



Universidad
Norbert Wiener

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA
SEGUNDA ESPECIALIDAD EN PSICOTERAPIA**

Tesis

Creencias irracionales y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de
secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025

Para optar el Título de
Especialista en Psicoterapia

Presentado por:

Autora: Yauri Miranda, Mirely Patricia

Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-0047-1227>

Asesor: Dr. Cruz Telada, Yreneo Eugenio

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3770-1287>

Lima – Perú

2026

 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, Mirely Patricia Yauri Miranda, egresada de la Segunda Especialidad en Psicoterapia de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación "Creencias irracionales y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025." Asesorado por el docente: Yreneo Eugenio Cruz Telada, DNI 09946516 ORCID <https://orcid.org/0000-0002-3770-1287> tiene un índice de similitud de **15 (quince) %** con código :14912:614179050 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: Mirely Patricia Yauri Miranda
 DNI:48057200



.....
 Firma del asesor: **Yreneo Eugenio Cruz Telada**
 DNI: 09946516

Lima, 09 de junio de 2026

ÍNDICE

Dedicatoria	iv
Agradecimiento	v
Índice de tablas.....	vi
Índice de figuras.....	vii
Resumen	viii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. METODOLOGÍA	8
III. RESULTADOS.....	13
IV. DISCUSION.....	20
V. CONCLUSIONES.....	25
VI. REFERENCIAS	27
VII. ANEXOS.....	33

Dedicatoria

Esta investigación está dedicada a mi familia, por su acompañamiento permanente, tanto físico como emocional, su entrega constante y la confianza brindada a lo largo de todos estos años. Así también, agradezco a mi pareja por su apoyo continuo, su valiosa colaboración, que permitió aliviar la carga de trabajo y favorecer el cumplimiento de objetivos, haciéndolo más llevadero.

De manera muy especial, dedico unas palabras a mi querido perro Peter, quien recientemente partió, pero que fue un compañero incondicional durante todo este proceso. Su presencia silenciosa siempre a mi lado mientras realizaba esta investigación, me brindó calma y compañía en los momentos de mayor esfuerzo. Su recuerdo permanece como una fuente de afecto y fortaleza, acompañándome en cada logro alcanzado.

Finalmente, extendiendo este trabajo a quienes, desde sus propias experiencias y desafíos, contribuyeron a enriquecer mi aprendizaje humano y profesional, dejando una huella significativa en mi vocación y reafirmando el propósito de servir desde el respeto y la comprensión.

Agradecimiento

Agradezco al Dr. Yreneo Eugenio Cruz Telada, por su orientación metodológica y compartir su conocimiento al guiarme atentamente. Así como los docentes que contribuyeron en el conocimiento académico de mi formación. Finalmente a mis compañeros y colegas por su aportes y acompañamiento a lo largo de este proceso investigativo.

Índice de tablas

Tabla 1 Datos sociodemográficos de la muestra.....	13
Tabla 2 Frecuencias y porcentaje de los niveles de la variable Creencias irracionales.....	14
Tabla 3 Frecuencia y porcentaje de los niveles con respecto a las dimensiones de la variable.....	15
Tabla 4 Distribución de puntajes variable insatisfacción de imagen corporal.....	17
Tabla 5 Prueba de normalidad.....	18
Tabla 6 Coeficiente de correlación de Spearman entre la variables creencias irracionales y la insatisfacción de la imagen corporal.....	19

Índice de figuras

Figura 1 Distribución de puntajes variable creencias irracionales.....	14
Figura 2 Distribución de puntajes de las dimensiones de la variable creencias irracionales	16
Figura 3 Distribución de puntajes variable insatisfacción de imagen corporal.....	18

“Creencias irracionales y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025.”

“Irrational Beliefs and Body Image Dissatisfaction in High School Students at a Public School in Canta, Lima, 2025.”

Mirely Patricia Yauri Miranda, Egresada del Programa Académico de Segunda Especialidad en Psicoterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener, Lima, Perú.

Resumen: Este estudio tuvo como finalidad determinar la relación entre las creencias irracionales y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta-Lima, durante el 2025. Fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, corte transversal y nivel correlacional. La muestra fue de 80 estudiantes, a quienes se les aplicaron el Inventario de Creencias Irracionales de Ellis y el Cuestionario de Insatisfacción con la Imagen Corporal IMAGEN de Solano y Cano. Los hallazgos mostraron una relación positiva y significativa muy alta entre las variables de estudio ($Rho = .809^{**}$; $p < .001$), de manera que se concluyó que las creencias irracionales se relacionan de forma directa con la insatisfacción corporal en estudiantes de una institución educativa. **Palabras clave:** Ideas irracionales, apariencia física, inconformidad del cuerpo.

Abstract: This study aimed to determine the relationship between irrational beliefs and body image dissatisfaction among secondary school students from a public educational institution in Canta-Lima during 2025. It used a quantitative approach, a non-experimental design, a cross-sectional timeframe, and a correlational level. The sample consisted of 80 students, who were administered the Ellis Irrational Beliefs Inventory and the IMAGEN Body Image Dissatisfaction Questionnaire by Solano and Cano. The findings showed a very high, positive, and significant relationship between the study variables ($Rho = .809^{**}$; $p < .001$). Therefore, it was concluded that irrational beliefs are directly related to body image dissatisfaction among students in an educational institution. **Keywords:** Irrational beliefs, physical appearance, body dissatisfact

I. INTRODUCCIÓN

La presente investigación tiene como finalidad establecer la relación entre creencias irracionales y la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, situación problemática que es importante a nivel internacional ya que Carvajal & Gavilanes (2023) encontró que mientras más creencias irracionales existan en los adolescentes ecuatorianos de 14 a 18 años menor será el autoconcepto y viceversa, así también, indicó que las dimensiones de perfeccionismo y autoconcepto social se relacionan de forma directa con las ideas irracionales. Además, Hock et al (2025) estudiaron a población adolescente de Europa, Oceanía, Norteamérica y Sudamérica, quienes refirieron que un 55 % estaba descontento con su apariencia corporal por considerarlas más grandes o delgadas de lo estéticamente aceptado, pensamiento vinculado a la influencia de las plataformas digitales que difunden un ideal de delgadez, generando una valoración negativa de la propia apariencia al no ajustarse a dicho modelo. (Perloff, 2014; Fardouly & Vartanian, 2016). Asimismo, el Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (2021) sostiene que la inconformidad con el físico se desarrolla desde edades tempranas, como la niñez y adolescencia, al estar expuestos a exigencias sociales, lo cual concuerda con la Organización Mundial de la Salud (2021) quienes reportaron tres millones de personas en etapa infantojuvenil con diagnósticos de TCA. Este fenómeno ha sido explicado desde la literatura científica como resultado de procesos de internalización de ideales de belleza y comparación social que influyen en la autoevaluación corporal (Rodgers & Chabrol, 2018). Por lo que se entiende que la insatisfacción de la imagen corporal toma relevancia durante la adolescencia debido al primordial interés en la apariencia física que se manifiesta debido a los cambios físicos, psicológicos y sociales que experimentan; basado en los estereotipos relacionados a los cánones de belleza fomentado principalmente por factores socioculturales como los medios de comunicación, moda, sociedad y cultura, concordante con Jiménez-Flores et al. (2017), quienes evidencian que la insatisfacción corporal en adolescentes se origina y mantiene por la influencia de los medios de comunicación y la presión sociocultural asociada a ideales corporales inalcanzables.

Así también; en Perú, conforme, Saucedo (2024) quien estudió la relación entre creencias irracionales y la imagen corporal en adolescentes mujeres de Lambayeque determinó que existe relación entre las variables de forma positiva con significancia alta ($Rho = ,250^{**}$; $p = <0.01$). Indicando que mientras más creencias irracionales existan en los adolescentes, la percepción

nociva de la imagen corporal será mayor, el cual coincide con Hinostroza & Pacheco (2020) quienes señalaron que según Dohhn & Tiqqemann “Existe una gran relación entre la insatisfacción corporal y la autoestima específicamente en mujeres y esto crece durante la adolescencia”. (p.1). Además, el Seguro Social de Salud (2021) menciona que luego de la emergencia sanitaria del 2019 los adolescentes a partir de los 11 años incrementaron los diagnósticos de trastornos de conducta alimentaria TCA, referente a ello sustenta Fairburn y Harrison (2003) señalan que estas problemáticas se relacionan con patrones de pensamiento desadaptativos, caracterizados por creencias negativas sobre la propia persona y la imagen corporal, lo que incrementa la autocritica constante y conduce a una valoración excesiva del peso y la apariencia física. (Egan et al., 2011). Demostrando así que los adolescentes son susceptibles a las creencias irracionales que obtienen del medio.

Finalmente, a nivel local, se ha observado que los adolescentes que cursan la secundaria en una entidad educativa pública de Canta presentan indicadores marcados de creencias irracionales referido a las conductas de perfeccionismo y necesidad de aprobación, lo que están afectando la percepción de su imagen corporal y está desencadenando un incremento de baja autoestima así como el aumento de casos de TCA derivadas del sector educativo al sector salud durante el periodo 2022- 2024, siendo las causas evidenciadas como la crisis de identidad de la adolescencia, medios de comunicación referentes a la cultura de la delgadez, y las redes sociales que muestran ideales perfectos a seguir (Rodgers et al., 2015), por lo que resulta necesario recolectar información en el presente año a fin de brindar estrategias de prevención, promoción e intervención en el manejo de creencias irracionales a fin de poder regular y gestionar los estados de insatisfacción corporal. Y con ello contribuir con la comunidad educativa mediante el desarrollo de habilidades cognitivas, afectivas y conductuales para que el problema se pueda controlar.

Igualmente, para el planteamiento del problema se formuló la pregunta general, ¿Cuál es la relación entre creencias irracionales y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025? Y las específicas, ¿Cuál es la relación entre necesidad de aprobación y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima ,2025?, ¿Cuál es la relación entre perfeccionismo y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025?, ¿Cuál es la relación entre culpabilización y

la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025?, ¿Cuál es la relación entre altas expectativas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025?, ¿Cuál es la relación entre control emocional y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025?, ¿Cuál es la relación entre ideas de infortunio y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025?, ¿Cuál es la relación entre evitación de problemas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025?, ¿Cuál es la relación entre dependencia y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025?, ¿Cuál es la relación entre influencia del pasado y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025? y ¿Cuál es la relación entre inactividad de inercia y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025?

Siendo importante la justificación teórica del estudio, ya que ha permitido revisar teorías sobre creencias irracionales y la insatisfacción de la imagen corporal, así como describir, explicar y predecir la problemática en adolescentes. Asimismo, da pautas para el proceso de intervención psicológica y el desarrollo de habilidades cognitivas para el control y manejo de las creencias irracionales. Así como también en lo metodológico, puesto que se aplicaron instrumentos válidos y confiables contando con la importancia puesta en la evaluación de coherencia interna de los instrumentos a través del dictamen de jueces dado por psicólogos de la especialidad, así como la confiabilidad con el Alpha de Cronbach con los cuales se confirmó las propiedades psicométricas. Además, a nivel práctico debido a que busca explicar a las creencias irracionales como una posible causa de la insatisfacción corporal. Asimismo, permitirá realizar recomendaciones para la aplicación de estrategias de intervención, además de promover programas basadas en la terapia racional emotivo conductual.

Por otro lado, se complementó el estudio con el marco teórico, considerando los antecedentes de investigación. Según Saucedo (2024), quien en su estudio tuvo el objetivo de “Determinar la relación entre las creencias irracionales y la imagen corporal en estudiantes de los últimos grados de secundaria. Concluyó la existencia de una correlación significativa media a baja ($Rho: 0.221-$

0.347 $p=0.000$) en gran parte de las dimensiones de las ideas irracionales con las de la percepción corporal.

Otro estudio relevante es el de Suclupe (2018) quien tuvo como fin “conocer la relación entre las creencias irracionales e imagen corporal” en adolescentes mujeres una institución educativa de Pimentel en Lambayeque. Los análisis arrojaron que existe una correlación altamente significativa positiva ($Rho = ,250^{**}$; $p < 0.01$).), así como también en las dimensiones necesidad de aprobación, infortunio e indefensión al cambio.

A su vez, para la investigación se ha considerado teorías y enfoques de importancia para la problemática de estudio, considerándose así a la Teoría Racional Emotivo Conductual, en la cual Ellis y Dryden (1997), consideran a las creencias irracionales como percepciones subjetivas que se caracterizan por ser rígidas, dogmáticas, sin evidencia de la realidad. Asimismo, estas ideas ponen en riesgo el cumplimiento de metas, bienestar emocional, y una interrelación libre de conflictos con los demás. (Ellis y Harper, 1975). Se sustenta entonces que las personas son capaces de generar sus propias respuestas emocionales y conductuales a través del pensamiento irracional. En el ámbito de la imagen corporal, las creencias irracionales vinculadas al ideal de apariencia contribuyen a la insatisfacción física, ya que promueven estándares rígidos y poco realistas que dificultan la aceptación personal (Turner, 2026).

Asimismo, se presentó una clasificación de creencias irracionales, cuyas ideas son luego consideradas como dimensiones (Ellis, 1989; Martínez y Guzmán, 2020) a la necesidad de aprobación, perfeccionismo, culpabilización, altas expectativas, control emocional, ideas de infortunio, evitación de problemas, dependencia, influencia del pasado e inactividad de inercia. En ese sentido, esta teoría aporta estrategias cognitivas orientadas a la identificación, cuestionamiento y modificación de las creencias irracionales que subyacen a la insatisfacción corporal, ya que dichos pensamientos favorecen la aparición de emociones disfuncionales, así como conductas evitativas, restrictivas o de control excesivo (Ellis y Grieger, 1990). Respaldando ello, investigaciones recientes han evidenciado que la intervención sobre esquemas emocionales y creencias irracionales contribuye a mejorar la imagen corporal y reducir el malestar asociado a la apariencia física (Soleimani et al., 2024). Entre las técnicas destacan la psicoeducación, la disputa racional, el análisis lógico, empírico y pragmático de los pensamientos, y la reestructuración cognitiva, orientada a sustituir exigencias absolutas por preferencias racionales, para promover la

aceptación incondicional de uno mismo con el objetivo es reducir la autoevaluación global basada en la apariencia física.

De la misma forma, siendo importante también la teoría cognitiva de Aaron Beck sostiene que las personas sufren por las interpretaciones que realizan de los sucesos y no por los hechos en sí (Hernández y Sánchez, citado en Suclupe, 2018). En este marco, las cogniciones disfuncionales influyen en las emociones y se organizan en pensamientos automáticos, creencias intermedias y creencias nucleares sobre uno mismo, los demás y el mundo (Beck y Dozois, 2011). A partir de estos planteamientos surge la terapia cognitiva, que enfatiza los errores en el procesamiento del pensamiento, generando distorsiones cognitivas y siendo estas cogniciones originados por esquemas formados por la experiencia social, cultural y ambiental. (Álvarez et al., 2017). Según Beck (como se citó en Espinosa y Barraza, 2023), estas estructuras filtran la realidad del individuo (p. 8). En relación con las creencias irracionales y la insatisfacción corporal, esta teoría permite identificar y modificar esquemas disfuncionales. Para ello, se emplean el registro de pensamientos automáticos, la detección de distorsiones y la reestructuración cognitivas, favoreciendo interpretaciones más realistas y una percepción corporal más flexible.

Por su parte, para la otra variable de estudio se ha considerado la teoría de tripartita de la influencia sociocultural, puesto que plantea que la insatisfacción corporal se ve afectada por la internalización de ideales de belleza promovidos por los medios de comunicación, la familia y los pares (Thompson et al., 1999, citado en Santos, 2022). En concordancia, se señala que estos estándares incrementan la preocupación y la inconformidad con la apariencia física (Pérez-Bustinzar et al., 2023). Asimismo, dicha influencia se asocia a consecuencias como baja autoestima, búsqueda de validación externa, menor independencia, sintomatología ansiosa y depresiva, conductas autolesivas y bajo rendimiento académico (Lyu et al., 2025; Tanguay et al., 2025). Esta teoría contempla dos dimensiones principales: la internalización del ideal de apariencia, entendida como la adopción de estándares estéticos como criterios personales de evaluación (Gulec et al., 2025), y la presión sociocultural, referida a las exigencias del entorno social, incluyendo familia, pares y medios de comunicación. En ese sentido, esta teoría aporta estrategias de intervención a nivel personal, familiar y social para disminuir la insatisfacción corporal y la influencia de los ideales estéticos internalizados. A nivel personal, se prioriza la psicoeducación crítica, la reducción de la comparación social y el fortalecimiento de la autoestima. En el ámbito familiar y social, se

promueve la modificación de mensajes críticos y la alfabetización mediática, favoreciendo una relación saludable con el físico.

Así también es importante mencionar el modelo cognitivo conductual de la imagen corporal de Thomas Cash, plantea que los factores internos, como el procesamiento cognitivo de la apariencia, influyen en emociones y conductas relacionadas con el propio cuerpo (Cash, citado en Nieborowska, 2019). Asimismo, la insatisfacción corporal surge por factores socioculturales, incluyendo el aspecto histórico, vinculado al aprendizaje e internalización de normas y valores desde la niñez o adolescencia (Cash, 2012), considerando categorías como cultura, socialización, características físicas y personalidad (Nieborowska, citado en Flores, 2021). Por otro lado, el aspecto proximal refiere que los esquemas se activan por situaciones internas o externas, generando pensamientos y percepciones que pueden volverse distorsionadas (Cash y Smolak, 2011) por lo que este modelo propone intervenir mediante la psicoeducación mediante el análisis crítico de los estándares estéticos socioculturales, cuestionando su validez y reduciendo su influencia en la autoevaluación corporal, así como también la modificación de esquemas corporales.

