



**Universidad
Norbert Wiener**

Powered by **Arizona State University**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**

Tesis

Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de
secundaria de una institución educativa en Chorrillos, Lima - 2024

**Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología**

Presentado por:

Autora: Chahuayo Chircca, Estefany

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0144-7723>

Asesor: Mg. Jacobi Romero, Dante Jesús

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3062-328X>

Lima – Perú

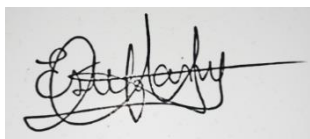
2025

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo, Estefany Chahuayo Chircca, egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Escuela Académica Profesional de **Psicología** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación “Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, Lima - 2024” Asesorado por el docente: Jacobi Romero, Dante Jesús DNI 10425460 - ORCID <https://orcid.org/0000-0002-3062-328X> tiene un índice de similitud de **16 (dieciséis) %** con código oid:14912:478514116, verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
 Firma de autor 1
 Estefany Chahuayo Chircca
 DNI: 75428477



.....
 Firma
 Dante Jesus Jacobi Romero
 DNI: 10425460
<https://orcid.org/0000-0002-3062-328X>

Dedicatoria

A mis padres, por su apoyo incondicional en este arduo camino de crecimiento profesional. A mis profesores, por ser fuente de inspiración y resiliencia a lo largo de los años. A mis amigos, por acompañarme con su cariño y aliento en esta travesía llena de desafíos. Y a mí misma, por perseverar y culminar con éxito esta importante etapa de mi vida.

Agradecimiento

En primer lugar, a Dios, por la vida y la oportunidad de transitar este camino profesional. A mis padres, por respaldar mi decisión de seguir mi pasión y brindarme todo lo necesario para alcanzar el éxito. A mis docentes, por su guía, sus enseñanzas prácticas y sus valiosos consejos que trascendieron lo académico. Y a mí misma, por recorrer con determinación cada paso de este trayecto. Gracias por llegar hasta aquí... pero el camino continúa

Índice General

Dedicatoria.....	iii
Agradecimiento.....	iv
Índice General.....	v
Índice de tablas	vii
Índice de gráficos.....	viii
Resumen.....	ix
Abstract.....	x
Introducción	xi
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	1
1.1 Planteamiento del problema.....	1
1.2 Formulación del problema	1
1.2.1 Problema general.....	5
1.2.2 Problemas específicos.....	5
1.3 Objetivos de la investigación.....	6
1.3.1 Objetivo general.....	6
1.3.2 Objetivos específicos.....	6
1.4 Justificación de la investigación	6
1.4.1 Teórica.....	6
1.4.2 Metodológica.....	6
1.4.3 Práctica.....	7
1.5 Limitaciones de la investigación.....	8
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	10
2.1 Antecedentes de la investigación	10
2.1.1 Antecedentes internacionales.....	10
2.2 Bases teóricas.....	10
2.3 Formulación de hipótesis	34
2.3.1 Hipótesis general.....	36
2.3.2 Hipótesis específicas.....	36
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA.....	37

3.1 Método de investigación.....	37
3.2 Enfoque investigativo	37
3.3 Tipo de investigación.....	37
3.4 Diseño de la investigación	37
3.5 Población, muestra y muestreo	37
3.6 Variables y operacionalización.....	40
3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	44
3.7.1 Técnica.....	44
3.7.2 Descripción	44
3.7.3 Validación.....	46
3.7.4 Confiabilidad.....	47
3.8. Procesamiento y análisis de datos.....	49
3.9. Aspectos éticos.....	49
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	51
4.1 Resultados.....	51
4.1.1 Análisis descriptivo de resultados.....	51
4.1.2 Prueba de hipótesis.....	64
4.1.3 Discusión de resultados.....	68
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	78
5.1 Conclusiones.....	78
5.2 Recomendaciones	78
REFERENCIAS	80
ANEXOS.....	96
Anexo 1: Matriz de consistencia	
Anexo 2: Instrumentos	
Anexo 3: Validez del instrumento	
Anexo 4: Confiabilidad del instrumento	
Anexo 5: Aprobación del Comité de Ética	
Anexo 6: Consentimiento informado	
Anexo 7: Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos	
Anexo 8: Informe del asesor de Turnitin	

Índice de tablas

Tabla 1	Población de estudiantes de la Institución Educativa	38
Tabla 2	Muestra de estudiantes de la Institución Educativa	39
Tabla 3	Variables y operacionalización	42
Tabla 4	Baremo del Cuestionario de adicción a redes sociales	45
Tabla 5	Baremo del Cuestionario de insatisfacción corporal	46
Tabla 6	Frecuencia y porcentaje del sexo de los estudiantes	51
Tabla 7	Frecuencia y porcentaje de la edad de los estudiantes	52
Tabla 8	Frecuencia y porcentaje del grado de los estudiantes	53
Tabla 9	Frecuencia y porcentaje del número de horas en redes sociales en los estudiantes	54
Tabla 10	Frecuencia y porcentaje de las aplicaciones más frecuentes que usan los estudiantes	55
Tabla 11	Frecuencia y porcentaje de la dimensión obsesión por las redes sociales	56
Tabla 12	Frecuencia y porcentaje de la dimensión falta de control personal	57
Tabla 13	Frecuencia y porcentaje del uso excesivo de redes sociales	58
Tabla 14	Frecuencia y porcentaje del nivel de adicción a las redes sociales	59
Tabla 15	Frecuencia y porcentaje de la dimensión cognitivo – emocional	60
Tabla 16	Frecuencia y porcentaje de la dimensión perceptivo	61
Tabla 17	Frecuencia y porcentaje de la dimensión comportamental	62
Tabla 18	Frecuencia y porcentaje de la insatisfacción corporal	63
Tabla 19	Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov	64
Tabla 20	Prueba de correlación de Spearman entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal	65
Tabla 21	Prueba de correlación de Spearman entre la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo – emocional	66
Tabla 22	Prueba de correlación de Spearman entre la adicción a redes sociales y dimensión perceptiva	67
Tabla 23	Prueba de correlación de Spearman entre la adicción a redes sociales y la dimensión comportamental	68

Índice de gráficos

Gráfico 1	Frecuencia y porcentaje del sexo de los estudiantes	51
Gráfico 2	Frecuencia y porcentaje de la edad de los estudiantes	52
Gráfico 3	Frecuencia y porcentaje del grado de los estudiantes	53
Gráfico 4	Frecuencia y porcentaje del número de horas en redes sociales en los estudiantes	54
Gráfico 5	Frecuencia y porcentaje de las aplicaciones más frecuentes que usan los estudiantes	55
Gráfico 6	Frecuencia y porcentaje de la dimensión obsesión por las redes sociales	56
Gráfico 7	Frecuencia y porcentaje de la dimensión falta de control personal	57
Gráfico 8	Frecuencia y porcentaje del uso excesivo de redes sociales	58
Gráfico 8	Frecuencia y porcentaje del nivel de adicción a las redes sociales	59
Gráfico 9	Frecuencia y porcentaje de la dimensión cognitivo – emocional	60
Gráfico 10	Frecuencia y porcentaje de la dimensión perceptivo	61
Gráfico 11	Frecuencia y porcentaje de la dimensión comportamental	62
Gráfico 12	Frecuencia y porcentaje de la insatisfacción corporal	63

Resumen

La presente investigación se propuso como objetivo establecer si existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal en una institución educativa ubicada en Chorrillos, Lima - 2024. Se empleó el enfoque cuantitativo, método hipotético-deductivo, corte transversal, alcance correlacional; la población estuvo compuesta por 327 escolares de 1er a 5to año de secundaria, a través del muestro no probabilístico por conveniencia se formó una muestra de 178 estudiantes de 12 a 17 años, a la cual se aplicaron como instrumentos el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) y el cuestionario de insatisfacción corporal (IMAGEN), como resultado se halló una correlación positiva y significativa ($\rho = .297; p < .05$) entre la adicción a las redes sociales y la insatisfacción corporal; asimismo, se halló una correlación significativa positiva baja ($\rho = .281; p < .05$) entre la adicción a redes y la dimensión cognitivo – emocional; mientras que, la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva presentaron una correlación positiva baja ($\rho = .301; p < .05$); por último, entre la adicción a redes y la dimensión comportamental se evidenció una correlación significativa positiva baja ($\rho = .259; p < .05$). Estos resultados indicaron que, los alumnos que evidenciaron problemas de uso excesivo con las redes sociales presentan una alta probabilidad de tener una insatisfacción con su cuerpo.

Palabras clave: adicción a las redes sociales, insatisfacción de imagen corporal, correlación, adolescentes.

Abstract

The present research aimed to determine whether there is a relationship between social media addiction and body image dissatisfaction in an educational institution located in Chorrillos, Lima - 2024. The quantitative approach was employed, using the hypothetical-deductive method, cross-sectional design, and correlational scope; the population consisted of 327 students from 1st to 5th year of secondary school. Through non-probabilistic convenience sampling, a sample of 178 students aged 12 to 17 was formed, to whom the Social Media Addiction Questionnaire (ARS) and the Body Dissatisfaction Questionnaire (IMAGEN) were applied. Consequently, a positive and significant correlation ($\rho = .297; p < .05$) was found between social media addiction and body dissatisfaction. Additionally, a low positive significant correlation ($\rho = .281; p < .05$) was found between social media addiction and the cognitive-emotional dimension; while social media addiction and the perceptual dimension showed a low positive correlation ($\rho = .301; p < .05$). Finally, between social media addiction and the behavioral dimension, a low positive significant correlation ($\rho = .259; p < .05$) was evidenced. These results indicated that students who exhibited problems with excessive social media use are likely to have body dissatisfaction. Keywords: social media addiction, body image dissatisfaction, correlation, adolescents.

Keywords: social network addiction, body image dissatisfaction, correlation, adolescents.

Introducción

El uso de las redes sociales (RS) se ha incrementado hoy en día en la sociedad, siendo la población adolescente quien la emplea con mayor frecuencia, si se realiza un uso excesivo, puede generar consecuencias adictivas, ya que los adolescentes son afectados por el uso excesivo de las redes sociales, debido a que en el ambiente virtual de las redes sociales están expuestos a contenidos con modelos e imágenes de belleza inalcanzables que pueden afectar su imagen corporal, por las razones propuestas, la estructura de esta investigación se ha establecido de la siguiente Forma:

En el Capítulo I, se realizó la formulación y planteamiento del problema, los objetivos, la justificación y las restricciones del estudio.

El capítulo II abordó los antecedentes (tanto internacionales como nacionales), los fundamentos teóricos y las hipótesis.

En el tercer capítulo, se detalla la metodología del estudio, especificando el método, enfoque, tipo, diseño, nivel y corte; adicionalmente, se detalla la población, muestra y muestreo, señalando los criterios de inclusión y exclusión; luego, se elaboró la ficha técnica de los instrumentos y sus características psicométricas.

En el Capítulo IV, se mostraron los hallazgos obtenidos, iniciando con los resultados descriptivos y posteriormente con los resultados inferenciales. Estos resultados facilitaron el análisis contrastivo de hipótesis y el desarrollo del análisis de los resultados.

En el Capítulo V, se presentaron las conclusiones y recomendaciones derivadas de la investigación, destinadas a las autoridades de la institución educativa pertinente.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

La revolución tecnológica ha permitido y diversificado nuevas formas de interacción social; a causa de ella se crearon espacios como el internet y, por ende, las redes sociales, siendo estas plataformas virtuales de fácil accesibilidad y uso para la población en general, alcanzando gran popularidad en la población adolescente, dentro de las consecuencias del uso frecuente y desmedido de estos nuevos espacios se encuentra el problema de la adicción a las redes sociales. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2021) reportó que entre el 10 a 15% de jóvenes a nivel global usa de forma excesiva el internet y las redes sociales, asimismo la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) (2023) refiere que el 35% de los estudiantes entre 13 y 17 años usan redes sociales más de 4 horas al día con repercusiones negativas en su capacidad de atención e imagen corporal.

En América Latina la OMS (2022) indica que entre el 20 a 30% de adolescentes presenta riesgo de uso adictivo. A nivel internacional, autores como Quevedo y Ponce (2023) realizaron un estudio en 254 estudiantes de Ecuador, en el cual se evidenciaron que el 59.4% presentaron problemas con la adicción al internet, valores que oscilan entre el nivel moderado y alto, de la

misma forma, Ruvalcabar y Hernández (2022) plantearon una investigación en 250 estudiantes de México, en el cual el 98.6% presentó problemas de adicción a internet entre un nivel moderado y bajo; en la misma línea, Barros et al. (2017) realizaron una investigación en estudiantes de Ecuador, en el cual se evidenció que el 46.9% evidenció algún problema relacionado con el internet, de los cuales el 36% manifestó un problema mínimo y el 10.9% presentó mayores dificultades con el uso excesivo del internet. Al respecto, el Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (UNICEF) en su informe técnico “Estado Mundial de la Infancia (2023) reportó que el 33% de adolescentes siente ansiedad si no revisa sus redes sociales por unas horas,

En este sentido, a causa de los estereotipos de belleza impuestos por la sociedad y divulgados sin restricción en campañas publicitarias a través de las redes sociales, la UNICEF (2022) indica que el 45 a 55% de adolescentes presenta insatisfacción con su cuerpo, además de que la UNESCO (2023) refería que el 70% de adolescentes que usa redes sociales suele comparar sus cuerpos con estándares inalcanzables de belleza. Asimismo, Feijoo et al. (2023) en un estudio en adolescentes españoles en el cual observaron, que las redes sociales influyen en la construcción de la imagen corporal de los participantes, hallaron que el 59.8% siente frustración al no encajar en el modelo de belleza que promocionan los influencers en las redes, de los cuales el 18.7% manifestó sentir ansiedad con mayor frecuencia, el 66.4% de los adolescentes reportó que no siente cumplir con los cánones de belleza, de los cuales el 13.9% indicó sentirse insuficiente en mayor medida, asimismo, Morales (2023), el cual realizó una investigación en 30 estudiantes de secundaria en Colombia, observó que el 40.0% de las mujeres evidenciaron sentirse afectadas por los estereotipos de belleza; se halló que el 46.7% realizaban comparaciones físicas con otras mujeres y el 30.0% implantaron cambios en sus hábitos de vida para mejorar su percepción de

imagen corporal, por último, Candelaria et al. (2024), en su investigación en escolares de México, observó que el 73.6%, de los cuales el 33.3% evidenció una insatisfacción muy marcada.

En el marco nacional, de acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística e Información (INEI, 2024) en un informe técnico encontró que el acceso a internet en los adolescentes entre 12 y 18 años varía en función al sexo, hallando una prevalencia de las mujeres con el 86.5% sobre los varones con el 85.4%; asimismo la UNICEF (2023) indica que el 25% por jóvenes peruanos muestran señales de dependencia emocional a las redes sociales; al respecto Chanamé y Ramírez (2024) en su estudio efectuado en Chiclayo, evidenciaron que el 69.6% de los escolares evidenciaron entre niveles altos y moderados de adicción a redes sociales, de la misma forma, Núñez y Rodríguez (2024) plantearon una investigación en 98 estudiantes de Chiclayo, en el cual hallaron que el 98.8% manifestaron niveles altos de adicción a redes sociales; del mismo modo, Farro y Seclen (2024) en su estudio en adolescentes de Chiclayo evidenciaron que el 40% de escolares presentaron niveles altos de adicción a redes sociales, mientras que el 30.5% evidenció un nivel medio de adicción a estos espacios virtuales, en consecuencia de los ideales de belleza propagados por las redes sociales se encontraron resultados reportados Rengifo y Revatta (2024), en su estudio en adolescentes en Chiclayo el 78.6% de los participantes presentó una moderada insatisfacción de imagen corporal, en tanto que el 13.6% evidenció un nivel extremo, asimismo, Nuñez y Rodríguez (2024) mostraron en su investigación en Chiclayo que el 100.0% de los educandos evidenció sentirse insatisfecho con su cuerpo.

A nivel local, Ecurra (2023) en Lima Este identificó que el 44.4% de los adolescentes evidenciaron índices elevados de adicción a redes sociales, en tanto que el 34.4% de los estudiantes presentaron niveles moderados de adicción a dichas plataformas. Al respecto, Jiménez y Sedano (2022) elaboraron una investigación en 234 estudiantes de Lima Norte, en la cual el 29.5% mostró

puntajes altos de adicción a redes sociales, seguido de un nivel medio de adicción a redes sociales representado por un 39.3%; asimismo, Carrasco y Pinto (2021) en adolescentes de Lima y Arequipa, encontraron que en los escolares de Lima el 32.2% mostró índices altos de adicción a redes, mientras que el 12.8% puntuó un nivel medio de comportamientos adictivos; en específico, en Chorrillos, Rojas y Sanchez (2025) encontraron que el 50.9% de adolescentes presentaron niveles altos de adicción a redes sociales, asimismo, Horta (2020) observó que el 64.8% de escolares presentaron comportamientos adictivos con las redes sociales.

En consecuencia, debido a la influencia de los estándares de belleza impartidos socialmente y difundidos por los medios sociales, se observaron efectos negativos en la satisfacción corporal de los adolescentes limeños, al respecto, Bedoya (2024) en adolescentes de Villa María del Triunfo, halló que el 43.5% presentó problemas de insatisfacción con su cuerpo, mientras que el 51.6% mostró niveles medios de insatisfacción corporal. Al respecto, Muñoz (2023) en estudiantes del Callao evidenció que el 23.0% de adolescentes reportó sentirse insatisfecho con su cuerpo. En específico, en los estudiantes adolescentes de una institución educativa de Chorrillos se ha observado la presencia de un uso excesivo de las redes sociales, lo cual ha generado una serie de consecuencias negativas en su bienestar emocional y psicológico, esto fue reportado por los docentes en aula. Esta situación puede estar relacionada con problemas de autoestima e insatisfacción corporal, lo que a su vez afecta su desempeño académico y sus relaciones interpersonales. Por tanto, es fundamental abordar estos factores dentro del contexto escolar para promover hábitos digitales saludables y una autoimagen positiva entre los estudiantes. Esto fue apoyado por Albornoz (2018), quién halló que el 22.9% de escolares no se encontraban satisfechos con su cuerpo, en la misma línea, Huamán (2017) observó que el 46% de estudiantes tuvo índices altos de insatisfacción corporal, mientras que el 29% puntuó niveles medios.

Por lo que el presente estudio busca conocer si existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en el alumnado de secundaria perteneciente a una población adolescente de riesgo con el fin de explicar esta vinculación, en tal sentido, Salazar (2008) menciona que es en la adolescencia donde inician las preocupaciones sobre la apariencia física y la valoración que reciben de sus pares respecto a su cuerpo, por lo que la población adolescente es valorada como agente de mayor vulnerabilidad a desarrollar problemas de distorsión corporal.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en los alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024?

1.2.2 Problemas específicos

1. ¿Cuál es el nivel de adicción a redes sociales en los alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024?
2. ¿Cuál es el nivel de insatisfacción corporal en los alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024?
3. ¿Cuál es la relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la insatisfacción corporal en los alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024?
4. ¿Cuál es la relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción corporal en los alumnos de un centro educativo en Chorrillos, 2024?
5. ¿Cuál es la relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión comportamental de la insatisfacción corporal en los alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 *Objetivo general*

Establecer la relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en los alumnos de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

1.3.2 *Objetivos específicos*

1. Determinar el nivel de adicción a redes sociales en los alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.
2. Determinar el nivel de insatisfacción corporal en los alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.
3. Determinar cuál es la relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.
4. Determinar cuál es la relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción corporal en los alumnos de un centro educativo en Chorrillos, 2024.
5. Determinar cuál es la relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión comportamental de la insatisfacción corporal en los alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024

1.4 Justificación de la investigación

1.4.1 *Teórica*

Se realizó la investigación con el propósito de ampliar la literatura científica respecto a la adicción a redes sociales y su impacto en la insatisfacción corporal, debido a que no existen estudios previos en Chorrillos sobre estas variables; asimismo aportó información sobre la prevalencia en adolescentes, los cuales son considerados población de riesgo debido a su estado

de pleno desarrollo emocional, cognitivo y social, además de estar expuestos a muchos factores de riesgo que pueden influir en su óptimo desarrollo, en consecuencia esta investigación es de gran relevancia debido a la frecuencia constante del uso de la tecnología y la influencia de los contenidos en redes sociales en la población adolescente.

Asimismo, la presente investigación se fundamenta en dos marcos teóricos con el fin de comprender las variables de estudio; por un lado, la teoría de la Adicción Comportamental de Griffiths, la cual comprende que las adicciones no se limitan a las sustancias, sino que pueden manifestarse a través de conductas repetitivas que generan dependencia psicológica hacia las redes sociales. Por otro lado, también se toma como modelo, la teoría de la Imagen Corporal de Thompson, la cual explica la insatisfacción corporal desde una perspectiva multidimensional, debido a que estructura a la imagen corporal en tres componentes: cognitivo-emocional, perceptual y conductual; esta teoría permite entender cómo la exposición constante a ideales de belleza inalcanzables, promovidos masivamente en redes sociales pueden distorsionar la percepción corporal y, en consecuencia, generar conductas de riesgo alimentario

1.4.2 Metodológica

En cuanto a la metodología, este estudio empleó el uso de instrumentos psicométricos, efectuándose la adaptación de estos, en este sentido, para llevar a cabo la validez de contenido, se consideró el criterio de tres expertos para cada prueba psicológica, mientras que la confiabilidad se analizó a través de su consistencia interna, cabe resaltar que, debido a la argumentación de los expertos con base en los ítems evaluados, se realizaron modificaciones en uno de los instrumentos, por lo cual se tomó la decisión de elaborar nuevos baremos para ambos instrumentos.

1.4.3 Práctica

A partir de los resultados obtenidos, se planifica entregar al centro educativo un informe detallado que facilite la identificación precisa de casos de insatisfacción corporal y adicción a las redes sociales entre los adolescentes. Esto permitirá que el área de psicología de la institución pueda implementar medidas preventivas, de detección, intervención y seguimiento específicas para estas problemáticas. En consonancia con este propósito, se propone realizar talleres teórico-prácticos divididos en cuatro sesiones de 75 minutos cada una, aprovechando los espacios de tutoría. Las sesiones estarán diseñadas para sensibilizar y prevenir el uso excesivo de redes sociales, abordando temas como los beneficios y riesgos de la tecnología y promoviendo un uso responsable. Además, incluirán psicoeducación y estrategias para la regulación emocional, ayudando a los estudiantes a controlar el tiempo que dedican a las redes sociales. Se trabajará en la concientización sobre los estándares de belleza actuales y su repercusión en la salud mental, brindando herramientas para fomentar la autoaceptación y fortalecer la autoestima. Finalmente, se ofrecerán técnicas de autoconocimiento orientadas a potenciar los intereses personales, habilidades y hobbies de cada estudiante, contribuyendo así a su bienestar integral y mejorando los resultados esperados en la promoción de hábitos saludables y una imagen corporal positiva.

1.5 Limitaciones de la investigación

En el proceso de desarrollo de la investigación la aplicación de los cuestionarios sufrió un retraso debido a actividades extracurriculares en la institución educativa, lo que se resolvió reprogramando la fecha en dos ocasiones, lo cual afectó el cronograma previsto. Además, se presentaron dificultades para contar con la asistencia completa de los estudiantes, ya que algunos faltaron; sin embargo, esto no impactó de manera significativa los resultados, pues la participación de otros estudiantes compensó dichas ausencias y permitió completar la investigación. Finalmente,

debido a respuestas parciales o inconsistentes, fue necesario descartar ciertos cuestionarios, aunque esta acción no comprometió el tamaño de la muestra gracias a la participación adicional.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

2.1.1 *Antecedentes internacionales*

Pulla (2023) realizó un estudio para el cual empleó el enfoque cuantitativo, diseño no experimental, alcance descriptivo-correlacional y corte transaccional, la muestra fue de 71 educandos del sexo femenino cuyas edades fueron de 13 a 15 años en Ecuador, en este sentido, se utilizó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el Body Shape Questionnaire (BSQ), como resultado halló que, respecto a los índices de insatisfacción corporal, se evidenció que el 56.3% no tenía preocupación por su imagen corporal, el 15.5% manifiesta una preocupación leve, el 15.5% presenta una marcada preocupación y el 12.7% una preocupación moderada, se encontró que existe una correlación baja entre las variables de estudio ($\rho = .28$; $p = .016$), finalmente se concluyó que existe relación baja significativa con el uso de redes sociales y la insatisfacción corporal.

Stevens (2023) elaboró una investigación en México en la cual usó el enfoque cuantitativo, alcance correlacional y corte transversal, además de emplear el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Prueba de Autoestima para Adolescentes, por consiguiente, se halló que el

nivel de autoestima, el 51.1% de los estudiantes evidenció un nivel alto de autoestima, seguido del 39.3% donde se observó un nivel medio y un 9.6% presentando un nivel bajo de autoestima; por otro lado, el 60.7% de los adolescentes presentó un uso mínimo de redes sociales, el 36.2% evidenció un uso medio de dichas plataformas, en tanto que en el 3.2% se halló un uso excesivo, cabe resaltar que el autor destacó que del 74.0% de los adolescentes que mostraron un uso excesivo hacia las redes eran del sexo femenino, Mientras que el 26.0% restante pertenecía al sexo masculino, además se encontró una correlación inversa y significativa ($\rho = -.392; p < .001$), por lo que se concluyó que al tener una mejor autoestima se presentan menores problemas con el uso excesivo de redes sociales.

Ripalda (2022) diseñó un estudio de tipo básico, nivel correlacional, no experimental, bibliográfica y una investigación de campo, para el cual seleccionó a 92 estudiantes en Ambato, Ecuador, para estos fines utilizó la Escala de Riesgo de Adicción adolescente a redes Sociales e Internet (ERA-RSI) y el Body Shape Questionnaire (BSQ), en consecuencia evidenció que, respecto al riesgo de adicción a redes sociales; que el 93.5% de la muestra no tiene riesgo de adicción, el 2.2% tiene una ligera sospecha de riesgo de adicción y el 4.3% indica un alto riesgo de adicción; en otro sentido, se encontró que el 51.1% de los estudiantes no presentaron preocupación por su aspecto físico, el 30.4% tuvo una leve preocupación por su apariencia, el 8.7% presentó preocupación moderada y el 9.8% señaló una extrema preocupación por cómo se percibe a sí mismo, asimismo, el autor resaltó que es el sexo femenino el cual evidencia altos niveles de preocupación por su aspecto físico, lo cual busca explicar como el resultado de la interacción de diversos factores sociales relacionados con los cánones de belleza y estereotipos de género, por último, se determinó que el riesgo de adicción a redes no se relaciona con el desarrollo de la

preocupación por la imagen corporal ($\rho = -.103$; $p > .05$), de esta forma concluyó que la adicción a redes sociales no tiene influencia en la preocupación corporal.

Marcillo y Pérez (2022) desarrollaron un estudio de enfoque mixto, diseño no experimental, alcance descriptivo, corte transversal, la muestra estuvo compuesta por 10 estudiantes de 20 a 30 años en Quito, en este sentido utilizaron el Body Shape Questionnaire (BSQ) y para la adicción a redes sociales se realizaron entrevistas grupales semiestructuradas en dos grupos focales, por tanto, encontraron que las redes sociales más frecuentadas son Instagram, Facebook y Tik Tok, además de que el 50.0% de estudiantes presentó una leve insatisfacción corporal, el 40.0% no evidenció insatisfacción y el 10.0% mostró una insatisfacción moderada, por tal razón, se concluyó que más de la mitad de los participantes se siente levemente insatisfecho con su imagen corporal y que no existe relación entre el contenido que se consume, lo que influye son los comentarios que reciben de sus publicaciones.

