). Reconceptualization of body image and drive for Thinness. *Revista internacional de trastornos alimentarios*, 28(4), 397-407. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(200012\)28:43.0.CO;2-U](https://doi.org/10.1002/1098-108X(200012)28:43.0.CO;2-U)
- Sepúlveda, A. R., Botella, J. y León, J. A. (2001). La alteración de la imagen corporal en los trastornos de la alimentación: un meta-análisis. *Psicothema*, 13(1), 7-16. <https://www.psicothema.com/pdf/407.pdf>
- Solano, N. y Cano, A. (2010). *Evaluación de la insatisfacción con la imagen corporal (IMAGEN)*. Madrid, TEA Ediciones.
- Solomon, R. (1980). The Opponent-Process Theory of Acquired Motivation, the costs of pleasure and the benefits of pain. *American Psychologist*, 35(8), 691- 712. <http://people.whitman.edu/~herbawt/classes/390/Solomon.pdf>
- Tatangelo, G., McCabe, M. y Ricciardelli, L. (2015). Body Image. En J. Wright (Ed.), *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences* (pp. 735-740). Oxford: Elsevier. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.72386>
- Tiggemann, M. (2011) 'Perspectivas socioculturales sobre la apariencia humana y la imagen corporal', en TFCash y L. Smolak (Eds) *Imagen corporal: un manual de ciencia, práctica y prevención*, 2.ª edición (págs. 12-20), Nueva York: Guilford. ISBN: 9781462509584
- Thompson, K. (1990). *Body image disturbance: Assessment and treatment*. New York: Pergamon Press. <https://psycnet.apa.org/record/1990-97598-000>
- Toselli, S. y Spiga, F. (2017). Sport practice, physical structure, and body image among University students. *Journal of Eating Disorders*, 5(31), 1-9.

<https://jeatdisord.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40337-017-0163-1>

Valderrama, S. (2015). *Pasos para elaborar proyectos de investigación científica*. San Marcos. 5

(1), 20-23. http://www.sancristoballibros.com/libro/pasos-para-elaborar-proyectos-deinvestigacion-cientifica_45757

Vera (2010) Resultados del Censo 2020 en población y vivienda en el Ecuador.

Instituto Nacional de estadísticas y censos. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/wp-content/descargas/Manu-lateral/Resultados-provinciales/cotopaxi.pdf>

Villalba, K. Maldonado, J, Berroa, H, Lavalle, A, Rodriguez, J, Becerra, S, & Arias, D. (2021).

Aceptación tecnológica y adicción a las redes sociales en contextos obligatorios virtuales.

Education in the Knowledge Society (EKS), 22, e25424-e25424.

Zagalaz M, Romero S y Contreras O. (2024). La anorexia nerviosa como distorsión de la imagen corporal. Programa de prevención desde la educación física escolar en provincia de Jaén, España. [en línea]. 2024: 1-22.

ANEXOS

- MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES / DIMENSIONES	METODOLOGÍA
PROBLEMA GENERAL: . ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024? PROBLEMAS ESPECÍFICOS: • ¿Cuál es el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024? • ¿Cuál es el nivel de insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024? • ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024, según su género? • ¿Cuál es la relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024?	OBJETIVO GENERAL: . Determinar la relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024. OBJETIVOS ESPECÍFICOS: • Determinar el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024. • Determinar el nivel de insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024 • Determinar la relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024	HIPÓTESIS GENERAL: . H0: Existe relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco 2024. . H1: No existe relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS: • Ha: Existe relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024, de manera predominante en mujeres. • H0: No existe relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024, de manera predominante en mujeres.	Variable 1 ADICCIÓN A REDES SOCIALES Dimensiones: • Obsesión por las redes sociales • Falta de control personal para el uso de las redes sociales • Uso excesivo de las redes sociales	Alcance de investigación: Correlacional Diseño de Investigación: No experimental de corte transversal lo cual indica que se recopilaban los datos en un solo momento. Población: 350 estudiantes del 3º, 4º y 5º grado del nivel secundario. Muestra: 180 estudiantes, muestra no probabilística por conveniencia

corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024? • ¿Cuál es la relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024? • ¿Cuál es la relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión conductual de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024?	insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024, según su género. • Identificar la relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024. • Determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024 • Determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión conductual de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024	• Ha: Existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo- emocional de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024. • H0: No existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo- emocional de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024. • Ha: Existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024 • H0: No existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024 • Ha: Existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión conductual de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024 • H0: No existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión conductual de la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024	Variable 2 INSATISFACCIÓN DE IMAGEN CORPORAL Dimensiones: • Cognitivo – emocional • Perceptivo • Conductual	
--	---	--	--	--

- Instrumentos

Cuestionario - (ARS)

Esta es una encuesta en la que Ud. participa voluntariamente, por lo que le agradecemos encarecidamente que sea absolutamente sincero(a) en sus respuestas. Antes de responder al cuestionario le pedimos que nos proporcione los siguientes datos:

¿Utiliza redes sociales?.. sí respondió SÍ, indique cuál o cuáles:

.....

1. Si respondió NO, entregue el formato al encuestador
¿Dónde se conecta a las redes sociales? (puede marcar más de una respuesta)

En mi casa () En las cabinas de internet ()
En las computadoras del colegio () A través del celular ()

¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?

Todo el tiempo me encuentro conectado	()	Una o dos veces por día	()
Entre siete a 12 veces al día	()	Dos o tres veces por semana	()
Entre tres a Seis veces por día	()	Una vez por semana	()

De todas las personas que conoce a través de la red, ¿cuántos conoce personalmente?

Menos 10 % o	()	Entre 11 y 30	()	Entre el 31 y 50	()
Entre el 51 y 70 %	()	Más del 70 %	()		

¿Sus cuentas en la red contienen sus datos verdaderos (nombre, edad, género, dirección, etc.)?

SI () NO ()

¿Qué es lo que más le gusta de las redes sociales?:

.....

ARS

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

Siempre: S Casi Siempre: CS Algunas Veces: AV Rara Vez: RV Nunca: N

N° ÍTE M	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					

14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono oa la computadora.					
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22.	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23.	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24.	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

Cuestionario de evaluación de la imagen corporal (IMAGEN)

Edad:

Género:

INSTRUCCIONES

A continuación, se presentan una serie de frases que hacen referencia a determinados pensamientos, emociones o comportamientos asociados a tu figura. Se trata de que señales con qué frecuencia se den en ti de acuerdo con la siguiente escala:

Casi nunca o nunca	Pocas veces	Unas veces sí y otras no	Muchas veces	Casi siempre o siempre
0	1	2	3	4

Cuando respondas a las preguntas trata de hacerlo de la forma más sincera que puedas. Recuerda que tus respuestas son confidenciales y que no hay respuestas buenas ni malas, se lo más sincera posible.

1	Debería ponerme a dieta.	0 1 2 3 4
2	Tendría que hacer ejercicio para controlar mi peso.	0 1 2 3 4
3	Es absolutamente necesario que esta delgada o delgado.	0 1 2 3 4
4	Estoy insatisfecha(o) con mi figura corporal.	0 1 2 3 4
5	Si hiciera ejercicio conseguiría disminuir mi peso.	0 1 2 3 4
6	Me da miedo conocer mi peso.	0 1 2 3 4
7	Admiro a las personas o modelos capaces de mantener una figura delgada.	0 1 2 3 4
8	Me pongo triste cuando pienso en mi figura.	0 1 2 3 4
9	Me irrito cuando pienso en mi aspecto físico.	0 1 2 3 4
10	Me molesto cuando mi familia me indica algo sobre mi figura.	0 1 2 3 4
11	Me siento inferior cuando alguien halaga la figura de otras personas.	0 1 2 3 4
12	Me siento gorda o gordo cuando gano algo de peso.	0 1 2 3 4
13	Si engordase no lo soportaría.	0 1 2 3 4
14	Tengo miedo a perder el control sobre mi aspecto físico.	0 1 2 3 4