En relación con las teorías expuestas, se comprende que la insatisfacción corporal es un fenómeno multidimensional que no solo responde a factores socioculturales, sino también a procesos cognitivos internos. Desde la Teoría Racional Emotivo Conductual y la teoría cognitiva, se destaca el papel de las creencias irracionales y los esquemas disfuncionales en la interpretación negativa de la apariencia y por su parte, la teoría tripartita y el modelo cognitivo conductual de la imagen corporal explican cómo los ideales socioculturales son internalizados y activados en contextos específicos, influyendo en la autopercepción. En este sentido, las creencias irracionales vinculadas al ideal corporal, caracterizadas por exigencias rígidas y poco realistas, incrementan la probabilidad de desarrollar insatisfacción corporal, al dificultar la aceptación personal y reforzar la autoevaluación negativa (Turner, 2026). Por ello, resulta relevante analizar la relación entre ambas variables en población adolescente.

Considerando la problemática de estudio, se planteó la hipótesis general si existe relación significativa entre creencias irracionales y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025, y como específicas si existe relación significativa necesidad de aprobación y la insatisfacción de la imagen

corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. Si existe relación significativa entre perfeccionismo y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. Si existe relación significativa entre culpabilización y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta-Lima. Si existe relación significativa entre altas expectativas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. Si existe relación significativa control emocional y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. Si existe relación significativa ideas de infortunio y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. Si existe relación significativa evitación de problemas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. Si existe relación significativa dependencia y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. Si existe relación significativa influencia del pasado y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. Si existe relación significativa inactividad de inercia y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025.

Por lo anteriormente expuesto se planteó como objetivo general demostrar la relación entre creencias irracionales y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima provincia, 2025. Y como objetivos específicos demostrar la relación entre necesidad de aprobación y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima,2025. Demostrar la relación entre perfeccionismo y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025.Demostrar la relación entre culpabilización y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025.Demostrar la relación entre altas expectativas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025.Demostrar la relación entre control emocional y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta-

Lima, 2025. Demostrar la relación entre ideas de infortunio y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. Demostrar la relación entre evitación de problemas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. Demostrar la relación entre dependencia y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. Demostrar la relación entre influencia del pasado y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. Demostrar la relación entre inactividad de inercia y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025.

II. METODOLOGÍA

El presente estudio fue de enfoque cuantitativo, pues recogió datos para verificar las hipótesis planteadas a través del uso de técnicas estadísticas para analizar e interpretar resultados. (Hernández, Fernández y Baptista, 2010). Asimismo, el tipo de investigación fue básica, ya que se orientó a la generación de conocimiento teórico sobre variables como las creencias irracionales y la insatisfacción corporal, analizadas en una población específica. Asimismo, sus objetivos estuvieron dirigidos a comprender la relación entre dichas variables, sin implicar una intervención directa, aunque sus hallazgos pueden servir como base para futuras aplicaciones (Arispe Alburquerque et al., 2020). Siendo el diseño no experimental, ya que el plan de acción consistió en no manipular las variables y de esta manera se pudo observarlas en su entorno natural. (Gómez, 2014). La investigación fue de corte transversal según la dimensión de tiempo, es así como la medición se realizó en un solo momento. (Hernández et al., 2017), y en cuanto al nivel o alcance este estudio fue de tipo correlacional, debido a que investigó el grado de relación de dos variables, es así que en este caso se analizó la forma en cómo se relaciona la variable creencias irracionales con la variable insatisfacción de la imagen corporal. (Hernández et al., 2014).

Por otro lado, la población estuvo compuesta por 80 estudiantes de nivel secundario, considerando como criterios de selección a estudiantes de ambos sexos, matriculados durante el año 2025, mayores de 13 años y menores o igual a 17 años que cursaran desde el tercero al quinto grado de educación secundaria y excluyendo a quienes no cumplan con esas características. Con respecto a

la muestra, se utilizó la totalidad de la población puesto que no era lo suficientemente grande, por esta razón se aplicó la técnica censal. (Hernández et al, 2014).

La primera variable de creencias irracionales definida como afirmaciones basadas en especulaciones rígidas, conllevando a emociones disfuncionales que puede provocar daño a nivel físico, emocional y a nivel intelectual. (De la Cruz, 2017). Mediante el inventario de creencias irracionales, está conformado por 100 ítems con respuestas dicotómicas.

A su vez, la variable de insatisfacción corporal definida como la percepción subjetiva negativa de las proporciones corporales ya sea en su totalidad o en partes específicas. (Solano y Cano, 2010). A través del cuestionario de insatisfacción con la imagen corporal IMAGEN, de 38 ítems con una escala de respuesta de tipo Likert de 0 a 4 puntos.

Tabla A

Matriz de operacionalización de la variable creencias irracionales

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Rangos y niveles
Creencias irracionales	Según Ellis (como se citó en De la Cruz, 2017) refiere que las creencias irracionales son	Las creencias irracionales son el resultado de la aplicación del inventario de creencia irracionales, creado en 1968, adaptado al español por Mc Kay y Eshelman; y adaptada y validada en Perú por Cesar Bocanegra Velázquez en 1990.	Necesidad de aprobación	Aprobación social Reconocimiento Aceptación	Nominal y/o dicotómica	Creencia irracional alto: 170 a 200 puntos
			Perfeccionismo	Excelencia Exigencia		
			Culpabilización	Juicio hacia el incumplimiento Juicio a los considerado malo	Opciones Si =2 No=1	Creencia irracional moderado: 130 – 169 puntos
			Altas expectativas	Exigencia por ser competente en todos los aspectos.		
			Control emocional	Incapacidad de cambio. Decepción Ira		
			Ideas de infortunio	Ideas de peligro Preocupación al futuro Ansiedad Temor		
			Evitación de problemas	Autoestima Asertividad		
			Dependencia	Individualidad Sumisión Sometimiento		
			Influencia del pasado	Acontecimientos pasados nos marcan Importancia del pasado		
			Inactividad de inercia	Ocio Inacción		
						Creencia irracional baja 100- 129 puntos

Tabla B

Matriz de operacionalización de la variable insatisfacción de la imagen corporal

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Rangos y niveles
Insatisfacción de la imagen corporal	Solano y Cano (citado en Hernández, 2021) mencionan que es la percepción subjetiva de las proporciones corporales ya sea en su totalidad o en partes específicas.	La insatisfacción corporal es el resultado de la aplicación del cuestionario de insatisfacción con la imagen corporal IMAGEN (Solano y cano, 2010) adaptado por Chacon en 2017.	Insatisfacción cognitivo-emocional	Deseo de cuerpo delgado Miedo a subir de peso Hacer dietas Irritabilidad Angustia e insatisfacción por el aspecto físico	Ordinal Formato de respuesta tipo Likert de cinco opciones: 0= Casi nunca o nunca 1= Pocas veces 2= Unas veces si y otras no 3= Muchas veces 4= Casi siempre o siempre	Mínimo 0-38 Moderado 39-76 Marcado 77-114 Severo 115- 152
			Insatisfacción comportamental	Conductas restrictivas alimentaria Uso de laxantes Ejercicio intenso		
			Insatisfacción perceptiva	Idea de subida de peso por encima de lo considerado ideal Idea de deformidad corporal		

Por consiguiente se estableció los procedimientos de recolección y análisis de datos, habiendo se realizado, en primer lugar, solicitar la autorización de dirección de la institución educativa pública por medio de una carta de solicitud, posterior a la aprobación de la misma se envió el consentimiento informado a los padres de familia y/o tutores para el conocimiento del propósito de investigación y así también la decisión de participación de los menores a cargo; asimismo, se presentó el asentimiento informado a los estudiantes para la aceptación de su participación en dicha investigación. Luego se procedió a llevar a cabo el recojo de los datos mediante de los cuestionarios y con la información recogida se formuló la base de datos en Excel 2019 de las dos variables. Posterior a ello; se llevó a cabo el procesamiento del análisis de resultados mediante el paquete estadístico para ciencias sociales IMB SPSS versión 26, así también se tomó en consideración el análisis descriptivo de los factores sociodemográficos, niveles de las variables y sus respectivas dimensiones, análisis de la prueba de normalidad según la distribución de datos no normales y el análisis correlacional de por medio del estadístico de correlación de Spearman, para las pruebas de hipótesis. Por último, los resultados se reflejaron en tablas y figuras., con su debida interpretación.

Por último, el proceso de investigación ha considerado como aspectos éticos los lineamientos del código de ética y deontología del psicólogo peruano basándose en los principios de respeto a la dignidad tanto como a los derechos, la confidencialidad, la aprobación de participación por voluntad propia a través del consentimiento informado (Colegio de Psicólogos del Perú, 2024). Así también consideró los criterios de la declaración de Helsinki, tomando como relevante el consentimiento informado previo a la aplicación del estudio para que los participantes conozcan y comprendan los tanto los objetivos como los procedimientos, y así la toma de decisiones sea autónoma, libre e informada, teniendo en consideración que no tendrán consecuencias de ningún tipo y pudiendo elegir dejar de ser participe en el momento que así desee (Asociación Médica Mundial, 2024). Por último, se guió y basó a lo establecido en el código de ética para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, alineada a sus valores, buenas prácticas e integridad respetando el derecho de los autores a la propiedad intelectual por medio del uso de citas para proteger la originalidad del contenido mediante el Turnitin, consentimiento informado y/o asentimiento informado según sea el caso de acuerdo a lo recomendado por la oficina de Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la universidad.

III. RESULTADOS

Tabla 1

Datos sociodemográficos de la muestra

Sexo		
Femenino	52	65.0%
Masculino	28	35.0%
Grado		
3ro de secundaria	32	40.0 %
4to de secundaria	25	31.3 %
5to de secundaria	23	28.7%
Edad		
13 años	5	6.3%
14 años	30	37.5%
15 años	23	28.8%
16 años	16	20.0%
17 años	6	7.5%

Nota: La muestra estuvo conformada por 80 estudiantes.

En la tabla 1, se observa en los resultados el predominio del sexo femenino con un 65.0 % frente al masculino de 35.0 %; así también, se identifica que la mayor parte los estudiantes tiene 14 años, representando el 37.5% de la muestra, seguida por los estudiantes de 15 años con un 28.8%. Asimismo, el 20.0% tiene 16 años, mientras que las edades de 13 y 17 años presentan los porcentajes más bajos, con 6.3% y 7.5%; por último, los resultados señalan que el mayor porcentaje de estudiantes cursa el 3ro de secundaria, con un 40.0%, seguido por el 4to de secundaria con un 31.3% y el 5to de secundaria con un 28.8%. de los estudiantes de una institución pública de Canta.

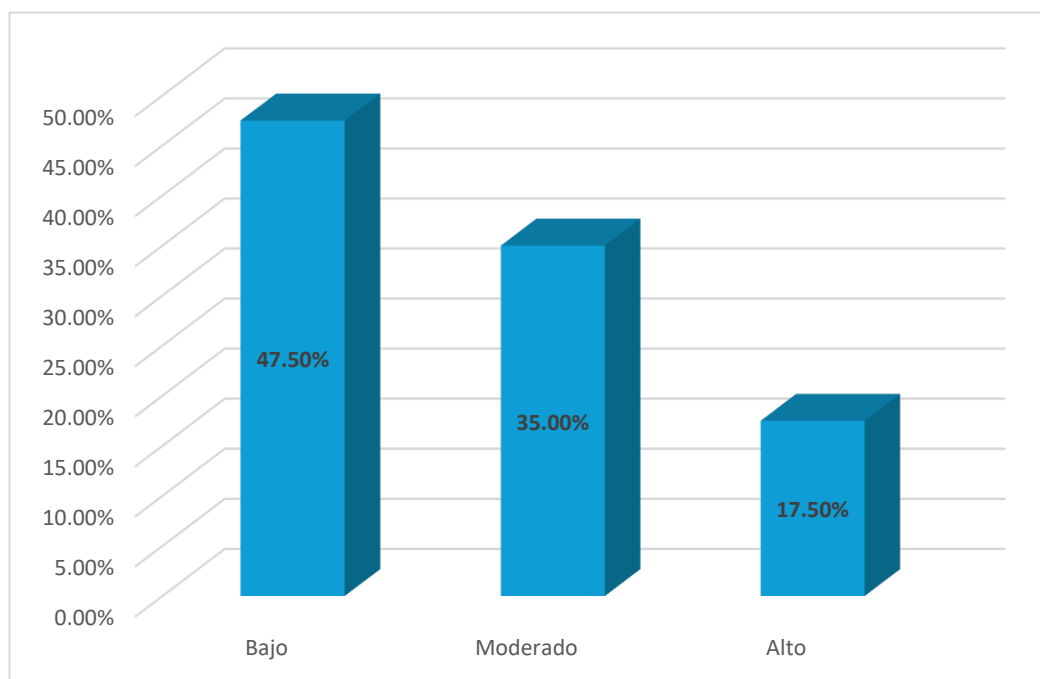
Tabla 2

Frecuencias y porcentaje de los niveles de la variable Creencias irracionales

Baremos	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	38	47,5
Moderado	28	35,0
Alto	14	17,5
Total	80	100,0

Figura 1

Distribución de puntajes variable creencias irracionales



En la tabla 2 y figura 1 podemos observar en los gráficos que el 47,5% de los estudiantes presenta un nivel bajo de creencias irracionales, mientras que el 35% se encuentra en un nivel moderado, reflejando la presencia de algunas creencias poco realistas, y solo el 17.5% alcanza un nivel alto de creencias irracionales en una institución educativa pública de Canta.

Tabla 3

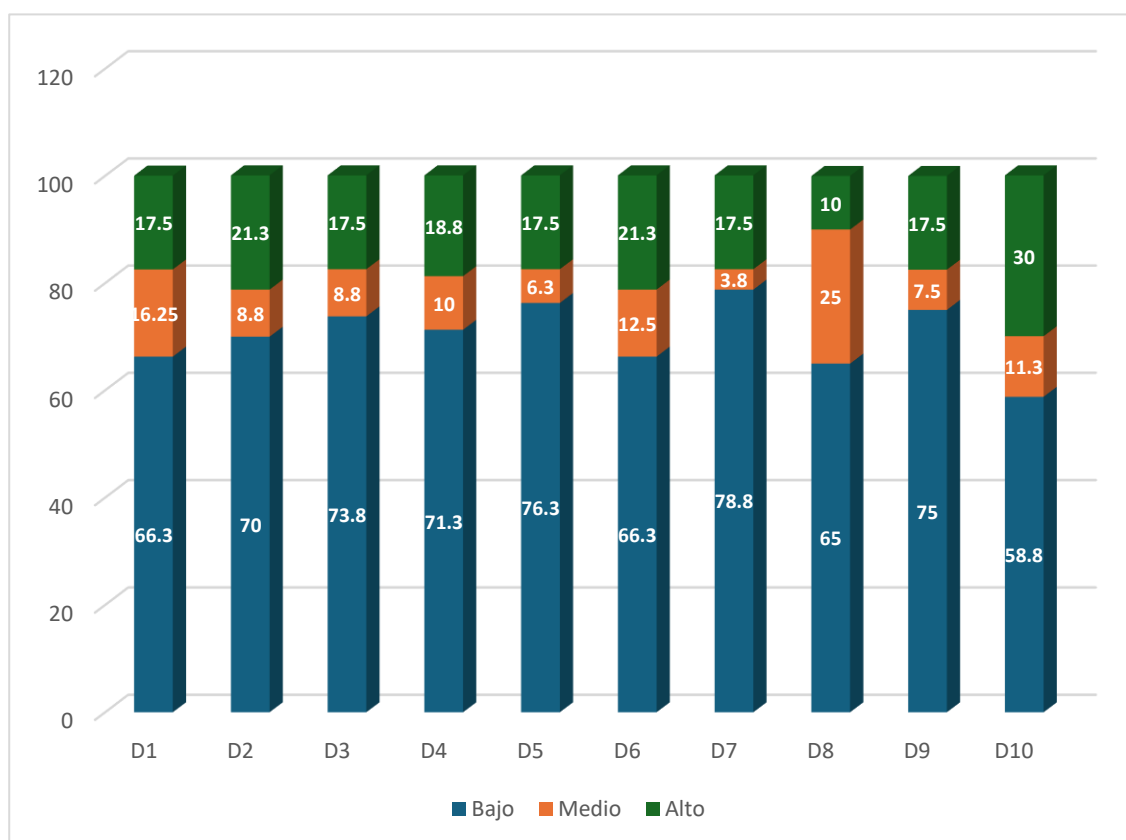
Frecuencia y porcentaje de los niveles con respecto a las dimensiones de la variable

D1 Necesidad de aprobación	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	53	66,25 %
Moderado	13	16,25%
Alto	14	17,5%
D2 Perfeccionismo	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	56	70,0%
Moderado	7	8,75%
Alto	17	21,25%
D3 Culpabilización	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	59	73,75%
Moderado	7	8,75%
Alto	14	17,5%
D4 Altas expectativas	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	57	71,25%
Moderado	8	10,0%
Alto	15	18,75%
D5 Control emocional	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	61	76,25%
Moderado	5	6,25%
Alto	14	17,5%
D6 Ideas de infortunio	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	53	66,25%
Moderado	10	12,5%
Alto	17	21,25%
D7 Evitación de problemas	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	63	78,75%
Moderado	3	3,75%
Alto	14	17,5%
D8 Dependencia	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	52	65,0%
Moderado	20	25,0%

Alto	8	10,0%
D9 Influencia del pasado	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	60	75,0%
Moderado	6	7,5%
Alto	14	17,5%
D10 Inactividad de inercia	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	47	58,75%
Moderado	9	11,25%
Alto	24	30,0%

Figura 2

Distribución de puntajes de las dimensiones de la variable creencias irracionales



En la tabla 3 y figura 2, respecto a la dimensión necesidad de aprobación se evidencia un 66,25% de niveles bajos, mientras que el 16,25% presenta un nivel moderado y el 17,50% un nivel alto. En la dimensión perfeccionismo, se muestra un 70% de nivel bajo, seguido del

21,25% que presenta un nivel alto y el 8,75% se sitúa en un nivel moderado. Así también, en la dimensión culpabilidad el 73,75% se encuentra en un nivel bajo, seguido del 17,50% en un nivel alto y del 8,75 % en un nivel moderado. Además, en la dimensión altas expectativas el 71.25% se encuentra en un nivel bajo, seguido del 18,75% en el nivel alto y del 10,00 % en el nivel moderado. En la dimensión control emocional, se observa que el 76,25% presenta un nivel bajo, seguido del 17,50% en el nivel alto y del 6,25% en el nivel moderado. Observamos que un 66,25% se ubica en un nivel bajo en la dimensión de ideas de infortunio, mientras que el 21,25% alcanza un nivel alto y el 12,50% queda en el nivel moderado. Se identifica que el 78,75% presenta un nivel bajo en la dimensión evitación de problemas, seguido del 17,50% en el nivel alto y del 3,75% en el nivel moderado. El 65,00% de los estudiantes se encuentra en un nivel bajo de dependencia, seguido del 25,00% en el nivel moderado y del 10,00% en el nivel alto. En la dimensión influencia del pasado, se observa que el 75,00% de los estudiantes se sitúa en un nivel bajo, mientras que el 17,50% se ubica en un nivel alto y el 7,50% en un nivel moderado. Finalmente, en la dimensión inactividad por inercia, el nivel bajo reúne el porcentaje más elevado con un 58,75%, mientras que el nivel alto alcanza el 30,00% y el nivel moderado el 11,25%.