Florencia (2020) llevó a cabo un estudio de enfoque cuantitativo, tipo aplicada, alcance correlacional y de corte transaccional, el muestreo fue no probabilístico conformando una muestra por 111 mujeres entre los 14 a 53 años en Argentina, por ende aplicaron el Cuestionario de Imagen Corporal (BSQ) y una Encuesta de Autoimagen en las Redes, ergo, evidenció que la estética que se presentan en las redes alteran la imagen corporal de las participantes ($r = .66$; $p < .001$), como los factores de insatisfacción corporal ($r = .65$; $p < .001$) y la preocupación por el peso ($r = .62$; $p < .001$), asimismo las mujeres adolescentes fueron quienes presentaron mayor insatisfacción corporal ($r = -.20$; $p < .001$), Por último, se halló relación directa y significativa entre el uso de redes sociales y la imagen corporal ($r = .663$; $p < .001$) es decir a mayor uso de red social se distorsionará la imagen corporal de las adolescentes, en consecuencia, se concluyó que hubo una

relación directa y significativa debido a que a mayor tiempo naveguen los estudiantes en las redes sociales mayor influencia habrá en la percepción de su aspecto físico.

2.1.2 Antecedentes nacionales

Quispe (2025) realizó un estudio cuyo método fue hipotético deductivo, enfoque cuantitativo, el estudio fue de tipo básico, diseño no experimental y alcance correlacional; usó un muestreo no probabilístico por conveniencia, componiendo una muestra de 180 estudiantes de 3ero a 5to de secundaria en Cusco, siendo los instrumentos utilizados el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales y el Cuestionario de Evaluación de Insatisfacción con la Imagen Corporal (IMAGEN). En consecuencia, se observó que el 51.1% de los participantes mostraron un nivel alto de adicción a redes sociales, seguido por el 42.8% evidenciando un nivel medio y el 6.1% mostrando un nivel bajo de adicción, en relación con los índices de insatisfacción se hizo una diferenciación por sexo, en las mujeres se halló un nivel predominantemente severo de insatisfacción representado por un 68.3%, en tanto que el 17.1% de las adolescentes mostró un nivel marcado de insatisfacción, seguido del 9.8% de estudiantes evidenciando un nivel moderado y en el restante 4.9% se observó un nivel mínimo; mientras que en el sexo masculino, los resultados mostraron que el 46.9% posee un nivel severo de insatisfacción, seguido del 31.6% de varones los cuales se ubican en la categoría moderada, mientras que el 18.4% evidencia un nivel marcado y el 3.1% un nivel mínimo, además, se halló una correlación positiva media y significativa entre las variables de estudio ($\rho = .602; p < .05$), una correlación positiva alta entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en mujeres ($\rho = .738; p < .05$), una correlación positiva débil en el sexo masculino ($\rho = .353; p < .05$), una correlación positiva moderada entre la adicción a redes y la dimensión cognitivo - emocional ($\rho = .580; p < .05$), una correlación positiva moderada entre la adicción a redes y la dimensión perceptiva ($\rho = .569; p < .05$) y una

correlación positiva moderada entre la adicción a redes y la dimensión comportamental ($\rho = .465$; $p < .05$).

Quispe (2024) planteó un estudio en el cual usó el enfoque cuantitativo, diseño no experimental, nivel descriptivo-correlacional y corte transversal. Muestreo no probabilístico por conveniencia, participaron 127 educandos de 12 a 17 años en Arequipa, para estos fines empleó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el Cuestionario de Insatisfacción con la Imagen Corporal, de modo que se encontró que en su mayoría los adolescentes utilizan la red social de Tik Tok 39.4% siendo más usada por el género femenino, seguida de la red social de WhatsApp y Facebook 13.4%, asimismo, se evidenció que el contenido que más consumen los estudiantes son de tipo Películas o series 49.6% preferidos por ambos sexos, seguido de contenido de moda y estilo personal con un 15.7% siendo más visto por las estudiantes mujeres y otros con un 15.7% preferido por el sexo masculino, asimismo, observó que el 53.5% de los educandos presentó un nivel medio de adicción a redes sociales, mientras que el 33.1% un nivel bajo y el 13.4% nivel alto, siendo las mujeres las que presentaron un mayor uso problemático con las redes sociales y siendo los alumnos de grados mayores los que presentan mayor tendencia a un uso problemático de redes, en relación con las dimensiones, el 58.3% presentó un nivel medio de obsesión por las redes sociales, seguido por un nivel bajo representado en un 33.9% de la muestra y un nivel alto 7.9%, en la dimensión falta de control personal, se halló que el 49.6% de los estudiantes presentó un nivel medio, el 33.9% un nivel bajo y el restante 16.5% un nivel alto, por otro lado, en la dimensión de uso excesivo de redes sociales, el 45.7% evidenció un nivel medio, en tanto que el 33.1% mostró un nivel bajo y el 21.3% un nivel alto, en otro sentido, el 37.8% de los estudiantes evidenció sentir mínima insatisfacción corporal, en tanto que en el 33.1% se observó una severa insatisfacción, el 17.3% mostró una insatisfacción moderada y el 11.8%

insatisfacción marcada, resaltando que los varones son quienes presentan niveles mínimos de insatisfacción y las mujeres las que se encuentran más insatisfechas; respecto a las dimensiones, en la dimensión cognitivo-emocional, se halló que la mayoría de los estudiantes presentó un nivel mínimo del 50.4%; en la dimensión perceptivo, que el 52% evidenció niveles mínimos y en el aspecto comportamental, más de la mitad, el 67.7% evidenció un nivel mínimo de insatisfacción, cabe resaltar que fueron las adolescentes mujeres las que puntuaron más alto en las diferentes dimensiones de insatisfacción. Se apreció una correlación positiva y moderada ($\rho = .39; p < .05$) entre las variables de estudio.

Rengifo y Revatta (2024) efectuaron un estudio de enfoque cuantitativo, estudio de tipo básico, diseño no experimental, nivel descriptivo – correlacional y corte transversal, para estos fines la muestra fue de 103 estudiantes en Pucallpa, en los cuales aplicaron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el Body Shape Questionnaire (BSQ), por consiguiente, se evidenció como resultados que el 87.4% de los adolescentes tiene un nivel medio de adicción a redes sociales, seguido del 10.7% el cual posee un nivel alto y el restante 1.9% evidenció un nivel bajo; en relación con la dimensión de obsesión a las redes sociales, el 67.0% presentó un nivel medio, mientras que el 32.0% evidenció un nivel alto de obsesión y el 1% un nivel bajo, en la dimensión falta de control, la mayor parte de la muestra representado por el 63.1% puntuó niveles medios, seguido del 27.2% evidenciando un nivel alto y el 9.7% mostró un nivel bajo, en la dimensión de uso excesivo de las redes sociales, el 65.0% de los estudiantes mostraron un nivel medio, mientras que el 30.1% evidenció un nivel alto y el 4.9% tuvo un nivel bajo, en otro sentido, el 78.6% de los participantes presentó una moderada insatisfacción de imagen corporal, en tanto que el 13.6% presentó un nivel extremo, en contraposición el 7.8% poseyó un nivel bajo, teniendo como hallazgo más relevante una correlación positiva y moderada entre las variables ($\rho = .449$;

$p = .000$), una correlación moderada y positiva entre la obsesión a las redes sociales y la imagen corporal ($\rho = .436$; $p = .000$), una correlación significativa positiva y moderada entre la dimensión falta de control e imagen corporal ($\rho = .436$; $p = .000$), asimismo, se observó una correlación directa, significativa y moderada entre el uso excesivo de redes sociales y la percepción de imagen corporal ($\rho = .493$; $p < .05$), por lo que se concluyó que las redes sociales tienen una influencia moderada en la imagen corporal de los alumnos.

Chanamé y Ramírez (2024) elaboraron un estudio el cual fue de enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel descriptivo correlacional, diseño no experimental, se seleccionó a 252 estudiantes de 12 a 17 años de Chiclayo a través del muestreo no probabilístico, se empleó el Cuestionario de Adicción a las redes sociales (2014) y el Cuestionario IMAGEN (2010), por consiguiente, se halló que, el 30.2% de los adolescentes presentaron un bajo nivel de adicción a redes sociales; seguido del 31.3% ubicándose en un nivel medio y el 38.5% en un nivel alto, por otro lado, el 15.5% de los estudiantes evidenciaron un nivel de insatisfacción corporal; mientras que el 20.2% posee un nivel leve, en tanto que el 21.8% mostró un nivel moderado y el 42.5% de adolescentes evidenció un nivel severo, asimismo se observó que existe una correlación positiva entre adicción a las redes sociales e insatisfacción corporal en dichos adolescentes ($\rho = .514$; $p < .001$), además de presentar una correlación positiva y moderada entre la adicción a redes y la dimensión cognitiva emocional ($\rho = .47$; $p < .001$), correlación positiva y débil entre la adicción a redes y la dimensión perceptiva ($\rho = .27$; $p < .001$) y una correlación directa y débil con la dimensión comportamental ($\rho = .328$; $p < .001$).

Ayaque y Rodríguez (2024) efectuaron una investigación de enfoque cuantitativo, diseño no experimental y nivel descriptivo-correlacional, formando una muestra fue de 70 alumnos pertenecientes a una institución educativa pública y privada cuyas edades oscilaron entre los 14 y

17 años en Arequipa, para ello los instrumentos utilizados fueron la Escala de Riesgo de Adicción-Adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI) y el Body Shape Questionnaire (BSQ), en consecuencia se observó que la mayor parte de la muestra 61.4% perteneció a una institución educativa nacional mientras que el 38.6% proviene de una institución privada, además se halló que el 69.9% evidenció tener a veces un uso problemático con las redes sociales, en tanto que el 24.7% presentó un problema excesivo casi siempre, en tal sentido en la dimensión uso social, el 77.1% de la muestra respondió en la categoría casi siempre, mientras que el 15.7% eligió la respuesta a veces y el 7.10% respondió siempre; en la dimensión friki el 89.9% puntuó casi siempre y el restante 10.0 %, en la dimensión nomofobia casi la mitad representado por el 48.5% indicó una respuesta de casi siempre, mientras que el 22.8% presentó una categoría siempre y el 28.6% se localizó en la categoría a veces. se encontró en la categoría a veces. cabe resaltar que los alumnos del colegio público mostraron mayor uso problemático en todas las dimensiones, siendo el hallazgo más relevante la correlación existente y estadísticamente significativa entre ambas variables en la muestra seleccionada ($r_{ho} = .715$; $p = .000$), teniendo como conclusión que, a mayor uso problemático de las redes sociales, mayor será el grado de insatisfacción corporal en los adolescentes.

Núñez y Rodríguez (2024) diseñaron un estudio en el cual usaron el enfoque cuantitativo, diseño no experimental, corte transversal y alcance correlacional, el muestreo fue no probabilístico a través del cual compusieron una muestra de 98 estudiantes de 14 a 15 años en Chiclayo, a los cuales aplicaron los instrumentos utilizados fueron la Escala de Riesgo de Adicción – Adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI) y el Body Shape Questionnaire (BSQ), como parte de sus resultados, se halló que el 98.8% de los alumnos presentó un nivel alto de adicción a redes sociales y el 1.2% nivel medio, asimismo, el 100.0% de los educandos estuvo insatisfecho con su

cuerpo, se determinó una correlación positiva ($\rho = .463$; $p = .00$), una correlación positiva y moderada entre el uso de redes sociales y la dimensión insatisfacción corporal ($\rho = .417$; $p = .00$), correlación directa y significativa entre el uso de redes y la dimensión Malestar con la imagen corporal ($\rho = .410$; $p = .00$) y una correlación significativa y directa entre el uso de redes y la devaluación de figura ($\rho = .418$; $p = .00$), por lo que se obtuvo como conclusión que a mayor uso de redes sociales existirá mayor insatisfacción corporal.

Escurra (2023) ejecutó un estudio de enfoque cuantitativo, nivel correlacional, método hipotético-deductivo, diseño no experimental y de corte transaccional, se seleccionó a 151 adolescentes entre 13 y 17 años en Lima mediante el muestreo no probabilístico, para ello utilizó el Cuestionario de Adicción a las redes Sociales y el Cuestionario de insatisfacción corporal, en consecuencia halló que la mayor parte de la muestra conformado por el 56.3% de los estudiantes evidenció una insatisfacción corporal severa, seguido del 26.5% de adolescentes mostrando un nivel marcado de insatisfacción, mientras que el 9.9% presentó un nivel moderado y en el 7.3% de los alumnos se observó una insatisfacción mínima, en relación con las dimensiones, se reveló que el 41.7% presentó nivel severo en la dimensión cognitivo - emocional, seguido del 31.8% ubicándose en un nivel marcado, seguido del nivel moderado representado por el 17.9% de la muestra y el 8.6% evidenciando un nivel mínimo, asimismo en la distorsión perceptiva, la mayor parte de los participantes conformado por el 58.3% mostró un nivel severo, mientras que el 24.5% presentó un nivel mínimo, seguido del 13.2% con un nivel moderado y el 4.0% con un nivel marcado de alteración en la percepción de su aspecto físico, adicionalmente en el aspecto comportamental, el 53.0 % de la muestra presentó un nivel severo, en contraposición el 44.4% mostró un nivel mínimo y el 2.6% un nivel moderado, en otro sentido, en referencia a la adicción a redes sociales se obtuvo que el 44.4% de los adolescentes puntuó un nivel alto en obsesión por

las redes, seguido del 34.4% con un nivel medio y el 21.2% mostró índices bajos, del mismo modo, el 54.3% presentó un nivel alto en la falta de control, el 23.8% evidencia un nivel medio y el 21.9% mostró un nivel bajo, en otro sentido, el 54.3% de los adolescentes presentó un nivel alto en uso excesivo de las redes sociales, mientras que el 23.2% ubicándose en el nivel medio y el 22.5% un nivel bajo, por lo que análisis estadísticos mostraron una correlación significativa y moderada entre la imagen corporal y la adicción a redes sociales ($\rho = .445$; $p < .01$), una correlación directa y moderada entre la imagen corporal y la obsesión por las redes sociales ($\rho = .434$; $p < .01$), una correlación positiva y media entre la imagen corporal y la falta de control personal ($\rho = .449$; $p < .01$) y una correlación significativa y baja entre la imagen corporal y el uso excesivo de las redes en los estudiantes ($\rho = .332$; $p < .01$), extrayendo como conclusión que los adolescentes escolares con altos niveles de adicción a las redes sociales tienen una probabilidad elevada de presentar insatisfacción con la percepción de su cuerpo.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Adicción a las redes sociales

Definiciones.

La adicción a las redes sociales se distingue por un uso excesivo de estos medios, evidenciándose un limitado control personal, síntomas de abstinencia, que se expresan como síntomas de descontrol emocional al no poder utilizar estas plataformas, así como en el aumento de la tolerancia al usarlas, dado que cada vez más la persona requerirá más tiempo para cumplir sus anhelos y experimentar placer, lo que repercute de manera negativa en diversas áreas de su vida (Echeburúa, 2010).

La adicción a las redes sociales se caracteriza por la pérdida del autocontrol respecto al comportamiento adictivo generado, manifestándose de esta forma el síndrome de abstinencia al no

poder acceder a dichas plataformas, lo que conlleva repercusiones como el decaimiento del rendimiento académico, pérdida de interés por otras actividades de interés y problemas en el área social (Vilca & Gonzáles, 2013).

Al respecto, Ecurra y Salas (2014) consideraron que el uso de las redes sociales al estar acompañado de periodos de abstinencia podría generar sintomatología ansiosa, depresión e irritabilidad, asimismo, esta situación puede desencadenar un bajo rendimiento académico, dependencia patológica, falta de tolerancia y dificultad en sus habilidades interpersonales, adicionalmente, Carrasco y Pinto (2021) refieren que es la conducta compulsiva de mantenerse constantemente conectado a una red social e invertir gran parte de su tiempo en interactuar de forma virtual con sus amistades o en configurar los perfiles por los que se da a conocer, además indican que los escolares son quienes dedican más horas a navegar en las redes sociales, también, mencionan que las redes sociales permite a las personas con tendencia a la introversión, expresar sus emociones, pensamientos, favoreciendo una sensación de pertenencia.

2.2.2 Síntomas de adicción a las redes sociales

- *Pérdida de control*: la actividad de conectarse cada vez por mayor tiempo se convierte en una necesidad, ya que conforme pasa el tiempo se requiere más tiempo de conexión para conseguir los efectos de placer que inicialmente se generaron (López & Bisquerra, 2024). Lo que conlleva la disminución del autocontrol hacia las redes sociales.
- *Interferencia en la vida familiar e interpersonal*: mientras más tiempo le dedique una persona a las redes sociales, menos tiempo se involucrará con su círculo social, llegando al aislamiento y al descuido de los roles sociales (López & Bisquerra, 2024).
- *Disminución del rendimiento académico*: la falta de control del uso de las redes sociales impacta de forma negativa en el rendimiento académico (Pérez et al., 2024).

- *Síndrome de abstinencia*: el síndrome de abstinencia en comportamientos adictivos no relacionados con las sustancias ilícitas se configura por lo siguiente: la presencia del impulso incontrolable para efectuar la conducta, la existencia del estrés en aumentos por realizar la acción y la ausencia de la tensión una vez es llevada a cabo la conducta, la sensación de tener nuevamente el impulso incontrolable que va en aumento y que se relaciona con situaciones. externas o internas (Pérez & Hinojosa, 2024); asimismo, también se presentan síntomas psicológicos como la inestabilidad emocional, ansiedad, impaciencia, atención enfocada en la conducta adictiva, presencia de irritabilidad en caso de que la acción se vea mermada o la incapacidad para desvincularse de las redes sociales (Pérez et al., 2024).
- *Modificación del ánimo*: la acción cambia constantemente el estado de ánimo, debido a que generalmente los adolescentes usan estos medios para despreocuparse de sus dificultades, sensación de malestar, sentimientos de culpa, ansiedad, frustración o tristeza (Pérez & Hinojosa, 2024).
- *Pérdida de interés por otras actividades*: debido al comportamiento adictivo, se descuidan actividades de ocio o hobbies con el objetivo de permanecer mayor tiempo conectado a las redes (López & Bisquerra, 2024).
- *Dependencia*: se considera la necesidad de llevar a cabo la acción poniendo por encima de todo el mantenimiento del hábito sobre las actividades del día a día (Biscarra et al., 2024).

2.2.3 Teorías

Teoría de la adicción comportamental de Griffiths (1996).

Se seleccionó la teoría de Griffiths (1996) para explicar la variable de adicción a las redes sociales, dado que dicha teoría menciona que las adicciones no solo se limitan a sustancias químicas, sino que también pueden englobar comportamientos que generan dependencia psicológica, en relación con las redes sociales, el uso excesivo y compulsivo se considera como una forma de adicción comportamental, en donde el ser humano experimenta síntomas como la pérdida de control en sus decisiones e interferencia con su condición de vida.

Por otro lado, Griffiths (1996) investigó sobre la adicción a comportamientos como el uso del internet, juegos y otros hábitos que no interfieren las sustancias químicas, destacando los patrones de conducta adictivo que pueden denotar efectos parecidos a las adicciones tradicionales, como el deseo compulsivo, pérdida del control y múltiples consecuencias, en este sentido, Ccorahua (2022) indica que Griffiths para explicar su modelo teórico añadió los componentes cognitivo conductual, sociocognitivos y habilidades sociales, aspectos clave del modelo biopsicosocial de la salud; a partir de ello plantea que en las conductas adictivas a sustancias ilícitas se observan síntomas similares que, en las adicciones a redes sociales, como, por ejemplo:

- *La prominencia*: hace referencia a la conducta adictiva, la cual se vuelve incontrolable para la persona a tal punto de controlar sus pensamientos, intenciones y acciones.
- *Los cambios de humor*: engloba las vivencias emocionales generadas por las adicciones que van desde el entusiasmo, la euforia, la gratificación momentánea por evitar situaciones conflictivas y la sensación de relajación.
- *La tolerancia*: se relaciona con que el sujeto va a necesitar dedicar cada vez más tiempo a las redes sociales para conseguir esa sensación de placer que se presentó en un inicio.
- *El síndrome de abstinencia*: describe al estado en el que la persona siente molestia, ansiedad, náuseas, dolores de cabeza a causa de no acceder a las redes sociales.

- *Dificultades en las distintas esferas de vida*: son los problemas para hacer frente a los roles sociales asignados en la familia, amigos, pareja, estudios, entre otros.
- *Recaídas*: es el riesgo que existe de volver a las conductas adictivas tras un intento de regular la adicción o alejarse un tiempo, estando en periodo de abstinencia.

Teoría cognitivo-conductual de Davis (2001)

El modelo-cognitivo conductual de la adicción a redes sociales de Davis (2001) establece que este fenómeno surge de la interacción de pensamientos disfuncionales y refuerzos conductuales, en este sentido, el autor propone que los usuarios desarrollan esquemas cognitivos distorsionados sobre la importancia de las interacciones virtuales (ej. "sin redes sociales no tengo vida social"), lo que genera ansiedad y dependencia psicológica, estos pensamientos se ven reforzados por mecanismos de condicionamiento operante, donde las recompensas intermitentes (likes, mensajes) crean un patrón de uso compulsivo.

Davis (2001) identifica tres componentes centrales: las cogniciones desadaptativas (pensamientos irracionales sobre el uso), los refuerzos positivos (placer inmediato) y los refuerzos negativos (alivio del malestar emocional), estos elementos interactúan creando un círculo vicioso: el afecto negativo dispara el uso compulsivo, el cual proporciona alivio temporal, pero refuerza las cogniciones disfuncionales, a su vez, el modelo también considera factores predisponentes como el aislamiento, baja autoestima y dificultades en habilidades interpersonales.

Para el tratamiento, el modelo propone estrategias cognitivo-conductuales como la identificación y modificación de pensamientos automáticos a través de la reestructuración cognitiva, técnicas de exposición gradual para disminuir la ansiedad por desconectarse y entrenamiento para la regulación emocional (Davis, 2001).

Teoría sobre la adicción a redes sociales de Enrique Echeburúa (2010).

Para Echeburúa (2010), ha tratado la adicción a redes sociales dentro del contexto más general de las adicciones comportamentales; sin embargo, gran parte de su trabajo se ha centrado en otras formas de adicción, como el juego patológico. Su perspectiva respecto al uso excesivo de las RS sigue un enfoque análogo, considerando ciertos patrones de comportamiento digital como potencialmente adictivos; por ende, se resumen algunos de los elementos principales de su postulado (Echeburúa, 2010).

1. *Criterios de adicción*: el autor utiliza criterios similares a los que usan para diagnosticar las adicciones comportamentales o sustancias, los cuales engloban:
 - Dependencia psicológica: el individuo tiene el deseo urgente de conectarse a las redes sociales.
 - Pérdida de control: sobre el uso excesivo de las redes sociales.
 - Síntomas de abstinencia: el ser humano no puede acceder a las redes sociales, evidencia malestar, ansiedad e irritabilidad.
2. *Refuerzo negativo y positivo*: el uso de las redes sociales puede estar incentivado por el refuerzo positivo, lo que implica obtener placer o gratificación al recibir "me gusta", comentarios o al participar en interacciones sociales; asimismo, puede estar impulsado por el refuerzo negativo, ya que muchas personas utilizan las redes para evadir sensaciones incómodas, como el aburrimiento o la soledad, a través de un uso frecuente (Echeburúa, 2010).
3. *Factores de riesgo*: Echeburúa (2010) evalúa factores que incrementen la vulnerabilidad de la adicción, como los niveles bajos de autoestima, déficit en las habilidades sociales y búsqueda de aprobación social.

4. *Comparación con otras adicciones*: según Echeburúa (2010), refiere que la adicción a redes sociales comparte semejanzas con otras adicciones, como las compras compulsivas y el juego patológico, adicionalmente, el comportamiento repetitivo está englobado a alcanzar una recompensa y escapar del malestar; estos síntomas a largo plazo pueden conllevar a generar consecuencias sociales y psicológicas.
5. *Intervención*: el autor propone una intervención psicoterapéutica parecida a la empleada en otras adicciones, basada en la terapia cognitivo-conductual (TCC), finalmente, esto incluye trabajar en el control de impulsos, modificar los pensamientos disfuncionales sobre el uso de las redes sociales y enseñar habilidades para manejar el tiempo y aminorar la dependencia (Echeburúa, 2010)

.2.2.4 Dimensiones sobre el uso excesivo de las redes sociales

Escurra y Salas (2014) adaptaron la prueba de adicción a redes sociales en estudiantes, la cual consta de tres dimensiones.

- *Obsesión por las redes sociales*: hace referencia a las ideas persistentes y automáticas relacionadas a las redes sociales; ello genera en la persona síntomas de ansiedad que son atenuados al ingresar a la aplicación, asimismo, menciona indicios como conductas agresivas, estados de abstinencia caracterizada por la tristeza y el aburrimiento, conductas agresivas e irritabilidad (Escurra, 2023).

Adicional a ello, Escurra y Salas (2014) consideran que este factor se relaciona con el compromiso mental hacia las redes sociales, que incluye las fantasías y pensamientos sobre ellas; también se produce angustia, preocupación y ansiedad ante la falta de acceso; en consecuencia, esta inquietud constante provoca desgaste de ánimo a nivel mental que interfiere en el funcionamiento y calidad de vida del individuo.

- *Falta de control personal*: según Escurra (2023), se basa en la incapacidad de abstenerse de usar las redes sociales, afectando el ámbito familiar, académico, entre otros, en donde se abordan demandas diarias en las que el individuo percibe para dominar el ingreso a las redes sociales; sin embargo, esta falta de control se deriva en el aspecto conductual, afectivo y cognitivo.

Por su parte, Escurra y Salas (2014) indican que la falta de control en el uso de redes sociales está relacionada con las cualidades que el ser humano muestra al utilizarlas; por consiguiente, estos cambios se determinan por frecuentes cambios de humor, irritabilidad, desesperación, lo que altera su forma de accionar, pensamientos, emociones en su intento de permanecer conectado por más tiempo en las redes sociales.

- *Uso excesivo de las redes sociales*: es la dificultad para regular el tiempo de acceso y establecer límites de manera autónoma, lo que resulta en la imposibilidad de interrumpir la actividad y prolongarla en las redes sociales, cabe resaltar que se considera más de 10 horas al día como un uso excesivo y puede ser catalogado como adicción (Escurra, 2023), al respecto, Escurra y Salas (2014) sostienen que la dificultad para manejar el uso de las redes sociales se manifiesta en un uso excesivo de tiempo determinado, junto a la incapacidad de aminorar dicho uso, en tal efecto, esta conducta afecta el estilo de vida del ser humano, descuidando su vida familiar, social y académica.

2.2.5 Insatisfacción corporal

En otro sentido, Santos (2022) define la insatisfacción corporal como la disconformidad o disgusto respecto al tamaño y forma corporal, considerando la actitud que los individuos establecen sobre su cuerpo a nivel cognitivo, emocional y conductual, las cuales generalmente se

asocian con distorsiones o percepciones negativas sobre su aspecto físico, dichos sentimientos pueden verse afectados por el género, la edad, el peso y la altura.