15	Tengo miedo a engordar.	0 1 2 3 4
16	Cuando como, tengo miedo a perder el control.	0 1 2 3 4
17	Imagino que si fuese una persona delgada estaría segura de mí.	0 1 2 3 4
18	Tengo miedo a tener celulitis.	0 1 2 3 4
19	Me influyen de forma negativa los comentarios sobre mi cuerpo.	0 1 2 3 4
20	Recuerdo de forma negativa las burlas sobre mi aspecto físico.	0 1 2 3 4
21	Pienso que me estoy poniendo gorda o gordo.	0 1 2 3 4

¿CON QUE FRECUENCIA TIENES LAS SIGUIENTES IDEAS?

22	Mi estómago impide que me vea los pies.	0 1 2 3 4
23	Mis brazos son gordos.	0 1 2 3 4
24	Tengo las mejillas caídas.	0 1 2 3 4
25	Mi pecho esta flácido y caído.	0 1 2 3 4
26	El roce entre mis piernas me impide andar bien.	0 1 2 3 4
27	Ocupo demasiado espacio en las sillas.	0 1 2 3 4
28	Las dimensiones de mi cuerpo me impiden llevar una vida normal.	0 1 2 3 4
29	Las dimensiones de mi estómago me hacen parecer una foca.	0 1 2 3 4
30	Los rollitos que me salen por la espalda me hacen recordar a las salchichas.	0 1 2 3 4
31	Las facciones de mi cara están deformes debido a mi peso.	0 1 2 3 4

¿CON QUE FRECUENCIA REALIZAS LOS SIGUIENTES COMPORTAMIENTOS?

32	Me provoco el vómito para controlar mi peso.	0 1 2 3 4
33	Utilizo laxantes, diuréticos y otras pastillas para controlar mi peso.	0 1 2 3 4
34	Vomito después de las comidas.	0 1 2 3 4
35	Cuento las calorías como si fuese una calculadora.	0 1 2 3 4
36	Intento permanecer de pie para perder peso.	0 1 2 3 4
37	Arrojo la comida para controlar mi peso.	0 1 2 3 4
38	Escondo comida porque quiero controlar mi peso.	0 1 2 3 4

ASENTIMIENTO INFORMADO

Hola,

Mi nombre es Yamily Quispe Ayrampo soy estudiante de Psicología de la Universidad Continental y estoy realizando una investigación titulada “Adicción a redes sociales e imagen corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024”. La participación es voluntaria y no afectará en nada sus notas.

A continuación, te presento unos puntos importantes que debes saber antes de aceptar ayudarme:

- Tu participación es totalmente voluntaria en la investigación, llenando los cuestionarios que no tendrán repercusiones o consecuencias en tus actividades escolares, evaluaciones o calificaciones.
- Tu identidad no será publicada y la recopilación de resultados se utilizará únicamente para la investigación
- La responsable de la investigación protegerá los resultados y el uso de los mismos.

Coloco mi firma, estando de acuerdo con la explicación de los investigadores y deseando ser parte de la investigación.

Firma

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Institución : UNIVERSIDAD CONTINENTAL
Investigadora : YAMIL Y QUISPE AYRAMPO
Título: ADICCIÓN A REDES SOCIALES E INSATISFACCIÓN DE IMAGEN CORPORAL EN ESTUDIANTES DE UN COEGIO DE CUSCO, 2024.

Propósito del Estudio:

Lo invito a dar su autorización y consentimiento para que su menor hijo (a) pueda participar en un proyecto de investigación titulado: “ADICCIÓN A REDES SOCIALES E INSATISFACCIÓN DE IMAGEN CORPORAL”. Esta investigación tiene como propósito “Determinar la relación entre la adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal”.

Antes de decidir si desea que su hijo (a) participe o no, le brindaré la información necesaria, para que pueda tomar una decisión informada, puede usted realizar todas las preguntas que desee y las responderé gustosamente. Este proceso se denomina **Consentimiento Informado**.