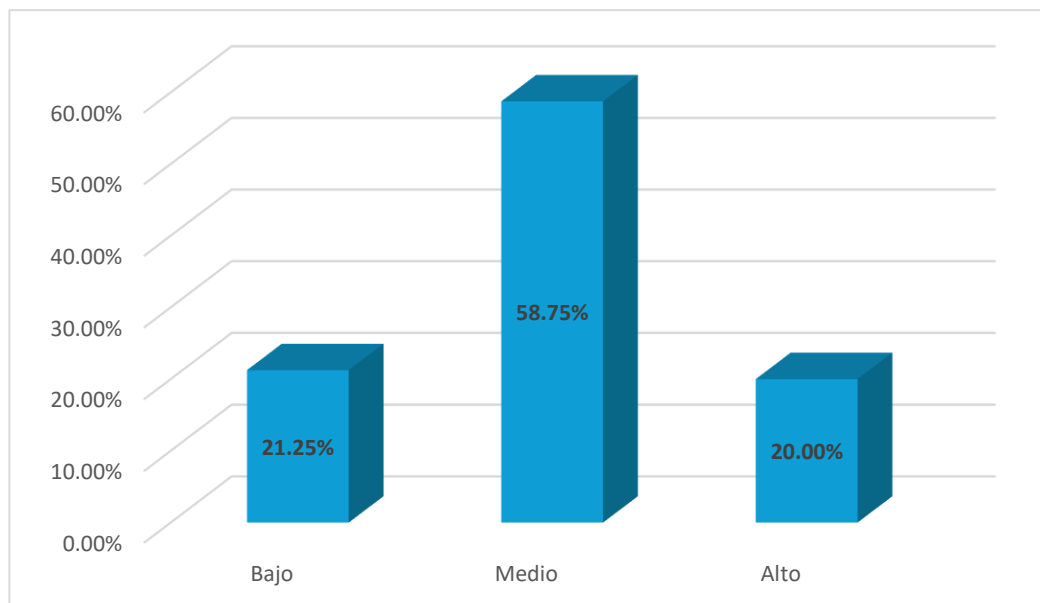
Tabla 4

Distribución de puntajes variable insatisfacción de imagen corporal

Baremos	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	17	21,25
Medio	47	58,75
Alto	16	20,0
Total	80	100,0

Figura 3

Distribución de puntajes variable insatisfacción de imagen corporal



Tanto en la tabla 4 y fig. 3, se observa que el 58,75 % de los estudiantes presenta un nivel medio de insatisfacción con su imagen corporal, seguido del 21,25% en el nivel bajo y del 20,00 % en el nivel alto, lo que indica que más de la mitad expresa una inconformidad moderada con su apariencia física.

Tabla 5

Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Variable 1: Creencias irracionales	,130	80	,002
D1: Necesidad de aprobación	,190	80	,000
D2: Perfeccionismo	,172	80	,000
D3: Culpabilización	,151	80	,000
D4: Altas expectativas	,141	80	,000
D5: Control emocional	,166	80	,000
D6: Ideas de infortunio	,128	80	,003
D7: Evitación de problemas	,159	80	,000
D8: Dependencia	,123	80	,004
D9: Influencia del pasado	,212	80	,000

10: Inactividad de inercia	,171	80	,000
V2: Insatisfacción de la imagen corporal	,093	80	,084

De acuerdo con los resultados de la prueba de normalidad, la variable Insatisfacción de la imagen corporal presenta una distribución normal ($p = 0.084 > 0.05$). En contraste, la variable Creencias irracionales y todas sus dimensiones (Necesidad de aprobación, Perfeccionismo, Culpabilización, Altas expectativas, Control emocional, Ideas de infortunio, Evitación de problemas, Dependencia, Influencia del pasado e Inactividad de inercia) no cumplen con el supuesto de normalidad ($p < 0.05$). Estos resultados indican que solo una variable sigue una distribución normal, por lo que no se cumple el requisito de normalidad en ambas variables. En consecuencia, se empleó la prueba no paramétrica Rho de Spearman para el análisis de correlación.

Tabla 6

Análisis correlacional entre creencias irracionales e insatisfacción de la imagen corporal

		Insatisfaccion corporal
Creencias irracionales	Rho Spearman	,809**
	Sig. (Bilateral)	,000
Necesidad de aprobación	Rho Spearman	,810**
	Sig. (Bilateral)	,000
Perfeccionismo	Rho Spearman	,775**
	Sig. (Bilateral)	,000
Culpabilización	Rho Spearman	,847**
	Sig. (Bilateral)	,000
Altas expectativas	Rho Spearman	,813**
	Sig. (Bilateral)	,000
Control emocional	Rho Spearman	,807**
	Sig. (Bilateral)	,000
Ideas de infortunio	Rho Spearman	,684**
	Sig. (Bilateral)	,000
Evitación de problemas	Rho Spearman	,827**

	Sig. (Bilateral)	,000
Dependencia	Rho Spearman	,610**
	Sig. (Bilateral)	,000
Influencia del pasado	Rho Spearman	,751**
	Sig. (Bilateral)	,000
Inactividad de inercia	Rho Spearman	,604**
	Sig. (Bilateral)	,000

En la tabla 6 se observa una correlación positiva muy alta entre las creencias irracionales y la insatisfacción con la imagen corporal ($\rho = ,809^{**}$, $\text{sig.} = ,000$). Asimismo, las dimensiones de creencias irracionales presentan correlaciones positivas de magnitud muy alta y alta con la insatisfacción corporal, tales como: necesidad de aprobación ($\rho = ,810^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), perfeccionismo ($\rho = ,775^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), culpabilización ($\rho = ,847^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), altas expectativas ($\rho = ,813^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), control emocional ($\rho = ,807^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), ideas de infortunio ($\rho = ,684^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), evitación de problemas ($\rho = ,827^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), dependencia ($\rho = ,610^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), influencia del pasado ($\rho = ,751^{**}$, $\text{sig.} = ,000$) e inactividad de inercia ($\rho = ,604^{**}$, $\text{sig.} = ,000$).

IV. DISCUSION

La presente investigación presentó como fin principal, demostrar la relación entre creencias irracionales y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima provincia, 2025. A continuación, se discuten los datos obtenidos contrastándolos con los antecedentes de investigación y el marco teórico que sustenta ambas variables.

Con referencia a la hipótesis general, se pudo verificar que existe una correlación positiva muy alta con significancia estadística entre las creencias irracionales y la insatisfacción de la de la imagen corporal en estudiantes de secundaria ($\rho = ,809^{**}$, $\text{sig.} = ,000$). Este hallazgo se contrasta con Saucedo (2024), quien reportó una relación media a baja entre las creencias irracionales y la percepción corporal en estudiantes de secundaria, así como con Suclupe (2018), cuyos resultados evidenciaron que el incremento de ideas irracionales se asocia con una mayor desaprobación de la imagen corporal. Desde la Terapia Racional Emotiva Conductual, estos resultados se explican porque las creencias irracionales al ser rígidas y absolutistas influyen

en la forma en que los adolescentes evalúan su apariencia, generando una percepción negativa de su cuerpo. (Ellis & Grieger, 1990). Asimismo, la teoría tripartita de la influencia sociocultural permite comprender que los ideales de belleza transmitidos por los medios de comunicación, la familia y los pares son internalizados por los adolescentes, estableciendo estándares físicos poco realistas (Thompson et al., 1999). En este contexto, las creencias irracionales actúan como un factor cognitivo que intensifica la comparación social y la autoevaluación negativa cuando dichos estándares no se alcanzan. De manera complementaria, la teoría cognitiva sostiene que estos procesos se organizan en esquemas cognitivos disfuncionales que activan pensamientos automáticos negativos (Beck et al., 1979), mientras que el modelo de Cash explica que la insatisfacción corporal surge de la interacción entre factores cognitivos y socioculturales (Cash, 2012).

Sobre la hipótesis específica 1, se encontró una correlación positiva muy alta y estadísticamente significativa entre la necesidad de aprobación y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria ($\rho = ,810^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), este resultado es consistente con Suclupe (2018), quien evidenció que una menor percepción de aceptación social se asocia con mayor insatisfacción corporal en adolescentes. Así también desde la Terapia Racional Emotivo Conductual, la cual plantea que la necesidad de aprobación constituye una creencia irracional caracterizada por la exigencia de aceptación por parte de los demás para mantener una valoración personal positiva (Ellis & Harper, 1975). En este sentido, cuando los adolescentes condicionan su autoestima a la aprobación externa, tienden a evaluar su apariencia física en función de estándares sociales, lo que incrementa la insatisfacción corporal. De esta manera la teoría cognitiva sostiene que la percepción de no cumplir con las expectativas sociales puede generar autocrítica y una valoración negativa del propio cuerpo. (Beck et al., 1979). Por otro lado, la teoría tripartita señala que los medios, la familia y los pares transmiten ideales de belleza que los adolescentes internalizan, reforzando la necesidad de aprobación y la comparación social, lo que incrementa la insatisfacción corporal (Thompson et al., 1999). Asimismo, el modelo de Cash plantea que esta insatisfacción surge de la interacción entre factores cognitivos y socioculturales, donde la necesidad de aprobación, junto con la presión social, favorece una percepción negativa del cuerpo (Cash, 2012).

Acerca de la hipótesis específica 2, se halló una correlación positiva alta con significancia estadística entre la variable perfeccionismo ($\rho = ,775^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), que en contraste con Suclupe

(2018), quien señala que no existe relación entre el perfeccionismo e imagen corporal. Esta diferencia de resultados puede explicarse, por las diferencias en las características de las muestras, ya que en el presente estudio participaron adolescentes mixtos en diferentes niveles del desarrollo dentro del mismo rango evolutivo, mientras que en el otro estudio solo se trabajó con mujeres en adolescencia, además del contexto sociocultural, lo que puede influir en la forma en que se construye y evalúa la imagen corporal. En esta etapa, la autoimagen aún se encuentra en proceso de consolidación, lo que puede generar variaciones en la relación entre variables (Steinberg, 2014). En la misma línea, desde la teoría racional emotivo conductual Ellis y Grieger (1990) conceptualizan el perfeccionismo como una creencia disfuncional basada en exigencias absolutistas de éxito y desempeño sin errores, lo que en la adolescencia se manifiesta mediante estándares rígidos aplicados a la apariencia física. Además, la teoría cognitiva explica que los esquemas cognitivos negativos asociados al perfeccionismo favorecen pensamientos automáticos de autoexigencia y autocrítica frente al cuerpo, intensificados por procesos de comparación social. (Beck ,1979) Asimismo, desde la teoría tripartita de la influencia (Thompson et al., 1999), se explica que la internalización de ideales corporales irreales y la presión sociocultural refuerzan las tendencias perfeccionistas, incrementando la probabilidad de desarrollar insatisfacción con la imagen corporal.

Sobre la hipótesis específica 3, se halló una correlación positiva muy fuerte y estadísticamente significativa entre la culpabilización ($\rho = ,847^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), la cual es consistente con lo encontrado por Sánchez (2022), quien en su investigación identificó la culpabilización como una de las creencias irracionales presentes en su muestra, evidenciando su relación con procesos de autovaloración negativa que pueden vincularse con el malestar respecto a la imagen corporal. Según la Teoría Racional Emotivo Conductual las creencias de culpa generan evaluaciones negativas de uno mismo, influyendo en las emociones y favoreciendo la insatisfacción corporal (Ellis, 1989). De manera complementaria, la teoría cognitiva de Beck explica que los pensamientos automáticos y esquemas disfuncionales relacionados con la culpa pueden distorsionar la percepción del propio cuerpo, reforzando evaluaciones negativas (Beck, citado en Guerri, 2024). En conjunto, estos enfoques permiten entender que la culpabilización actúa como un factor cognitivo relevante en la insatisfacción corporal, al promover interpretaciones rígidas y autocríticas sobre la propia imagen.

Acerca de la hipótesis específica 4, los resultados evidenciaron una correlación positiva muy alta y estadísticamente significativa entre ambas variables ($\rho = ,813^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), por lo que las altas expectativas se asocian directamente con mayores niveles de insatisfacción corporal en los participantes. Así también, este hallazgo coincide con lo reportado por Sánchez (2022), quien identificó las altas expectativas como una de las creencias irracionales presentes en su estudio, destacando que estas se vinculan con la búsqueda constante de cumplir estándares personales elevados, lo cual puede generar autocrítica y malestar con la propia imagen corporal, siendo esto reforzado a través de la teoría tripartita de la influencia sociocultural, que explica que la insatisfacción corporal se ve influenciada por los ideales de belleza transmitidos por los medios de comunicación, la familia y los pares, los cuales son internalizados como estándares de evaluación personal (Thompson et al., 1999, citado en Santos, 2022). En este sentido, las altas expectativas pueden reforzarse a partir de estas influencias socioculturales, incrementando la comparación con dichos ideales y favoreciendo la insatisfacción corporal.

Sobre la hipótesis específica 5, se encontró una correlación positiva muy alta y estadísticamente significativa entre las variables ($\rho = ,807^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), es decir a mayor presencia de dificultades en el control emocional, mayor es la insatisfacción corporal, por lo que Chan (2016) encontró que las creencias irracionales se relacionan con la ansiedad, depresión y estrés, los cuales pueden vincularse con un estado de malestar frente a la imagen corporal, reflejado en la inconformidad con el aspecto físico. Desde el modelo cognitivo-conductual de la imagen corporal, esto ocurre porque las emociones influyen en cómo la persona interpreta su cuerpo, entonces si las emociones son difíciles de regular es más probable que se activen pensamientos negativos y distorsionados sobre la apariencia (Cash, 2012).

En la hipótesis específica 6, los resultados evidenciaron una correlación positiva alta y estadísticamente significativa entre ambas variables ($\rho = ,684^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), concordante con Suclupe (2018) ya que encontró la existencia de una relación altamente significativa entre la creencia de infortunio y las dimensiones de la imagen corporal, lo que indica que la tendencia a anticipar que ocurrirán eventos negativos se asocia con la forma en que las adolescentes perciben su propio cuerpo. Según, Ellis y Harper (1975) sostienen que las ideas de infortunio se caracterizan por la anticipación catastrófica de eventos negativos, lo que genera una percepción exagerada de amenaza frente a situaciones futuras, incluyendo la evaluación del propio cuerpo. En la

adolescencia, esta creencia favorece una constante preocupación por la apariencia física y el temor a la desaprobación social. De manera complementaria, el modelo cognitivo de Beck (1979) explica que estas ideas se sustentan en esquemas cognitivos disfuncionales que activan pensamientos automáticos negativos, intensificando la percepción desfavorable de la imagen corporal.

Sobre la hipótesis específica 7, los resultados evidenciaron una correlación positiva muy alta y estadísticamente significativa entre ambas variables ($\rho=,827^{**}$, $\text{sig.}= ,000$), indica que a mayor tendencia a evitar enfrentar situaciones percibidas como difíciles o estresantes, mayor es la inconformidad corporal. Este resultado puede explicarse desde la Teoría Racional Emotivo Conductual, la cual señala que las creencias de evitación constituyen pensamientos irracionales que impiden el afrontamiento adecuado de las dificultades, generando malestar emocional y reforzando evaluaciones negativas de uno mismo (Ellis, 1989). En este sentido, evitar problemas puede mantener la preocupación y la insatisfacción respecto al propio cuerpo, al no permitir un procesamiento adecuado de las creencias disfuncionales. En cuanto a antecedentes, Suclupe (2018) encontró que no existe relación entre la evitación de problemas y las dimensiones de la imagen corporal, lo que sugiere que esta creencia no siempre se asocia con la percepción corporal, dependiendo de las características de la muestra estudiada.