Al respecto, Quispe (2020) explica que la insatisfacción corporal es la inconformidad con el físico, considerándolo como la repulsión del propio cuerpo debido a distorsiones de la percepción, lo cual desembocaría en que las personas formen ideas erradas y sentimientos de disconformidad hacia uno mismo; en consecuencia, dicha situación puede derivar desórdenes alimenticios.

2.2.6 Factores de riesgo

Yglesias (2017) menciona los siguientes factores que predisponen a tener una insatisfacción corporal:

- *Sociocultural*: refiere que el modelo actual de belleza está relacionado con la autoestima, lo atractivo y la sensación de éxito, indica que hay presiones sociales que tienen impacto tanto en el sexo masculino como el femenino, estableciendo como expectativa en las mujeres el lograr un cuerpo delgado y en los varones un cuerpo con masa muscular desarrollada (Yglesias, 2017), asimismo, los modelos actuales de belleza están siendo divulgados a través de las redes sociales y medios de comunicación, y que, a su vez, están teniendo impacto en las personas debido a que no se sienten conformes con su cuerpo a causa de que la creencia social de que un cuerpo delgado es atractivo (Areche et al., 2024).
- *Relaciones familiares*: La familia es el pilar de la sociedad y son los encargados de cimentar valores en sus hijos, tiene la función de cumplir como factor protector para el desarrollo adecuado de la autoestima, por lo que es de vital importancia que instauren en sus hijos valores como el autoconcepto y el desarrollo de una adecuada percepción de la realidad (Ramos et al., 2016), por lo que la familia puede afectar de forma negativa en la

construcción de la imagen corporal, en el sentido en que los progenitores realicen comentarios despectivos y preocupaciones exageradas y constantes sobre la apariencia física que consideren que sus hijos deben poseer, de esta forma al crecer, el niño va interiorizando dichas ideas, a su vez, el que los adolescentes estén expuestos a situaciones de acoso escolar respecto a su físico los hace más agentes de riesgo (Estrada et al., 2024).

- *Características individuales*: Los individuos que presentan problemas personales y sentimientos de fracaso suelen refugiarse en las redes sociales y en su aspecto físico para compensar su sensación de vacío y sentirse bien (Berna, 2024).
- *Desarrollo físico*: El transcurrir por la etapa de la pubertad y la adolescencia hace a las personas más vulnerables a la insatisfacción corporal, debido a que se encuentran en una fase donde le dan relevancia a la influencia social y tienen mayor facilidad para adaptar sus conductas a lo expuesto socialmente (Estrada et al., 2024); en la misma línea, Berna (2024) menciona que es en el ciclo vital de la adolescencia, el cual oscila entre los 12 y 18 años, cuando son consideradas una población con mayor vulnerabilidad de sentirse disconformes o insatisfechos con su cuerpo debido a los cambios biológicos, psicológicos y sociales por los cuales transitan.
- *Educativo*: El acoso escolar relacionado con la figura personal provocado por los pares, así como los contenidos y comentarios impartidos por el profesor, ya que ellos, al ser modelos educativos, pueden tener impacto en el refuerzo de creencias positivas o negativas respecto a la imagen corporal (Vargas & Gaibor, 2024).

2.2.7 Teorías

Teoría de comparación social de Festinger (1954)

La Teoría de Comparación Social, desarrollada por Festinger (1954), plantea que las personas evalúan sus propias opiniones y habilidades comparándose con otros, especialmente cuando carecen de referentes objetivos. Este principio explica por qué la percepción de la imagen corporal se construye socialmente, mediante la observación constante de modelos externos (Myers & Crowther, 2009). En la actualidad, este proceso se ha intensificado debido a la omnipresencia de redes sociales que difunden ideales de belleza poco realistas, generando distorsiones en la autopercepción (Fardouly et al., 2015).

Festinger distinguía entre comparaciones ascendentes (con quienes se perciben como superiores) y descendentes (con quienes se consideran inferiores). Investigaciones recientes demuestran que las comparaciones ascendentes en el ámbito corporal, como contrastarse con influencers o celebridades, correlacionan significativamente con insatisfacción corporal y trastornos alimentarios (Tiggemann & Slater, 2014). Un estudio longitudinal reveló que adolescentes que seguían cuentas de fitness mostraban mayor preocupación por su peso que quienes evitaban este contenido (Sherlock & Wagstaff, 2019).

Paradójicamente, las comparaciones descendentes —aunque podrían funcionar como mecanismo protector— rara vez mejoran la autoimagen a largo plazo. Como señalan O'Brien et al. (2020), este tipo de comparación suele generar un alivio temporal, pero no aborda las causas profundas de la insatisfacción corporal. Además, en el contexto actual de culto a la imagen, incluso estas comparaciones pueden reforzar estereotipos dañinos, pues se basan en la misma jerarquía de valores estéticos que problematizan ciertos tipos de cuerpos (Rodgers et al., 2020).

La teoría original enfatizaba que las comparaciones son más frecuentes con pares percibidos como similares. Estudios contemporáneos confirman este postulado: las mujeres jóvenes comparan su apariencia principalmente con amigas, compañeras de trabajo o familiares

de su misma edad (Ridolfi et al., 2011). Este hallazgo es particularmente relevante, pues sugiere que no solo los medios tradicionales, sino también los círculos sociales inmediatos, perpetúan los estándares de belleza (Jones & Buckingham, 2005). Las plataformas como Instagram exacerbaban este efecto al mostrar contenidos de personas con características demográficas similares, pero con cuerpos idealizados.

La era digital ha transformado radicalmente los procesos de comparación social. Mientras Festinger analizaba interacciones cara a cara, hoy las personas realizan hasta 200 comparaciones corporales diarias solo en redes sociales (Fardouly & Vartanian, 2016). Los algoritmos crean cámaras de eco que refuerzan ideales estéticos específicos, dificultando el desarrollo de una imagen corporal saludable (Tiggemann & Slater, 2013). Además, la naturaleza cuantificable de estas plataformas (likes, seguidores) proporciona falsos indicadores de valía personal basados en la apariencia (Chou & Edge, 2012).

Frente a este panorama, expertos proponen estrategias basadas en la teoría de Festinger. Tylka (2018) sugiere promover comparaciones horizontales (con múltiples tipos de cuerpos) en lugar de verticales. La educación mediática crítica y la exposición a contenidos body-positive han demostrado eficacia para mitigar los efectos negativos (Cohen et al., 2019). Como planteaba Festinger, aunque la comparación es inevitable, su impacto depende del marco de referencia elegido - razón por la cual diversificar las representaciones corporales en medios se ha convertido en una prioridad en salud pública (Levine & Murnen, 2009).

Teoría de la imagen corporal de Thompson (1990).

Se seleccionó la teoría de Thompson (1990); este postulado se basa en explicar la alteración de la inconformidad con la apariencia física, para ello se tomó en cuenta la terapia cognitiva conductual, centrándose en la intervención y evaluación de estas alteraciones de riesgo

alimentario; asimismo, Thompson (1990) refiere que esta alteración de la figura puede manifestarse a través de una angustia excesiva por ciertos aspectos determinados del cuerpo, como el volumen, textura o características físicas en general, por lo que la estructura planteada por Thompson (1990) incluye tres componentes:

- *El componente subjetivo*: se refiere a los pensamientos, actitudes y valoraciones que el individuo tiene respecto a su apariencia física; no obstante, dado que es un proceso individual, se emplean los términos satisfacción y disconformidad de la figura para clasificar esta apreciación en diferentes categorías (Escrura, 2023).
- *El componente perceptual*: se centra en cómo el ser humano interpreta el tamaño y textura de su cuerpo; además, la alteración perceptual se manifiesta en una sobrevaloración de los componentes corporales (Escrura, 2023).
- *El componente conductual*: está relacionado con la conducta realizada por el ser humano con relación a la percepción o valoración realizada por los componentes anteriores, por ejemplo, evitar situaciones en las que utiliza mostrar el cuerpo, exhibir la figura, entre otros (Escrura, 2023).

Modelo de imagen corporal de Slade (1994).

Para Slade (1994) refiere la autoimagen física como una representación mental de la constitución corporal construida a partir de la valoración de su dimensión, proporción y dimensiones que está relacionada a factores personales, socioculturales y las experiencias con el entorno, en relación con ello, Nápoles et al. (2022) refieren que la distorsión perceptiva se origina de la inconformidad corporal, la cual se debe a la discrepancia entre la figura ideal y el retrato real del cuerpo, siendo como resultado que esta inconformidad pueda estar relacionada con las plataformas digitales, entorno familiar y emociones, de este modo, Slade (1994) elabora un modelo

para la disconformidad del aspecto físico que explica en siete dimensiones: las normas sociales, experiencia corporal, las actitudes de la figura y el peso, estado psicológico y las variables biológicas de la persona, por ende, estos componentes en conjunto influyen en la insatisfacción de la figura corporal.

Teoría de la imagen corporal de Young (1998)

La teoría de imagen corporal de Young (1998) nos ayuda a entender cómo las personas perciben su propio cuerpo, a nivel físico, emocional y cognitivo. Según esta teoría, la imagen corporal es como un espejo interno que refleja cómo nos vemos a nosotros mismos, cómo nos sentimos con nuestra apariencia y cómo actuamos en consecuencia (Cash, 2004). Esta percepción no es estática, sino que cambia con el tiempo debido a experiencias personales y presiones sociales.

Un aspecto clave de la teoría es que la imagen corporal se forma desde la infancia y se refuerza en la adolescencia, al respecto, Young (1998) explica que comentarios de familiares, amigos o mensajes de los medios pueden influir en cómo nos sentimos con nuestro cuerpo (Grogan, 2016). Por ejemplo, si desde pequeños escuchamos que "debemos ser delgados para ser atractivos", es probable que desarrollemos una visión distorsionada de nosotros mismos si no cumplimos con ese ideal. Además, Young (1998) también destaca que las comparaciones sociales juegan un papel importante. Las personas suelen compararse con modelos de belleza irreales, como celebridades o influencers, lo que puede generar sentimientos de disconformidad (Fardouly et al., 2015), cabe resaltar que, hoy en día, esto es más común debido a las redes sociales, donde muchas imágenes están editadas y muestran estándares inalcanzables.

Para mejorar la imagen corporal, Young (1998) propone terapias que ayuden a cambiar pensamientos negativos, por ejemplo, técnicas como la "reestructuración cognitiva" enseñan a cuestionar creencias dañinas sobre el cuerpo (Jarry et al., 2016).

Teoría subjetiva sobre la imagen corporal de Cash y Pruzinsky (2002).

Este modelo de la disconformidad corporal se basa en la subjetividad de la valoración de la figura; estos autores refieren que esta valoración es distinta a la realidad observable del ser humano (Cash & Pruzinsky, 2002). Dichos autores plantean en su teoría en el año 1990 que la imagen corporal es una vivencia personal e interpretación subjetiva que no necesariamente se ajusta con la realidad; además, indican que hay tres imágenes corporales, las cuales se relacionan constantemente:

- *Imagen perceptual*: se explica mediante la percepción del cuerpo, engloba aspectos como tamaño, forma y partes del cuerpo.
- *Imagen cognitiva*: alude a los pensamientos y creencias referentes al aspecto físico.
- *Imagen emocional*: referente a los sentimientos y emociones producidas por el nivel de conformidad que pueda sentir una persona con su cuerpo.

Thompson (1990) indica que dicho postulado profundiza el aspecto cognitivo y las creencias irracionales sobre la figura, las cuales desencadenan emociones de disconformidad o insatisfacción, de esta forma, la IC está presentada por ser un constructo multifacético, estar relacionado con los aspectos socioculturales y el autoconcepto (Ecurra, 2023). Además, profundiza el término de imagen corporal al incluir el factor conductual, el cual se ejemplifica en situaciones de evitar mostrar el cuerpo o usar prendas holgadas que disimulen la figura de la persona (Ortega, 2010).

2.2.8 Dimensiones de la insatisfacción corporal

Solano y Cano (2010) adaptaron la prueba de disconformidad de la imagen en adolescentes, la cual consta de tres dimensiones.

- *Cognitivo-emocional*: Está vinculado a las emociones, percepciones y valoraciones que un individuo desarrolla sobre su constitución física, específicamente en relación con su peso y forma, evaluándolas en contraste con las características; del mismo modo, evidencia deseo de alterar su constitución física debido a la presencia de sentimientos negativos como la ira, frustración, tristeza y ansiedad (Escrura, 2023).
- *Perceptiva*: Hace referencia a la representación que se realiza del propio cuerpo, generalmente de manera desmedida y despectiva, siendo los estudiantes que obtienen niveles altos en esta dimensión los que presentan actitudes de rechazo hacia su figura y carecen de estima por sí mismos (Escrura, 2023).
- *Comportamental*: refiere a un patrón de conducta orientado a cambiar el cuerpo con el fin de alcanzar lo que el individuo percibe como atractivo y, de este modo, obtener una satisfacción positiva, en tal sentido, este patrón está vinculado a conductas perjudiciales, como la inducción al vómito, uso de laxantes y el conteo compulsivo de calorías en los alimentos (Escrura, 2023).

2.2.9 Relación entre adicción a las redes sociales e insatisfacción corporal

En la parte occidental, los estándares de belleza se basan en tener una figura delgada también llamado tubular, la presencia de estos cánones de belleza social ejerce presión para las personas en general, en específico en el grupo adolescente, de este modo si un individuo posee contextura delgada puede evaluarse de forma positiva, no obstante, para las personas que se alejan de este modelo de belleza pueden desarrollar baja autoestima, es decir el tener una figura delgada implicaría sensaciones de triunfo y éxito, en contraposición, no ser delgado o el acto de subir de peso desencadena sentimientos de fracaso (Salazar, 2008), en tal sentido Rosendo et al. (2016) refieren que, en la actualidad, las redes sociales juegan un papel primordial al promover contenido

estético que establece estándares de belleza poco realistas, este tipo de promoción contribuye a la formación de juicios de valor que refuerzan una concepción de belleza inalcanzable, especialmente para los estudiantes, en tal sentido, estos pueden experimentar inconformidad con su peso y apariencia física, lo que los lleva a adoptar conductas alimentarias dañinas en un intento por ajustarse a dichos estándares, incrementando así el riesgo de desarrollar desórdenes alimenticios u otros problemas relacionados con la autoimagen.

Según Marín y Mora (2020), consideran que la formación del autoconcepto en los jóvenes está relacionada con estímulos externos establecidos por la comunidad; dichos factores, a largo plazo, promueven una comparación poco realista que puede denotar presión para adaptarse a estándares inalcanzables y exponer a los sujetos a comentarios desatinados sobre su físico, el cual puede generar una visión distorsionada sobre su cuerpo.

Por otro lado, Lin y Lu (2020) refieren que la población utiliza las redes sociales como una salida o solución para satisfacer sus necesidades, como interactuar, informarse, validar su identidad y autonomía; a su vez, establecen que es un factor fundamental del exceso a las redes la búsqueda de aceptación y presión social.

Por último, Calvo et al. (2019) señalan que la disconformidad del aspecto físico en la actualidad está vinculada a diversas causas: redes sociales, presión del entorno y tendencia de moda, de este modo, resalta que la publicación refuerza la contextura delgada como símbolo de estética y belleza, lo que demanda presión en los estudiantes, los cuales se encuentran expuestos a imágenes o filtros que distorsionan la realidad, lo que puede llevarlos a realizar diversas comparaciones, afectando su autoestima y percepción.

2.3 Formulación de hipótesis

2.3.1 Hipótesis general

H_G: Existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

H₀: No existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

2.3.2 Hipótesis específicas

H_{e1}: Existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

H_{o1}: No existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

H_{e2}: Existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

H_{o2}: No existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

H_{e3}: Existe relación de la adicción en redes sociales y la dimensión comportamental de la insatisfacción corporal en alumnos de una institución educativa en Chorrillos, 2024.

H_{o3}: No existe relación de la adicción en redes sociales y la dimensión comportamental de la insatisfacción corporal en alumnos de una institución educativa en Chorrillos, 2024.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 Método de investigación

El presente trabajo utilizó el método hipotético-deductivo, para el cual, según Tarrillo et al. (2024), indica que este método parte de hipótesis, las cuales son corroboradas con información trabajada y extraída del entorno.

3.2 Enfoque investigativo

Se empleó el enfoque cuantitativo; al respecto, autores como Vizcaíno et al. (2023) indican que este enfoque se basa en la recolección de datos cuantificables, un análisis y procesamiento de información a través de técnicas estadísticas.

3.3 Tipo de investigación

El estudio fue de tipo básico; según Tarrillo et al. (2024), consiste en profundizar y producir mayor conocimiento científico para mejorar el entendimiento de las variables estudiadas, sin implicar necesariamente una aplicación práctica inmediata.

3.4 Diseño de la investigación

El trabajo fue de diseño no experimental, al respecto, Tarrillo et al. (2024) definen este diseño por no manipular las variables de investigación, sino se basa en comprender la problemática en su entorno natural, cabe resaltar que dicho diseño no implica una intervención en las variables,

por lo que queda claro que no se realizará un programa de intervención en relación con las variables, del mismo modo, la investigación fue de corte transversal y se caracteriza por recolectar la información en un determinado tiempo para analizar la prevalencia de las variables o condición de la población (Hernández y Mendoza, 2018), adicionalmente, tuvo nivel o alcance correlacional, este nivel de investigación no establece asociaciones de causa - efecto, consiste en demostrar si existe o no relación entre dos o más variables sin determinar dependencia entre estas (Albornoz et al., 2023)

3.5 Población, muestra y muestreo

3.5.1 Población

Estuvo constituida por 327 escolares de secundaria de un centro educativo público en Chorrillos; al respecto, Albornoz et al. (2023) define la población como un conjunto compuesto por todos los sujetos de estudio.

Tabla 1

Población de estudiantes de la Institución Educativa

	N
1° de Secundaria	64
2° de Secundaria	64
3° de Secundaria	64
4° de Secundaria	64
5° de Secundaria	71
Total	327

3.5.2 Muestra

La muestra es definida como el subconjunto o un extracto de la población determinada por un procedimiento técnico (Albornoz et al., 2023). Para fines de este estudio, se calculó la muestra

usando una fórmula estadística para poblaciones, en tal efecto, se determinó una muestra mínima requerida de 178 educandos, la cual fue estratificada proporcionalmente según grado académico, de primero a quinto de secundaria, con edades comprendidas entre 12 y 17 años, en una institución educativa pública del distrito de Chorrillos.

$$n = \frac{NZ^2pq}{e^2(N-1) + Z^2pq}$$

$$n = 178$$

La muestra, en la presente investigación, se distribuyó de la siguiente manera:

Tabla 2

Muestra de estudiantes de la Institución Educativa

	N
1° de Secundaria	35
2° de Secundaria	35
3° de Secundaria	35
4° de Secundaria	35
5° de Secundaria	38
Total	178

3.5.3 Muestreo

Se empleó el muestreo no probabilístico; en relación con ello, Vizcaíno et al. (2023) afirman que este tipo de muestreo se caracteriza porque el investigador tenga influencia en la selección de muestra, cabe resaltar que no todos los sujetos de análisis del estudio componen la muestra; de esta forma fue muestreo por conveniencia, debido a que se selecciona a la muestra en relación con la fácil accesibilidad o porque resulta conveniente para el investigador, se considera el de menor rigurosidad y existe tendencia a presentar sesgos en el estudio, sin embargo se controlaron sesgos mediante la estratificación por grado académico.

Criterios de inclusión.

- Escolares que pertenecen al centro educativo estatal.
- Escolares entre 12 y 17 años que cursan el nivel secundario.
- Estudiantes que hagan uso de al menos una red social.
- Deberán aceptar el asentimiento informado para el estudio.

Criterios de exclusión.

- Escolares que no pertenezcan al centro educativo estatal.
- Escolares cuyas edades no oscilen entre las edades de 12 a 17 años.
- Estudiantes que no utilicen ninguna red social.
- Estudiantes que no acepten el asentimiento informado.

3.6 Variables y operacionalización**Variable 1: Adicción a redes sociales****Definición conceptual.**

Autores como Eскурra y Salas (2014) definen la adicción a redes sociales como una forma de dependencia de las nuevas tecnologías, caracterizada por la incapacidad de resistir la necesidad de acceder y permanecer en estas plataformas.

Definición operacional.

La variable adicción a redes sociales se medirá con el Cuestionario de adicción a redes sociales, el cual fue construido por Eскурra y Salas en el 2014 el cual fue validado por Torres en el 2021.

Variable 2: Insatisfacción corporal**Definición conceptual.**

Solano y Cano (2010) definen la insatisfacción de la imagen corporal como la percepción que tiene uno mismo sobre las partes de su propio cuerpo, cuando se presenta una distorsión del aspecto físico afectando a nivel conductual, afectivo y cognitivo.

Definición operacional.

La variable de insatisfacción corporal se medirá con el cuestionario de “Insatisfacción corporal” fue construido por Solano y Cano, el cual fue validado y adaptado al Perú por Yglesias en el 2017.

Tabla 3*Variables y operacionalización*

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa
Adicción a Redes Sociales	Escurra y Salas (2014) definen la ARS como una forma de dependencia de las nuevas tecnologías, caracterizada por la incapacidad de resistir la necesidad de acceder y permanecer en estas plataformas, el uso compulsivo de las mismas y el efecto negativo que tiene en el autocontrol del individuo.	Se utilizó el Cuestionario de Adicción a redes sociales de Escurra y Salas (2014) validado por Torres (2021)	Obsesión por las redes sociales (5, 6, 7, 11, 12, 14, 17, 18, 21, 22)	- Preocupación ante la falta de acceso a las RS. - Sintomatología de ansiedad ante la ausencia de las RS.	Intervalo	Bajo (0 – 18)
			Falta de control personal (4, 13, 19, 23)	- Descuido por las actividades y área académica. - Incapacidad para controlar el tiempo en las RS.		Medio (19 – 38)
			Uso excesivo de las redes sociales (1, 2, 3, 8, 9, 10, 15, 16, 20)	- Tiempo excesivo en las RS. - Incapacidad y dificultad para manejar el uso de las RS.		Alto (39 – 92)

Insatisfacción corporal	Según Solano y Cano (2010) definen la insatisfacción de la imagen corporal como la percepción que tiene uno mismo sobre las partes de su propio cuerpo, cuando se presenta una distorsión del aspecto físico afectando a nivel conductual, afectivo y cognitivo.	Se empleó el Cuestionario de insatisfacción corporal de Yglesias (2017).	Cognitivo – Emocional (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21)	<ul style="list-style-type: none"> - Pensamientos negativos por subir de peso. - Inquietud y malestar sobre la gordura. - Temor o miedo de subir la masa muscular. 	Intervalo	Mínima o ausente (< 15)
			Perceptivo (22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31)	<ul style="list-style-type: none"> - Comparación sobre la figura. - Sentimientos de inferioridad corporal. 		Marcada (16 - 38)
			Comportamental (32, 33, 34, 35, 36, 37, 38).	<ul style="list-style-type: none"> - Vergüenza y evitación social. - Actitudes negativas respecto al aspecto físico 		Moderada (39 - 73)
						Severa (74 – 152)

Nota. Elaboración propia.

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1 Técnica

Se utilizó la encuesta, en donde los alumnos de secundaria responderán los ítems de ambos cuestionarios, de esta forma, para Tarrillo et al. (2024) la técnica de investigación es un medio particular para obtener, observar, analizar y explicar un conjunto de datos verídicos extraídos de la realidad dentro del contexto investigativo.

3.7.2 Descripción

Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Ficha técnica

Autores: Ecurra y Salas – Perú

Año: 2014

Procedencia: Universidad de San Martín de Porres

Adaptación peruana: Torres López, Sadith

Año: 2021

Administración: Individual y grupal

Duración: 20 min

Aplicación: Adolescentes y universitarios

Descripción: Está compuesto por 24 ítems, pero debido al criterio de juicio de expertos se eliminó el ítem 13 y terminaron siendo 23 ítems, divididos en 3 dimensiones, que se califican de 0 a 4 puntos. El escolar debe leer las instrucciones y responder las alternativas de respuesta. Siempre = 4, casi siempre = 3, algunas veces = 2, rara vez = 1 y nunca = 0.

Corrección: Se corrige sumando las respuestas de los reactivos obteniendo niveles que se puntualizan mediante la siguiente tabla:

Tabla 4*Baremos del Cuestionario de adicción a redes sociales*

	Bajo	Medio	Alto
Obsesión por las redes sociales	0 – 6	7 – 15	16 – 40
Falta de control personal	0 – 2	3 – 6	7 – 16
Uso excesivo de las redes sociales	0 – 7	8 – 15	16 – 36
Adicción a las redes sociales	0 – 18	19 – 38	39 – 92

Nota. Elaboración propia.

Cuestionario de evaluación de insatisfacción con la imagen corporal (IMAGEN)*Ficha técnica*

Autores: Solano y Cano (2010)

Adaptación peruana: Yglesias Solano, Marita Alexandra

Año: 2017

Procedencia: Universidad Cesar Vallejo

Administración: Individual y grupal

Duración: 15 min

Aplicación: Población femenina y masculina mayor de 11 años.

Descripción: El cuestionario está constituido por 38 ítems divididos en 3 dimensiones (cognitivo - emocional, perceptivo y comportamental), que se califican de 0 a 4 puntos. El escolar debe leer las instrucciones y responder las alternativas de respuesta. Casi siempre = 4, muchas veces = 3, unas veces sí y otras veces no = 2, pocas veces = 1 y casi nunca o nunca = 0.

Corrección: Se corrige sumando las respuestas de los reactivos obteniendo niveles que se puntualizan mediante la siguiente tabla:

Tabla 5*Baremos del Cuestionario de insatisfacción corporal*

	Mínima o ausente	Marcada	Moderada	Severa
Cognitivo – emocional	0 - 13	14 - 31	32 – 55	56 - 84
Perceptivo	0	1 - 2	3 – 12	13 - 40
Comportamental	0	1	2 – 6	7 - 28
Insatisfacción corporal	0 - 15	16 - 38	39 - 73	74 - 152

Nota. Elaboración propia.

3.7.3 Validación

Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS).

Escurra y Salas (2014) utilizaron la validez de contenido por juicios de experto para medir la (claridad, coherencia y relevancia) que fueron procesados con el estadístico de V de Aiken dando como puntaje (0.7 - 1), también, manejaron la validez de constructo donde el análisis factorial exploratorio (AFE) tuvo como hallazgo un KMO = .95 y la prueba de esfericidad de Bartlett ($p = .01$; $\chi^2 = 4313.8$).

Se utilizó la versión adaptada por Torres (2021), la cual llevó a cabo la validez a través del criterio de jueces, hallando puntuaciones mayores a .80 en el coeficiente de V de Aiken, además realizó el análisis de ítems, el índice de homogeneidad corregida (IHC) halló resultados mayores a .30, determinando que todos se encuentran en el rango aceptable, teniendo como excepción al ítem 13, asimismo, la validez de estructura interna AFC mostraron resultados de $\chi^2/df = 2.09$, RMSEA = .05; SRMR = .02; CFI = .96; TLI = .96 lo que indica un adecuado índice de ajuste según los parámetros, para efectos del estudio también se ejecutó la validez por convergencia y divergencia, entre las escalas Adicción a redes sociales (ARS) y la Escala de autosuficiencia (EAA) estableciendo como resultado una relación inversa y significativa ($\rho = -.571$; $p < .001$).