Procedimientos:

Si acepta que su hijo (a) participe en este estudio se le solicitará completar dos instrumentos de recolección de datos:

- Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)
- Cuestionario de Evaluación de la Insatisfacción con la Imagen Corporal (IMAGEN)

Asimismo, el tiempo de aplicación de cada instrumento será de 10 minutos aproximadamente. La aplicación de instrumentos será (fotografiadas) como evidencia sin mostrar su rostro.

Beneficios:

La investigación tiene un beneficio para la sociedad y la comunidad ya que permitirá responder a las problemáticas planteadas y en base a ello plantear estrategias y posibles herramientas de afrontamiento.

Riesgos:

No se contemplan riesgos físicos o psicológicos en esta etapa de la investigación. El llenado de los instrumentos de recolección de datos no implica un esfuerzo que pueda repercutir sobre la integridad de la salud de su hijo (a).

Confidencialidad:

Se asignará códigos aleatorios a los instrumentos de recolección de datos que su hijo (a) llene, evitando la exposición de sus nombres y apellidos; así mismo, si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron.

La información documentada y grabada no se mostrará a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

Uso futuro de la información obtenida:

La información será almacenada para la posterior publicación de los hallazgos relevantes en formato de artículo original en una revista científica indexada.

Derechos del participante:

Si usted decide que su hijo (a) participe del estudio, podrá retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional acerca del estudio, por favor pregunte al personal investigador (Yamily Quispe Ayrampo, 924772026)

Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Comité de Ética de la Universidad Continental.

DECLARACIÓN DEL PADRE Y/O TUTOR DEL PARTICIPANTE

Manifiesto que he leído y me ha sido explicado la hoja de información que se me ha entregado. Hice las preguntas que me surgieron sobre el proyecto y he recibido información suficiente sobre el mismo. Si luego tengo más preguntas acerca del estudio, puedo comunicarme con la investigadora, al teléfono arriba mencionado

Comprendo que la participación de mi hijo (a) es totalmente voluntaria, que puede retirarse del estudio cuando quiera sin tener que dar explicaciones.

Presto libremente mi conformidad para autorizar la participación de hijo (a) en el proyecto de investigación titulado “ADICCIÓN A REDES SOCIALES E INSATISFACCIÓN DE IMAGEN CORPORAL”.

**Padre, madre y /o tutor del
estudiante.**

Nombre:

DNI:

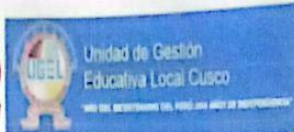
Investigadora

Nombre: Yamily Quispe Ayrampo

DNI: 48652257



GERENCIA REGIONAL
DE EDUCACIÓN
CUSCO



"Año del Bicentenario, de la Consolidación de nuestra Independencia y de la Conmemoración de las
Heroicas Batallas de Junín y Ayacucho"

INSTITUCIÓN EDUCATIVA "DIEGO QUISPE TITO"

CARTA DE ACEPTACIÓN PARA APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS

LA QUE SUSCRIBE DIRECTORA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "DIEGO QUISPE TITO"
UBICADO EN EL DISTRITO DE SAN SEBASTIÁN PROVINCIA Y DEPARTAMENTO DEL
CUSCO.

CERTIFICA:

Que, la Srta. **YAMILY QUISPE AYRAMPO**, identificada con DNI N°**48652257**, estudiante de la
Carrera Profesional de Psicología de la Universidad Continental del Cusco, realizará la
Aplicación de Instrumento del Proyecto de Investigación titulado: "**Adicción a Redes
Sociales e Insatisfacción de Imagen Corporal en Estudiantes de un Colegio de Cusco -
2024**", a los estudiantes del 3° "A", 3° "B", 4° "B", 4° "D", 5° "B", y 5° "D" del nivel secundario.

Para lo cual deberá realizar las coordinaciones necesarias con la sub dirección del nivel
secundario.

Se expide el presente documento a petición de la interesada para fines
que estime conveniente.

San Sebastián, 28 de octubre de 2024.



MINISTERIO DE EDUCACIÓN
UGEL - CUSCO

Dra. Ramunda Cáceres Ballesteros
DIRECTORA (a)
DNI N° 23964735