En la hipótesis específica 8, los resultados evidenciaron una correlación positiva alta y estadísticamente significativa entre ambas variables ($\rho=,610^{**}$, $\text{sig.}= ,000$), lo que indica que a mayor tendencia a la dependencia, mayor presencia de creencias irracionales en los participantes. La cual desde la Teoría Racional Emotivo Conductual, la cual señala que la dependencia constituye una creencia irracional caracterizada por la necesidad excesiva de apoyo y validación de los demás, lo que limita la autonomía personal y favorece patrones de pensamiento poco adaptativos (Ellis, 1989). Asimismo, la teoría tripartita plantea que la familia, los pares y los medios de comunicación influyen en la formación de creencias personales, pudiendo promover la necesidad de aprobación externa y, con ello, fortalecer la dependencia al condicionar la autovaloración a la validación social (Thompson et al., 1999, citado en Santos, 2022). Por lo tanto, Bula et al. (2017), quienes evidenciaron que la dependencia y la necesidad de validación externa se asocian con mayores niveles de insatisfacción corporal. En contraste, Suclupe (2018) que no halló relación, indicando que la búsqueda de apoyo o aprobación de otros no necesariamente afecta la forma en que las adolescentes perciben su cuerpo, sugiriendo que esta relación puede variar según la muestra y el contexto del estudio.

Así también, en la hipótesis específica 9, los resultados evidenciaron una correlación positiva alta y estadísticamente significativa entre influencia del pasado y creencias irracionales ($\rho = ,751^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), lo cual es concordante con Suclupe (2018) quien encontró que las experiencias negativas del pasado llevarían a que se desarrolle una percepción desvalorizada de su físico. Desde la teoría cognitiva de Beck, se plantea que las experiencias pasadas contribuyen a la formación de esquemas cognitivos negativos sobre uno mismo, los cuales pueden influir en la forma en que la persona se percibe, generando autovaloraciones negativas que afectan la imagen corporal (Beck, citado en Guerri, 2024) y según la Teoría Racional Emotivo Conductual menciona que no son los hechos pasados en sí los que generan malestar, sino la interpretación que la persona realiza de ellos por lo que cuando esta interpretación es irracional, puede dar lugar a creencias disfuncionales sobre el cuerpo. (Ellis, 1989).

Finalmente en la hipótesis específica 10, los resultados evidenciaron una correlación positiva alta y estadísticamente significativa entre inactividad e inercia ($\rho = ,604^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), lo cual concuerda con la relación hallada por Suclupe (2018). Además, se explica a través de la teoría Racional Emotivo Conductual que la inactividad e inercia se comprenden como una creencia irracional en la que la persona evita la acción o el esfuerzo para cambiar su situación debido a pensamientos rígidos y negativos sobre su capacidad o sobre la utilidad de actuar, lo que mantiene el malestar emocional al impedir el cuestionamiento de creencias disfuncionales (Ellis, 1989). Igualmente, la teoría cognitiva señala que esta inactividad contribuye al mantenimiento de esquemas cognitivos disfuncionales, ya que permite que los pensamientos automáticos negativos se mantengan sin ser contrastados con experiencias correctivas (Beck, 1979).

V. CONCLUSIONES

Primera: Se halló una correlación significativa y positiva muy alta entre las creencias irracionales y la insatisfacción de la imagen corporal ($\rho = ,809^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), es decir a mayor creencias irracionales mayor será la insatisfacción corporal.

Segunda: Se encontró una correlación significativa y positiva muy alta entre la necesidad de aprobación y la insatisfacción de la imagen corporal ($\rho = ,810^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), es decir mayor necesidad de aprobación mayor será la insatisfacción corporal.

Tercera: Se evidenció una correlación significativa y positiva alta entre el perfeccionismo y la insatisfacción de la imagen corporal ($\rho = ,775^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), es decir mayor perfeccionismo mayor será la insatisfacción corporal.

Cuarta: Se determinó que existe una correlación significativa y positiva muy alta entre la culpabilización y la insatisfacción de la imagen corporal ($\rho = ,847^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), es decir a mayor culpabilización mayor será la insatisfacción corporal.

Quinta: Se halló una correlación significativa y positiva muy alta entre las altas expectativas y la insatisfacción de la imagen corporal ($\rho = ,813^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), es decir a mayores altas expectativas mayor será la insatisfacción corporal.

Sexta: Se encontró una correlación significativa y positiva muy alta entre el control emocional y la insatisfacción de la imagen corporal ($\rho = ,807^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), es decir a mayor falta de control emocional mayor será la insatisfacción corporal.

Séptima: Se evidenció una correlación significativa y positiva alta entre las ideas de infortunio y la insatisfacción de la imagen corporal ($\rho = ,684^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), es decir a mayor ideas de infortunio mayor será la insatisfacción corporal.

Octava: Se determinó la existencia de una correlación significativa y positiva muy alta entre la evitación de problemas y la insatisfacción de la imagen corporal ($\rho = ,827^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), es decir a mayor evitación de problemas mayor será la insatisfacción corporal.

Novena: Se halló una correlación significativa y positiva alta entre la dependencia y la insatisfacción de la imagen corporal ($\rho = ,610^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), es decir a mayor dependencia mayor será la insatisfacción corporal.

Décima: Se encontró una correlación significativa y positiva alta entre la influencia del pasado y la insatisfacción de la imagen corporal ($\rho = ,751^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), es decir a mayor influencia del pasado mayor será la insatisfacción corporal.

Décima primera: Se evidenció una correlación significativa y positiva alta entre la inactividad de inercia y la insatisfacción de la imagen corporal ($\rho = ,604^{**}$, $\text{sig.} = ,000$), es decir a mayor inactividad de inercia mayor será la insatisfacción corporal.

VI. REFERENCIAS

- Álvarez, R., Bravo, M. C., López, D., & Galván, A. (2017). Esquemas cognitivos de personalidad en estudiantes de las carreras de psicología y biología. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3), 1151–1172. <https://www.journals.unam.mx/index.php/rep/article/view/61758>
- Arispe, C., Yangali, J., Guerrero, M., Lozada, O., Acuña, L. & Arellano, C. (2020). *La investigación científica: Una aproximación para los estudios de posgrados*. Editorial Universidad Internacional de Ecuador. <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/4310/1/LA%20INVESTIGACI%C3%93N%20CIENT%C3%8DFICA.pdf>
- Beck, A. T., & Dozois, D. J. A. (2011). Cognitive therapy: Current status and future directions. *Annual Review of Clinical Psychology*, 7, 1–27. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032210-104518>
- Beck, A., Rush, A., Shaw, B. & Emery, G. (1979). *Terapia cognitiva de la depresión*. Nueva York: The Guilford Press.
- Bula, S, Muñoz, A. & Pihuave, B. (2017). *Creencia irracionales e insatisfacción con la imagen corporal en mujeres universitarias*. [Tesis de licenciatura, Universidad de San Buena Aventura Seccional Cartagena <https://bibliotecadigital.usb.edu.co/server/api/core/bitstreams/5d5c87a0-251b-4f85-aaee-a587211aadba/content>
- Carvajal Yépez, C. Gavilanes Gómez, D. (2023). *Autoconcepto y su relación con las creencias irracionales en adolescentes de bachillerato*. *Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(1), 894–907.
- Cash, T. (2012). *Cognitive-behavioral perspectives on body image*. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 39–47). The Guilford Press.
- Cash, T. & Pruzinsky, T. (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. Guilford Press.

- Cash, T. & Smolak, L. (2011). *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. The Guilford Press.
- Chan, H. (2016). Irrational beliefs, depression, anxiety and stress of university students in Hong Kong. University of Hong Kong. <http://hub.hku.hk/handle/10722/225100>
- Chaves, L. & Quinceno, N. (2010). *Validación del cuestionario de creencias irracionales (TCI) en población colombiana*. Revista de psicología Universidad de Antioquia. 2(3). DOI: 10.17533/udea.rp.10230
- De la Cruz, F. (2017). *Ansiedad antes los exámenes y creencias irracionales según el tipo de familia en estudiantes universitarios del primer año de psicología de una universidad privada de Lima*. [Tesis para maestría, Universidad Nacional mayor de San Marcos].
<https://cybertesis.unmsm.edu.pe/item/7d62ecf3-7c13-4f00-97bc-06a3ac484d98>
- Egan, S., et al. (2011). *Perfectionism review*. Clinical Psychology Review, 31, 203–212.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.04.009>
- Ellis, A., & Dryden, W. (1997). *The practice of rational emotive behavior therapy* (2nd ed.). Springer Publishing Company.
- Ellis, A. & Grieger, R. (1990). *Manual de Terapia Racional- Emotiva*. Editorial Desclée de Brouwer
- Ellis, A. & Harper, R. (1975). *Una nueva guía para una vida racional*. Revista Canadiense de Consejería y Psicoterapia, 10 (2). <https://cjc-rcc.ucalgary.ca/article/view/60037>
- Escurre, L. (1988). *Cuantificación de la validez de contenido por criterio de jueces*. Revista de Psicología, 6(1–2), 103–111. <https://doi.org/10.18800/psico.198801-02.008>
- Espinosa, B. & Barraza, A. (2023). *Plan de intervención para la modificación de las creencias irracionales*. Editorial Benessere.
https://www.academia.edu/114738863/PLAN_DE_INTERVENCION_PARA_LA_MODIFICACION_DE_CREENCIAS_IRRACIONALES
- Fairburn, C. G., & Harrison, P. J. (2003). Eating disorders. The Lancet, 361(9355), 407–416.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(03\)12378-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(03)12378-1)

- Flores, Y. (2021) *Estilo de pensamiento rumiatorio e insatisfacción con la imagen corporal en mujeres adolescentes de una institución educativa pública de Puente Piedra, Lima 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Norbert Wiener] <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/5586>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021, junio). Informe anual 2020: Respuesta frente al COVID-19. UNICEF. <https://www.unicef.org/reports/unicef-annual-report-2020>
- Gómez, M. (2014). Introducción a la metodología de la investigación científica. Editorial Brujas.
- Gulec, H., Muzik, M., Smahel, D. y Dedkova, L. (2025). Longitudinal Associations Between Adolescents' mHealth App Use, Body Dissatisfaction, and Physical Self-Worth: Random Intercept Cross-Lagged Panel Study. *JMIR Mental Health*, 12. <https://doi.org/10.2196/60844>
- Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Editorial McGraw Hill.
- Hernández Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2017). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill Education.
- Hilario, L., & Macedo, L. (2022). *Propiedades psicométricas del Cuestionario de Insatisfacción con la Imagen Corporal (IMAGEN) y su relación con variables sociodemográficas en estudiantes universitarios* [Tesis para licenciatura. Universidad Cesar Vallejo] <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/103740>
- Hinostroza, L. & Pacheco, V. (2020) *Insatisfacción corporal y autoestima en estudiantes adolescentes del colegio José Faustino Sánchez Carrión en la ciudad de Huancayo*. [Tesis para licenciatura. Universidad San Ignacio de Loyola] <https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/afce5ec5-664b-4092-bc2d-f63d9b380a18>
- Hock, K., Vanderlee, L., White, C. M., & Hammond, D. (2025). Body weight perceptions among youth from six countries and associations with social media use: Findings from the International Food Policy Study. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 125(1), 24–41. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2024.06.223>

- Jaime, M. (2021). *Satisfacción de la imagen corporal y autoestima en estudiantes de preparatoria*. [Tesis de maestría, Universidad autónoma del estado de Morelos]. <https://riaa.uaem.mx/xmlui/bitstream/handle/20.500.12055/1668/JATSRC09T.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Jiménez-Flores, P., Jiménez-Cruz, A., & Bacardí-Gascón, M. (2017). *Insatisfacción con la imagen corporal en niños y adolescentes: revisión sistemática*. *Nutrición Hospitalaria*, 34(2), 479–489. <https://doi.org/10.20960/nh.455>
- Jones, R. (1968). *Irrational Belief Test (IBT)*. Arab Psychology Database. <https://db.arabpsychology.com/scales/irrational-belief-test-ibt/>
- Lyu, Z., Wang, X. y Zheng, P. (2025). Celebrity worship and disordered eating among Chinese adolescents: The sequential mediating roles of upward physical appearance comparison and body dissatisfaction. *Appetite*, 208, 107911. <https://doi.org/10.1016/J.APPET.2025.107911>
- Martínez, T. & Guzmán, P. (2020). *Creencias irracionales en mujeres con exceso de peso de la zona urbana de Costa Rica*. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 23(2). Recuperado a partir de <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/76179>
- Nieborowska, M. (2019). *Body image and its determinants in adolescents and young adults*. In J. Nowak & P. Kowalski (Eds.), *Contemporary issues in psychology and health behavior* (pp. 85–102). Warsaw University Press.
- Pérez-Bustinzar, A. R., Valdez-Aguilar, M., Rojo Moreno, L., Radilla Vázquez, C. C., & Barriguete Meléndez, J. A. (2023). Influencias socioculturales sobre la imagen corporal en pacientes mujeres con trastornos alimentarios: Un modelo explicativo. *Psychology, Society & Education*, 15(2). <https://doi.org/10.21071/psye.v15i2.15608>
- Rodgers, R., & Chabrol, H. (2018). Social media and body image concerns. *Current Opinion in Psychology*, 9, 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.copsy.2015.09.005>
- Rodgers, R., McLean, S. & Paxton, S. (2015). Relaciones longitudinales entre la internalización del ideal mediático, la comparación social con los pares y la insatisfacción corporal:

- Implicaciones para el modelo de influencia tripartita. *Developmental Psychology*, 51 (5), 706–713. <https://doi.org/10.1037/dev0000013>
- Saavedra, J., Paz, V., Vargas, H., Robles Arana, Y., Pomalima, R., González, S., Zevallos, S., Luna, Y., & Saavedra, C. (2013). *Estudio Epidemiológico de Salud Mental en Lima Metropolitana y Callao - Replicación 2012*: Publicado: 14 de enero de 2014. *Anales De Salud Mental*, 29(Suplemento 1), Páginas: 1-397.
- Sánchez, L. (2022). *Imagen corporal y su relación con las creencias irracionales en usuarias de gimnasio*. [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. <https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/9ef1982d-646c-400d-9c9f-28a91b8c3755/content>
- Santos-Morocho, J. (2022). Evitación conductual de las experiencias que podrían aumentar la insatisfacción relacionada con la imagen corporal. *PsiqueMag: Revista Científica Digital de Psicología*, 11 (1), 1–8. Universidad César Vallejo. <https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/psiquemag/>
- Santos Morocho, J. L. (2022). Psicopatología de la imagen corporal: Definiciones, alteraciones, teorías y evaluación. *CID - Centro de Investigación y Desarrollo*. https://doi.org/10.37811/cli_w731
- Saucedo, N. (2024). *Creencias irracionales e imagen corporal en adolescentes de la institución educativa Miguel Rubio Chachapoyas, 2023* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas]. Repositorio Institucional- Universidad nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas.
- Seguro Social de Salud (11 de agosto del 2021). *EsSalud alerta sobre aumento de casos de trastornos alimentarios en adolescentes desde los 11 años*. El peruano. <https://elperuano.pe/noticia/126450-essalud-alerta-sobre-aumento-de-casos-de-trastornos-alimentarios-en-adolescentes-desde-los-11-anos>
- Steinberg, L. (2014). *Adolescence* (10th ed.). McGraw-Hill Education.
- Solano, N., & Cano, A. (2010). *IMAGEN: Evaluación de la insatisfacción con la imagen corporal*. TEA Ediciones.

- Soleimani, M., Rostami, H., Ameri, M. A., & Ghasemi, S. (2024). The effectiveness of emotional schema therapy on irrational beliefs and body image of women with body deformity disorder. *Medical Journal of Tabriz University of Medical Sciences*, 46(2), 217–225. <https://doi.org/10.34172/mj.2024.028>
- Suclupe, K. (2018). *Creencias irracionales e imagen corporal en adolescentes de una institución educativa femenina de Lambayeque, 2018*. [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/7014>
- Tanguay, C., Barbeau, K., Lavigne, G. y Carbonneau, N. (2025). Examining how sociocultural appearance pressures relate to positive and negative facets of body image and eating behaviors in adolescents: An exploratory person-centered approach. *Appetite*, 207, 107890. <https://doi.org/10.1016/J.APPET.2025.107890>
- Thompson, J., Heinberg, L., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Belleza exigente: teoría, evaluación y tratamiento de la alteración de la imagen corporal*. Asociación americana de psicología. Doi: 10.1037/10312-000
- Turner, M. J. (2026). Challenging irrational beliefs about body size and clothing fit using REBT. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*. <https://doi.org/10.1007/s10942-026-00645-1>
- Vargas, Y. & Gaibor, I. (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>
- Zelaya, V. & Leiva, J. (2023). *Creencias irracionales y sintomatología depresiva en estudiantes universitarios de Psicología en Honduras*. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 17(1), 85-96, <https://doi.org/10.21500/19002386.6140>

VII. ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Título de la investigación: Creencias irracionales y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de

Canta- Lima, 2025.