La relación convergente con la Escala de procrastinación (EPA) determinó una correlación directa y significativa ($\rho = .559$; $p < .001$).

Para fines de esta investigación, se evaluó la validez de contenido mediante la evaluación de los ítems por parte de 3 expertos, quienes analizaron los reactivos en función de su pertinencia, relevancia y claridad, se trasladaron las valoraciones, obteniendo un coeficiente V de Aiken de 0.96 para la variable adicción a las redes sociales, lo que indica una validez superior.

Producto de lo anterior, se confirmaron y corroboraron las propiedades de validez del instrumento, de modo que el instrumento es capaz de evaluar la variable adicción a las redes sociales de manera eficiente.

Cuestionario de evaluación de insatisfacción con la imagen corporal (IMAGEN).

Adaptación.

Se utilizó la versión adaptada por Yglesias (2017), la cual empleó la validez de criterio con el propósito de analizar la validez convergente de los Cuestionarios de Insatisfacción con la Imagen Corporal (IMAGEN) y el Cuestionario de Imagen Corporal (BSQ); en consecuencia, los hallazgos evidenciaron una correlación positiva directa entre los puntajes totales ($\rho = .71$; $p < 0.01$), además de correlaciones positivas moderadas entre los factores ($\rho = .41$ y $.67$) y un nivel de significancia de ($p < .05$), confirmando así su validez, adicionalmente, utilizaron la validez de constructo a través del Análisis Factorial Confirmatorio (AFC), en base a un modelo de 3 dimensiones, cuyo resultado fue ($\chi^2/gf = 2.56$, GFI = .976, RMSEA = .055), por último, para los índices parsimónicos fue de PCFI = .852 y un PNFI = .889.

Para fines de este estudio, se evaluó la validez de contenido mediante la evaluación de los ítems por parte de 3 expertos, quienes analizaron los reactivos en función de su pertinencia,

relevancia y claridad, se trasladaron las valoraciones, obteniendo un coeficiente V de Aiken de 1 para la variable insatisfacción corporal, lo que indica una validez superior.

Producto de lo anterior, se confirmaron y corroboraron las propiedades de validez del instrumento, de modo que el instrumento es capaz de evaluar la variable adicción a las redes sociales de manera eficiente.

3.7.4 Confiabilidad

Cuestionario de Adicción a Redes Sociales.

Respecto a la confiabilidad, se utilizó el método de consistencia interna a través del coeficiente alfa de Cronbach, cuyo puntaje global de adicción a redes sociales fue de .95; en relación con las dimensiones, los coeficientes fueron mayores a .80 (Escrura y Salas, 2014).

Se utilizó la versión adaptada por Torres (2021), evaluó la confiabilidad a través del alfa de Cronbach y omega, los resultados indicaron valores que oscilan entre .87 y .96, demostrando tener una buena fiabilidad.

En este estudio, se realizó la prueba de fiabilidad; para ello se usó el método de consistencia interna a través del coeficiente alfa de Cronbach, el puntaje total del cuestionario fue de .902, indicando una alta confiabilidad; en relación con las dimensiones, los coeficientes fueron mayores a .70, indicando también una aceptable consistencia interna.

Cuestionario de evaluación de insatisfacción con la imagen corporal.

Adaptación.

Se utilizó la versión adaptada por Yglesias (2017), la cual evaluó la confiabilidad a través del coeficiente alfa de Cronbach, obteniendo como resultados, un puntaje global de IC de .91 y coeficientes mayores a .80 en las dimensiones de la prueba.

Para fines de esta investigación, se llevó a cabo la confiabilidad por el método de consistencia interna a través del coeficiente alfa de Cronbach, el puntaje total del cuestionario fue de .959, indicando una excelente confiabilidad; en cuanto a las dimensiones, los coeficientes fueron mayores a .80, indicando también una buena confiabilidad.

3.8. Procesamiento y análisis de datos

Para acceder a la población estudiantil, se realizó una solicitud formal a la dirección de la institución educativa, obteniendo las autorizaciones correspondientes, una vez aprobado el estudio, se procedió con la recolección de datos durante una semana en horarios establecidos por el colegio, aplicando los instrumentos en aulas designadas bajo supervisión del investigador, previo a la recolección, se obtuvo el consentimiento informado (para padres de familia) y asentimiento informado (para los estudiantes), asegurando la participación voluntaria y ética de los participantes.

Los datos recolectados se ingresaron en el software IBM SPSS Statistics (versión 25) para su procesamiento estadístico, inicialmente, se depuraron los cuestionarios que tuvieran datos incompletos, posteriormente se realizó un análisis descriptivo (tablas de frecuencia y porcentajes) para caracterizar la muestra, dado que el tamaño superaba los 50 participantes siendo un total de 178 participantes, se evaluó la normalidad de la distribución mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov (K-S), los resultados mostraron que los datos no seguían una distribución normal, por lo que se optó por métodos no paramétricos.

Para examinar la relación entre las variables (adicción a redes sociales e insatisfacción corporal), se aplicó el coeficiente de correlación de Spearman (ρ), apropiado para datos ordinales o no normales, cabe destacar que, al tratarse de un estudio no experimental de corte transversal,

no se implementó una intervención ni mediciones pre-post, limitándose al análisis de asociaciones entre variables en un único momento temporal.

3.9. Aspectos éticos

El presente estudio se rigió por los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2024) y contó con la aprobación del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la Universidad Privada Norbert Wiener (ACTA N° 0173-2025); de esta forma se implementó lo siguiente: el principio de beneficencia debido a que los resultados alcanzados se brindaron a las autoridades del colegio con el fin de que realicen acciones de prevención e intervención sobre adicción a redes sociales e insatisfacción corporal, beneficiando directamente a los estudiantes; el principio de autonomía, ya que se obtuvo el consentimiento informado de los padres y el asentimiento informado verbal de los estudiantes, el cual fue explicado verbalmente al alumnado garantizando de esta forma el respeto a la decisión de participar voluntariamente de los estudiantes, así como su deseo de dejar de participar y la comprensión de los objetivos y procedimientos de la investigación; el principio de justicia, debido a que se brindó trato equitativo a los participantes y el principio de no maleficencia al salvaguardar la privacidad de los datos y protección de los educandos mediante un proceso anónimo, excluyendo cualquier dato personal, además la información recolectada fue almacenada en un entorno seguro con acceso restringido a la investigadora, el uso exclusivo de los datos perseguía fines académicos.

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1 Resultados

4.1.1 Análisis descriptivo de resultados

Tabla 6

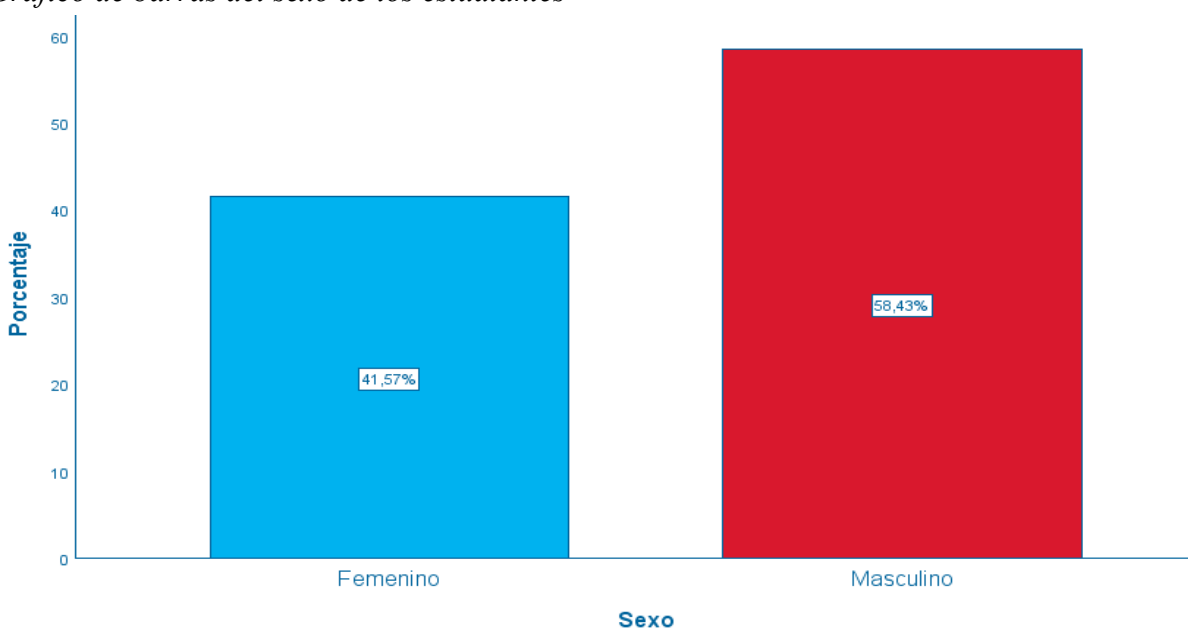
Frecuencia y porcentaje del sexo de los estudiantes

Sexo	<i>f</i>	%
Femenino	74	41.57 %
Masculino	104	58.43 %
Total	178	100 %

Nota: *f*=frecuencia; %=porcentaje

Figura 1

Gráfico de barras del sexo de los estudiantes



Con base en los resultados de la tabla 6 y el gráfico 1, se identificó que el 41.57% de los estudiantes son mujeres, mientras que el 58.43% de los educandos pertenecen al sexo masculino.

Tabla 7

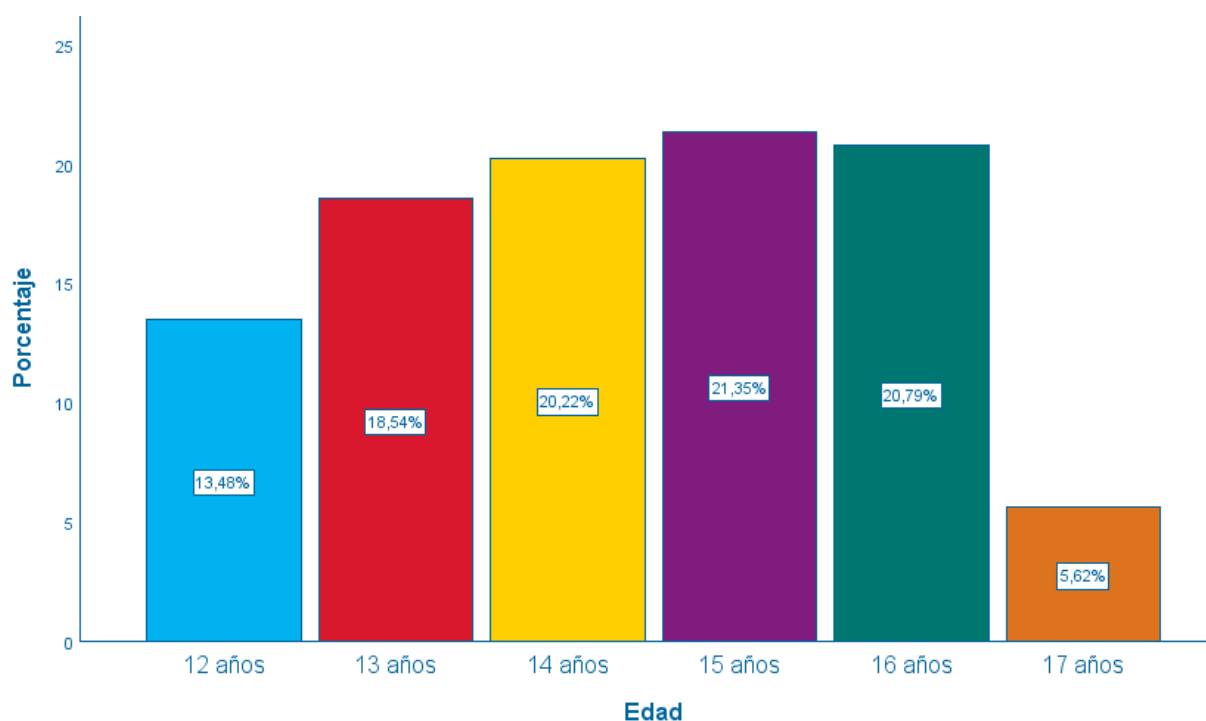
Frecuencia y porcentaje de la edad de los estudiantes

Edad	<i>f</i>	%
12 años	24	13.48 %
13 años	33	18.54 %
14 años	36	20.22 %
15 años	38	21.35 %
16 años	37	20.79 %
17 años	10	5.62 %
Total	178	100.00 %

Nota: *f*=frecuencia; %=porcentaje

Figura 2

Gráfico de barras de la edad de los estudiantes



De acuerdo con los resultados de la tabla 7 y el gráfico 2, se reveló que el 12.48% de los participantes tiene 12 años, seguido del 18.54%, los cuales tenían 13 años, mientras que el 20.22% tiene 14 años; entre tanto, el 21.35% tuvo 15 años, a diferencia del 20.79% de escolares, los cuales tienen 16 años y el restante 5.62% de adolescentes tenía 17 años.

Tabla 8

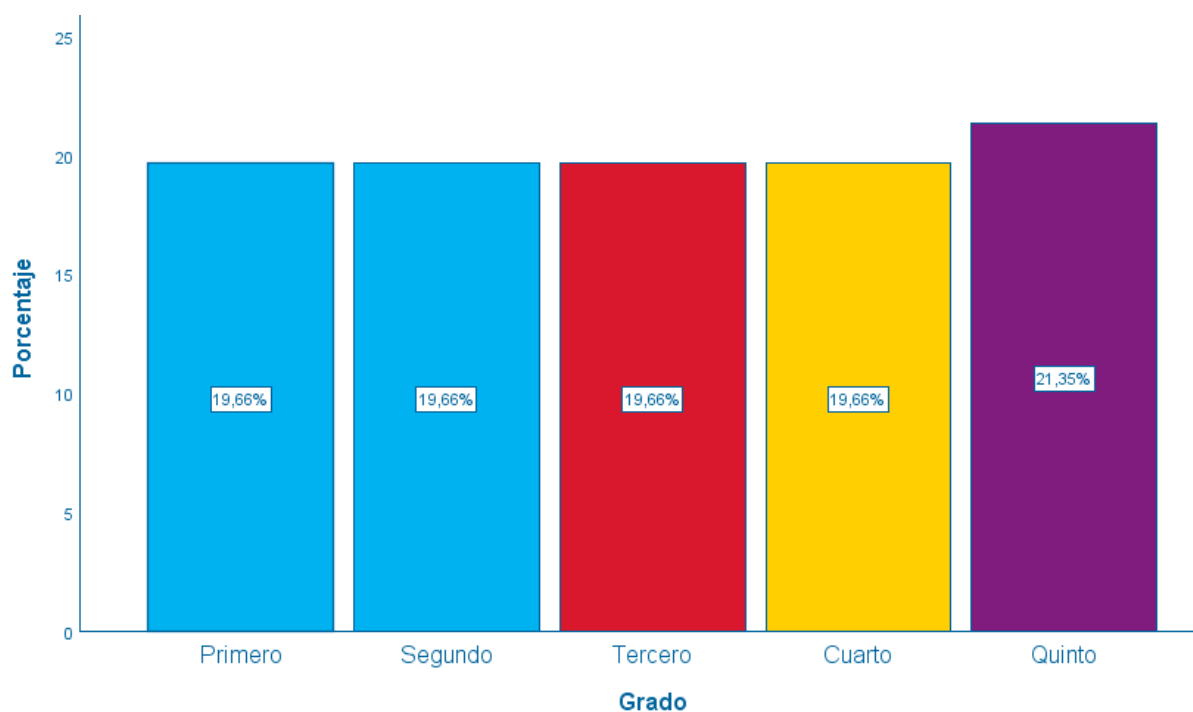
Frecuencia y porcentaje del grado de los estudiantes

Grado	<i>f</i>	%
Primero	35	19.66 %
Segundo	35	19.66 %
Tercero	35	19.66 %
Cuarto	35	19.66 %
Quinto	38	21.35 %
Total	178	100.00 %

Nota: *f*=frecuencia; %=porcentaje

Figura 3

Gráfico de barras del grado de los estudiantes



Los resultados de la tabla 8 y el gráfico 3 evidenciaron que los grados de primero a cuarto representaron el 19.66% de la muestra de forma equitativa; mientras que el 21.35% de los estudiantes cursaron el quinto de secundaria.

Tabla 9

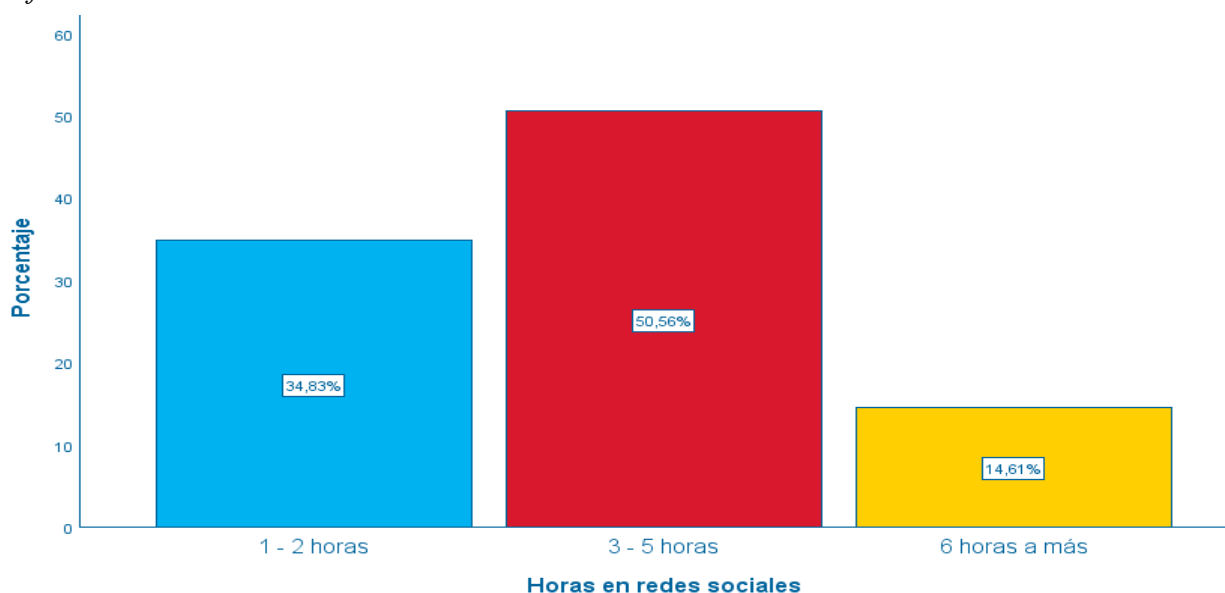
Frecuencia y porcentaje del número de horas en redes sociales en los estudiantes

Horas en redes sociales	<i>f</i>	%
1 - 2 horas	62	34.83 %
3 - 5 horas	90	50.56 %
6 horas a más	26	14.61 %
Total	178	100.00 %

Nota: *f*=frecuencia; %=porcentaje

Figura 4

Gráfico de barras del número de horas en redes sociales en los estudiantes



Los resultados de la tabla 9 y el gráfico 4 evidenciaron que el 34.83% de los educandos tiene un tiempo de uso de las redes sociales entre 1 a 2 horas, mientras que el 50.56% de los estudiantes explora en redes entre 3 a 5 horas, en tanto que el 14.61% del alumnado utiliza las redes más de 6 horas.

Tabla 10

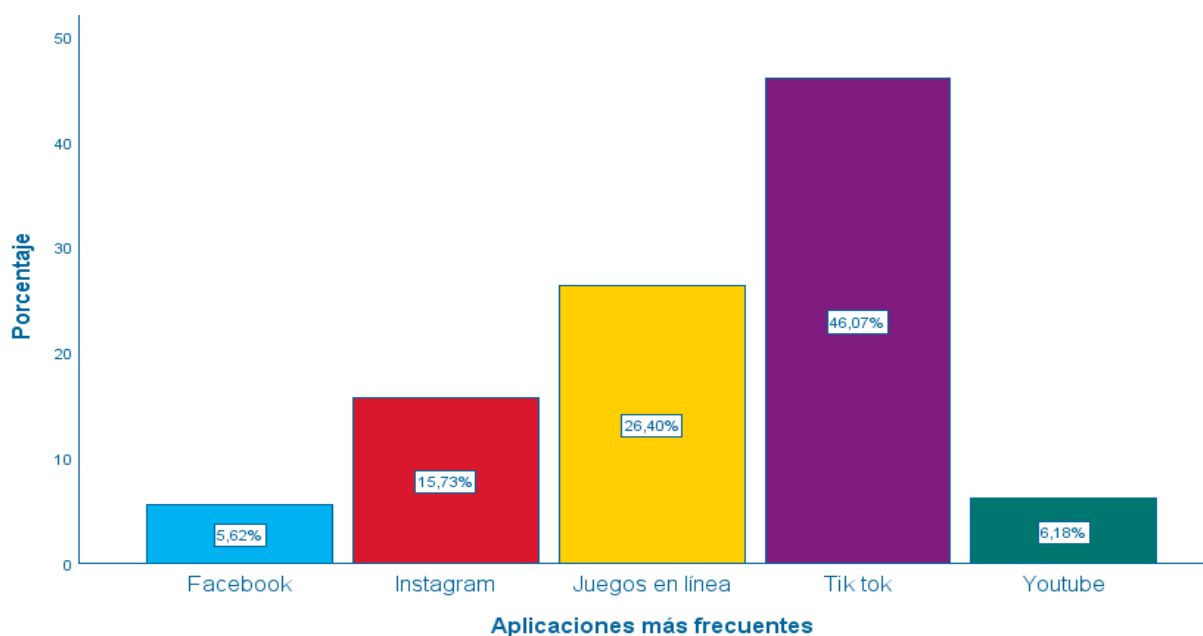
Frecuencia y porcentaje de las aplicaciones más frecuentes que usan los estudiantes

Aplicaciones más frecuentes	<i>f</i>	%
Facebook	10	5.62 %
Instagram	28	15.73 %
Juegos en línea	47	26.40 %
Tik Tok	82	46.07 %
YouTube	11	6.18 %
Total	178	100.00 %

Nota: *f*=frecuencia; %=porcentaje

Figura 5

Gráfico de barras de las aplicaciones más frecuentes que usan los estudiantes



Los resultados de la tabla 10 y el gráfico 5 revelaron que el 5.62% de los alumnos usa con mayor frecuencia la red social Facebook, en tanto que el 15.73% de la muestra navega en la red de Instagram, en otro sentido, el 26.40% de los estudiantes prefiere jugar en línea, mientras que el

46.07% de los educandos ingresa asiduamente a Tik Tok y el restante de participantes, representado por el 6.18%, usa YouTube.

Tabla 11

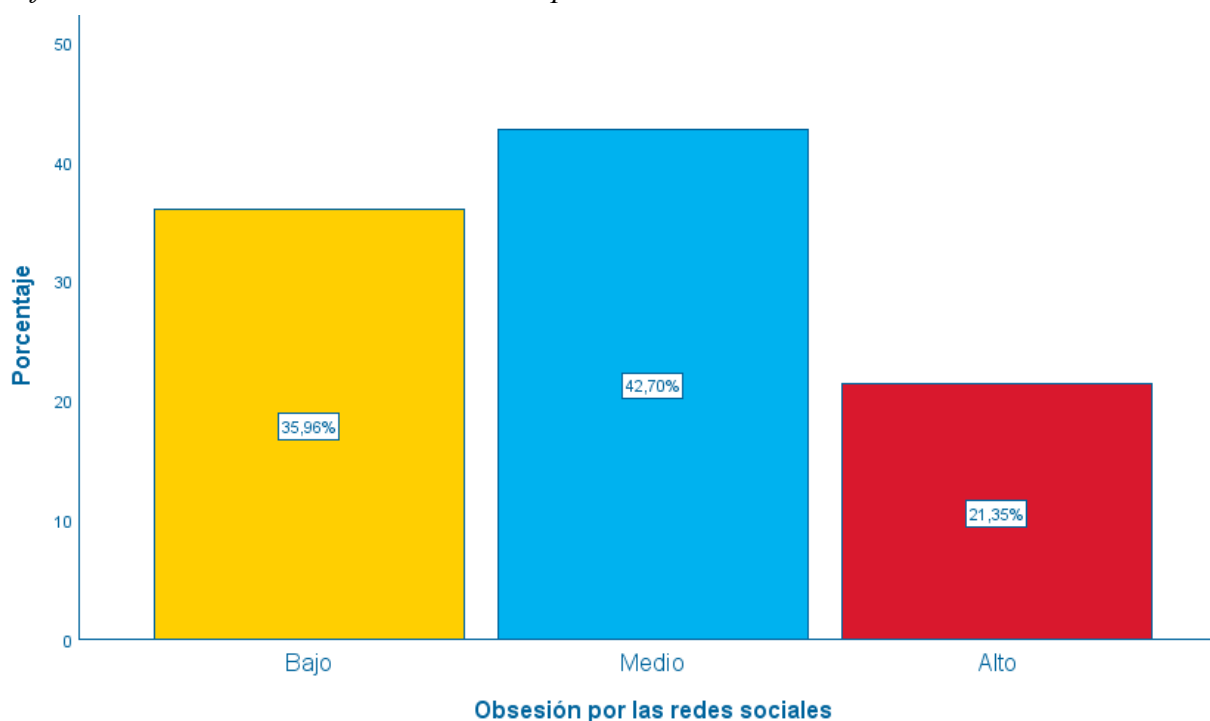
Frecuencia y porcentaje de la dimensión obsesión por las redes sociales

Obsesión por las redes sociales	<i>f</i>	%
Bajo	64	35.96 %
Medio	76	42.70 %
Alto	38	21.35 %
Total	178	100.00 %

Nota: *f*=frecuencia; %=porcentaje

Figura 6

Gráfico de barras de la dimensión obsesión por las redes sociales



Los resultados de la tabla 11 y el gráfico 6 revelaron que el 35.96% de los alumnos evidenciaron un nivel bajo en la dimensión obsesión por las redes sociales, mientras que el 42.70%

de los escolares presentó un nivel medio y el 21.35% puntuó una baja obsesión por las redes sociales.

Tabla 12

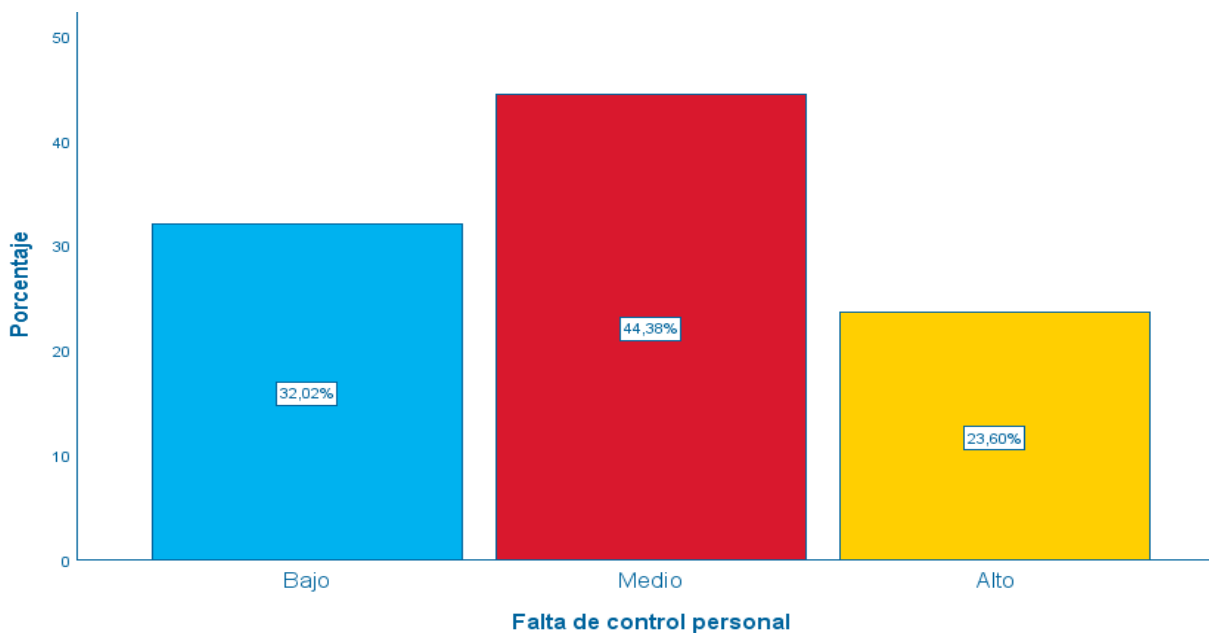
Frecuencia y porcentaje de la dimensión falta de control personal

Falta de control personal	<i>f</i>	%
Bajo	57	32.02 %
Medio	79	44.38 %
Alto	42	23.60 %
Total	178	100.00 %

Nota: *f*=frecuencia; %=porcentaje

Figura 7

Gráfico de barras de la dimensión falta de control personal



Los resultados de la tabla 12 y el gráfico 7 revelaron que el 32.02% de los alumnos evidenció un nivel bajo en la falta de control personal al usar las redes sociales, seguido por el 44.38% de escolares reportando un nivel medio, mientras que el 23.60% de adolescentes evidenció un nivel alto de regulación con el uso desmedido de estos espacios digitales.

Tabla 13

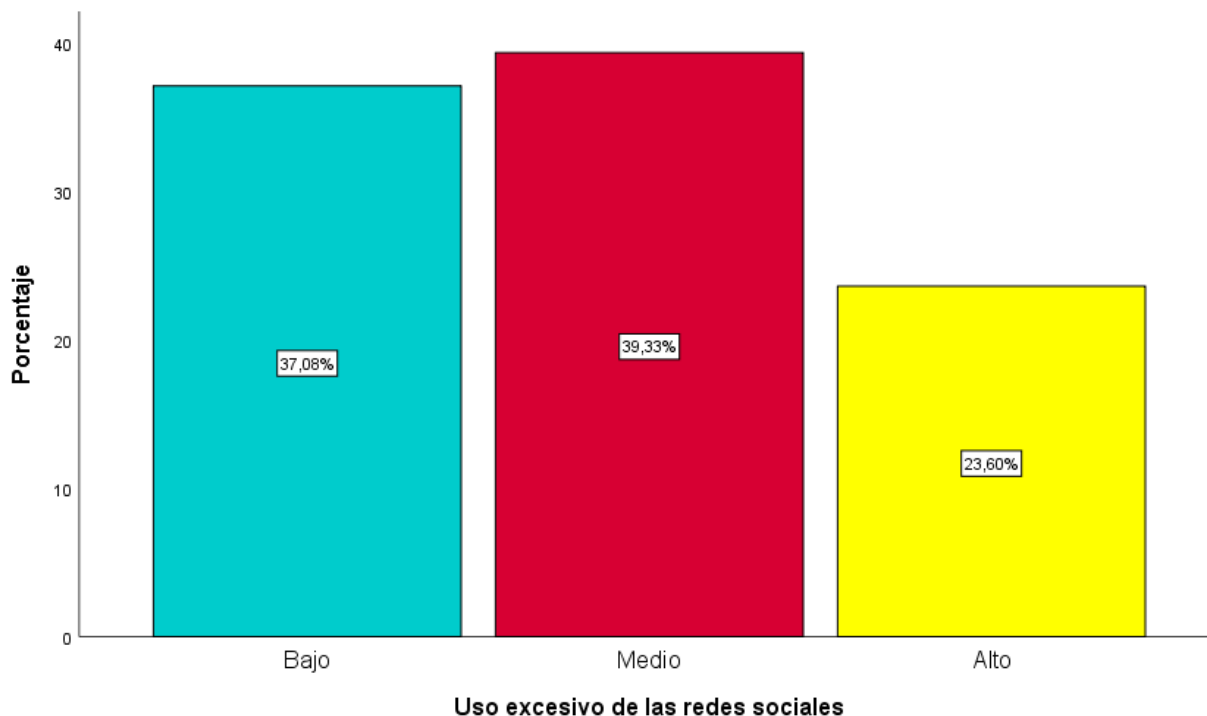
Frecuencia y porcentaje de la dimensión uso excesivo de redes sociales

Uso excesivo de redes sociales	<i>f</i>	%
Bajo	66	37.08 %
Medio	70	39.33 %
Alto	42	23.60 %
Total	178	100.00 %

Nota: *f*=frecuencia; %=porcentaje

Figura 8

Gráfico de barras de la dimensión uso excesivo de las redes sociales



Los resultados de la tabla 13 y el gráfico 8 revelaron que el 37.10 % de los alumnos evidenció un nivel bajo en uso excesivo de redes sociales, seguido por el 39.30% de escolares reportando un nivel medio, mientras que el 23.60% de adolescentes evidenció un nivel alto de uso desmedido de estos espacios digitales.

Tabla 14

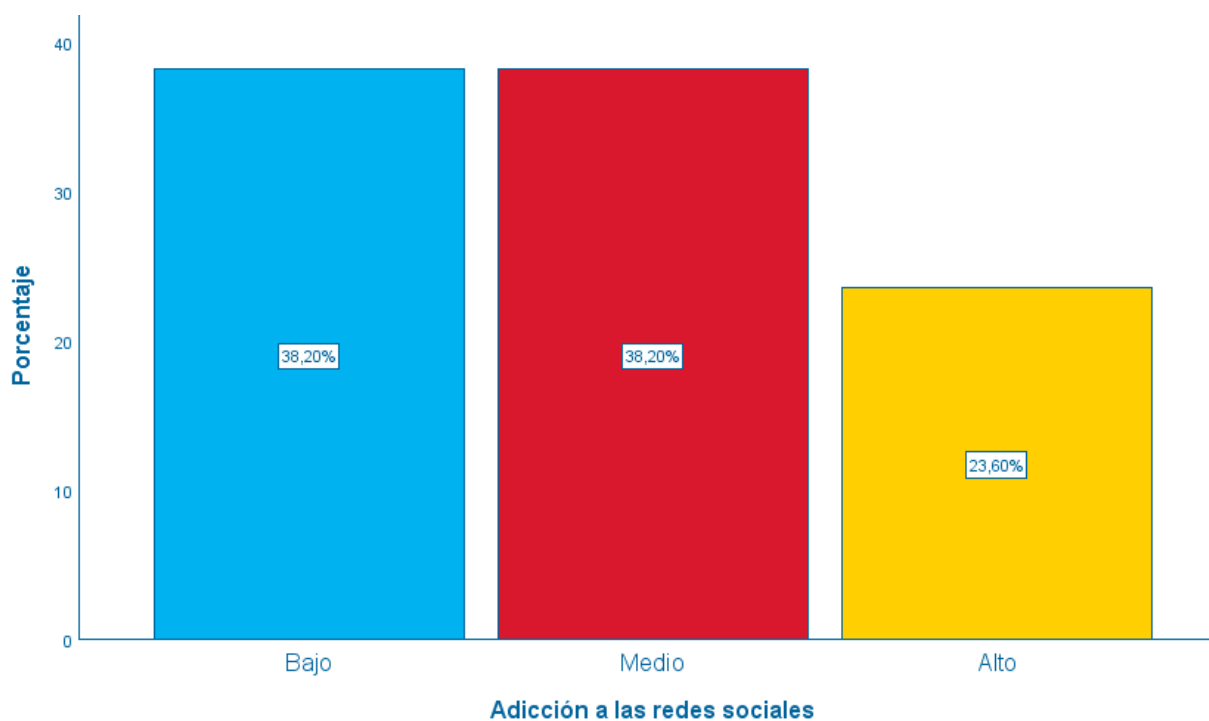
Frecuencia y porcentaje del nivel de adicción a las redes sociales

Adicción a las redes sociales	<i>f</i>	%
Bajo	68	38.20 %
Medio	68	38.20 %
Alto	42	23.60 %
Total	178	100.00 %

Nota: *f*=frecuencia; %=porcentaje

Figura 9

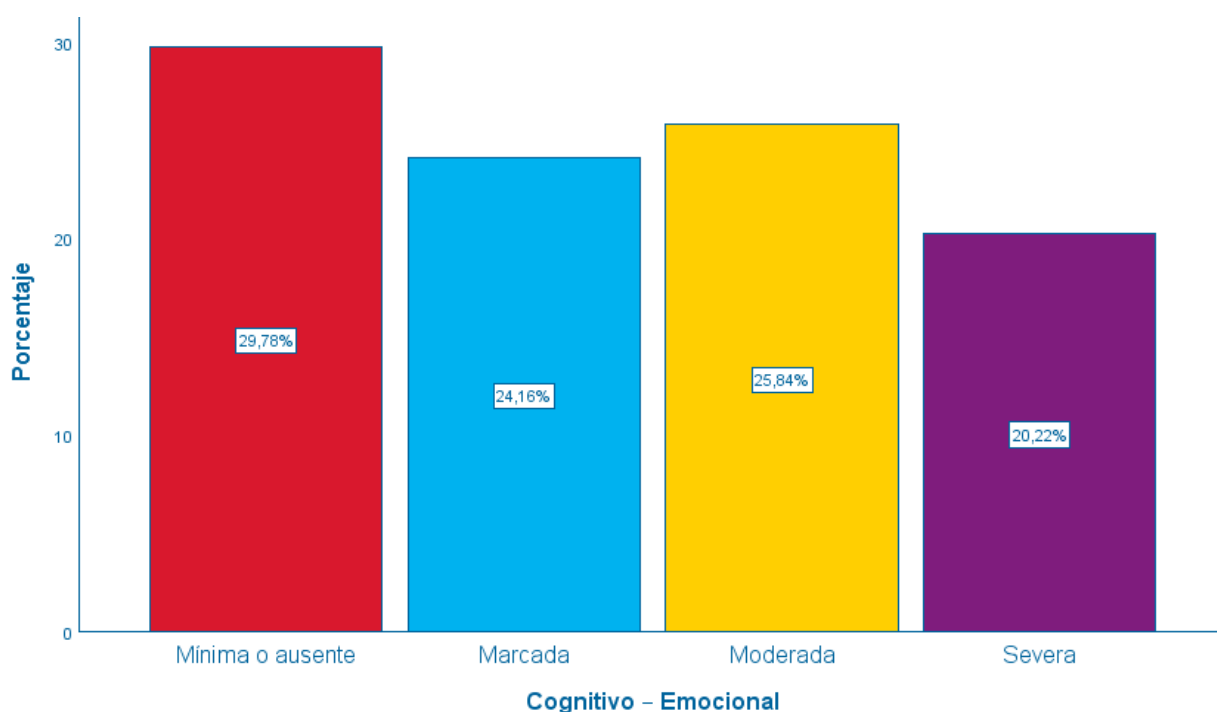
Gráfico de barras del nivel de adicción a las redes sociales



Con base en los resultados de la tabla 14 y el gráfico 9, mostraron que el 76.40% de los estudiantes evidenciaron niveles bajos y medios de adicción a redes sociales, obteniendo resultados equitativos para ambos niveles, a diferencia del 23.6% de adolescentes en los cuales se observó niveles altos de adicción a las redes.

Tabla 15*Frecuencia y porcentaje de la dimensión cognitivo - emocional*

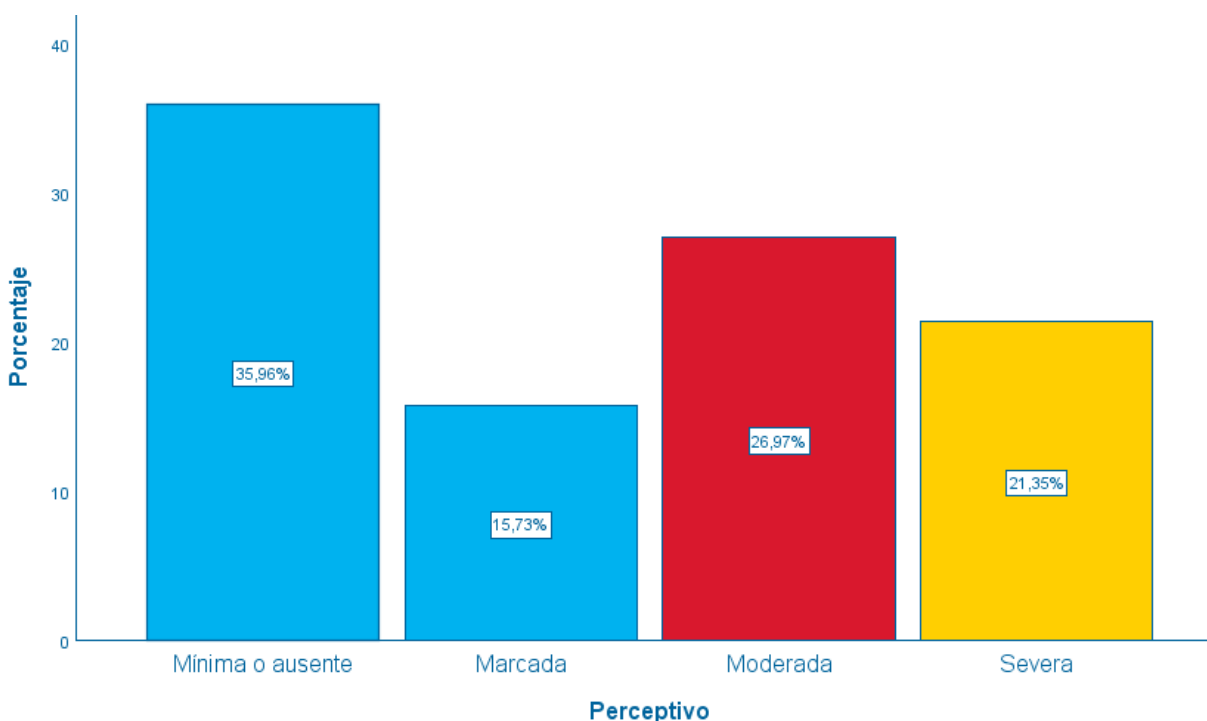
Cognitivo – emocional	<i>F</i>	%
Mínima o ausente	43	29.78 %
Marcada	53	24.16 %
Moderada	46	25.84 %
Severa	36	20.22 %
Total	178	100.00 %

Nota: *f*=frecuencia; %=porcentaje**Figura 10***Gráfico de barras de la dimensión cognitivo - emocional*

Con base en los resultados de la tabla 15 y el gráfico 10, se observó que el 29.78% del alumnado evidenció un nivel mínimo o ausente en la dimensión cognitivo-emocional, en tanto que el 24.16% de la muestra presentó un nivel marcado, seguido del 25.84% de escolares reportando un nivel moderado y el 20.22% con un nivel severo.

Tabla 16*Frecuencia y porcentaje de la dimensión perceptivo*

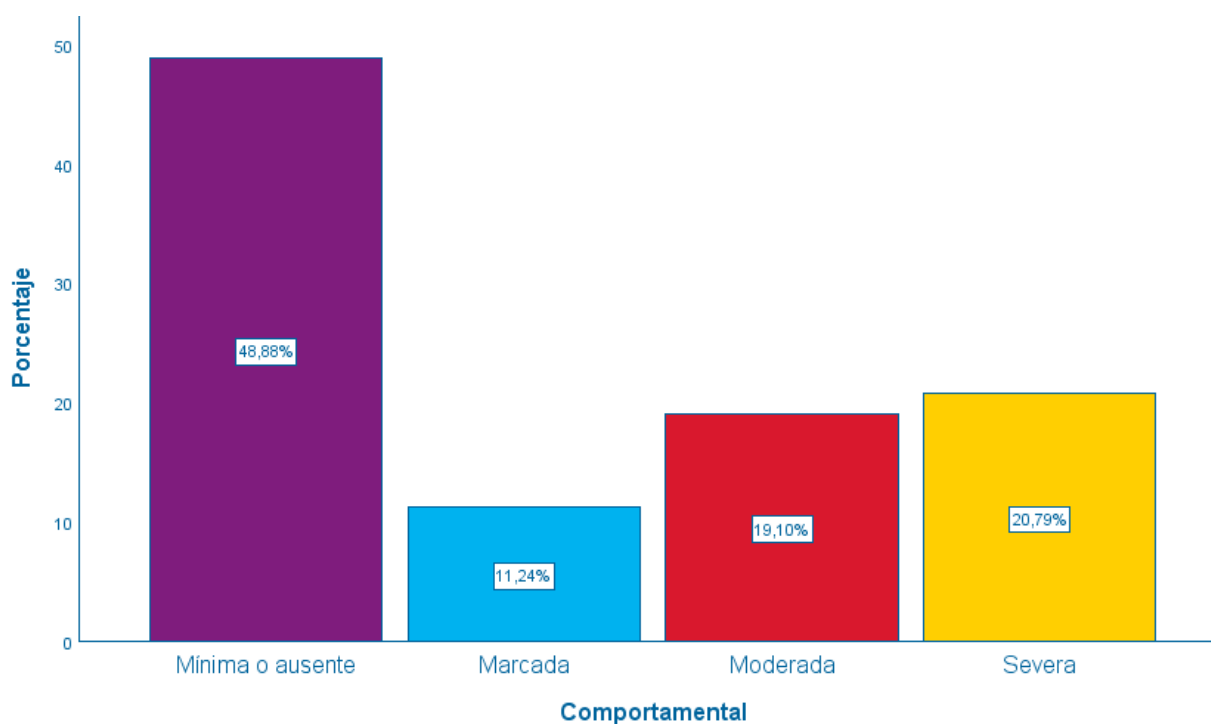
Perceptivo	<i>f</i>	%
Mínima o ausente	28	15.73 %
Marcada	64	35.96 %
Moderada	48	26.97 %
Severa	38	21.35 %
Total	178	100.00 %

Nota: *f*=frecuencia; %=porcentaje**Figura 11***Gráfico de barras de la dimensión perceptivo*

Con base en los resultados de la tabla 16 y el gráfico 11, mostraron que el 35.96% del alumnado presenta un nivel mínimo o ausente en la dimensión perceptiva. Además, se observó que el 15.73% de los estudiantes evidenciaron un nivel marcado de distorsión corporal, seguido del 26.97% de los educandos, el cual presentó un nivel moderado y el 21.35% tuvo un nivel severo.

Tabla 17*Frecuencia y porcentaje de la dimensión comportamental*

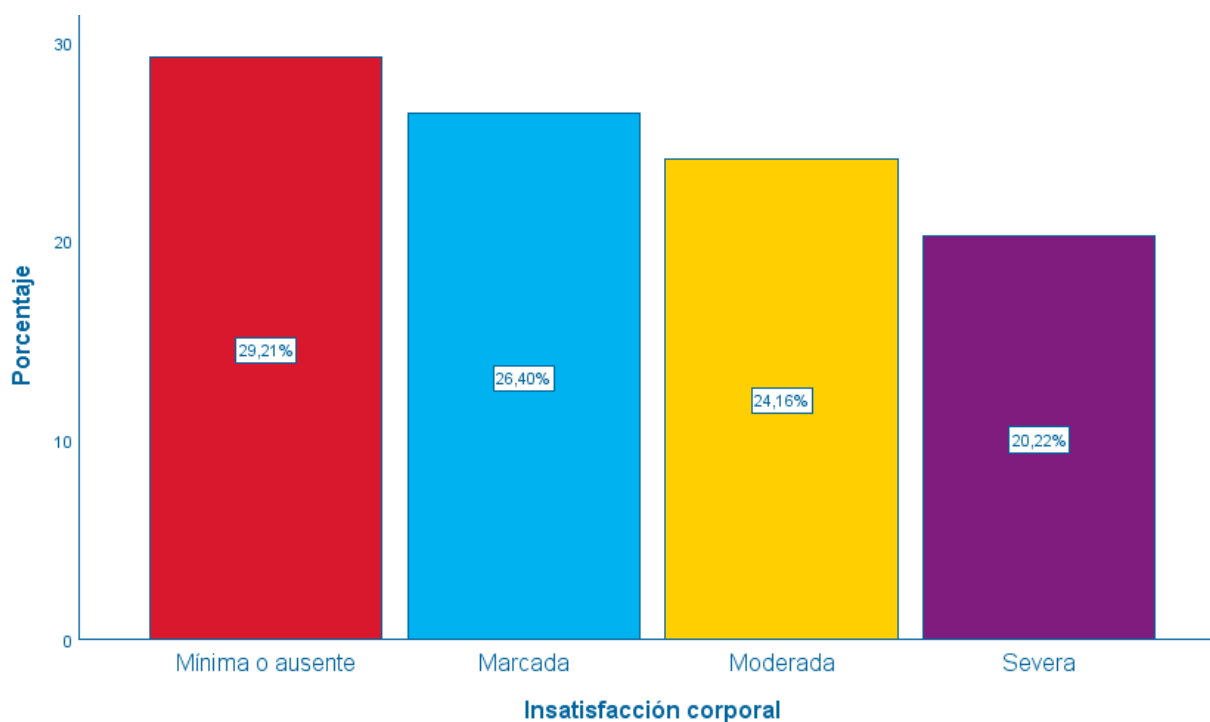
Comportamental	<i>f</i>	%
Mínima o ausente	20	11.24 %
Marcada	87	48.88 %
Moderada	34	19.10 %
Severa	37	20.79 %
Total	178	100.00 %

Nota: *f*=frecuencia; %=porcentaje**Figura 12***Gráfico de barras de la dimensión comportamental*

Con base en los resultados de la tabla 17 y el gráfico 12, se encontró que el 35.96% de la muestra presentó un nivel mínimo o ausente en la dimensión comportamental, mientras que el 15.73% de los alumnos obtuvo un nivel marcado, seguido del 26.97% de escolares, los cuales puntuaron un nivel moderado y en el 21.35% se observó un nivel severo.

Tabla 18*Frecuencia y porcentaje de la insatisfacción corporal*

Insatisfacción corporal	<i>f</i>	%
Mínima o ausente	52	29.21 %
Marcada	47	26.40 %
Moderada	43	24.16 %
Severa	36	20.22 %
Total	178	100.00 %

Nota: *f*=frecuencia; %=porcentaje**Figura 13***Gráfico de barras de la insatisfacción corporal*

Los resultados de la tabla 18 y el gráfico 13 mostraron que el 29.21% del alumnado presentó un nivel mínimo o ausente de insatisfacción corporal, mientras que en el 26.40% de los estudiantes se observó un nivel marcado, en tanto que el 24.16% obtuvo un nivel moderado; por último, el 20.22% evidenció un nivel severo de insatisfacción con su figura.

Tabla 19*Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov*

	K-S	Sig.
Cognitivo – Emocional	.102	.000
Perceptivo	.240	.000
Comportamental	.273	.000
Insatisfacción corporal	.122	.000
Adicción a las redes sociales	.075	.016

Con base en los resultados de la tabla 19, se presentan los resultados de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, en la cual se identifica una ausencia de normalidad debido a que el nivel de significancia es inferior a .05; por lo tanto, se empleará estadística no paramétrica, en específico la prueba de correlación de Spearman.

4.1.2 Prueba de hipótesis**Hipótesis general:**

Existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

Hipótesis estadística:

Ho: No existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

Ha: Existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

Nivel de significancia: .05

Toma de decisión: Si $p < .05$, entonces se rechaza la hipótesis nula

Si $p > .05$, entonces no se rechaza la hipótesis nula

Tabla 20

Prueba de correlación de Spearman entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal

		Insatisfacción corporal
Adicción a las redes sociales	rho de Spearman	0.297
	Sig.	0.00

Nota: Sig.=nivel de significancia

Con base en los resultados de la tabla 20, según la prueba de correlación de Spearman, se reveló que la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal presentaron una correlación significativa positiva baja ($rho = .297$; $p < .05$), en este sentido, se rechaza la hipótesis nula, lo cual significa que existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, lo cual indica que, si los estudiantes presentan una alta adicción a las redes sociales, su insatisfacción corporal se incrementará levemente.

Hipótesis específica 1:

Existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión cognitivo - emocional de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

Hipótesis estadística:

H_{01} : No existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión cognitivo - emocional de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

H_{e1} : Existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión cognitivo - emocional de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

Nivel de significancia: .05

Toma de decisión: Si $p < .05$, entonces se rechaza la hipótesis nula

Si $p > .05$, entonces no se rechaza la hipótesis nula

Tabla 21

Prueba de correlación de Spearman entre la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo - emocional

		Cognitivo - emocional
Adicción a las redes sociales	rho de Spearman	0.281
	Sig.	0.000

Nota: Sig.=nivel de significancia

Con base en los resultados de la tabla 21, según la prueba de correlación de Spearman, se reveló que la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional presentan una correlación significativa positiva baja ($rho = .281$; $p < .05$), en tal sentido, se rechaza la hipótesis nula, lo que indica que existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional en alumnos de un centro educativo en Chorrillos. consecuencia, los resultados indican que, a mayor adicción a redes sociales en los estudiantes, la presencia de sentimientos desagradables y valoraciones negativas respecto a la imagen corporal se incrementará levemente.

Hipótesis específica 2:

Existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

Hipótesis estadística:

H_{02} : No existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

H_{e2} : Existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.

Nivel de significancia: .05

Toma de decisión: Si $p < .05$, entonces se rechaza la hipótesis nula

Si $p > .05$, entonces no se rechaza la hipótesis nula

Tabla 22

Prueba de correlación de Spearman entre la adicción a redes sociales y dimensión perceptiva

		Perceptiva
Adicción a las redes sociales	rho de Spearman	0.301
	Sig.	0.000

Nota: Sig.=nivel de significancia

Con base en los resultados de la tabla 22, según la prueba de correlación de Spearman, se reveló que la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva presentaron una correlación significativa positiva baja ($rho = .301$; $p < .05$), en tal efecto, se rechaza la hipótesis nula, lo cual significa que existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva. en alumnos de un centro educativo en Chorrillos; por consiguiente, se entiende que, a mayor adicción a redes sociales en los estudiantes, el rechazo hacia su imagen corporal y el poco aprecio por sí mismos se incrementará levemente.

Hipótesis específica 3:

Existe relación de la adicción en redes sociales y la dimensión comportamental de la insatisfacción corporal en alumnos de una institución educativa en Chorrillos, 2024.

Hipótesis estadística:

H_{03} : No existe relación de la adicción en redes sociales y la dimensión comportamental de la insatisfacción corporal en alumnos de una institución educativa en Chorrillos, 2024.

H_{e3} : Existe relación de la adicción en redes sociales y la dimensión comportamental de la insatisfacción corporal en alumnos de una institución educativa en Chorrillos, 2024.