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
Problema general ¿Cuál es la relación entre creencias irracionales y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025? Problemas específicos • ¿Cuál es la relación entre necesidad de aprobación y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025? • ¿Cuál es la relación entre perfeccionismo y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025? • ¿Cuál es la relación entre culpabilización y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025? • ¿Cuál es la relación entre altas expectativas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025?	Objetivo general Demostrar la relación entre creencias irracionales y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. Objetivos específicos • Demostrar la relación entre necesidad de aprobación y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. • Demostrar la relación entre perfeccionismo y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. • Demostrar la relación entre culpabilización y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. • Demostrar la relación entre altas expectativas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025.	Hipótesis general Si existe relación significativa entre creencias irracionales y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. Hipótesis específica • Si existe relación significativa necesidad de aprobación y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. • Si existe relación significativa entre perfeccionismo y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. • Si existe relación significativa entre culpabilización y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. • Si existe relación significativa entre altas expectativas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria en una institución	Variable 1: Creencias irracionales Dimensiones: • Necesidad de aprobación. • Perfeccionismo • Culpabilización • Altas expectativas • Control emocional • Ideas de infortunio • Evitación de problemas • Dependencia • Influencia del pasado • Inactividad de inercia Variable 2: Insatisfacción de la imagen corporal. Dimensiones: • Insatisfacción cognitivo-emocional • Insatisfacción perceptiva • Insatisfacción comportamental	Método: Hipotético-deductivo. Enfoque: Cuantitativo Tipo: Aplicada Diseño: No experimental Corte: Transversal Nivel: Correlacional Población :80 estudiantes de secundaria. Muestra: 80 estudiantes Muestreo: Censal Instrumentos: 1.Inventario de creencias irracionales.

• ¿Cuál es la relación entre control emocional y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima 2025? • ¿Cuál es la relación entre ideas de infortunio y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025? • ¿Cuál es la relación entre evitación de problemas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima 2025? • ¿Cuál es la relación entre dependencia y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima 2025? • ¿Cuál es la relación entre influencia del pasado y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025? • ¿Cuál es la relación entre inactividad de inercia y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025?	• Demostrar la relación entre control emocional y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. • Demostrar la relación entre ideas de infortunio y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. • Demostrar la relación entre evitación de problemas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. • Demostrar la relación entre dependencia y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. • Demostrar la relación entre influencia del pasado y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. • Demostrar la relación entre inactividad de inercia y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima 2025.	educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. • Si existe relación significativa control emocional y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. • Si existe relación significativa ideas de infortunio y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. • Si existe relación significativa evitación de problemas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. • Si existe relación significativa dependencia y la insatisfacción la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. • Si existe relación significativa influencia del pasado y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025. • Si existe relación significativa inactividad de inercia y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima durante el año 2025.	2. Cuestionario de insatisfacción con la imagen corporal
---	---	--	---

Anexo 2: Instrumentos**Inventario de creencia irracionales**

Edad: _____

Sexo: Femenino () Masculino ()

Grado: _____

INSTRUCCIONES:

- La prueba es anónima, por lo tanto, NO debe colocar su nombre.
- Recuerde que no hay respuestas buenas o malas, por lo que deberá marcar con total sinceridad.
- Leer las oraciones y marcar con una X debajo del casillero SI o NO según sea su respuesta.
- No dejar ningún casillero sin marcar.

N.º	ITEMS	SI	NO
*1	Es importante para mí el que otras personas me aprueben.		
*2	Yo odio el fallar en cualquier cosa.		
*3	Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede.		
**4	Usualmente acepto lo que sucede filosóficamente.		
**5	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia.		
*6	Yo tengo temor de ciertas cosas que frecuentemente me incomodan.		
*7	Usualmente hago a un lado decisiones importantes.		
*8	Todo el mundo necesita a alguien de quien pueda depender para ayuda y consejo.		
*9	“Una cebra no puede cambiar sus rayas”.		
*10	Prefiero la tranquilidad del ocio sobre todas las cosas.		
**11	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia.		
*12	Yo evito las cosas que no hago bien.		
*13	Muchas personas salvadas escapan al castigo que ellas merecen.		
**14	Las frustraciones no me perturban.		
**15	Las personas se perturban no por las situaciones sino por la visión que tienen de ellas.		
**16	Yo siento poca ansiedad respecto de los peligros no esperados o eventos futuros.		

**17	Trato de salir adelante y tomo las tareas molestas cuando ellas surgen.		
*18	Trato de consultar a una autoridad sobre decisiones importantes.		
*19	Es casi imposible vencer la influencia del pasado.		
**20	Me agrada dedicarme a muchas cosas a la vez.		
*21	Yo quiero agradarle a todo el mundo.		
*22	No me importa el competir en actividades en las cuales los demás son mejores que yo.		
*23	Aquellos que se equivocan o cometen errores merecen ser culpados o castigados.		
*24	Las cosas deberían ser diferentes de la manera en que ellas son.		
**25	Yo produzco mis propias emociones.		
*26	Frecuentemente no puedo apartar mi mente de algunas preocupaciones.		
*27	Yo evito el enfrentar mis problemas.		
*28	Las personas necesitan una fuente de fortaleza fuera de sí mismas.		
**29	Solamente por que alguna cosa en una ocasión afectó fuertemente mi vida, eso no quiere decir que tenga que ser igual en el futuro.		
**30	Yo estoy más realizado (a) cuando tengo muchas cosas que hacer.		
**31	Yo puedo gustar de mí mismo (a) aun cuando otras personas no lo hagan.		
**32	Me agrada tener éxito en algunas cosas, pero no siento que tengo que tenerlo.		
*33	La inmoralidad debería ser fuertemente castigada.		
*34	Frecuentemente me perturbo por situaciones que no me agradan.		
**35	Las personas que son miserables usualmente se han hecho a sí mismas de esa manera.		
**36	Si no puedo evitar que algo suceda no me preocupo acerca de eso.		
**37	Usualmente hago las decisiones tan pronto como puedo.		
*38	Hay personas de las cuales dependo grandemente.		
**39	Las personas sobrevaloran la influencia del pasado.		
**40	Yo disfruto mucho más el involucrarse en un proyecto creativo.		
**41	Si no le agrado a los demás, ese es su problema, no el mío.		
*42	Es grandemente importante para mí el ser exitoso (a) en todo lo que hago.		

**43	Raramente culpo a las personas por sus equivocaciones.		
**44	Usualmente acepto las cosas de la manera en que son, aún si ellas no me agradan.		
**45	Una persona no estaría enojada o deprimida por mucho tiempo a menos que se mantenga a sí misma de esa manera.		
*46	No puedo tolerar el tomar riesgos.		
*47	La vida es demasiado corta para gastarla haciendo tareas desagradables.		
**48	Me agrada mantenerme firme sobre mí mismo(a).		
*49	Si hubiere tenido diferentes experiencias podría ser más como me gustaría ser.		
*50	Me agradaría retirarme y dejar de trabajar por completo.		
*51	Encuentro difícil el ir en contra de lo que piensan los demás.		
**52	Disfruto las actividades por el placer de realizarlas sin importar cuan bueno (a) yo sea en ellas.		
*53	El temor al castigo ayuda a las personas a ser buenas.		
**54	Si las cosas me molestan, yo simplemente las ignoro.		
*55	Entre más problemas tiene una persona, menos feliz será.		
**56	Casi nunca estoy ansioso(a) acerca del futuro.		
**57	Casi nunca dejo las cosas sin hacer.		
**58	Yo soy el único (a) que realmente puede entender y enfrentar mis problemas.		
**59	Casi nunca pienso en las experiencias pasadas como afectándome en el presente.		
**60	Demasiado tiempo libre es aburrido.		
**61	Aunque me agrada la aprobación, realmente no es una necesidad para mí.		
*62	Me perturba cuando los demás son mejores que yo en alguna cosa.		
*63	Todo el mundo es básicamente bueno.		
**64	Yo hago lo que puedo para obtener lo que quiero y luego no me preocupo acerca de eso.		
**65	Ninguna cosa es perturbadora en sí misma, solamente en la manera en que las interpretamos.		
*66	Yo me preocupo mucho respecto de ciertas cosas en el futuro.		
*67	Es difícil para mí el llevar a cabo ciertas tareas no placenteras.		
**68	Me desagrada que los demás tomen decisiones por mí.		
*69	Nosotros somos esclavos de nuestras historias personales.		

*70	En ocasiones desearía poder ir a una isla tropical y únicamente descansar en la playa para siempre.		
*71	Frecuentemente me preocupo acerca de cuantas personas me aprueban y me aceptan.		
*72	Me perturba cometer errores.		
*73	Es una injusticia el que “la lluvia caiga sobre el justo y el injusto”.		
**74	Yo “tomo las cosas como vienen”.		
*75	La mayoría de las personas deberían enfrentar las incomodidades de la vida.		
*76	En ocasiones no puedo apartar un temor de mi mente.		
**77	Una vida de comodidades es raras veces muy recompensante.		
*78	Yo encuentro fácil el buscar consejo.		
*79	Si algo afectó fuertemente tu vida, siempre será de esa manera.		
*80	Me agrada estar sin hacer nada.		
*81	Yo tengo gran preocupación por lo que otras personas sientan acerca de mí.		
*82	Frecuentemente me incomodo bastante por cosas pequeñas.		
**83	Usualmente le doy a alguien que me ha hecho una mala jugada una segunda oportunidad.		
*84	Las personas son más felices cuando tienen desafíos y problemas que superar.		
**85	No hay nunca razón alguna para permanecer apesadumbrado por mucho tiempo.		
**86	Yo casi nunca pienso en cosas tales como la muerte o la guerra atómica.		
**87	Me desagrada la responsabilidad.		
**88	Me desagrada tener que depender de los demás.		
*89	Realmente las personas nunca cambian en sus raíces.		
*90	La mayoría de las personas trabajan demasiado duro y no descansan lo suficiente.		
**91	Es incómodo, pero no perturbador el ser criticado.		
**92	Yo no tengo temor de hacer cosas las cuales no puedo hacer bien.		
**93	Nadie es perverso o malvado, aun cuando sus actos puedan serlo.		
**94	Casi nunca me perturbo por los errores de los demás.		
**95	Las personas hacen su propio infierno dentro de sí mismos.		
*96	Frecuentemente me encuentro a mí mismo(a) planificando lo que haría en diferentes situaciones peligrosas.		

**97	Si alguna cosa es necesaria, la llevo a cabo aun cuando no sea placentera.		
**98	Yo he aprendido a no esperar que los demás se hallen muy interesados acerca de mi bienestar.		
**99	No me incomoda lo que he hecho en el pasado.		
*100	Yo no puedo sentirme realmente contento (a) a menos que me encuentre relajado (a) y sin hacer nada.		

Cuestionario de insatisfacción con la imagen corporal IMAGEN

Edad: ____ Grado: _____ Sexo: Femenino () Masculino ()

INSTRUCCIONES: Marca con una X las respuestas que más se adecuen a tus pensamientos, emociones o conductas. Marca con completa sinceridad recordando que no existen respuestas buenas o malas.

- **Casi nunca o Nunca = 0**
- **Pocas veces= 1**
- **A veces= 2**
- **Muchas veces= 3**
- **Casi siempre o siempre= 4**

N°	Ítems	0	1	2	3	4
1	¿Debería ponerme a dieta?					
2	¿Tendría que hacer ejercicios para controlar mi peso?					
3	¿Es absolutamente necesario mantenerme delgada o delgado?					
4	¿Estoy insatisfecha o insatisfecho con mi figura corporal?					
5	¿Si hiciera ejercicio conseguiría disminuir mi peso?					
6	¿Me da miedo conocer mi peso?					
7	¿Admiro a las personas o modelos capaces de mantener una figura delgada?					
8	¿Me pongo muy triste porque no puedo hacer nada por mi figura?					
9	¿Me irrito cuando pienso en mi aspecto físico?					
10	¿Me molesto cuando mi familia me indica algo sobre mi figura?					
11	¿Me siento inferior cuando alguien halaga la figura de otras personas?					
12	¿Me siento gorda o gordo cuando gano algo de peso?					
13	¿Si engordase no lo soportaría?					
14	¿Tengo miedo a perder el control sobre mi aspecto físico?					
15	¿Tengo miedo a engordar?					
16	Cuando como, ¿Tengo miedo a perder el control?					

17	¿Imagino que si fuese una persona delgada estaría segura de mí?					
18	¿Tengo miedo a tener celulitis (piel naranja)?					
19	¿Influyen de forma negativa los comentarios sobre mi cuerpo?					
20	¿Recuerdo de forma negativa las burlas sobre mi aspecto físico?					
21	¿Pienso que me estoy poniendo gorda o gordo?					
22	¿Mi estómago impide que me vea los pies?					
23	¿Mis brazos son gordos?					
24	¿Tengo las mejillas caídas?					
25	¿Mi pecho esta flácido y caído?					
26	¿El roce entre mis piernas me impide andar bien?					
27	¿Ocupo demasiado espacio en las sillas?					
28	¿Las dimensiones de mi cuerpo me impiden llevar una vida normal?					
29	¿Las dimensiones de mi estomago me hacen parecer una ballena?					
30	¿Los rollitos que me salen en la espalda me recuerdan a las salchichas?					
31	¿Las facciones de mi cara están deformes debido a mi peso?					
32	¿Me provoco el vómito para controlar mi peso?					
33	¿Utilizo laxantes, diuréticos u otras pastillas para controlar mi peso?					
34	¿Vomito después de las comidas?					
35	¿Cuento las calorías como si fuese una calculadora?					
36	¿Intento permanecer de pie para perder peso					
37	¿Arrojo para controlar mi peso?					
38	¿Escondo comida porque quiero controlar mi peso					

Anexo 3: Validez del instrumento

CARTA DE PRESENTACIÓN

Magíster Judith Karbin More Távara, Mg. Freddy Pablo De La Cruz Contreras y Mg. Karla Isabel Baca Vélchez

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 estudiante del programa de segunda especialidad en Psicoterapia requiero validar los instrumentos a fin de recoger la información necesaria para desarrollar mi investigación, con la cual optaré el grado de especialista en psicoterapia.

El título nombre de mi proyecto de investigación es “Creencias irracionales y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025 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 clínica y de la salud, así como psicoterapia.

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,



Lic. Mirely Patricia Yauri Miranda
DNI: 48057200

**CREENCIAS IRRACIONALES Y LA INSATISFACCIÓN DE IMAGEN CORPORAL
EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
PÚBLICA DE LIMA PROVINCIA, 2025.**

N.º	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹	Relevancia ²	Claridad ³	Sugerencias
Variable 1: Creencias irracionales					
DIMENSIÓN 1: Necesidad de aprobación		Si	No	Si	No
1	Es importante para mí el que otras personas me aprueben.	x		x	
2	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia.	x		x	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo cualquier circunstancia.
3	Yo quiero agradecerle a todo el mundo.	x		x	
4	Yo puedo gustar de mí mismo (a) aun cuando otras personas no lo hagan.	x		x	
5	Si no le agrado a los demás, ese es su problema, no el mío.	x		x	
6	Encuentro difícil el ir en contra de lo que piensan los demás.	x		x	
7	Aunque me agrada la aprobación, realmente no es una necesidad para mí.	x		x	Aunque me agrada la aprobación de los demás, realmente no es una necesidad para mí.
8	Frecuentemente me preocupo acerca de cuantas personas me aprueban y me aceptan.	x		x	

9	Yo tengo gran preocupación por lo que otras personas sientan acerca de mí.	x		x		x		Yo tengo gran preocupación por lo que otras personas piensen acerca de mí.
10	Es incómodo, pero no perturbador el ser criticado.	x		x		x		
DIMENSIÓN 2: Perfeccionismo		Si	No	Si	No	Si	No	
11	Yo odio el fallar en cualquier cosa.	x		x		x		
12	Yo evito las cosas que no hago bien.	x		x		x		
13	No me importa el competir en actividades en las cuales los demás son mejores que yo.	x		x		x		
14	Me agrada tener éxito en algunas cosas, pero no siento que tengo que tenerlo	x		x		x		Me agrada tener éxito en algunas cosas, pero no pienso que tenga que tenerlo
15	Es grandemente importante para mí el ser exitoso (a) en todo lo que hago.	x		x		x		
16	Disfruto las actividades por el placer de realizarlas sin importar cuan bueno (a) yo sea en ellas.	x		x		x		
17	Me perturba cuando los demás son mejores que yo en alguna cosa.	x		x		x		
18	Me perturba cometer errores.	x		x		x		
19	Frecuentemente me incomoda bastante por cosas pequeñas.	x		x		x		

20	Yo no tengo temor de hacer cosas las cuales no puedo hacer bien.	x		x		x	
DIMENSION 3:		Si	No	Si	No	Si	No
Culpabilización							
21	Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede.	x		x		x	
22	Muchas personas salvadas escapan al castigo que ellas merecen.	x		x		x	Muchas personas son salvadas y escapan al castigo que ellas merecen.
23	Aquellos que se equivocan o cometen errores merecen ser culpados o castigados.	x		x		x	
24	La inmoralidad debería ser fuertemente castigada.	x		x		x	
25	Raramente culpo a las personas por sus equivocaciones.	x		x		x	
26	El temor al castigo ayuda a las personas a ser buenas.	x		x		x	
27	Todo el mundo es básicamente bueno.	x		x		x	
28	Es una injusticia el que “la lluvia caiga sobre el justo y el injusto”.	x		x		x	
29	Usualmente le doy a alguien que me ha hecho una mala jugada una segunda oportunidad.	x		x		x	
30	Nadie es perverso o malvado, aun cuando sus actos puedan serlo.	x		x		x	

DIMENSIÓN 4: Altas expectativas

		Si	No	Si	No	Si	No
31	Usualmente acepto lo que sucede filosóficamente.	x		x		x	
32	Las frustraciones no me perturban.	x		x		x	
33	Las cosas deberían ser diferentes de la manera en que ellas son.	x		x		x	
34	Frecuentemente me perturbo por situaciones que no me agradan.	x		x		x	
35	Usualmente acepto las cosas de la manera en que son, aún si ellas no me agradan.	x		x		x	
36	Si las cosas me molestan, yo simplemente las ignoro.	x		x		x	
37	Yo hago lo que puedo para obtener lo que quiero y luego no me preocupo acerca de eso.	x		x		x	
38	Yo “tomo las cosas como vienen”.	x		x		x	
39	Las personas son más felices cuando tienen desafíos y problemas que superar.	x		x		x	
40	Casi nunca me perturbo por los errores de los demás.	x		x		x	

DIMENSION 5: Control emocional

		Si	No	Si	No	Si	No
41	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia.	x		x		x	
							Si una persona quiere, puede ser feliz bajo cualquier circunstancia.

51	Yo tengo temor de ciertas cosas que frecuentemente me incomodan.	x		x		x	
52	Yo siento poca ansiedad respecto de los peligros no esperados o eventos futuros.	x		x		x	
53	Frecuentemente no puedo apartar mi mente de algunas preocupaciones.	x		x		x	
54	Si no puedo evitar que algo suceda no me preocupo acerca de eso.	x		x		x	Si no puedo evitar que algo suceda, no me preocupo acerca de eso.
55	No puedo tolerar el tomar riesgos.	x		x		x	
56	Casi nunca estoy ansioso(a) acerca del futuro.	x		x		x	
57	Yo me preocupo mucho respecto de ciertas cosas en el futuro.	x		x		x	
58	En ocasiones no puedo apartar un temor de mi mente.	x		x		x	
59	Yo casi nunca pienso en cosas tales como la muerte o la guerra atómica.	x		x		x	Yo casi nunca pienso en cosas tales como: la muerte o la guerra atómica.
60	Frecuentemente me encuentro a mí mismo(a) planificando lo que haría en diferentes situaciones peligrosas.	x		x		x	
DIMENSION 7: Evitación de problemas		Si	No	Si	No	Si	No

61	Usualmente hago a un lado decisiones importantes.	x		x		x	
62	Trato de salir adelante y tomo las tareas molestas cuando ellas surgen.	x		x		x	
63	Yo evito el enfrentar mis problemas.	x		x		x	
64	Usualmente hago las decisiones tan pronto como puedo.	x		x		x	
65	La vida es demasiado corta para gastarla haciendo tareas desagradables.	x		x		x	La vida es demasiado corta, para gastarla haciendo tareas desagradables.
66	Casi nunca dejo las cosas sin hacer.	x		x		x	
67	Es difícil para mí el llevar a cabo ciertas tareas no placenteras.	x		x		x	
68	Una vida de comodidades es raras veces muy recompensante.	x		x		x	
69	Me desagrada la responsabilidad.	x		x		x	
70	Si alguna cosa es necesaria, la llevo a cabo aun cuando no sea placentera.	x		x		x	
DIMENSION 8: Dependencia		Si	No	Si	No	Si	No
71	Todo el mundo necesita a alguien de quien pueda depender para ayuda y consejo.	x		x		x	

72	Trato de consultar a una autoridad sobre decisiones importantes.	x		x		x	
73	Las personas necesitan una fuente de fortaleza fuera de sí mismas.	x		x		x	
74	Hay personas de las cuales dependo grandemente.	x		x		x	
75	Me agrada mantenerme firme sobre mí mismo(a).	x		x		x	
76	Yo soy el único (a) que realmente puede entender y enfrentar mis problemas.	x		x		x	
77	Me desagrada que los demás tomen decisiones por mí.	x		x		x	
78	Yo encuentro fácil el buscar consejo.	x		x		x	
79	Me desagrada tener que depender de los demás.	x		x		x	
80	Yo he aprendido a no esperar que los demás se hallen muy interesados acerca de mi bienestar.	x		x		x	
DIMENSION 9: Influencia del pasado		Si	No	Si	No	Si	No
81	“Una cebra no puede cambiar sus rayas”.	x		x		x	
82	Es casi imposible vencer la influencia del pasado.	x		x		x	
83	Solamente porque alguna cosa en una ocasión afectó fuertemente mi vida, eso no quiere decir que tenga que	x		x		x	

95	Me agradaría retirarme y dejar de trabajar por completo.	x	x	x
96	Demasiado tiempo libre es aburrido.	x	x	x
97	En ocasiones desearía poder ir a una isla tropical y únicamente descansar en la playa para siempre.	x	x	x
98	Me agrada estar sin hacer nada.	x	x	x
99	La mayoría de las personas trabajan demasiado duro y no descansan lo suficiente.	x	x	x
100	Yo no puedo sentirme realmente contento (a) a menos que me encuentre relajado (a) y sin hacer nada.	x	x	x

¹ **Pertinencia:** El ítem se vincula directamente con el concepto teórico previamente planteado.

² **Relevancia:** El ítem resulta adecuado para reflejar el componente o la dimensión particular que integra el constructo.

³ **Claridad:** El enunciado del ítem se comprende con total claridad y presenta una redacción concisa, precisa y directa.

Nota. Suficiencia: Se habla de suficiencia cuando los ítems propuestos resultan adecuados en cantidad para evaluar la dimensión

Observaciones: El instrumento es extenso, y puede originar fatiga en la muestra. Sin embargo, hay suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable []

Aplicable después de corregir [x]

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: **Mg. Judith Karbin More Távora**

DNI: **45072689**

Especialidad del validador: Magister en psicología clínica y de la salud

23 de mayo de 2025.



Judith Karbin More Távora
 Magister y Licenciada en Psicología Clínica y de la Salud
 Ψ C.Ps.P. 48360

N.º	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
Variable 2: Insatisfacción de la imagen corporal								
DIMENSIÓN 1: Insatisfacción cognitivo- emocional		Si	No	Si	No	Si	No	
1	¿Debería ponerme a dieta?	X		X		X		
2	¿Tendría que hacer ejercicios para controlar mi peso?	X		X		X		
3	¿Es absolutamente necesario mantenerme 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 pongo muy triste porque no puedo hacer nada por mi figura?	X		X		X		¿Me pongo triste porque no puedo hacer nada por mi figura CORPORAL?
9	¿Me irrito cuando pienso en mi aspecto físico?	X		X		X		
10	¿Me molesto cuando mi familia me indica algo sobre mi figura?	X		X		X		¿Me molesto cuando mi familia me indica algo sobre mi figura CORPORAL?
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 segura de mí?	X		X		X	
18	¿Tengo miedo a tener celulitis (piel naranja)?	X		X		X	
19	¿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	
DIMENSION 2: Insatisfacción perceptiva		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 andar 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 o tripa me hacen parecer una ballena?	X		X		X	
30	¿Los rollitos que me salen en la espalda me recuerdan a las salchichas?	X		X		X	
31	¿Las facciones de mi cara están deformes debido a mi peso?	X		X		X	

DIMENSIÓN 3: Insatisfacción comportamental		Si	No	Si	No	Si	No
32	¿Me provocó 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 para controlar mi peso?	X		X		X	
38	¿Escondo comida porque quiero controlar mi peso?	X		x		X	

¹ **Pertinencia:** El ítem se vincula directamente con el concepto teórico previamente planteado.

² **Relevancia:** El ítem resulta adecuado para reflejar el componente o la dimensión particular que integra el constructo.

³ **Claridad:** El enunciado del ítem se comprende con total claridad y presenta una redacción concisa, precisa y directa.

Nota. Suficiencia: Se habla de suficiencia cuando los ítems propuestos resultan adecuados en cantidad para evaluar la dimensión

Obs: Hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [x]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Judith Karbin More Távora

DNI: 45072689

Especialidad del validador: Magister en psicología clínica y de la salud

23 de mayo de 2025



Judith Karbin More Távora
 Magister y Licenciada en Psicología Clínica y de la Salud
 Ψ C.Ps.P. 48360

N.º	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
Variable 1: Creencias irracionales								
DIMENSIÓN 1: Necesidad de aprobación		Si	No	Si	No	Si	No	
1	Es importante para mí el que otras personas me aprueben.	X		X		X		
2	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia.	X		X		X		
3	Yo quiero agradecerle a todo el mundo.	X		X		X		
4	Yo puedo gustar de mí mismo (a) aun cuando otras personas no lo hagan.	X		X		X		
5	Si no le agrado a los demás, ese es su problema, no el mío.	X		X		X		
6	Encuentro difícil el ir en contra de lo que piensan los demás.	X		X		X		
7	Aunque me agrada la aprobación, realmente no es una necesidad para mí.	X		X		X		
8	Frecuentemente me preocupo acerca de cuantas personas me aprueban y me aceptan.	X		X		X		
9	Yo tengo gran preocupación por lo que otras personas sientan acerca de mí.	X		X		X		
10	Es incómodo, pero no perturbador el ser criticado.	X		X		X		
DIMENSIÓN 2: Perfeccionismo		Si	No	Si	No	Si	No	
11	Yo odio el fallar en cualquier cosa.	X		X		X		
12	Yo evito las cosas que no hago bien.	X		X		X		
13	No me importa el competir en actividades en las cuales los demás son mejores que yo.	X		X		X		

14	Me agrada tener éxito en algunas cosas, pero no siento que tengo que tenerlo .	X		X		X	
15	Es grandemente importante para mí el ser exitoso (a) en todo lo que hago.	X		X		X	
16	Disfruto las actividades por el placer de realizarlas sin importar cuan bueno (a) yo sea en ellas.	X		X		X	
17	Me perturba cuando los demás son mejores que yo en alguna cosa.	X		X		X	
18	Me perturba cometer errores.	X		X		X	
19	Frecuentemente me incomodo bastante por cosas pequeñas.	X		X		X	
20	Yo no tengo temor de hacer cosas las cuales no puedo hacer bien.	X		X		X	
DIMENSION 3:		Si	No	Si	No	Si	No
Culpabilización							
21	Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede.	X		X		X	
22	Muchas personas salvadas escapan al castigo que ellas merecen.	X		X		X	
23	Aquellos que se equivocan o cometen errores merecen ser culpados o castigados.	X		X		X	
24	La inmoralidad debería ser fuertemente castigada.	X		X		X	
25	Raramente culpo a las personas por sus equivocaciones.	X		X		X	
26	El temor al castigo ayuda a las personas a ser buenas.	X		X		X	
27	Todo el mundo es básicamente bueno.	X		X		X	

28	Es una injusticia el que “la lluvia caiga sobre el justo y el injusto”.	X		X		X		
29	Usualmente le doy a alguien que me ha hecho una mala jugada una segunda oportunidad.	X		X		X		
30	Nadie es perverso o malvado, aun cuando sus actos puedan serlo.	X		X		X		
DIMENSIÓN 4: Altas expectativas								
31	Usualmente acepto lo que sucede filosóficamente.	X		X		X		
32	Las frustraciones no me perturban.	X		X		X		
33	Las cosas deberían ser diferentes de la manera en que ellas son.	X		X		X		
34	Frecuentemente me perturbo por situaciones que no me agradan.	X		X		X		
35	Usualmente acepto las cosas de la manera en que son, aún si ellas no me agradan.	X		X		X		
36	Si las cosas me molestan, yo simplemente las ignoro.	X		X		X		
37	Yo hago lo que puedo para obtener lo que quiero y luego no me preocupo acerca de eso.	X		X		X		
38	Yo “tomo las cosas como vienen”.	X		X		X		
39	Las personas son más felices cuando tienen desafíos y problemas que superar.	X		X		X		
40	Casi nunca me perturbo por los errores de los demás.	X		X		X		
DIMENSION 5: Control emocional								
41	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi	X		X		X		

	cualquier circunstancia.								
42	Las personas se perturban no por las situaciones sino por la visión que tienen de ellas.	X		X		X			
43	Yo produzco mis propias emociones.	X		X		X			
44	Las personas que son miserables usualmente se han hecho a sí mismas de esa manera.	X		X		X			
45	Una persona no estaría enojada o deprimida por mucho tiempo a menos que se mantenga a sí misma de esa manera.	X		X		X			
46	Entre más problemas tiene una persona, menos feliz será.	X		X		X			
47	Ninguna cosa es perturbadora en sí misma, solamente en la manera en que las interpretamos.	X		X		X			
48	La mayoría de las personas deberían enfrentar las incomodidades de la vida.	X		X		X			
49	No hay nunca razón alguna para permanecer apesadumbrado por mucho tiempo.	X		X		X			
50	Las personas hacen su propio infierno dentro de sí mismos.	X		X		X			
DIMENSION 6: Ideas de infortunio		Si	No	Si	No	Si	No		
51	Yo tengo temor de ciertas cosas que frecuentemente me incomodan.	X		X		X			
52	Yo siento poca ansiedad respecto de los peligros no esperados o eventos futuros.	X		X		X			
53	Frecuentemente no puedo	X		X		X			

	apartar mi mente de algunas preocupaciones.						
54	Si no puedo evitar que algo suceda no me preocupo acerca de eso.	X		X		X	
55	No puedo tolerar el tomar riesgos.	X		X		X	
56	Casi nunca estoy ansioso(a) acerca del futuro.	X		X		X	
57	Yo me preocupo mucho respecto de ciertas cosas en el futuro.	X		X		X	
58	En ocasiones no puedo apartar un temor de mi mente.	X		X		X	
59	Yo casi nunca pienso en cosas tales como la muerte o la guerra atómica.	X		X		X	
60	Frecuentemente me encuentro a mí mismo(a) planificando lo que haría en diferentes situaciones peligrosas.	X		X		X	
DIMENSION 7: Evitación de problemas		Si	No	Si	No	Si	No
61	Usualmente hago a un lado decisiones importantes.	X		X		X	
62	Trato de salir adelante y tomo las tareas molestas cuando ellas surgen.	X		X		X	
63	Yo evito el enfrentar mis problemas.	X		X		X	
64	Usualmente hago las decisiones tan pronto como puedo.	X		X		X	
65	La vida es demasiado corta para gastarla haciendo tareas desagradables.	X		X		X	
66	Casi nunca dejo las cosas sin hacer.	X		X		X	
67	Es difícil para mí el llevar a cabo ciertas tareas no placenteras.	X		X		X	

68	Una vida de comodidades es rara veces muy recompensante.	X		X		X	
69	Me desagrada la responsabilidad.	X		X		X	
70	Si alguna cosa es necesaria, la llevo a cabo aun cuando no sea placentera.	X		X		X	
DIMENSION 8: Dependencia		Si	No	Si	No	Si	No
71	Todo el mundo necesita a alguien de quien pueda depender para ayuda y consejo.	X		X		X	
72	Trato de consultar a una autoridad sobre decisiones importantes.	X		X		X	
73	Las personas necesitan una fuente de fortaleza fuera de sí mismas.	X		X		X	
74	Hay personas de las cuales dependo grandemente.	X		X		X	
75	Me agrada mantenerme firme sobre mí mismo(a).	X		X		X	
76	Yo soy el único (a) que realmente puede entender y enfrentar mis problemas.	X		X		X	
77	Me desagrada que los demás tomen decisiones por mí.	X		X		X	
78	Yo encuentro fácil el buscar consejo.	X		X		X	
79	Me desagrada tener que depender de los demás.	X		X		X	
80	Yo he aprendido a no esperar que los demás se hallen muy interesados acerca de mi bienestar.	X		X		X	
DIMENSION 9: Influencia del pasado		Si	No	Si	No	Si	No
81	“Una cebra no puede cambiar sus rayas”.	X		X		X	
82	Es casi imposible vencer la influencia del pasado.	X		X		X	

83	Solamente porque alguna cosa en una ocasión afectó fuertemente mi vida, eso no quiere decir que tenga que ser igual en el futuro.	X		X		X	
84	Las personas sobrevaloran la influencia del pasado.	X		X		X	
85	Si hubiere tenido diferentes experiencias podría ser más como me gustaría ser.	X		X		X	
86	Casi nunca pienso en las experiencias pasadas como afectándome en el presente.	X		X		X	
87	Nosotros somos esclavos de nuestras historias personales.	X		X		X	
88	Si algo afectó fuertemente tu vida, siempre será de esa manera.	X		X		X	
89	Realmente las personas nunca cambian en sus raíces.	X		X		X	
90	No me incomoda lo que he hecho en el pasado.	X		X		X	
DIMENSION 10: Inactividad de inercia		Si	No	Si	No	Si	No
91	Prefiero la tranquilidad del ocio sobre todas las cosas.	X		X		X	
92	Me agrada dedicarme a muchas cosas a la vez.	X		X		X	
93	Yo estoy más realizado (a) cuando tengo muchas cosas que hacer.	X		X		X	
94	Yo disfruto mucho más el involucrarme en un proyecto creativo.	X		X		X	
95	Me agradaría retirarme y dejar de trabajar por completo.	X		X		X	
96	Demasiado tiempo libre es aburrido.	X		X		X	
97	En ocasiones desearía poder ir a una isla tropical y únicamente descansar en la playa para siempre.	X		X		X	

98	Me agrada estar sin hacer nada.	X	X	X
99	La mayoría de las personas trabajan demasiado duro y no descansan lo suficiente.	X	X	X
100	Yo no puedo sentirme realmente contento (a) a menos que me encuentre relajado (a) y sin hacer nada.	X	X	X

¹ **Pertinencia:** El ítem se vincula directamente con el concepto teórico previamente planteado.

² **Relevancia:** El ítem resulta adecuado para reflejar el componente o la dimensión particular que integra el constructo.

³ **Claridad:** El enunciado del ítem se comprende con total claridad y presenta una redacción concisa, precisa y directa.

Nota. Suficiencia: Se habla de suficiencia cuando los ítems propuestos resultan adecuados en cantidad para evaluar la dimensión

Obs: Hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

*Apellidos y nombres del juez validador: **Mg.** Freddy Pablo De la Cruz Contreras*

DNI: 06856521

Especialidad del validador: Magister en psicología clínica



De La Cruz Contreras, Freddy Pablo

C.Ps.P 21039

30 de mayo de 2025.