Nivel de significancia: .05

Toma de decisión: Si $p < .05$, entonces se rechaza la hipótesis nula

Si $p > .05$, entonces no se rechaza la hipótesis nula

Tabla 23

Prueba de correlación de Spearman entre la adicción a redes sociales y la dimensión comportamental

		Comportamental
Adicción a las redes sociales	rho de Spearman	0.259
	Sig.	0.000

Nota: Sig.=nivel de significancia

Con base en los resultados de la tabla 23, según la prueba de correlación de Spearman, se reveló que la adicción a redes sociales y la dimensión comportamental presentaron una correlación significativa positiva baja ($rho = .259$; $p < .05$), de este modo, se rechaza la hipótesis nula, lo cual significa que existe relación entre la adicción a redes sociales y la dimensión comportamental en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, dichos resultados indican que, a mayor adicción a redes sociales en los estudiantes, las conductas lesivas como provocarse el vómito o consumo de laxantes se incrementará levemente.

4.1.3 Discusión de resultados

En relación con el objetivo general, el cual fue establecer la relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, se encontró que la adicción a redes sociales presentó una correlación significativa positiva baja con la insatisfacción corporal ($rho = .297$; $p < .05$); de modo que, se rechazó la hipótesis nula, lo que indica que existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, en este sentido, la adicción a las redes sociales son una forma de dependencia de las nuevas tecnologías, caracterizada por la incapacidad de resistir la necesidad de acceder y permanecer en estas plataformas (Escurra y Salas, 2014), por otro lado, la insatisfacción de la imagen corporal es la percepción que tiene uno mismo sobre las partes de su

propio cuerpo, cuando se presenta una distorsión del aspecto físico afectando a nivel conductual, afectivo y cognitivo (Solano y Cano, 2010).

Al respecto, este resultado se alinea con lo hallado por Pulla (2023) en su investigación en adolescentes de Ecuador, al evidenciar una correlación baja positiva significativa entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal ($r = .28; p = .016$); del mismo modo, Quispe (2024), en su estudio en adolescentes de Cusco, identificó la misma correlación significativa, pero con una intensidad superior ($\rho = .39; p < .05$), en la misma línea, Rengifo y Revatta (2024) hallaron una correlación positiva y moderada entre adicción a redes sociales e insatisfacción corporal ($\rho = .44; p < .05$) en adolescentes en Pucallpa, asimismo, Chanamé y Ramírez (2024) observaron una correlación positiva y moderada entre ambas variables ($\rho = .514; p < .05$) en estudiantes de Chiclayo, adicionalmente Quispe (2025) en estudiantes de Cusco evidenció una correlación positiva alta y significativa en el sexo femenino ($\rho = .738; p < .05$), mientras que en el sexo masculino halló una correlación positiva débil ($\rho = .353; p < .05$), mostrando que existen diferencias respecto al sexo, siendo las mujeres las que presentan mayor preocupación por su aspecto físico, además, Florencia (2020) halló una relación inversa y significativa entre el uso de redes sociales y la imagen corporal ($r = -.25; p = .005$); en otro sentido, resultados opuestos halló Ripalda (2022), puesto que no identificó una correlación significativa entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal ($r = .103; p < .05$) en adolescentes de Ecuador.

De acuerdo con lo anterior, es factible indicar que en el caso los estudiantes de secundaria de un centro educativo en Chorrillos manifiesten una elevada adicción a las redes sociales lo cual incrementará su insatisfacción corporal, lo cual se traduce en que, al mantener un uso constante de las redes sociales sin una supervisión adecuada se pueden insertar pensamientos negativos referentes al cuerpo en los adolescentes, por lo que, podría conllevar a generar distorsiones

corporales, de modo que tendrán ideas relacionadas con disminuir de peso, devaluación cognitiva, comparación social, acompañados de sentimientos despectivos hacia su cuerpo, frustración e inseguridad; asimismo, puede conllevar a la realización de conductas alimentarias perjudiciales y extremas, como dejar de comer, el conteo de calorías, la inducción al vómito y la evitación social debido a la vergüenza que sienten; en consecuencia, ello acarrearía una disminución en la salud mental y física, manifestándose en una reducción de su rendimiento académico, baja autoestima y aislamiento social. Sin embargo, en esta investigación se identificó una correlación baja, lo cual sugiere la presencia de otros factores que puedan relacionarse con la insatisfacción corporal, los cuales pueden ser una baja autoestima, el acoso escolar o la influencia de la familia.

Respecto al objetivo específico 1, el cual fue determinar el nivel de adicción a redes sociales en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, se observó que el 38.20% de los educandos evidenció un nivel bajo de adicción a redes sociales; mientras que el 38.20% presentó un nivel medio; por último, en el 23.60% de los alumnos se observó un nivel alto de adicción a redes sociales, al respecto, acerca de las redes sociales, se estima que los escolares navegan mucho tiempo en estas y son quienes interactúan con otros usuarios, al respecto, Echeburúa (2010) indica que la dependencia de internet o de las redes sociales se caracteriza por tener un uso desproporcionado de estos medios, mostrándose un escaso control personal, síntomas de abstinencia, los cuales se manifiestan en desregulación emocional al no poder usar dichas plataformas; también, en la medida en que se use, aumenta la tolerancia, en el sentido de que cada vez el individuo va a necesitar más tiempo para satisfacer sus deseos, lo cual afecta de forma negativa las diferentes esferas de su vida.

Los resultados se asemejaron a los encontrados por Quispe (2024) en su estudio en Cusco el cual observó que el 53.5% de los estudiantes presentó un nivel medio de adicción a redes

sociales, en tanto que el 33.1% de los alumnos presentó un nivel bajo y el 13.4% tuvo un nivel alto; en este sentido, Stevens (2023) en su investigación en estudiantes en Ecuador evidenció que el 60.7% de los adolescentes presentó un uso mínimo de redes sociales, mientras que en el 36.2% se observó un uso medio y el 3.2% poseyó un uso excesivo de redes; asimismo, Rengifo y Revatta (2024) en su investigación en adolescentes de Pucallpa encontraron que, el 87.4% evidenciaron un nivel medio de adicción a redes sociales, entre tanto que el 10.7% mostró un nivel alto y el 1.9% presentó un nivel mínimo, por otro lado, Chanamé y Ramírez (2024) difirieron en resultados en su estudio en adolescentes de Chiclayo, ya que hallaron que el 38.5% de los estudiantes presentó un nivel alto de adicción, en tanto que el 31.3% del alumnado presentó un nivel medio, y 30.2% evidenciaron un nivel bajo, al respecto, Quispe (2025) también halló resultados diferentes en adolescentes de Cusco ya que observó una predominancia de niveles altos de adicción a redes con un 51.1%, seguido de un nivel medio 42.8% y un nivel bajo 6.1%.

De acuerdo con lo mencionado, los estudiantes evidenciaron un uso desmedido de las redes sociales, en muchos casos llegando a la dependencia de estos aplicativos, mostrando síntomas como abstinencia y angustia al no tener acceso a las redes, además de tener la necesidad urgente de permanecer en línea, descuidando sus actividades académicas y sociales, en consecuencia, los adolescentes deterioran diferentes áreas de su vida a causa de su conducta adictiva, en específico el área social y personal, puesto que, a causa de la adicción, sin darse cuenta recurren al aislamiento social, ya que interactúan pero de forma virtual, de esta forma se refugian en las redes sociales como su única fuente de interacción social y entretenimiento, en síntesis, todo ello implicaría unas escasas habilidades sociales y ausencia de espacios de ocio y desarrollo de habilidades y talentos, los cuales son necesarios para enfrentar con éxito la vida.

En referencia al objetivo específico 2, el cual fue determinar el nivel de insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, se evidenció que el 29.21% del alumnado presenta un nivel mínimo o ausente de insatisfacción corporal, además, se observó que el 26.40% de los estudiantes tuvo un nivel marcado, en tanto que el 24.16% obtuvo un nivel moderado, y el 20.22% evidenció un nivel severo, en este marco, Santos (2022) define la insatisfacción corporal como la disconformidad o disgusto respecto al tamaño y forma corporal, considerando la actitud que los individuos establecen sobre su cuerpo a nivel cognitivo, emocional y conductual, las cuales generalmente se asocian con distorsiones o percepciones negativas sobre su aspecto físico, a su vez, Quispe (2020) explica que la insatisfacción corporal es la inconformidad con el físico, considerándolo como la repulsión del propio cuerpo debido a distorsiones de la percepción, lo cual ocasionaría que las personas formen ideas erradas y sentimientos de disconformidad hacia uno mismo, en consecuencia, dicha situación puede derivar en desórdenes alimenticios.

En correspondencia, resultados similares encontró Quispe (2024) hallando que el 37.8% de los estudiantes evidenció sentir mínima insatisfacción corporal, en tanto que en el 33.1% se observó una severa insatisfacción, el 17.3% mostró una insatisfacción moderada y el 11.8% insatisfacción marcada; por el contrario, difirieron Quispe (2025) encontrando resultados diferentes, el autor consideró la variable sexo, halló que en mujeres la insatisfacción era predominantemente severa 68.3%, mientras que el 17.1% de las adolescentes presentaron insatisfacción marcada, seguido de una insatisfacción moderada con un 9.8% y un nivel mínimo representado por un 4.9% de la muestra, mientras que en el sexo masculino observó que el 46.9% evidenció una preocupación severa por su imagen, seguido del 31.6% el cual presentó una insatisfacción moderada, el 18.4% de los varones evidenció un nivel marcada y en menor medida

el 3.1% de los estudiantes mostró un nivel mínimo, adicionalmente, Chanamé y Ramírez (2024) encontraron que el 15.5% de los estudiantes presentaron insatisfacción mínima, mientras que el 20.2% se sintió levemente insatisfecho, en tanto que el 21.8% evidenció una insatisfacción moderada y el 42.5% de los estudiantes de Chiclayo tuvo una insatisfacción severa.

Con lo anteriormente mencionado, los adolescentes expuestos a un uso desmedido y sin supervisión a redes sociales, medio de difusión de estándares de belleza y fuente de validación a través de las reacciones o likes, presentarían mayor tendencia a sentirse insatisfechos con su cuerpo al no alcanzar dichos estándares, en otras palabras, mientras más tiempo naveguen en redes sociales, menor tiempo dedicarán a otras actividades importantes de su vida como la familia, amigos, hobbies y talentos, en consecuencia, a corto y largo plazo pueden generar problemas de sedentarismo, dificultades de atención y concentración, problemas de memoria y decaimiento en su rendimiento académico, debido a que en su conducta adictiva desarrollada su máxima prioridad será estar conectado a las redes sociales.

Correspondiente al objetivo específico 3, el cual fue determinar cuál es la relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos. Se mostró que, según la prueba de correlación de Spearman, la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional presentan una correlación significativa positiva baja ($\rho = .281$; $p < .05$), por lo que se rechaza la hipótesis nula, lo cual significa que existe relación entre la adicción a redes sociales y dimensión cognitivo-emocional en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, en este sentido, la dimensión cognitivo-emocional se asocia con las emociones, sentimientos, percepciones y apreciaciones que un estudiante desarrolla sobre su constitución física, específicamente con su

peso y forma; se muestra un deseo de cambiar la constitución física a causa de la presencia de sentimientos negativos como la ira, frustración, tristeza y ansiedad (Escurra, 2023).

Resultados similares y de mayor intensidad evidenciaron, Quispe (2024) en estudiantes de Cusco ya que halló que una correlación baja y estadísticamente significativa ($\rho = .39; p < .05$) entre la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo - emocional en los estudiantes, a su vez, Núñez y Rodríguez (2024) también encontraron una correlación positiva moderada y significativa entre la adicción a redes sociales y el malestar con la imagen corporal ($\rho = .410; p < .05$) en los educandos de Chiclayo, adicionalmente, Chanamé y Ramírez (2024) hallaron una correlación positiva y más fuerte ($\rho = .47; p < .001$) en estudiantes de Chiclayo, por último, Quispe (2025) halló una correlación positiva moderada más fuerte ($\rho = .580; p < .05$), es importante resaltar que se encontraron estudios que demuestren correlaciones negativas entre la variable adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo – emocional, empero se evidenciaron correlaciones de mayor intensidad.

En relación con lo mencionado, es viable indicar que en caso los estudiantes de secundaria de un centro educativo en Chorrillos manifiesten una relación positiva y baja entre la adicción a redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la variable insatisfacción corporal. Esto se traduce en que los adolescentes que tengan en mayor medida pensamientos y emociones negativas respecto a su cuerpo tendrán más posibilidad de desarrollar un uso excesivo de las redes sociales, generando de esta forma pensamientos distorsionados de su aspecto físico, sentimientos de desagrado y desprecio sobre sus propios cuerpos, comparándose con sus pares y los estándares sociales de belleza. Aunque significativa, la relación es débil, lo que sugiere que otros factores influyen en la insatisfacción corporal.

En relación al objetivo específico 4, el cual fue determinar la relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción corporal en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, en consecuencia, se evidenció que, de acuerdo con la prueba de correlación de Spearman, se reveló que la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva presentaron una correlación significativa positiva baja ($\rho = .301; p < .05$), por tal motivo, se rechaza la hipótesis nula, lo cual significa que existe relación entre la adicción a redes sociales y dimensión perceptiva en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, cabe mencionar que esta dimensión hace referencia a la representación mental que se hace del propio cuerpo usualmente de forma desmedida y despectiva, de tal forma que, los alumnos que poseen niveles altos en la dimensión perceptiva presentan mayores actitudes de rechazo hacia su figura y carecen de estima por sí mismos (Escurrea, 2023).

Resultados similares halló Quispe (2024) ya que observó una correlación baja y significativa entre la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción de la imagen corporal ($\rho = .25; p < .05$) en estudiantes de Cusco, del mismo modo, Chanamé y Ramírez (2024) hallaron una correlación positiva significativa y débil ($\rho = .27; p < .001$) en el alumnado de Chiclayo, no obstante, autores como Núñez y Rodríguez (2024) observaron que existe una correlación positiva y moderada ($\rho = .417; p < .05$) en estudiantes de Chiclayo, a su vez, Quispe (2025) también halló una correlación más fuerte positiva moderada y significativa ($\rho = .569; p < .05$) entre la adicción a redes y la dimensión perceptiva en estudiantes de Cusco, en este sentido, es importante mencionar que no se hallaron investigaciones que evidencien correlaciones negativas entre la variable adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción corporal, pero se evidenciaron correlaciones de mayor intensidad.

Todo ello indicaría que los estudiantes que perciben su cuerpo de forma distorsionada se ven a sí mismos de forma despectiva y desvalorizada; además, tienden a compararse con sus compañeros, generando sentimientos de angustia y vergüenza de su propio cuerpo, de tal modo que pueden llegar a sentirse inferiores, desarrollar una baja autoestima, tener inseguridad y sentirse insatisfechos con su figura corporal, por lo que, para cambiar su percepción alterada respecto a su figura, pueden optar por conductas alimentarias que ocasionen daño, como evitar comer, usar laxantes innecesariamente, la inducción al vómito y el aislamiento social, de tal forma estarían limitando su interacción social presencial a una interacción a través de las redes sociales, lo que generaría un ciclo sin fin, puesto que por medio de las redes sociales se difunden sin restricciones los estereotipos inalcanzables de belleza. Sin embargo, en esta investigación se identificó una correlación baja, lo cual sugiere la presencia de otros factores que puedan relacionarse con la insatisfacción corporal.

Por último, concerniente al objetivo específico 5 el cual fue determinar cuál es la relación la adicción en redes sociales y la dimensión comportamental de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, se mostró que, en relación con la prueba de correlación de Spearman, también se reveló que la adicción a redes sociales y la dimensión comportamental presentaron una correlación significativa positiva baja ($\rho = .259; p < .05$), por lo que, se rechaza la hipótesis nula, lo cual significa que existe relación entre la adicción a redes sociales y dimensión comportamental en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, en esta línea, dicha dimensión se refiere a un patrón de conducta dirigido a cambiar el cuerpo con la finalidad de alcanzar lo que el estudiante percibe como atractivo socialmente y en consecuencia teniendo una satisfacción positiva, este patrón está vinculado a que el alumnado realice conductas

perjudiciales, como la inducción al vómito, uso de laxantes y el conteo compulsivo de calorías en los alimentos (Escurra, 2023).

Al respecto, resultados similares encontraron Quispe (2024) debido a que halló una correlación positiva baja y estadísticamente significativa ($\rho = .27; p < .05$) entre la dimensión comportamental de la insatisfacción corporal y la adicción a redes sociales en adolescentes de Cusco, a su vez, Chanamé y Ramírez (2024) observaron una correlación positiva y débil entre la adicción a redes sociales y la dimensión comportamental ($\rho = .328; p < .05$) en adolescentes provenientes de Chiclayo, cabe resaltar, que no se encontraron estudios que muestren resultados opuestos, pero sí se hallaron investigaciones que evidenciaron correlaciones superiores a comparación al presente estudio, como Núñez y Rodríguez (2024) los cuales hallaron una correlación positiva y moderada entre la adicción a redes sociales y la dimensión insatisfacción corporal ($\rho = .417; p < .05$) en estudiantes de Chiclayo, así como, Quispe (2025) el cual evidenció una correlación positiva media y significativa entre la adicción a redes y la dimensión conductual ($\rho = .465; p < .05$).

Por tanto, se puede indicar que los adolescentes que presentan altos niveles de insatisfacción comportamental probablemente realicen conductas rigurosas y extremas que ponen en perjuicio su salud física y mental, como, por ejemplo: el control de ingesta de calorías, excesivo ejercicio físico, inducción al vómito, esconder la comida para evitar engordar, la comparación social con otros adolescentes y la evitación social a causa de la insatisfacción con sus figuras, estas conductas se efectuarían con la finalidad de recibir validación de su grupo social y acercarse a cumplir los estándares de belleza, en consecuencia, esto puede conllevar al desarrollo de desórdenes alimentarios. Aunque significativa, la relación es débil, lo que sugiere que otros factores influyen en la insatisfacción corporal-

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

Conclusión del objetivo general:

Los resultados indican que la variable adicción a redes sociales se correlaciona significativamente ($p < .05$) de forma directa y baja con la insatisfacción de imagen corporal ($rho = .297$) en los estudiantes de una institución educativa ubicada en Chorrillos, 2024, este hallazgo sugiere que aquellos con mayores niveles de adicción a redes sociales presentan mayor probabilidad de experimentar insatisfacción corporal, sugiriendo un círculo vicioso entre pensamientos negativos y comportamiento adictivo.

Conclusión del objetivo específico 1:

Respecto a los niveles de adicción a redes sociales, se observa que el 38.20% de los educandos evidenciaron un nivel bajo de adicción a redes sociales, mientras que el 38.20% presentó un nivel medio; por último, en el 23.60% se observó un nivel alto de adicción a redes sociales en los estudiantes.

Conclusión del objetivo específico 2:

Respecto a los niveles de insatisfacción corporal, se evidencia que el 29.78% del alumnado presenta un nivel mínimo o ausente de insatisfacción corporal; se observó que el 24.16% de los estudiantes tiene un nivel marcado, en tanto que el 25.84% posee un nivel moderado, por último, el 20.22% evidenció un nivel severo en los estudiantes que participaron.

Conclusión del objetivo 3:

La adicción a redes sociales se correlacionó significativamente de forma positiva y baja con la dimensión cognitivo-emocional ($\rho=.281$; $p < .05$), indicando que los estudiantes con pensamientos y emociones negativas sobre su cuerpo tienen mayor probabilidad de desarrollar adicción a las redes sociales.

Conclusión del objetivo 4:

Se encontró una correlación positiva y baja entre la adicción a redes sociales y la dimensión perceptiva ($\rho=.301$; $p < .05$), mostrando que los estudiantes con percepción distorsionada de su imagen corporal tienden a autodesvalorizarse, asociándose con comparaciones sociales y sentimientos de angustia y vergüenza corporal.

Conclusión del objetivo 5:

La adicción a redes sociales mostró una correlación significativa positiva y baja con la dimensión comportamental ($\rho=.259$; $p < .05$), lo que sugiere que los adolescentes que sienten insatisfacción en la dimensión comportamental se asocian con los sentimientos de vergüenza, culpa, una autoestima baja y con conductas de control corporal.

5.2 Recomendaciones

Primero. Se recomienda al Ministerio de Educación (MINEDU) y a la UGEL 07 implementar talleres psicoeducativos con enfoque cognitivo-conductual, divididos en ocho sesiones semanales de 50 minutos durante dos meses. Cada sesión incluirá evaluación

pre y post para medir el impacto de la intervención. El contenido se organizará en cuatro bloques: psicoeducación sobre redes sociales que abordará el ciclo de la adicción y técnicas de autorregistro del tiempo en línea; estrategias de regulación emocional mediante el registro de pensamientos, técnicas de respiración y grounding para disminuir la ansiedad; percepción adecuada del esquema corporal mediante análisis de patrones culturales de belleza, actividades de afirmaciones positivas y comparación de imágenes con edición versus sin edición; y finalmente, actividades de autoconocimiento para explorar y potenciar habilidades y talentos personales, fomentando así el uso del tiempo en actividades enriquecedoras que reduzcan el tiempo en redes sociales.

Segundo. Se sugiere a los directivos coordinar con el centro de salud cercano del Ministerio de Salud (MINSA) para que el personal de psicología realice campañas periódicas de evaluación y diagnóstico en el alumnado, aplicando escalas adaptadas como el Cuestionario de Insatisfacción Corporal (IMAGEN) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), junto con entrevistas semiestructuradas breves. Esto permitirá identificar señales de alerta en distorsión de imagen corporal o adicción a redes sociales, derivando inmediatamente los casos moderados y graves al centro de salud para intervención temprana, mientras que los casos leves recibirán seguimiento continuo desde el psicólogo escolar, garantizando una atención escalonada y efectiva.

Tercero. Se recomienda al área de psicología monitorear comportamientos en aulas y recreos mediante instrumentos de registro conductual para detectar posibles casos de insatisfacción corporal. Ante sospechas, aplicar instrumentos psicológicos y realizar entrevistas clínicas para confirmar el diagnóstico. Los casos confirmados deben informarse a los padres mediante informes psicoeducativos con pautas de manejo en el hogar, junto con la

derivación a centros de salud para atención especializada. Paralelamente, implementar intervenciones grupales basadas en el enfoque cognitivo-conductual que aborden regulación emocional, autocontrol, toma de decisiones, desarrollo de habilidades sociales, hábitos de cuidado personal, fortalecimiento de la autoestima y potenciación de habilidades y talentos.

Cuarto. Se aconseja a los docentes que, durante sus clases o tutorías, observen el comportamiento de los estudiantes mediante registros conductuales y realicen entrevistas individuales si identifican señales de alerta. En casos de acoso escolar relacionado con el aspecto físico, deben intervenir de inmediato, realizar seguimiento y derivar al área de psicología para atención especializada. Además, los tutores deberán incluir en sus sesiones contenido teórico-práctico sobre las consecuencias de pensamientos negativos hacia la imagen corporal, efectos nocivos de los estándares de belleza, la importancia de la autoaceptación y la influencia de comentarios despectivos, fomentando un ambiente escolar respetuoso. También será necesario registrar y sancionar el uso indebido de dispositivos móviles en clase mediante decomiso y notificación a los padres.

Quinto. Se sugiere a los padres supervisar el uso de dispositivos electrónicos mediante aplicaciones de control parental como KidsGuard, Space o AppBlock, estableciendo junto a sus hijos horarios claros para conexión, equilibrando estudio y ocio. Deberán fijar un tiempo límite mensual y, en caso de excederse, responsabilizar a los menores mediante tareas o ahorro personal. Es recomendable que los dispositivos se usen en espacios comunes del hogar para facilitar la supervisión. Además, promover espacios familiares de desconexión digital mediante actividades lúdicas presenciales, como deportes, socialización o música, para diversificar las formas de entretenimiento y evitar la

dependencia exclusiva de las redes sociales. En casos de uso adictivo, se debe acudir a profesionales especializados.

Sexto. Se exhorta al alumnado a gestionar equilibradamente su tiempo mediante planes personalizados que regulen el uso de redes sociales a un máximo de dos horas diarias usando aplicaciones como FocusMe o Family Link. Se incentiva la participación en actividades presenciales como deportes, arte o voluntariado social, y la integración de espacios de desconexión digital que favorezcan la interacción directa con familiares y amigos a través de juegos, conversaciones o paseos. Este enfoque busca reducir la dependencia digital y promover un estilo de vida más saludable y equilibrado.