N.º	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
Variable 2: Insatisfacción de la imagen corporal								
DIMENSIÓN 1: Insatisfacción cognitivo- emocional		Si	No	Si	No	Si	No	
1	¿Debería ponerme a dieta?	X		X		X		
2	¿Tendría que hacer ejercicios para controlar mi peso?	X		X		X		
3	¿Es absolutamente necesario mantenerme 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 pongo muy triste porque no puedo hacer nada por mi figura?	X		X		X		
9	¿Me irrito 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 segura de mí?	X		X		X	
18	¿Tengo miedo a tener celulitis (piel naranja)?	X		X		X	
19	¿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	
DIMENSION 2: Insatisfacción perceptiva		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 andar 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 o tripa me hacen parecer una ballena?	X		X		X	
30	¿Los rollitos que me salen en la espalda me recuerdan a las salchichas?	X		X		X	
31	¿Las facciones de mi cara están deformes debido a mi peso?	X		X		X	
DIMENSIÓN 3: Insatisfacción comportamental		Si	No	Si	No	Si	No
32	¿Me provoco 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 para controlar mi peso?	X	X	X
38	¿Escondo comida porque quiero controlar mi peso?	X	x	X

¹ **Pertinencia:** El ítem se vincula directamente con el concepto teórico previamente planteado.

² **Relevancia:** El ítem resulta adecuado para reflejar el componente o la dimensión particular que integra el constructo.

³ **Claridad:** El enunciado del ítem se comprende con total claridad y presenta una redacción concisa, precisa y directa.

Nota. Suficiencia: Se habla de suficiencia cuando los ítems propuestos resultan adecuados en cantidad para evaluar la dimensión

Obs: Hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [X]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: **Mg.** Freddy Pablo De la Cruz Contreras

DNI: 06856521

Especialidad del validador: Magister en psicología clínica

De La Cruz Contreras, Freddy Pablo

C.Ps.P 21039

30 de mayo de 2025.

N.º	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
Variable 1: Creencias irracionales								
DIMENSIÓN 1: Necesidad de aprobación		Si	No	Si	No	Si	No	
1	Es importante para mí el que otras personas me aprueben.	X		X		X		
2	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia.	X		X		X		
3	Yo quiero agradarle a todo el mundo.	X		X		X		
4	Yo puedo gustar de mí mismo (a) aun cuando otras personas no lo hagan.	X		X		X		
5	Si no le agrado a los demás, ese es su problema, no el mío.	X		X		X		
6	Encuentro difícil el ir en contra de lo que piensan los demás.	X		X		X		
7	Aunque me agrada la aprobación, realmente no es una necesidad para mí.	X		X		X		
8	Frecuentemente me preocupo acerca de cuantas personas me aprueban y me aceptan.	X		X		X		
9	Yo tengo gran preocupación por lo que otras personas sientan acerca de mí.	X		X		X		
10	Es incómodo, pero no perturbador el ser criticado.	X		X		X		
DIMENSIÓN 2: Perfeccionism		Si	No	Si	No	Si	No	

11	Yo odio el fallar en cualquier cosa.	X		X		X	
12	Yo evito las cosas que no hago bien.	X		X		X	
13	No me importa el competir en actividades en las cuales los demás son mejores que yo.	X		X		X	
14	Me agrada tener éxito en algunas cosas, pero no siento que tengo que tenerlo	X		X		X	
15	Es grandemente importante para mí el ser exitoso (a) en todo lo que hago.	X		X		X	
16	Disfruto las actividades por el placer de realizarlas sin importar cuan bueno (a) yo sea en ellas.	X		X		X	
17	Me perturba cuando los demás son mejores que yo en alguna cosa.	X		X		X	
18	Me perturba cometer errores.	X		X		X	
19	Frecuentemente me incomodo bastante por cosas pequeñas.	X		X		X	
20	Yo no tengo temor de hacer cosas las cuales no puedo hacer bien.	X		X		X	
DIMENSION 3:		Si	No	Si	No	Si	No
Culpabilización							
21	Las personas que se equivocan merecen lo que les sucede.	X		X		X	
22	Muchas personas salvadas escapan al castigo que ellas merecen.	X		X		X	
23	Aquellos que se equivocan o cometen	X		X		X	

	errores merecen ser culpados o castigados.						
24	La inmoralidad debería ser fuertemente castigada.	X		X		X	
25	Raramente culpo a las personas por sus equivocaciones.	X		X		X	
26	El temor al castigo ayuda a las personas a ser buenas.	X		X		X	
27	Todo el mundo es básicamente bueno.	X		X		X	
28	Es una injusticia el que “la lluvia caiga sobre el justo y el injusto”.	X		X		X	
29	Usualmente le doy a alguien que me ha hecho una mala jugada una segunda oportunidad.	X		X		X	
30	Nadie es perverso o malvado, aun cuando sus actos puedan serlo.	X		X		X	
DIMENSIÓN 4: Altas expectativas		Si	No	Si	No	Si	No
31	Usualmente acepto lo que sucede filosóficamente.	X		X		X	
32	Las frustraciones no me perturban.	X		X		X	
33	Las cosas deberían ser diferentes de la manera en que ellas son.	X		X		X	
34	Frecuentemente me perturbo por situaciones que no me agradan.	X		X		X	
35	Usualmente acepto las cosas de la manera en que son, aún si ellas no me agradan.	X		X		X	
36	Si las cosas me molestan, yo simplemente las ignoro.	X		X		X	
37	Yo hago lo que puedo para obtener lo que	X		X		X	

	quiero y luego no me preocupo acerca de eso.								
38	Yo “tomo las cosas como vienen”.	X		X		X			
39	Las personas son más felices cuando tienen desafíos y problemas que superar.	X		X		X			
40	Casi nunca me perturbo por los errores de los demás.	X		X		X			
DIMENSION 5: Control emocional		Si	No	Si	No	Si	No		
41	Si una persona quiere, puede ser feliz bajo casi cualquier circunstancia.	X		X		X			
42	Las personas se perturban no por las situaciones sino por la visión que tienen de ellas.	X		X		X			
43	Yo produzco mis propias emociones.	X		X		X			
44	Las personas que son miserables usualmente se han hecho a sí mismas de esa manera.	X		X		X			
45	Una persona no estaría enojada o deprimida por mucho tiempo a menos	X		X		X			
46	Entre más problemas tiene una persona, menos feliz será.	X		X		X			
47	Ninguna cosa es perturbadora en sí misma, solamente en la manera en que las interpretamos.	X		X		X			
48	La mayoría de las personas deberían enfrentar las incomodidades de la	X		X		X			

	vida.						
49	No hay nunca razón alguna para permanecer apesadumbrado por mucho tiempo.	X		X		X	
50	Las personas hacen su propio infierno dentro de sí mismos.	X		X		X	
DIMENSION 6: Ideas de infortunio		Si	No	Si	No	Si	No
51	Yo tengo temor de ciertas cosas que frecuentemente me incomodan.	X		X		X	
52	Yo siento poca ansiedad respecto de los peligros no esperados o eventos futuros.	X		X		X	
53	Frecuentemente no puedo apartar mi mente de algunas preocupaciones.	X		X		X	
54	Si no puedo evitar que algo suceda no me preocupo acerca de eso.	X		X		X	
55	No puedo tolerar el tomar riesgos.	X		X		X	
56	Casi nunca estoy ansioso(a) acerca del futuro.	X		X		X	
57	Yo me preocupo mucho respecto de ciertas cosas en el futuro.	X		X		X	
58	En ocasiones no puedo apartar un temor de mi mente.	X		X		X	
59	Yo casi nunca pienso en cosas tales como la muerte o la guerra atómica.	X		X		X	
60	Frecuentemente me encuentro a mí mismo(a)	X		X		X	

	planificando lo que haría en diferentes situaciones peligrosas.						
DIMENSION 7: Evitación de problemas		Si	No	Si	No	Si	No
61	Usualmente hago a un lado decisiones importantes.	X		X		X	
62	Trato de salir adelante y tomo las tareas molestas cuando ellas surgen.	X		X		X	
63	Yo evito el enfrentar mis problemas.	X		X		X	
64	Usualmente hago las decisiones tan pronto como puedo.	X		X		X	
65	La vida es demasiado corta para gastarla haciendo tareas desagradables.	X		X		X	
66	Casi nunca dejo las cosas sin hacer.	X		X		X	
67	Es difícil para mí el llevar a cabo ciertas tareas no placenteras.	X		X		X	
68	Una vida de comodidades es raras veces muy recompensante.	X		X		X	
69	Me desagrada la responsabilidad.	X		X		X	
70	Si alguna cosa es necesaria, la llevo a cabo aun cuando no sea placentera.	X		X		X	
DIMENSION 8: Dependencia		Si	No	Si	No	Si	No
71	Todo el mundo necesita a alguien de quien pueda depender para ayuda y consejo.	X		X		X	
72	Trato de consultar a una autoridad sobre decisiones importantes.	X		X		X	

73	Las personas necesitan una fuente de fortaleza fuera de sí mismas.	X		X		X	
74	Hay personas de las cuales dependo grandemente.	X		X		X	
75	Me agrada mantenerme firme sobre mí mismo(a).	X		X		X	
76	Yo soy el único (a) que realmente puede entender y enfrentar mis problemas.	X		X		X	
77	Me desagrada que los demás tomen decisiones por mí.	X		X		X	
78	Yo encuentro fácil el buscar consejo.	X		X		X	
79	Me desagrada tener que depender de los demás.	X		X		X	
80	Yo he aprendido a no esperar que los demás se hallen muy interesados acerca de mi bienestar.	X		X		X	
DIMENSION 9: Influencia del pasado		Si	No	Si	No	Si	No
81	“Una cebra no puede cambiar sus rayas”.	X		X		X	
82	Es casi imposible vencer la influencia del pasado.	X		X		X	
83	Solamente porque alguna cosa en una ocasión afectó fuertemente mi vida, eso no quiere decir que tenga que ser igual en el futuro.	X		X		X	
84	Las personas sobrevaloran la influencia del pasado.	X		X		X	
85	Si hubiere tenido diferentes experiencias podría ser más como me gustaría ser.	X		X		X	
86	Casi nunca pienso en las	X		X		X	

	experiencias pasadas como afectándome en el presente.			
87	Nosotros somos esclavos de nuestras historias personales.	X	X	X
88	Si algo afectó fuertemente tu vida, siempre será de esa manera.	X	X	X
89	Realmente las personas nunca cambian en sus raíces.	X	X	X
90	No me incomoda lo que he hecho en el pasado.	X	X	X
91	Prefiero la tranquilidad del ocio sobre todas las cosas.	X	X	X
92	Me agrada dedicarme a muchas cosas a la vez.	X	X	X
93	Yo estoy más realizado (a) cuando tengo muchas cosas que hacer.	X	X	X
94	Yo disfruto mucho más el involucrarse en un proyecto creativo.	X	X	X
95	Me agradaría retirarme y dejar de trabajar por completo.	X	X	X
96	Demasiado tiempo libre es aburrido.	X	X	X
97	En ocasiones desearía poder ir a una isla tropical y únicamente descansar en la playa para siempre.	X	X	X
98	Me agrada estar sin hacer nada.	X	X	X
99	La mayoría de las personas trabajan demasiado duro y no descansan lo suficiente.	X	X	X

100	Yo no puedo sentirme realmente contento (a) a menos que me encuentre relajado (a) y sin hacer nada.	X	X	X
-----	---	---	---	---

¹ **Pertinencia:** El ítem se vincula directamente con el concepto teórico previamente planteado.

² **Relevancia:** El ítem resulta adecuado para reflejar el componente o la dimensión particular que integra el constructo

³ **Claridad:** El enunciado del ítem se comprende con total claridad y presenta una redacción concisa, precisa y directa

Nota. Suficiencia: Se habla de suficiencia cuando los ítems propuestos resultan adecuados en cantidad para evaluar la dimensión.

Obs: Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [x]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: **Mg.** Karla Isabel Baca Vilchez

DNI: 46426486

Especialidad del validador: Magister en problemas de aprendizaje

Mg. Karla Isabel Baca Vilchez
C.Ps.P. P N° 33827

27 de mayo de 2025

N.º	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia ¹		Relevancia ²		Claridad ³		Sugerencias
Variable 2: Insatisfacción de la imagen corporal								
DIMENSIÓN 1: Insatisfacción cognitivo- emocional		Si	No	Si	No	Si	No	
1	¿Debería ponerme a dieta?	X		X		X		
2	¿Tendría que hacer ejercicios para controlar mi peso?	X		X		X		
3	¿Es absolutamente necesario mantenerme 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 pongo muy triste porque no puedo hacer nada por mi figura?	X		X		X		
9	¿Me irrito 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 segura de mí?	X		X		X	
18	¿Tengo miedo a tener celulitis (piel naranja)?	X		X		X	
19	¿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	
DIMENSION 2: Insatisfacción perceptiva		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 andar 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 o tripa me hacen parecer una ballena?	X		X		X	
30	¿Los rollitos que me salen en la espalda me recuerdan a las salchichas?	X		X		X	
31	¿Las facciones de mi cara están deformes debido a mi peso?	X		X		X	
DIMENSIÓN 3: Insatisfacción comportamental		Si	No	Si	No	Si	No
32	¿Me provoco 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 para controlar mi peso?	X	X	X
38	¿Escondo comida porque quiero controlar mi peso?	X	x	X

¹ **Pertinencia:** El ítem se vincula directamente con el concepto teórico previamente planteado.

² **Relevancia:** El ítem resulta adecuado para reflejar el componente o la dimensión particular que integra el constructo

³ **Claridad:** El enunciado del ítem se comprende con total claridad y presenta una redacción concisa, precisa y directa

Nota. Suficiencia: Se habla de suficiencia cuando los ítems propuestos resultan adecuados en cantidad para evaluar la dimensión.

Obs: Si hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable [x]

Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: **Mg.** Karla Isabel Baca Vélchez

DNI: 46426486

Especialidad del validador: Magister en problemas de aprendizaje

Mg. Karla Isabel Baca Vélchez
C.Ps.P. P N° 33827

27 de mayo de 2025

Validación V de Aiken

El valor de V de Aiken = 1 en los criterios de pertinencia, relevancia y claridad para la Variable 1:

Creencias irracionales indica un acuerdo perfecto entre los jueces expertos. Esto significa que todos los evaluadores consideraron que los ítems de esta variable son totalmente pertinentes al constructo, altamente relevantes para el estudio y redactados con absoluta claridad, evidenciando una excelente validez de contenido del instrumento para dicha variable.

Variable 1: Creencias irracionales - Criterio de pertinencia

Variable 1: Creencias irracionales - Criterio de pertinencia						
Ítem	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Sumatoria de acuerdos (s)	Validez V= S/(n(c-1))	Validez por cada ítem
Ítem 1	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 2	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 3	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 4	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 5	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 6	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 7	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 8	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 9	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 10	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 11	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 12	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 13	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 14	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 15	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 16	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 17	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 18	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 19	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 20	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 21	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 22	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 23	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 24	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 25	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 26	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 27	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 28	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 29	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 30	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 31	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 32	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 33	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 34	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 35	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 36	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 37	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 38	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 39	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 40	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 41	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 42	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 43	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 44	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 45	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 46	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 47	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 48	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 49	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 50	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 51	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 52	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 53	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 54	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 55	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 56	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 57	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 58	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 59	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 60	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 61	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 62	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 63	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 64	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 65	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 66	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 67	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 68	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 69	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 70	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 71	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 72	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 73	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 74	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 75	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 76	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 77	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 78	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 79	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 80	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 81	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 82	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 83	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 84	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 85	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 86	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 87	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 88	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 89	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 90	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 91	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 92	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 93	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 94	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 95	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 96	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 97	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 98	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 99	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Ítem 100	1	1	1	3	1.0	Ac. epistémico, val. cont.
Coeficiente V de Aiken					1.0	Aceptable validez

Variable 1: Creencias irracionales - Criterio de claridad

Variable 1: Creencias irracionales - Criterio de claridad						
Item	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Sumatoria de acuerdos (s)	Validez $V=S/[n(c-1)]$	Validez por cada item
i1	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i2	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i3	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i4	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i5	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i6	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i7	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i8	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i9	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i10	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i11	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i12	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i13	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i14	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i15	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i16	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i17	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i18	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i19	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i20	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i21	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i22	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i23	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i24	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i25	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i26	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i27	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i28	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i29	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i30	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i31	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i32	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i33	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i34	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i35	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i36	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i37	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i38	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i39	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i40	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i41	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i42	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i43	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i44	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i45	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i46	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i47	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i48	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i49	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i50	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i51	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i52	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i53	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i54	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i55	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i56	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i57	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i58	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i59	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i60	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i61	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i62	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i63	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i64	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i65	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i66	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i67	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i68	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i69	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i70	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i71	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i72	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i73	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i74	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i75	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i76	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i77	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i78	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i79	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i80	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i81	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i82	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i83	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i84	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i85	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i86	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i87	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i88	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i89	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i90	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i91	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i92	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i93	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i94	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i95	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i96	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i97	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i98	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i99	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
i100	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Coeficiente V de Aiken					1.0	Aceptable validez

Variable 2: Insatisfacción de la imagen corporal - Criterio de pertinencia

Variable 2: Insatisfacción de la imagen corporal - Criterio de pertinencia						
Item	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Sumatoria de acuerdos (s)	Validez $V=S(n(c-1))$	Validez por cada ítem
Item 1	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 2	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 3	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 4	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 5	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 6	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 7	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 8	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 9	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 10	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 11	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 12	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 13	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 14	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 15	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 16	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 17	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 18	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 19	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 20	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 21	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 22	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 23	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 24	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 25	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 26	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 27	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 28	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 29	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 30	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 31	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 32	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 33	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 34	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 35	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 36	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 37	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 38	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Coeficiente V de Aiken					1.0	Aceptable validez