REFERENCIAS

- Albornoz, O. B. (2018). *Insatisfacción con la imagen corporal en estudiantes de un colegio particular de Chorrillos, 2017* [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio institucional UIGV. <https://repositorio.uigv.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/0097fe57-8ec0-422c-bf7f-95c18fec91b5/content>
- Areche, R., Escobar, A. J. & Suazo, K. (2024). *Insatisfacción corporal, ansiedad y estilos de afrontamiento en estudiantes de VII ciclo de la I.E. Mariscal Castilla – Huancayo, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Continental]. Repositorio institucional UC. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/14764/1/IV_FHU_501_TE_Areche_Escobar_Suazo_2024.pdf
- Asociación Médica Mundial. (2024). *Declaración de Helsinki de la AMM – Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. <https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>
- Ayaque, Z. M. & Rodríguez, A. F. (2024). *Uso problemático de las redes sociales e insatisfacción corporal en adolescentes de un colegio privado y público* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio institucional UCSM. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/9e62b7ae-6017-4f3f-8d3b-febc4c7b8a65/content>
- Barros, S. M., Hernández, Y., Vanegas, O. S., Cedillo, M., Alvarado, H. & Cabrera, J. (2017). *Adolescentes de básica superior con adicción a internet y redes sociales y relaciones*

- interpersonales. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3), 42–68. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2017/epi173d.pdf>
- Bedoya, C. E. (2024). *Autopercepción de la imagen corporal en adolescentes del 3er año de secundaria secciones “A” y “F” Institución Educativa Stella Maris 6152 Villa María del Triunfo, junio, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Privada San Juan Bautista]. Repositorio institucional UPSJB. <https://repositorio.upsjb.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/5bf149e4-3654-470d-9413-4e45c739a23e/content>
- Berna, A. J. (2024). *Insatisfacción de la imagen corporal y necesidad de aprobación social en estudiantes de salud de una universidad de Chiclayo, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio institucional USAT. https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/7675/1/TL_BernaGarciaAlhely.pdf
- Biscarra, M. A., Salomon, T., Gimenez, P., Peltzer, R., Conde, K. & Cremonte, M. (2024). Codependencia: su relación con la dependencia emocional y con el trastorno de personalidad dependiente. *Perspectivas en Psicología*, 21(1), 53–66. <http://perspectivas.mdp.edu.ar/revista/index.php/pep/article/view/694/382>
- Calvo, M., Sánchez, E. & Fernández, M. (2019). Relación entre la insatisfacción corporal y la presencia de trastornos alimentarios en personas jóvenes. *Revista de Psicología*, 37(1), 15–30. <https://doi.org/10.1016/j.psych.2019.01.002>
- Carrasco, T. A. & Pinto, M. N. (2021). *Adicción a redes sociales en adolescentes de 3ero y 4to de secundaria de Lima y Arequipa* [Tesis de maestría, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio institucional

- UNIFE. <https://repositorio.unife.edu.pe/server/api/core/bitstreams/3914ed11-a324-4fd3-a340-6d21eee6a809/content>
- Cash, T. F. & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. Guilford Press.
- Cash, T. F. (2004). Body image: Past, present, and future. *Body Image*, 1(1), 1-5. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00011-1](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00011-1)
- Ccorahua, S. M. (2022). *Adicción a redes sociales y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas de San Juan de Miraflores, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional UAP. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2436/Ccorahua%20Estrada%2c%20Samira%20Mariori.pdf>
- Chanamé, A. & Ramírez, D. (2024). *Adicción a las redes sociales e insatisfacción de la imagen corporal en adolescentes de una institución educativa de Chiclayo* [Tesis de pregrado, Universidad Tecnológica del Perú]. Repositorio institucional UTP. https://repositorio.utp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12867/9690/D.Ramirez_A.Chaname_Tesis_Titulo_Profesional_2024.pdf
- Chou, H.-T. G., & Edge, N. (2012). "They are happier and having better lives than I am": The impact of using Facebook on perceptions of others' lives. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(2), 117–121. 10.1089/cyber.2011.0324
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)
- Echeburúa, E. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91–95. <https://doi.org/10.20882/adicciones.279>

- Escurra, M. & Salas, E. (2014). Construcción y validación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73–91. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2014.v20n1.07>
- Escurra, 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 pregrado, Universidad Norbert Wiener]. Repositorio institucional UNW. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/8531>
- Estrada, E. G., Ayay, G., Pujaco, J. R., Yupanqui, E. H., Yupanqui, A., Ferreyros, J. E., Ruiz, J. O. & Rivera, F. A. (2024). Insatisfacción corporal y los trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de una universidad privada: Un estudio correlacional. *Retos*, 61, 626–635. <https://doi.org/10.47197/retos.v61.110168>
- Fardouly, J., & Vartanian, L. R. (2016). Social media and body image concerns: Current research and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 9, 1–5. [10.1016/j.copsyc.2015.09.005](https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.09.005)
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image*, 13, 38-45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>
- Farro, E. C. & Seclen, A. E. (2024). *Adicción a redes sociales en adolescentes de una institución educativa de Chiclayo, 2024* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio institucional USS. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/13499>
- Feijoo, B., Zozaya, L., Mayagoitia, A., Gonzáles, J. M., Núñez, P. & Miguel, B. (2023). *Ajuste digital: Influencia de las redes sociales en la alimentación y en el aspecto físico de los menores.* Fundación

- Mapfre. <https://www.fundacionmapfre.org/publicaciones/todas/digital-fit-influencia-redes-sociales>
- Florencia, C. (2020). *Redes sociales y su relación con la imagen corporal en mujeres jóvenes* [Tesis de pregrado, Universidad Abierta Interamericana]. Repositorio institucional UAI. <https://dspaceapi.uai.edu.ar/server/api/core/bitstreams/a80a6a90-224a-4353-96c1-66255e1ee935/content>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2023). *The state of the world's children 2023: For every child, mental health*. <https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2023>
- Griffiths, M. D. (1996). Behavioral addiction: An issue for everybody? *Journal of Workplace Learning*, 8(3), 19–25. <https://doi.org/10.1108/13665629610116872>
- Grogan, S. (2016). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (3rd ed.). Routledge.
- Horta, A. M. (2020). *Abuso de las redes sociales y autocontrol en estudiantes de educación secundaria del distrito de Chorrillos, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Norbert Wiener]. Repositorio institucional UNW. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/server/api/core/bitstreams/cc2778a9-b9c5-41bb-9a03-07c970c13c53/content>
- Huamán, R. R. (2017). *Nivel de insatisfacción sobre imagen corporal en adolescentes I.E. Jose Olaya Balandra Chorrillos Octubre 2016* [Tesis de pregrado, Universidad Privada San Juan Bautista]. Repositorio institucional UPSJB. <https://repositorio.upsjb.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/c98c88a3-1058-49f2-9660-fb0b3aa97a73/content>

- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2024). *Perú: Brechas de género, 2023: Avances hacia la igualdad de mujeres y hombres*. INEI. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1934/libro.pdf
- Jarry, J. L., Kong, K., Fracalanza, K., & Koszycki, D. (2016). The effect of a stand-alone cognitive-behavioral intervention on body image and eating disorder symptoms in adults with overweight or obesity. *International Journal of Eating Disorders*, 49(9), 870-875. <https://doi.org/10.1002/eat.22575>
- Jimenez, V. A. & Sedano, E. (2022). *Dependencia a las redes sociales y la imagen corporal en estudiantes de una carrera de Psicología de una universidad privada de los Olivos, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional UPN. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/31310/Jimenez%20Paucar%2c%20Valeria%20Alicia-%20Sedano%20Flores%2c%20Erika.pdf>
- Lin, M. & Lu, Y. (2020). Use of social networking sites by older people: A systematic literature review. *Gerontology*, 66(2), 205–216. <https://doi.org/10.1159/000504462>
- López, E. & Bisquerra, R. (2024). Educar en las emociones en tiempos de crisis. *RELIEVE*, 30(1), 1–27. <https://doi.org/10.7203/relieve.30.1.28088>
- Marcillo, C. A. & Pérez, M. D. (2022). *Influencia de las redes sociales en la imagen corporal del estudiantado de una universidad privada de Quito* [Tesis de pregrado, Universidad Politécnica Salesiana]. Repositorio institucional UPS. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/23272/1/TTQ916.pdf>

- Marín, A. & Mora, C. (2020). Influencia de los medios de comunicación y estándares de belleza en la formación de la autoimagen en adolescentes. *Revista de Psicología*, 38(1), 45–62. <https://doi.org/10.1016/j.psych.2020.01.003>
- Morales, Y. (2023). *Influencia de las redes sociales en la imagen corporal en las adolescentes de grado 11° del Instituto Educativo Nuestra Señora de la Consolación del Municipio de Toro, Valle* [Tesis de pregrado, Universidad Antonio Nariño]. Repositorio institucional UAN. <https://repositorio.uan.edu.co/items/7d899129-c620-4879-9ee3-7a5f7b3a128b>
- Muñoz, K. A. (2023). *Percepción de la imagen corporal en adolescentes de 5° año institución educativa Jorge Basadre Grohman Callao, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Privada San Juan Bautista]. Repositorio institucional UPSJB. <https://repositorio.upsjb.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/41adb3bd-74b9-4717-901f-69d289f0f3eb/content>
- Nápoles, N., Blanco, H. & Jurado, P. (2022). La autoeficacia y su influencia en la insatisfacción de la imagen corporal: revisión sistemática. *Psicología y Salud*, 32(1), 58–70. <https://doi.org/10.25009/pys.v32i1.2711>
- Núñez, A. & Rodríguez, Y. (2024). *Uso de las redes sociales e imagen corporal en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa de Chiclayo, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio institucional USS. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/13031>
- O'Brien, K. S., Caputi, P., Minto, R., Peoples, G., Hooper, C., Kell, S., & Sawley, E. (2020). Upward and downward physical appearance comparisons: Development of scales and examination of predictive qualities. *Body Image*, 33, 164–174. [10.1016/j.bodyim.2020.02.014](https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.02.014)

- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (UNESCO). (2023). *Global Education Monitoring Report 2023: Technology in education—A tool on whose terms?* <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000385726>
- Organización Mundial de la Salud. (OMS). (2021). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age.* <https://www.who.int/publications/i/item/9789240014886>
- Organización Mundial de la Salud. (OMSA). (2022). *Mental health of adolescents.* <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Ortega, M. A. (2010). *Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y la composición corporal en el alumnado de primer ciclo de educación secundaria de la ciudad de Jaén* [Tesis doctoral, Universidad de Granada]. Repositorio institucional UGR. <https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/19727/18947761.pdf>
- Pérez, A. & Hinojosa, C. I. (2024). Síndrome de Abstinencia y Delirium Secundario al Uso de Opioides y Benzodiazepinas: Revisión Narrativa de la Literatura. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(1), 11819–11836. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i1.10500
- Pérez, E., Alvarado, R., Espinoza, E. & Silva, J. (2024). Control de emociones mediante estrategias psicopedagógicas dentro del aula. *Digital Publisher CEIT*, 9(4-1), 142–154. <https://doi.org/10.33386/593dp.2024.4-1.2643>
- Pulla, K. B. (2023). *Insatisfacción de la imagen corporal y adicción a redes sociales en adolescentes femeninas de la Unidad Educativa Sigsig-Ecuador, periodo 2022* [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio institucional UCSG. <https://rest->

dspace.ucuenca.edu.ec/server/api/core/bitstreams/3bb99856-fc49-499a-a1b3-6bb8a3920545/content

Quevedo, C. A. & Ponce, A. R. (2023). Adicción a las redes sociales y estado de ánimo en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 6(2), 2357–2379. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.763>

Quispe, M. F. (2020). *Insatisfacción corporal y bienestar psicológico en adolescentes de un grupo parroquial en cuatro balnearios de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional UAP. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1655/Quispe%20Cabrera%2c%20Maryori%20Franshesca.pdf>

Quispe, M. (2024). *Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de una institución educativa privada de Espinar, Cusco, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio institucional UNSA. <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/ff01139e-1e7e-421b-8b83-67887f25ffbd/content>

Quispe, Y. (2025). *Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de un colegio de Cusco, 2024* [Tesis de pregrado, Universidad Continental]. Repositorio institucional UC. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/17443/2/IV_FHU_501_TE_Quispe_Ayrampo_2025.pdf

Ramos, P., Rivera, F., Soledad, R., Lara, L. & Moreno, C. (2016). Diferencias de género en la imagen corporal y su importancia en el control de peso. *Escritos de Psicología*, 9(1), 42–50. <https://doi.org/10.5231/psy.writ.2016.1607>

- Rengifo, G. & Revatta, D. M. (2024). *Influencia de las redes sociales en la autopercepción de la imagen corporal en estudiantes de 3ero y 4to grado de secundaria de la I.E. Colegio Coronel Pedro Portillo de Pucallpa, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Ucayali]. Repositorio institucional UNU. <https://apirepositorio.unu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/9e25439c-ae01-47d5-8177-a73bf66c71f1/content>
- Ripalda, J. T. (2022). *Adicción a redes sociales y su relación con la imagen corporal en adolescentes* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio institucional UTA. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/36891/1/Ripalda%20Mora%2c%20Joselyn%20Thalia.pdf>
- Rojas, M. E. & Sanchez, V. S. (2025). *Riesgo de adicción en redes sociales y agresión en adolescentes de una institución educativa pública del distrito de chorrillos* [Tesis de pregrado, Universidad Científica del Sur]. Repositorio Académico – Universidad Científica del Sur. <https://repositorio.cientifica.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12805/4195/TL-Rojas%20M%3b%20Sanchez%20V-Ext.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rosendo, G., García, M. & Martínez, L. (2016). Influencia de las redes sociales en los estándares de belleza y su impacto en la autoestima de los adolescentes. *Revista de Psicología Social*, 31(2), 175–190. <https://doi.org/10.1080/02109395.2016.1154937>
- Ruvalcaba, O. & Hernández, H. (2022). Adicción a internet en estudiantes mexicanos de educación secundaria. *Revista Franz Tamayo*, 4(11), 1–18. <https://revistafranztamayo.org/index.php/franztamayo/article/view/957>

- Salas, L. (2014). Adicciones psicológicas y los nuevos problemas de salud. *Cultura*, 28, 111–146. https://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU_28_1_adicciones-psicologicas-y-los-nuevos-problemas-de-salud.pdf
- Salazar, Z. (2008). Adolescencia e imagen corporal en la época de la delgadez. *Reflexiones*, 87(2), 67–80. <https://doi.org/10.15517/rr.v87i2.1255>
- Santos, J. L. (2022). *Psicopatología de la imagen corporal. Definiciones, alteraciones, teorías y evaluación*. Centro de Investigación y Desarrollo. <https://www.researchgate.net/publication/358128769>
- Sherlock, M., & Wagstaff, D. L. (2019). Exploring the relationship between frequency of Instagram use, exposure to idealized images, and psychological well-being in women. *Psychology of Popular Media Culture*, 8(4), 482–490. 10.1037/ppm0000182
- Slade, P. D. (1994). What is body image? *Behaviour Research and Therapy*, 32(5), 497–502. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)90136-8](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)90136-8)
- Solano, N. & Cano, A. (2010). *IMAGEN: Evaluación de la insatisfacción con la imagen corporal. Manual*. TEA Ediciones.
- Stevens, M. L. (2023). *Efectos negativos del uso excesivo de las redes sociales en adolescentes de 11 a 17 años* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Autónoma de México]. Repositorio institucional UNAM. <https://tesiunamdocumentos.dgb.unam.mx/ptd2023/junio/0841721/Index.htmlhttps://ru.dgb.unam.mx/bitstream/20.500.14330/TES01000841721/3/0841721.pdf>
- Tarrillo, O., Mejía, J., Dávila, J. S., Pintado, C. A., Tapia, C. E., Chilón, W. M. & Velez, S. B. (2024). *Metodología de la investigación: una mirada global. Ejemplos prácticos*.

- Centro de Investigación y Desarrollo. <https://biblioteca.ciencialatina.org/wp-content/uploads/2024/07/Metodologia-de-la-investigacion-una-mirada-global.pdf>
- Thompson, J. K. (1990). *Body image disturbance: Assessment and treatment*. Pergamon Press.
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2014). NetGirls: The Internet, Facebook, and body image concern in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 46(6), 630–633. 10.1002/eat.22141
- Torres, S. (2021). *Propiedades psicométricas del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) en estudiantes de nivel secundario de Lima Norte, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70513/Torres_LS-SD.pdf
- Tylka, T. L. (2018). Positive psychology perspectives on body image. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance* (pp. 657–663). Academic Press.
- UNESCO. (2023). *Technology in education: A tool on whose terms?* <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000385726>
- UNICEF. (2022). *The changing childhood project: Body image and social media*. <https://www.unicef.org/globalinsight/reports/changing-childhood-project>
- Vargas, Y. N. & Gaibor, I. A. (2024). Insatisfacción corporal y dependencia emocional en estudiantes universitarios. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 6(7), 128–137. <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v6i7.1312>
- Vilca, L. W. & Gonzales, A. G. (2013). *Propiedades psicométricas de la Escala de Riesgo de Adicción a las Redes Sociales* [Tesis, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional

UPeU. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/615/Lindsey_Tesis_bachiller_2013.pdf

Vizcaíno, P. I., Cedeño, R. J. & Maldonado, I. A. (2023). Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 9723–9762. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658

Yglesias, M. (2017). *Propiedades psicométricas del Cuestionario evaluación de la insatisfacción con la imagen corporal en adolescentes de la región norte – Perú* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/723>

ANEXOS

Anexo1: Matriz de consistencia

Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024.

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variable 1: Adicción a redes sociales	
¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, Lima - 2024?	Establecer la relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en estudiantes de una institución educativa en Chorrillos, Lima - 2024.	HG: Existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, 2024. H0: No existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, 2024.	<i>Dimensiones:</i> Obsesión por las redes sociales Falta de control personal Uso excesivo de las redes sociales	Método: hipotético-deductivo Enfoque: Cuantitativo Tipo: Básico Diseño: No experimental Población: 327 adolescentes Muestra: 178 adolescentes

Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas	Variable 2 Imagen Corporal
1. ¿Cuáles son los índices de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, Lima - 2024?	1. Determinar índices de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, Lima - 2024.	H _{e1} : Existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.	
2. ¿Cuáles son los niveles de insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, Lima - 2024?	2. Determinar los niveles de insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, Lima - 2024.	H _{o1} : No existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.	
3. ¿Cuál es la relación de la adicción en redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, Lima - 2024?	3. Determinar la relación de la adicción en redes sociales y la dimensión cognitivo-emocional de la insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, Lima - 2024.	H _{e2} : Existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.	<p><i>Dimensiones:</i></p> <p>Cognitivo</p> <p>Perceptivo</p> <p>Comportamental</p>
4. ¿Cuál es la relación de la adicción en redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción corporal en estudiantes de una institución educativa en Chorrillos, Lima - 2024?	4. Determinar la relación de la adicción en redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción corporal en estudiantes de una institución educativa en Chorrillos, Lima - 2024.	H _{o2} : No existe relación entre la adicción en redes sociales y la dimensión perceptiva de la insatisfacción corporal en alumnos de secundaria de un centro educativo en Chorrillos, 2024.	
5. ¿Cuál es la relación de la adicción en redes sociales y la dimensión comportamental de la insatisfacción corporal en	5. Determinar la relación de la adicción en redes sociales y la dimensión comportamental de la	H _{e3} : Existe relación de la adicción en redes sociales y la dimensión comportamental de la insatisfacción corporal en alumnos de una institución educativa en Chorrillos, 2024. H _{o3} : No existe relación de la adicción en redes sociales y la dimensión comportamental de la	

estudiantes de secundaria
de una institución
educativa en Chorrillos,
Lima - 2024?

insatisfacción corporal en
estudiantes de secundaria de
una institución educativa en
Chorrillos, Lima – 2024.

insatisfacción corporal en alumnos
de una institución educativa en
Chorrillos, 2024.

Anexo 2: Instrumentos

Cuestionario de Adicción a redes sociales (ARS)

(Original, Eскурra y Salas, 2014)

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:

Universidad en la que estudia:

.....

Carrera o Facultad: Ciclo/ Nivel :.....

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

.....

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 mi trabajo ()

En las cabinas de internet () En las computadoras de la universidad ()

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?

10 % o Menos () 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?:

.....

.....

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 Rara vez RV

Casi siempre C S Nunca N

Algunas veces AV

N° ITEM	DESCRIPCIÓN					
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 o a 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 Adicción a redes sociales (ARS)

Adaptado por Chahuayo (2025)

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

.....

Si respondió NO, entregue el formato al encuestador

¿Cuántas horas pasas en el día en las redes sociales?

1 – 2 horas () 3 a 5 horas () 6 a más horas ()

¿Qué aplicaciones frecuentes más?

Juegos en línea () Tik tok () Facebook () Instagram () YouTube ()

Dejas tus responsabilidades de lado por estar conectado en el dispositivo móvil.

Sí _____ No _____

A continuación, se presentan 23 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

Nº	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.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días*					
13.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
14.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
15.	Invierto mucho tiempo del día conectándome a las redes sociales.					
16.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales					
17.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
18.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
19.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
21.	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.					
22.	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, siento un aburrimiento insoportable					
23.	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA INSATISFACCIÓN CON LA IMAGEN

CORPORAL (IMAGEN)

(Original)

Edad:

Sexo:

Peso:

Estatura:

Fecha:

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 a 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

Observa el siguiente ejemplo:

¿Con qué frecuencia tienes el siguiente pensamiento?		
0	No quiero ser una persona gorda	0 1 2 3 4

En el ejemplo, la persona ha contestado 2, lo que quiere decir que a veces tiene el pensamiento de no querer ser una persona gorda. 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 contestaciones buenas ni malas, sencillamente sigue tu criterio personal.

CASI NUNCA O NUNCA	POCAS VECES	UNAS VECES SÍ Y OTRAS NO	MUCHAS VECES	CASI SIEMPRE O SIEMPRE
0	1	2	3	4

¿CON QUE FRECUENCIA TIENES LOS SIGUIENTES PENSAMIENTOS Y EMOCIONES?

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	Creo que si realizase 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	Estoy triste cuando pienso en mi figura	0 1 2 3 4
9	Me siento irritable cuando pienso en mi aspecto físico.	0 1 2 3 4
10	Me enfado 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 fofo 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	0 1 2 3 4

	morcillas.	
31	Las facciones de mi cara están deformes debido a mi peso..	0 1 2 3 4

¿CON QUÉ FRECUENCIA REALIZAS LOS SIGUIENTES COMPORTAMIENTOS?

32	Me provocho 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	Tiro comida para controlar mi peso.	0 1 2 3 4
38	Escondo comida porque quiero controlar mi peso	0 1 2 3 4

CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LA INSATISFACCIÓN CON LA IMAGENCORPORAL

(Revisado)

Edad:

Sexo:

¿Realizas ejercicio regularmente? Sí _____ No _____

¿Cuidas tu alimentación? Sí _____ No _____ A veces _____

¿Te sientes cómoda con tu cuerpo? Sí _____ No _____

¿Sueles tener atracones de comida? Nunca () Casi nunca () A veces () Muchas veces ()

INSTRUCCIONES

A continuación, se presentan una serie de frases que hacen referencia a determinados pensamientos, emociones o comportamientos asociados a tu figura. Lee atentamente cada una de las frases; luego, elige la respuesta que se dan en ti con más frecuencia, marcando con un según corresponda. Recuerda no hay respuestas buenas o malas, correctas o incorrectas, pero es muy importante que seas totalmente sincero en tus respuestas.

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

¿CON QUE FRECUENCIA TIENES LOS SIGUIENTES PENSAMIENTOS Y EMOCIONES?						
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 insatisfecho 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 siento triste cuando pienso en mi figura.	0	1	2	3	4
9	Me siento irritable 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	0	1	2	3	4

	personas.					
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 más 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 caminar 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 QUÉ FRECUENCIA REALIZAS LOS SIGUIENTES COMPORTAMIENTO?						
32	Me provocho el vómito para controlar mi peso	0	1	2	3	4
33.	Utilizo laxantes, diuréticos u 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 la comida porque quiero controlar mi peso.	0	1	2	3	4

Anexo 3: Validez del instrumento

Juicio de expertos del instrumento 1



CARTA DE PRESENTACIÓN

Mg. Joe Sáenz Torres

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y, asimismo, hacer de su conocimiento que, siendo bachiller de la carrera de Psicología, requiero validar el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), a fin de recoger la información necesaria para desarrollar mi investigación, con la cual optaré el grado de Licenciada en Psicología.

El título nombre de mi proyecto de investigación es “Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024”.

Y debido a que es imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas de Psicología y/o investigación. El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definiciones conceptuales de la variable y dimensiones
- Matriz de operacionalización de las variables
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente. Atentamente,

CHAHUAYO CHIRCCA, ESTEFANY

DNI: 75428477

Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024

Variable 1: Adicción a las redes sociales								
N°	DIMENSIONES/Ítems	Pertenenencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Obsesión por las redes sociales								
1	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales	X		X		X		
2	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	X		X		X		
3	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	X		X		X		
4	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	X		X		X		
5	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	X		X		X		
6	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	X		X		X		
7	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.	X		X		X		
8	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	X		X		X		
9	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.	X		X		X		
10	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	X		X		X		
Falta de control personal								
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	



11	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	X		X		X		
12	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	X		X		X		
13	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	X		X		X		
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	X		X		X		
15	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	X		X		X		
16	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	X		X		X		
Uso excesivo de las redes sociales		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
17	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	X		X		X		
18	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	X		X		X		
19	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	X		X		X		
20	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	X		X		X		
21	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	X		X		X		
22	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales	X		X		X		
23	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	X		X		X		

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Observaciones: si hay suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable (X)

Aplicable después de corregir ()

No aplicable ()

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Joe Sáenz Torres

DNI: 43570221

Especialidad del validador: Psicólogo Clínico

15 de noviembre de 2024



Mg. Joe J. Sáenz Torres
PSICÓLOGO
C.Ps.P. 22210

Firma del experto informante

CARTA DE PRESENTACIÓN

Mg. Luis Jáuregui Aguirre

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

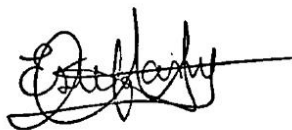
Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y, asimismo, hacer de su conocimiento que, siendo bachiller de la carrera de Psicología, requiero validar los instrumentos: Cuestionario de evaluación de insatisfacción con la imagen corporal (IMAGEN) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), a fin de recoger la información necesaria para desarrollar mi investigación, con la cual optaré el grado de Licenciada en Psicología.

El título nombre de mi proyecto de investigación es “Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024”.

Y debido a que es imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas de Psicología y/o investigación. El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones
- Matriz de operacionalización de las variables
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente. Atentamente,



CHAHUAYO CHIRCCA, ESTEFANY

DNI: 75428477

Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024

Variable 1: Adicción a las redes sociales								
N°	DIMENSIONES/Ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Obsesión por las redes sociales								
1	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales	x			x	x		Este ítem es similar a los ítems 19 a 22, por lo que encajaría mejor en la dimensión "Uso excesivo"
2	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	x		x			x	
3	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	x		x		x		
4	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	x		x		x		
5	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	x		x		X		
6	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	x		x		X		
7	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.	x		x		X		
8	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	x		x		X		
9	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.	x		x		X		

10	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	x		x			x	El aburrimiento no se relaciona con la dimensión "obsesiones" ya que puede deberse a otras variables, aquí se sugiere que la frase sea: "Cuando estoy..., siento un aburrimiento insoportable"
Falta de control personal		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
11	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	x		x		x		
12	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.		x		x	x		Este ítem sería pertinente y relevante para la dimensión "Obsesión por las redes sociales" ya que hace alusión a pensamientos.
13	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	x			x	x		Este ítem es similar al ítem 16, aunque el ítem 16 es más claro y preciso, pero en mi opinión, ambos miden lo mismo. Se sugiere eliminar este ítem y quedarse con el ítem 16.
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	X		X		x		
15	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	X		x		X		

16	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	x		x		X		
Uso excesivo de las redes sociales		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
17	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	X		x		x		
18	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	X		x		x		
19	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	X		x		x		
20	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	X		x		x		
21	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	X			x		x	El ítem sería más claro y relevante si se quitara el verbo "desconectándome". Ya que esta acción está implícita cuando uno se conecta varias veces.
22	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales	X		x		x		
23	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.		x		x		x	Este ítem parece más adecuado para la dimensión "Obsesión por las redes sociales"
24	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	x		x		x		

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Observaciones: si hay suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable ()

Aplicable después de corregir (x)

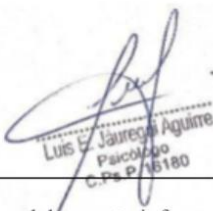
No aplicable ()

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Luis Eduardo Jauregui Aguirre

DNI: 42068228

Especialidad del validador: Psicología clínica

15 de noviembre de 2024



Luis E. Jauregui Aguirre
Psicólogo
C.Ps. P/16180

Firma del experto informante

CARTA DE PRESENTACIÓN

Dra. Silvana Varela Guevara

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y, asimismo, hacer de su conocimiento que, siendo bachiller de la carrera de Psicología, requiero validar los instrumentos: Cuestionario de evaluación de insatisfacción con la imagen corporal (IMAGEN) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), a fin de recoger la información necesaria para desarrollar mi investigación, con la cual optaré el grado de Licenciada en Psicología.

El título nombre de mi proyecto de investigación es “Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024”.