Variable 2: Insatisfacción de la imagen corporal - Criterio de relevancia

Variable 2: Insatisfacción de la imagen corporal - Criterio de relevancia						
Item	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Sumatoria de acuerdos (s)	Validez $V=S(n(c-1))$	Validez por cada ítem
Item 1	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 2	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 3	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 4	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 5	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 6	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 7	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 8	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 9	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 10	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 11	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 12	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 13	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 14	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 15	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 16	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 17	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 18	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 19	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 20	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 21	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 22	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 23	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 24	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 25	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 26	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 27	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 28	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 29	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 30	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 31	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 32	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 33	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 34	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 35	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 36	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 37	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 38	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Coeficiente V de Aiken					1.0	Aceptable validez

Variable 2: Insatisfacción de la imagen corporal - Criterio de claridad

Variable 2: Insatisfacción de la imagen corporal - Criterio de claridad						
Item	Juez 1	Juez 2	Juez 3	Sumatoria de acuerdos (s)	Validez $V=S(n(c-1))$	Validez por cada ítem
Item 1	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 2	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 3	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 4	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 5	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 6	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 7	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 8	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 9	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 10	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 11	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 12	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 13	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 14	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 15	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 16	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 17	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 18	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 19	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 20	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 21	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 22	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 23	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 24	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 25	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 26	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 27	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 28	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 29	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 30	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 31	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 32	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 33	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 34	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 35	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 36	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 37	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Item 38	1	1	1	3	1.0	Aceptable validez
Coeficiente V de Aiken					1.0	Aceptable validez

Anexo 4: Confiabilidad del instrumento

Confiabilidad por variable

Resumen de procesamiento de datos

		N	%
Casos	Válido	80	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	80	100,0

Análisis de la Fiabilidad de las variables

Variable	Alfa de Cronbach	Nº elementos
V1: Creencias irracionales	0.983	100
V2: Insatisfacción de la imagen corporal	0.978	38

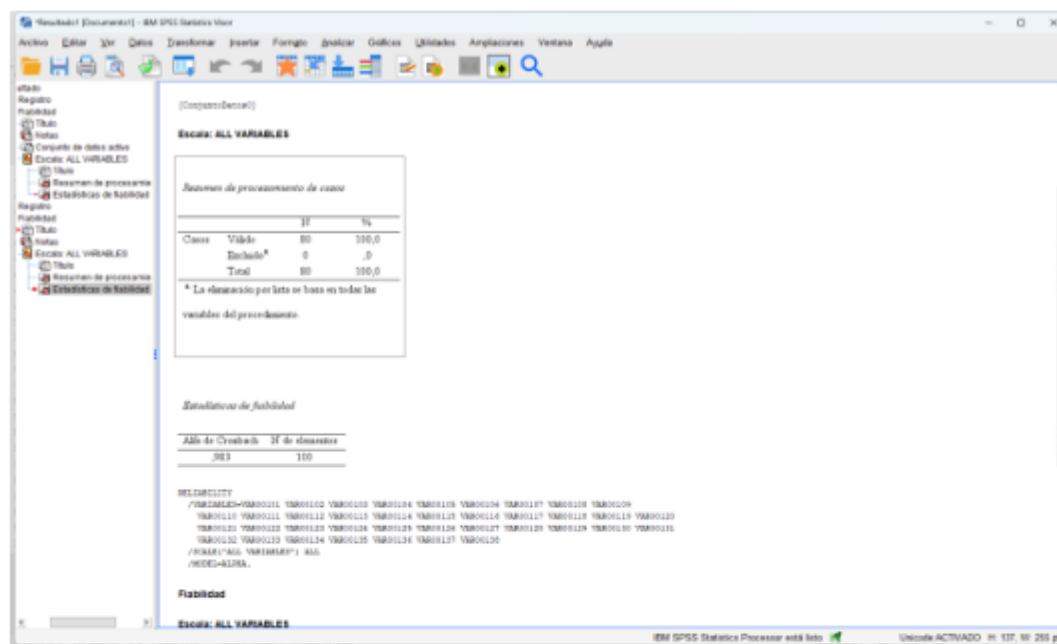
La confiabilidad del instrumento fue determinada mediante una prueba aplicada a la totalidad de colaboradores de la muestra, obteniéndose un coeficiente Alfa de Cronbach para la variable creencias irracionales de 0.983 para un total de 100 ítems, lo que indica una consistencia interna excelente. Así mismo, la variable insatisfacción de la imagen corporal se obtuvo un valor $\alpha = 0.978$ consistencia excelente. Por lo tanto, se determina que el instrumento diseñado es altamente consistente, coherente y confiable.

Intervalos de Alfa de Cronbach

Alfa de Cronbach	Consistencia interna
$\geq 0,9$	Muy alta
$0,8 \leq y < 0,9$	Alta
$0,7 \leq y < 0,8$	Aceptable
$0,6 \leq y < 0,7$	Cuestionable
$0,5 \leq y < 0,6$	Bajo
$< 0,5$	Inaceptable

Nota. Intervalos de consistencia. Obtenido de: (Hernández y Mendoza, 2018).

Evidencia de análisis en SPSS



Anexo 5: Aprobación del Comité de Ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Lima, 31 de diciembre del 2025.

Autor Responsable:

MIRELY PATRICIA YAURI MIRANDA

Exp. N°: 3423-2025

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica (CIEIC) de la Universidad Privada Norbert Wiener evaluó y **APROBÓ** el siguiente proyecto de investigación:

Proyecto Titulado: **"CREENCIAS IRRACIONALES Y LA INSATISFACCIÓN DE IMAGEN CORPORAL EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE CANTA- LIMA, 2025"**

Versión Nro. 1, aprobada por el asesor en fecha 24/11/ 2025.

El cual tiene como Autor(es) a:

MIRELY PATRICIA YAURI MIRANDA

La **APROBACIÓN** otorgada comprende la verificación del cumplimiento de las buenas prácticas éticas, la adecuada evaluación del balance riesgo/beneficio, la idoneidad del equipo de investigación y la garantía de confidencialidad en el manejo de los datos, entre otros aspectos éticos y metodológicos pertinentes.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

- La aprobación otorgada por el CIEIC tiene una **vigencia de veinticuatro (24) meses** contados desde la fecha de emisión del presente documento. Esta vigencia es exclusiva para los procedimientos éticos revisados por el Comité y no sustituye ni aplica a los trámites administrativos ante la Oficina de Grados y Títulos.
- La constancia de aprobación por el CIEIC **no garantiza** la **aceptación** por parte de las **instituciones** en las que se planea realizar la investigación.
- En caso de requerir una **enmienda**, entendida como una modificación menor que **no altera de manera sustantiva** el proyecto aprobado, esta deberá ser presentada al CIEIC y no podrá ejecutarse sin su aprobación previa. **Cualquier cambio sustantivo deberá tramitarse como proyecto nuevo** ante el CIEIC.

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

Atentamente,



Mg. Angelica Karina Minaya Galarreta
 Presidente
 Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
 Universidad Privada Norbert Wiener

Anexo 6: Formato de consentimiento y asentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Instituciones: Universidad Privada Norbert Wiener

Investigadores: Mirely Patricia Yauri Miranda

Título: Creencias irracionales y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025.

Propósito del estudio

Se le extiende la invitación para formar parte de una investigación titulada: “Creencias irracionales y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025.”. Esta investigación es realizada por la tesista de la Universidad Privada Norbert Wiener, Mirely Patricia Yauri Miranda. **El propósito de este estudio es** demostrar la relación de las creencias irracionales y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria; y a su vez, los objetivos específicos se detallan a continuación: 1. Demostrar la relación entre necesidad de aprobación y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. , 2. Demostrar la relación entre perfeccionismo y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. , 3. Demostrar la relación entre culpabilización y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025., 4. Demostrar la relación entre altas expectativas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria en una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025., 5. Demostrar la relación entre control emocional y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025., 6. Demostrar la relación entre ideas de infortunio y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. , 7. Demostrar la relación entre evitación de problemas y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. , 8. Demostrar la relación entre dependencia y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta-

Lima, 2025. , 9. Demostrar la relación entre influencia del pasado y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. y 10. Demostrar la relación entre inactividad de inercia y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025. **Su ejecución permitirá** brindar recomendaciones para la aplicación de estrategias de intervención en el control y manejo de las creencias irracionales, así como en la insatisfacción corporal: y, asimismo, promover programas de intervención basadas en la terapia racional emotivo conductual.

Procedimientos

En caso usted autorice la participación de su hijo(a) en este estudio, se llevará a cabo lo siguiente:

- Colocará sus datos sociodemográficos, es decir su edad, grado que cursa y su sexo. No se coloca en ninguna circunstancia el nombre del participante.
- Completará el inventario de creencias irracionales.
- Completará el cuestionario de insatisfacción con la imagen corporal

La encuesta de ambas pruebas puede tomar alrededor de 45 minutos. Los resultados obtenidos serán resguardados garantizando la confidencialidad y el anonimato; para luego recolectar la información de todo el grupo.

Riesgos

La participación podría tomar tiempo, nivel de atención, concentración de manera efectiva y dedicación extra a su labor escolar común. Asimismo, algunas preguntas de los instrumentos psicológicos podrían generar sentimientos de incomodidad al dar respuestas de índole personal y sensible, o también presentar reacciones emocionales que requieran del apoyo de la persona evaluadora. Finalmente, la aplicación podría generar algunas dudas en los estudiantes, las cuales pueden ser resueltas para su mayor conocimiento y tranquilidad.

Beneficios

Su hijo (a) se beneficiarán de manera colectiva puesto que, a través de los resultados, podrá ser partícipe del conocimiento de los niveles de creencias irracionales e insatisfacción corporal que existen en su entorno educativo y, asimismo; lograr recibir charlas informativas a estudiantes,

padres de familia y labor preventivas sobre temas relacionados a la importancia de conocer las ideas irracionales, la insatisfacción de la imagen corporal, trastornos de conducta alimentaria, autoestima y autoaceptación.

Costos e incentivos

Usted y/o el menor no deberán asumir ningún costo por participar. Asimismo, no se entregará compensación económica ni se proporcionarán medicamentos como retribución por su participación.

Confidencialidad

Los datos serán registrados mediante códigos y no se utilizarán nombres. En caso de que los resultados sean difundidos, no se incluirá información que permita identificarlo(a). Los documentos no serán compartidos con personas externas a la investigación.

Derechos del paciente

Si su hijo(a) menor de edad experimenta incomodidad durante la aplicación de los cuestionarios, podrá abandonar la evaluación en cualquier momento o decidir no responder alguna parte del estudio, sin que ello le genere ningún perjuicio. Ante cualquier duda o malestar, puede consultarlo con el equipo responsable de la investigación.

Puede ponerse en contacto con la investigadora Mirely Patricia Yauri Miranda al número de teléfono: +51 941760186 o al comité que validó este estudio a través del Dr. Raúl Antonio Rojas Ortega, presidente del Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la UPNW, al correo comite.etica@uwiener.edu.pe

CONSENTIMIENTO

Entiendo las posibles situaciones que podrían presentarse si participo en el proyecto. Asimismo, comprendo que mi hijo(a) puede optar por no participar, aun cuando yo haya brindado mi autorización, y que tiene la posibilidad de retirarse del estudio en cualquier momento. Se me entregará una copia firmada de este consentimiento.

Participante

Nombres:

DNI:

Investigadora

Nombres: Mirely Patricia Yauri Miranda

DNI: 48057200

ASENTIMIENTO INFORMADO

Instituciones: Universidad Privada Norbert Wiener

Investigadores: Mirely Patricia Yauri Miranda

Título: Creencias irracionales y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025.

Propósito del estudio

El propósito de la investigación es demostrar la relación de las creencias irracionales y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes de secundaria, mediante la aplicación de 2 cuestionarios.

Información importante para ti

- Incluso si tus padres o responsables legales ya dieron su autorización, la elección definitiva es tuya. Si no quieres participar, puedes negarte sin problema; no pasa nada.
- Si decides participar, pero en algún momento ya no quieres continuar, puedes dejarlo sin ningún problema.
- Si alguna pregunta o actividad te genera incomodidad y prefieres no contestarla, no estás obligado(a) a hacerlo.
- Toda la información que nos brindes será tratada de manera reservada. Esto quiere decir que ninguna persona ajena al equipo investigador tendrá acceso a tus respuestas ni a tus resultados. Usaremos estos datos únicamente para aprender más sobre la relación entre las creencias irracionales y la insatisfacción corporal en estudiantes de secundaria.

¿Quieres participar?

Si aceptas participar, por favor marca (X) la casilla que dice “Si quiero participar” y escribe tu nombre. Si no deseas participar, marca (X) “No quiero participar”

☐ Si quiero participar

☐ No quiero participar

Escribe tu nombre: _____

Firma de participante (opcional):

DNI/Carnet de extranjería:

Huella:

Fecha:

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



I.E. N° 3510 SAN ANTONIO DE PADUA

UGEL 12 – CANTA

"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN

Yo, **Victoria Isabel Aguirre Paculia**, identificada con D.N.I. **N°19956877** en mi calidad de directora de la I.E. N° 3510 San Antonio de Padua, con código modular 1399799, ubicado en **Km 39.5 Carretera Lima-Canta**, Distrito de Santa Rosa de Quives, provincia de Canta, región de Lima, Perú.

Otorgo la **AUTORIZACIÓN**, a la Srta. **Mirely Patricia Yauri Miranda**, identificada con D.N.I. **N°48057200**, de la Facultad de Psicología, Escuela de Posgrado, Segunda especialidad en Psicoterapia de la Universidad Privada Norbert Wiener S.A. con el número de R.U.C. **N°20466246370**, para que ejecute su investigación titulada **"Creencias irracionales y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025"**, dentro de las instalaciones o utilice la información de nuestra institución I.E. N° 3510 San Antonio de Padua.

Asimismo, autorizo expresamente el uso de la información con fines académicos, contribuyendo con la comunidad educativa.

Finalmente, respecto al uso del nombre y/o cualquier distintivo de la I.E. N° 3510 San Antonio de Padua, se determina:

- ☒ Mantener en **RESERVA** el nombre y/o información sensible y/o I.E. N° 3510 San Antonio de Padua.
- ☐ Autorizo mencionar el nombre y/o información y/o cualquier distintivo de la I.E. N° 3510 San Antonio de Padua.

Lima, **17** de **Diciembre** 2025.



I.E. N° 3510 San Antonio de Padua.
D.N.I. : 19956877

Anexo 8: Informe del asesor de Turnitin

MIRELY YAURI

2. TESIS -ART. - YAURI MIRANDA MIRELY PATRICIA.docx

 Universidad Wiener

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::14912:583690829

Fecha de entrega

27 abr 2026, 10:27 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

27 abr 2026, 10:42 a.m. GMT-5

Nombre del archivo

2. TESIS -ART. - YAURI MIRANDA MIRELY PATRICIA.docx

Tamaño del archivo

14.1 MB

102 páginas

9960 palabras

59.803 caracteres



Página 2 de 108 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid:::14912:583690829

17% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Exclusiones

- N.º de coincidencia excluida

Fuentes principales

- 14%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 14%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alerta de integridad para revisión

-  **Texto oculto**
102 caracteres sospechosos en N.º de página
El texto es alterado para mezclarse con el fondo blanco del documento.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Anexo 9: Envío a revista


María Laura Castignani <info@revistas.unlp.edu.ar>








Para:  Mirely Patricia Yauri Miranda

Lun 27/04/2026 13:11

Estimado/a Mirely Patricia Yauri Miranda:

Gracias por su envío a Orientación y Sociedad. Hemos recibido su original, Creencias irracionales y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Canta- Lima, 2025, y un miembro de nuestro equipo editorial lo revisará pronto. Le enviaremos un correo electrónico cuando se tome una decisión inicial, y podríamos contactarlo para darle más información.

Puede ver el envío y seguir su progreso a través del proceso editorial en el enlace siguiente:

URL del envío: <https://revistas.unlp.edu.ar/OrientacionYSociedad/authorDashboard/submission/21087>

Si se ha cerrado la sesión, puede volver a iniciarla con su nombre de usuario/a mirely-yauri.

Si tiene cualquier duda contacte con nosotros desde el [panel de control del envío](#).

Gracias por tener en cuenta Orientación y Sociedad como hogar para su trabajo.

Orientación y Sociedad



← Volver a Envíos

Envío completo

La revista ha sido notificada acerca de su envío y se le enviará un correo electrónico de confirmación para sus registros. Cuando el editor haya revisado el envío, se contactará con usted.

Por ahora, usted puede:

- [Revisar este envío](#)
- [Crear un nuevo envío](#)
- [Volver al escritorio](#)

15% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 13%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 13%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 13% Fuentes de Internet
- 2% Publicaciones
- 13% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

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

1	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	3%
2	Internet	hdl.handle.net	3%
3	Internet	repositorio.uct.edu.pe	1%
4	Trabajos entregados	Universidad Tecnologica del Peru on 2026-07-21	<1%
5	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2026-08-08	<1%
6	Trabajos entregados	Blackboard on 2026-07-06	<1%
7	Trabajos entregados	Universidad Tecnologica del Peru on 2025-12-29	<1%
8	Internet	unl.edu.ec	<1%
9	Trabajos entregados	Universidad Ricardo Palma on 2021-02-10	<1%
10	Internet	repositorio.unemi.edu.ec	<1%
11	Publicación	Tatyana Valentieva, Liubov Kramarenko, Liudmyla Semench, Olena Zhadko, Yev...	<1%