Y debido a que es imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas de Psicología y/o investigación. El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones
- Matriz de operacionalización de las variables
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente,



CHAHUAYO CHIRCCA, ESTEFANY

DNI: 75428477

Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024

Variable 1: Adicción a las redes sociales								
N°	DIMENSIONES/Ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
Obsesión por las redes sociales								
1	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales	X		X		X		
2	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	X		X		X		
3	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	X		X		X		
4	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	X		X		X		
5	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	X		X		X		
6	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	X		X		X		
7	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.	X		X		X		
8	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	X		X		X		
9	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.	X		X		X		
10	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	X		X		X		
Falta de control personal								
11	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	X		X		X		
12	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	X		X		X		



13	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	X		X		X		
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	X		X		X		
15	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	X		X		X		
16	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	X		X		X		
Uso excesivo de las redes sociales		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
17	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	X		X		X		
18	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	X		X		X		
19	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	X		X		X		
20	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	X		X		X		
21	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	X		X		X		
22	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes Sociales	X		X		X		
23	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	X		X		X		
24	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	X		X		X		

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Observaciones: si hay suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable (X)

Aplicable después de corregir ()

No aplicable ()

Apellidos y nombres del juez validador: Dra. Silvana Varela Guevara

DNI: 47283514

Especialidad del validador: Psicología Clínica y de la Salud

15 de noviembre de 2024



Dra. Silvana Varela Guevara

V de Aiken

Ítem	PERTINENCIA					RELEVANCIA					CLARIDAD					V.AIKEN	V.AIKEN GENERAL
	Jueces					Jueces											
	J1	J2	J3	S	v. AIKEN	J1	J2	J3	S	V. AIKEN	J1	J2	J3	S	V.AIKEN		
1	1	1	1	3	1	1	0	1	2	0.66667	1	1	1	3	1	0.89	0.96
2	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
3	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
4	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
5	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
6	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
7	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
8	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
9	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
10	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	0	1	2	0.66667	0.89	
11	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
12	1	0	1	2	0.66667	1	0	1	2	0.66667	1	1	1	3	1	0.78	
13	1	1	1	3	1	1	0	1	2	0.66667	1	1	1	3	1	0.89	
14	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
15	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
16	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
17	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
18	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
19	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
20	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
21	1	1	1	3	1	1	0	1	2	0.66667	1	0	1	2	0.66667	0.78	
22	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
23	1	0	1	2	0.66667	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	0.89	
24	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	

Juicio de expertos del instrumento 2



CARTA DE PRESENTACIÓN

Mg. Diego Ismael Valencia Pecho

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y, asimismo, hacer de su conocimiento que, siendo bachiller de la carrera de Psicología, requiero validar el instrumento: Cuestionario de evaluación de insatisfacción con la imagen corporal (IMAGEN), a fin de recoger la información necesaria para desarrollar mi investigación, con la cual optaré el grado de Licenciada en Psicología.

El título nombre de mi proyecto de investigación es “Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024”.

Y debido a que es imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas de Psicología y/o investigación. El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definición conceptual de la variable y dimensiones
- Matriz de operacionalización de la variable
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente,

CHAHUAYO CHIRCCA, ESTEFANY

DNI: 75428477

Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024

Variable: Insatisfacción corporal							
Cognitivo – Emocional		SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	Debería ponerme a dieta.	X		X		X	
2	Tendría que hacer ejercicio para controlar mi peso.	X		X		X	
3	Es absolutamente necesario que esta delgada o delgado.	X		X		X	
4	Estoy insatisfecha o insatisfecho con mi figura corporal.	X		X		X	
5	Si hiciera ejercicio conseguiría disminuir mi peso	X		X		X	
6	Me da miedo conocer mi peso.	X		X		X	
7	Admiro a las personas o modelos capaces de mantener una figura delgada.	X		X		X	
8	Me siento triste cuando pienso en mi figura.	X		X		X	
9	Me siento irritable cuando pienso en mi aspecto físico.	X		X		X	
10	Me molesto cuando mi familia me indica algo sobre mi figura.	X		X		X	
11	Me siento inferior cuando alguien halaga la figura de otras personas.	X		X		X	
12	Me siento gorda o gordo cuando gano algo de peso.	X		X		X	
13	Si engordase no lo soportaría.	X		X		X	
14	Tengo miedo a perder el control sobre mi aspecto físico.	X		X		X	
15	Tengo miedo a engordar.	X		X		X	
16	Cuando como, tengo miedo a perder el control.	X		X		X	



17	Imagino que si fuese una persona delgada estaría más segura de mí.	X		X		X		
18	Tengo miedo a tener celulitis.	X		X		X		
19	Me influyen de forma negativa los comentarios sobre mi cuerpo.	X		X		X		
20	Recuerdo de forma negativa las burlas sobre mi aspecto físico.	X		X		X		
21	Pienso que me estoy poniendo gorda o gordo.	X		X		X		
Perceptivo		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
22	Mi estómago impide que me vea los pies.	X		X		X		
23	Mis brazos son gordos.	X		X		X		
24	Tengo las mejillas caídas.	X		X		X		
25	Mi pecho esta flácido y caído.	X		X		X		
26	El roce entre mis piernas me impide caminar bien.	X		X		X		
27	Ocupo demasiado espacio en las sillas.	X		X		X		
28	Las dimensiones de mi cuerpo me impiden llevar una vida normal.	X		X		X		
29	Las dimensiones de mi estómago me hacen parecer una foca.	X		X		X		
30	Los rollitos que me salen por la espalda me hacen recordar a las salchichas.	X		X		X		
31	Las facciones de mi cara están deformes debido a mi peso.	X		X		X		
Comportamental		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
32	Me provocho el vómito para controlar mi peso	X		X		X		
33	Utilizo laxantes, diuréticos u otras pastillas para controlar mi peso.	X		X		X		



34	Vomito después de las comidas	X		X		X		
35	Cuento las calorías como si fuese una calculadora.	X		X		X		
36	Intento permanecer de pie para perder peso.	X		X		X		
37	Arrojo la comida para controlar mi peso.	X		X		X		
38	Escondo la comida porque quiero controlar mi peso.	X		X		X		

CARTA DE PRESENTACIÓN

Mg. Angela Prado Aliaga

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y, asimismo, hacer de su conocimiento que, siendo bachiller de la carrera de Psicología, requiero validar el instrumento: Cuestionario de evaluación de insatisfacción con la imagen corporal (IMAGEN), a fin de recoger la información necesaria para desarrollar mi investigación, con la cual optaré el grado de Licenciada en Psicología.

El título nombre de mi proyecto de investigación es “Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024”.

Y debido a que es imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas de Psicología y/o investigación. El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definición conceptual de la variable y dimensiones
- Matriz de operacionalización de la variable
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente,



CHAHUAYO CHIRCCA, ESTEFANY

DNI: 75428477

Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024

		Variable: Insatisfacción corporal					
Cognitivo – Emocional		SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	Debería ponerme a dieta.	X		X		X	
2	Tendría que hacer ejercicio para controlar mi peso.	X		X		X	
3	Es absolutamente necesario que esta delgada o delgado.	X		X		X	
4	Estoy insatisfecha o insatisfecho con mi figura corporal.	X		X		X	
5	Si hiciera ejercicio conseguiría disminuir mi peso	X		X		X	
6	Me da miedo conocer mi peso.	X		X		X	
7	Admiro a las personas o modelos capaces de mantener una figura delgada.	X		X		X	
8	Me siento triste cuando pienso en mi figura.	X		X		X	
9	Me siento irritable cuando pienso en mi aspecto físico.	X		X		X	
10	Me molesto cuando mi familia me indica algo sobre mi figura.	X		X		X	
11	Me siento inferior cuando alguien halaga la figura de otras personas.	X		X		X	
12	Me siento gorda o gordo cuando gano algo de peso.	X		X		X	
13	Si engordase no lo soportaría.	X		X		X	
14	Tengo miedo a perder el control sobre mi aspecto físico.	X		X		X	
15	Tengo miedo a engordar.	X		X		X	
16	Cuando como, tengo miedo a perder el control.	X		X		X	

17	Imagino que si fuese una persona delgada estaría más segura de mí.	X		X		X		
18	Tengo miedo a tener celulitis.	X		X		X		
19	Me influyen de forma negativa los comentarios sobre mi cuerpo.	X		X		X		
20	Recuerdo de forma negativa las burlas sobre mi aspecto físico.	X		X		X		
21	Pienso que me estoy poniendo gorda o gordo.	X		X		X		
Perceptivo		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
22	Mi estómago impide que me vea los pies.	X		X		X		
23	Mis brazos son gordos.	X		X		X		
24	Tengo las mejillas caídas.	X		X		X		
25	Mi pecho esta flácido y caído.	X		X		X		
26	El roce entre mis piernas me impide caminar bien.	X		X		X		
27	Ocupo demasiado espacio en las sillas.	X		X		X		
28	Las dimensiones de mi cuerpo me impiden llevar una vida normal.	X		X		X		
29	Las dimensiones de mi estómago me hacen parecer una foca.	X		X		X		
30	Los rollitos que me salen por la espalda me hacen recordar a las salchichas.	X		X		X		
31	Las facciones de mi cara están deformes debido a mi peso.	X		X		X		
Comportamental		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
32	Me provocho el vómito para controlar mi peso	X		X		X		
33	Utilizo laxantes, diuréticos u otras pastillas para controlar mi peso.	X		X		X		



Universidad
Norbert Wiener

34	Vomito después de las comidas	X		X		X		
35	Cuento las calorías como si fuese una calculadora.	X		X		X		
36	Intento permanecer de pie para perder peso.	X		X		X		
37	Arrojo la comida para controlar mi peso.	X		X		X		
38	Escondo la comida porque quiero controlar mi peso.	X		X		X		

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Observaciones: si hay suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable (X)

Aplicable después de corregir ()

No aplicable ()

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Angela Prado Aliaga

DNI: 10673341

Especialidad del validador: Psicología Clínica y Educativa

19 de marzo de 2025



Mg. Angela Prado Aliaga

CARTA DE PRESENTACIÓN

Dra. Jennifer Yucra Camposano

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

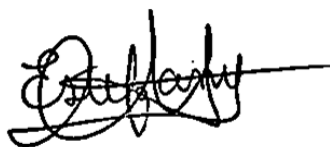
Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y, asimismo, hacer de su conocimiento que, siendo bachiller de la carrera de Psicología, requiero validar el instrumento: Cuestionario de evaluación de insatisfacción con la imagen corporal (IMAGEN), a fin de recoger la información necesaria para desarrollar mi investigación, con la cual optaré el grado de Licenciada en Psicología.

El título nombre de mi proyecto de investigación es “Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024”.

Y debido a que es imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas de Psicología y/o investigación. El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definición conceptual de la variable y dimensiones
- Matriz de operacionalización de la variable
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente. Atentamente,



CHAHUAYO CHIRCCA, ESTEFANY

DNI: 75428477

Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024

Variable: Insatisfacción corporal							
Cognitivo – Emocional		SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	Debería ponerme a dieta.	X		X		X	
2	Tendría que hacer ejercicio para controlar mi peso.	X		X		X	
3	Es absolutamente necesario que esta delgada o delgado.	X		X		X	
4	Estoy insatisfecha o insatisfecho con mi figura corporal.	X		X		X	
5	Si hiciera ejercicio conseguiría disminuir mi peso	X		X		X	
6	Me da miedo conocer mi peso.	X		X		X	
7	Admiro a las personas o modelos capaces de mantener una figura delgada.	X		X		X	
8	Me siento triste cuando pienso en mi figura.	X		X		X	
9	Me siento irritable cuando pienso en mi aspecto físico.	X		X		X	
10	Me molesto cuando mi familia me indica algo sobre mi figura.	X		X		X	
11	Me siento inferior cuando alguien halaga la figura de otras personas.	X		X		X	
12	Me siento gorda o gordo cuando gano algo de peso.	X		X		X	
13	Si engordase no lo soportaría.	X		X		X	
14	Tengo miedo a perder el control sobre mi aspecto físico.	X		X		X	
15	Tengo miedo a engordar.	X		X		X	
16	Cuando como, tengo miedo a perder el control.	X		X		X	
17	Imagino que si fuese una persona delgada estaría más segura de mí.	X		X		X	
18	Tengo miedo a tener celulitis.	X		X		X	
19	Me influyen de forma negativa los comentarios sobre mi cuerpo.	X		X		X	

20	Recuerdo de forma negativa las burlas sobre mi aspecto físico.	X		X		X		
21	Pienso que me estoy poniendo gorda o gordo.	X		X		X		
Perceptivo		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
22	Mi estómago impide que me vea los pies.	X		X		X		
23	Mis brazos son gordos.	X		X		X		
24	Tengo las mejillas caídas.	X		X		X		
25	Mi pecho esta flácido y caído.	X		X		X		
26	El roce entre mis piernas me impide caminar bien.	X		X		X		
27	Ocupo demasiado espacio en las sillas.	X		X		X		
28	Las dimensiones de mi cuerpo me impiden llevar una vida normal.	X		X		X		
29	Las dimensiones de mi estómago me hacen parecer una foca.	X		X		X		
30	Los rollitos que me salen por la espalda me hacen recordar a las salchichas.	X		X		X		
31	Las facciones de mi cara están deformes debido a mi peso.	X		X		X		
Comportamental		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
32	Me provocho el vómito para controlar mi peso	X		X		X		
33	Utilizo laxantes, diuréticos u otras pastillas para controlar mi peso.	X		X		X		
34	Vomito después de las comidas	X		X		X		
35	Cuento las calorías como si fuese una calculadora.	X		X		X		
36	Intento permanecer de pie para perder peso.	X		X		X		
37	Arrojo la comida para controlar mi peso.	X		X			X	Podría considerar cambiar la palabra "arrojo" por la de "tiro, boto".
38	Escondo la comida porque quiero controlar mi peso.	X		X		X		

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo.

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo.

Nota. Suficiencia: se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión.

Observaciones: si hay suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable (X)

Aplicable después de corregir ()

No aplicable ()

Apellidos y nombres del juez validador: Dra. Jennifer Yucra Camposano

DNI: 44745102

Especialidad del validador: Psicología Clínica.

19 de marzo de 2025



Dra. Jennifer Yucra Camposano

V de Aiken

Ítem	CLARIDAD					PERTINENCIA					RELEVANCIA					V.AIKEN	V.AIKEN GENERAL
	Jueces					Jueces					Jueces						
	J1	J2	J3	S	v. AIKEN	J1	J2	J3	S	V. AIKEN	J1	J2	J3	S	V.AIKEN		
1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	1.00
2	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
3	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
4	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
5	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
6	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
7	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
8	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
9	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
10	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
11	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
12	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
13	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
14	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
15	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
16	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
17	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
18	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
19	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
20	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
21	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
22	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
23	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
24	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
25	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
26	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
27	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
28	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
29	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
30	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
31	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
32	1	0	1	2	0.666667	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	0.89	
33	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
34	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
35	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
36	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
37	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
38	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	

Anexo 4: Confiabilidad del instrumento

Tabla A1

Confiabilidad del cuestionario adicción a redes sociales y sus dimensiones

	N de elementos	Alfa de Cronbach
Obsesión por las redes	10	.749
Falta de control personal	4	.798
Uso excesivo de redes sociales	9	.843
Adicción a redes sociales	23	.902

Nota. Elaboración propia.

Tabla A2

Confiabilidad del cuestionario de Insatisfacción corporal y sus dimensiones

	N de elementos	Alfa de Cronbach
Cognitivo-emocional	21	.946
Perceptivo	10	.933
Comportamental	7	.847
Insatisfacción corporal	38	.959

Nota. Elaboración propia.

Tabla A3*Baremos del Cuestionario de adicción a redes sociales*

Nivel	Pc	Obsesión por las redes sociales	Falta de control personal	Uso excesivo de las redes sociales	Adicción a las redes sociales	Pc	Nivel
Alta	99	40	16	36	92	99	Alta
	95	22	10	23	50	95	
	90	19	9	19	45	90	
	85	17	8	18	41	85	
	80	16	7	16	39	80	
Media	75	15	6	15	38	75	Media
	70	14	6	14	33	70	
	65	12	5	12	31	65	
	60	11	5	11	28	60	
	55	10	4	11	26	55	
	50	9	4	10	23	50	
	45	8	4	10	21	45	
	40	7	3	8	19	40	
Bajo	35	6	2	7	18	35	Bajo
	30	6	2	6	16	30	
	25	5	2	5	13	25	
	20	4	1	4	10	20	
	15	3	1	3	9	15	
	10	2	1	2	6	10	
	5	1	0	1	4	5	
	1	0	0	0	0	1	
Media		10.1	4.3	10.5	24.9		Media
DE		6.6	3	6.5	14.9		DE
Mínimo		0	0	0	0		Mínimo
Máximo		40	16	32	88		Máximo

Tabla A4*Baremos del Cuestionario de insatisfacción corporal*

Nivel	Pc	Cognitivo - Emocional	Perceptivo	Comportamental	Insatisfacción corporal	Pc	Nivel
Severa	99	84	40	28	152	99	Severa
	95	75	27	29	114	95	
	90	68	20	13	93	90	
	85	64	18	10	80	85	
	80	56	13	7	74	80	
Moderada	75	55	12	6	73	75	Moderada
	70	43	7	4	59	70	
	65	40	5	3	52	65	
	60	37	4	2	46	60	
	55	32	3	2	39	55	
Marcada	50	31	2	1	38	50	Marcada
	45	25	1	1	29	45	
	40	22	1	1	26	40	
	35	21	1	1	25	35	
	30	14	1	1	16	30	
Mínima o ausente	25	13	0	0	15	25	Mínima o ausente
	20	9	0	0	9	20	
	15	8	0	0	8	15	
	10	5	0	0	6	10	
	5	3	0	0	3	5	
1	0	0	0	0	0		
Media		32.39	6.31	3.78	42.48		Media
DE		23.3	8.6	6.2	33.8		DE
Mínimo		0	0	0	1		Mínimo
Máximo		84	31	38	130		Máximo

Anexo 5: Aprobación del Comité de Ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 10 de Febrero de 2025

Investigador(a)
ESTEFANY CHAHUAYO CHIRCCA
Nº:0173-2025

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEIC-UPNW) **evaluó y APROBÓ** los siguientes documentos:

- Protocolo titulado: **“Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, 2024.” Versión 01 con fecha 29/01/2025.**
- Formulario de Consentimiento Informado Versión **01** con fecha **29/01/2025.**

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Estefany Chahuayo Chircca

La APROBACIÓN comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

1. **La vigencia** de la aprobación es de **dos años** (24 meses) a partir de la emisión de este documento.
2. **El Informe de Avances** se presentará cada 6 meses, y el informe final una vez concluido el estudio.
3. **Toda enmienda o adenda** se deberá presentar al CIEIC-UPNW y no podrá implementarse sin la debida aprobación.
4. Si aplica, **la Renovación** de aprobación del proyecto de investigación deberá iniciarse treinta (30) días antes de la fecha de vencimiento, con su respectivo informe de avance.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,

Raúl Antonio Rojas Ortega
Presidente

Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
UPNW



Anexo 6: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Instituciones: Universidad Privada Norbert Wiener

Investigador: Estefany Chahuayo Chircca

Título: Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, Lima – 2024.

Propósito del estudio

Lo invitamos a que su menor hijo participe en un estudio llamado: “Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, Lima - 2024”. Este es un estudio desarrollado por una investigadora de la Universidad Privada Norbert Wiener, Chahuayo Chircca, Estefany. El propósito de este estudio es establecer si existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, 2024. Su ejecución permitirá conocer información respecto a la problemática con el fin de brindar los resultados a la institución educativa y pueda realizar acciones al respecto

Procedimientos

Si usted decide que su menor hijo participe en este estudio, se le realizará lo siguiente:

- Leer y responder el Cuestionario de adicción a redes sociales.
- Leer y responder el Cuestionario de insatisfacción de corporal.

La encuesta puede demorar unos 25 minutos. Los resultados de la investigación se le entregarán a la institución educativa o almacenarán respetando la confidencialidad y el anonimato.

Riesgos

La participación de su menor hijo en el presente estudio no presenta ningún riesgo para usted ni el estudiante, ya que se velará por salvaguardar el anonimato y la confidencialidad de la información brindada, asimismo, ante del llenado de la encuesta se le explicará detalladamente el procedimiento y el propósito de la investigación, y se absolverán todas las dudas que tengan previo a la aplicación de los cuestionarios. También se respetará la reserva personal del estudiante respecto a su participación en el estudio, ya que esta es voluntaria, así como su declinación en dejar de participar si así lo desea.

Beneficios

Usted y su mejor hijo se beneficiarán de la investigación ya que se conocerá si existe o no existe una problemática en el alumnado que puede que esté afectando su rendimiento académico y salud mental, con la finalidad de que la institución educativa ejecute acciones de prevención, promoción e intervención en relación con la adicción a redes sociales e insatisfacción de la imagen corporal, siendo estos temas de vital importancia, en una sociedad tan tecnologizada sobre todo en la etapa de adolescencia en la que se encuentra su menor hijo ya que se considera como una población de riesgo, debido a que es una población que usa con mayor frecuencia las redes sociales como un espacio de interacción, además de que se encuentra en pleno desarrollo socio afectivo, construyendo su identidad y siendo fácilmente influenciado por el entorno social.

Costos e incentivos

Usted no deberá pagar nada por la participación. Tampoco recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

Confidencialidad

Nosotros guardaremos la información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio.

Derechos del paciente

Si su menor hijo se siente incómodo durante la encuesta, podrá retirarse de este en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin perjuicio alguno. Si tiene alguna inquietud o molestia, no dude en preguntar al personal del estudio. Puede comunicarse con mi persona Estefany Chahuayo Chircca (número de teléfono: 931723305) o al comité que validó el presente estudio, Dra. Yenny M. Bellido Fuentes, presidenta del Comité de Ética para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, tel. +51 924 569 790. *E-mail*: comite.etica@uwiener.edu.pe

CONSENTIMIENTO

Acepto que mi menor hijo participe voluntariamente en este estudio. Comprendo qué cosas pueden pasar con su participación en el proyecto. También entiendo que puede decidir no participar, aunque haya aceptado y que puede retirarse del estudio en cualquier momento. Asimismo, usted recibirá una copia firmada de este consentimiento y su menor hijo recibirá un asentimiento informado.

Participante

Investigador

Nombres:

Nombres: Estefany Chahuayo Chircca

DNI:

DNI: 75428477

Asentimiento informado

Título de proyecto:

Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, Lima – 2024.

El propósito de este estudio es establecer si existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en alumnos de un centro educativo en Chorrillos, 2024. Tu participación consistirá en leer detenidamente y responder con honestidad los siguientes instrumentos: el Cuestionario de adicción a redes sociales y el Cuestionario de insatisfacción corporal.

Hola mi nombre es Estefany Chahuayo Chircca y estudio en la Escuela Académico Profesional de Psicología de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW). Actualmente se está realizando un estudio de investigación para conocer acerca de existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal en el alumnado del centro educativo donde estudias y para ello queremos pedirte tu participación.

Tu participación en el estudio es voluntaria, es decir, aun cuando tus papá o mamá y/o apoderado hayan dicho que puedes participar, si tú no quieres hacerlo puedes decir que no. Es tu decisión si participas o no en el estudio. También es importante que sepas que, si en un momento dado ya no quieres continuar en el estudio, no habrá ningún problema, o si no quieres responder a alguna pregunta en particular, tampoco habrá problema.

Toda la información que nos proporcionen que realicemos nos ayudarán a conocer si existe relación entre la adicción a redes sociales e insatisfacción corporal.

Esta información será confidencial. Esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas, sólo lo sabrán las personas que forman parte del equipo de este estudio.

Si aceptas participar, te pido que por favor pongas una (✓) en el cuadrito de abajo que dice “Sí quiero participar” y escribe tu nombre.

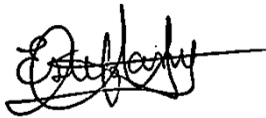
Si no quieres participar, no pongas ninguna (✓), ni escribas tu nombre.

Sí quiero participar

Nombre del participante: _____

Nombre y firma de la persona/investigador que obtiene el asentimiento:

Estefany Chahuayo Chircca



Fecha: _____ de _____ de _____.

Anexo 7: Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos



“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

Chorrillos, 25 de noviembre de 2024

Asunto: Autorización para aplicación de instrumentos psicométricos

MG. CARO LAYNES IVONNE LEYHLA

Directora de la I.E. Los Inkas

Presente:

De mi mayor consideración,

Me es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y presentarme, Estefany Chahuayo Chircca e identificada con 75428477. Actualmente, egresada de la Universidad Norbert Wiener, Facultad de Ciencias de la Salud, de la carrera de Psicología, identificada con a2018100506; quien se encuentra desarrollando un trabajo de investigación titulada: “Adicción a Redes Sociales e Insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de 1ero a 5to de secundaria de una institución educativa en Chorrillos, Lima-2024”, para ostentar el título académico de Licenciatura en Psicología.

En ese sentido, le agradeceré que me brinde las facilidades que el caso amerita para realizar la presente investigación, con previa coordinación con los docentes de todas las secciones de 1ero a 5to de secundaria, para cumplir con la evaluación de las pruebas psicológicas antes señaladas, considerando un tiempo de 15 minutos como máximo para el desarrollo de cada evaluación por aula. Considerando también, antes de la aplicación, una prueba piloto en los estudiantes para corroborar la confiabilidad de los instrumentos. Por último, solicito por favor se me brinde la cantidad de alumnos por aula, para calcular la muestra de mi Tesis.

Sin otro asunto particular, me despido de usted renovándole mi especial consideración y respeto.

ESTEFANY CHUAYO CHIRCCA
DNI: 75428477 Cel: 931723305



MG. CARO LAYNES IVONNE LEYHLA



Anexo 8: Informe del asesor de Turnitin

Resumen

La presente investigación se propuso como objetivo establecer si existe relación entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal en una institución educativa ubicada en Chorrillos, Lima - 2024. Se empleó el enfoque cuantitativo, método hipotético-deductivo, corte transversal, alcance correlacional; la población estuvo compuesta por 327 escolares de 1er a 5to año de secundaria, a través del muestro no probabilístico por conveniencia se formó una muestra de 178 estudiantes de 12 a 17 años, a la cual se aplicaron como instrumentos el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) y el cuestionario de insatisfacción corporal (IMAGEN), como resultado se halló una correlación positiva y significativa ($\rho = .297; p < .05$) entre la adicción a las redes sociales y la insatisfacción corporal; asimismo, se halló una correlación significativa positiva baja ($\rho = .281; p < .05$) entre la adicción a redes y la dimensión cognitivo – emocional;

El informe está listo para la descarga. [Descargar PDF X](#)

Página 1 de 85

Fuente	Similitud
repositorio.continental.edu.pe	3%
repositorio.uwienereedu.pe	3%
hdl.handle.net	2%
Universidad Cesar Vallejo on 20...	<1%
Universidad Católica de Santa ...	<1%
repositorio.autonoma.edu.pe	<1%
repositorio.ujcm.edu.pe	<1%
Universidad Privada Antenor Or...	<1%
Universidad Tecnológica del Per...	<1%
Universidad Tecnológica del Per...	<1%
UDELAS: Universidad Especializ...	<1%
repositorio.unsaac.edu.pe	<1%
repositorio.upla.edu.pe	<1%
Universidad Privada San Juan B...	<1%
uwiener on 2025-08-25	<1%

● 16% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 13% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 13% Base de datos de trabajos entregados
- 5% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	repositorio.continental.edu.pe Internet	3%
2	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	3%
3	hdl.handle.net Internet	2%
4	Universidad Cesar Vallejo on 2021-12-14 Submitted works	<1%
5	Universidad Católica de Santa María on 2025-04-15 Submitted works	<1%
6	repositorio.autonoma.edu.pe Internet	<1%
7	repositorio.ujcm.edu.pe Internet	<1%
8	Universidad Privada Antenor Orrego 2025 on 2025-07-20 Submitted works	<1%