

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA **SALUD**

CARRERA DE PSICOLOGÍA

IMAGEN CORPORAL Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN
ESTUDIANTES MUJERES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
ESTATAL EN CAJAMARCA, 2025.

Tesis para optar por al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autora:

Luciana Antonella Collantes Nuñez

Asesor:

Mg. Lic. Eduardo Alonso Farfán Cedrón

<https://orcid.org/0000-0003-2271-201X>

Cajamarca – Perú

2025

JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Richard Irvin Salirrosas Cabada
	Nombre y Apellidos

Jurado 2	Raquel Tello Cabello
	Nombre y Apellidos

Jurado 3	Eduardo Alonso Farfan Cedron
	Nombre y Apellidos

Informe de Similitud



19% 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 8 palabras)

Exclusiones

- ▶ N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 18%  Fuentes de Internet
- 7%  Publicaciones
- 11%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Dedicatoria

Al Señor, su amor y misericordia no deja de sorprenderme. Sin Él no estaría hoy, y comprendo cada vez mejor que las adversidades eran necesarias para llegar aquí, por mi vocación, y porque sirvo por y para ti.

A mis padres, Karem y Jorge, no encuentro palabras para agradecerles cada cosa que han hecho, la admiración que les tengo. Por el amor que me tienen, porque nunca han perdido la fe en mí y siempre lucharon por levantarme, son mi vida. Espero de esta manera poder agradecer un poco de todo su sacrificio y amor incondicional que es recíproco e infinito.

Pá, eres mi investigador favorito, mi guía en este estudio, y en el estudio de la vida. Nuestro sueño de investigar juntos está cada vez más cerca. A ti más que nadie te debo este logro, que no sería posible sin tu esfuerzo impresionante. Eres mi héroe. La vocación que me asignaste desde antes de nacer, persiste en mí y seguirá conmigo hasta el final. Te amo.

A mis hermanas, mis compañeras de vida, las amo. Y a Sofi, tu sonrisa también es mi motivación.

Al amor de mi vida. Tú más que nadie me acompañaste cada minuto de esta formación, ya sea profesional, y como ser humano. Te estoy eternamente agradecida.

Agradecimiento

A mi asesor de tesis, el Mg. Eduardo Farfán Cerrón, por su apoyo constante a lo largo de este proceso, por sus valiosas enseñanzas actuales y por aquellas que me brindó en mis primeros ciclos. Todo ello ha sido fundamental para llegar a donde me encuentro hoy. Le expreso mi profunda admiración y gratitud.

A la Universidad Privada del Norte, gracias por brindarme la oportunidad de crecer académica y profesionalmente, de formar mi vocación hasta el día de hoy.

A todos los colaboradores de este estudio, tanto como los directivos y docentes de la institución educativa como a las estudiantes participantes, por su interés y entrega a la investigación.

Tabla de contenidos

JURADO EVALUADOR.....	2
Informe de Similitud	3
Dedicatoria	4
Agradecimiento	5
Resumen.....	8
Palabras Claves	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA.....	31
CAPÍTULO III: RESULTADOS.....	36
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	42
REFERENCIAS.....	49

Índice de tablas

Tabla 1 Edad de las estudiantes	35
Tabla 2 Red social más usada y tiempo invertido en redes sociales	36
Tabla 3 Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov	37
Tabla 4 Correlación de Spearman entre ARS y BSQ-34	38
Tabla 5 Niveles de adicción a redes sociales	39
Tabla 6 Niveles de preocupación por la imagen corporal (BSQ-34)	40
Tabla 7 Correlaciones rho de Spearman entre las dimensiones de la Escala de Adicción a Redes Sociales y las dimensiones del Body Shape Questionnaire ...	41

Resumen

El presente estudio analiza la relación entre la adicción a las redes sociales y la imagen corporal en estudiantes mujeres de tercer grado de secundaria de una institución educativa estatal de Cajamarca en 2025. La investigación se justifica por el creciente impacto de las redes sociales en la autopercepción de las adolescentes. El objetivo principal fue determinar la relación entre ambas variables, complementado por la identificación de los niveles de ambas pruebas y el análisis de su relación de sus dimensiones. El estudio empleó un enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, diseño correlacional y corte transversal. Participaron 223 estudiantes seleccionadas por muestreo no probabilístico por conveniencia, aplicándose el Body Shape Questionnaire (BSQ-34) y la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS), ambos con alta confiabilidad. Los resultados mostraron una correlación positiva fuerte y significativa entre adicción a redes sociales e imagen corporal ($\rho = 0.608$; $p < 0.001$). El 2.2 % presentó niveles altos de adicción, seguidos por el 10.8% presentó niveles medios y el 45.3% con niveles bajos, mientras que el 22.9 % evidenció preocupación corporal clínicamente relevante. Se concluye que el uso problemático de redes sociales influye en el malestar corporal.

Palabras Claves

Adicción a redes sociales, imagen corporal, adolescentes, TikT Tok, autopercepción.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1 Realidad Problemática:

En la actualidad, la adicción a las redes sociales y la distorsión de la imagen corporal constituyen fenómenos psicosociales de creciente preocupación a nivel global, especialmente en la población adolescente y femenina. El uso de plataformas digitales como Instagram, TikTok y Facebook ha transformado los modos de socialización y expresión personal, pero también ha introducido riesgos asociados a la dependencia tecnológica, la comparación social y la internalización de ideales de belleza poco realistas. Aunque las redes sociales ofrecen oportunidades de aprendizaje y conexión, su uso excesivo se asocia con dificultades emocionales, alteraciones en la autoestima y percepciones negativas del propio cuerpo, afectando el bienestar psicológico de los jóvenes (Papageorgiou et al., 2024).

A escala mundial, una revisión sistemática y meta-análisis de 51 estudios con 35.520 estudiantes universitarios (jóvenes adultos en transición de la adolescencia) reporta una prevalencia global agrupada de adicción a redes sociales del 18,4%. Esta prevalencia es mayor en Asia (22,8%; IC 95%: 18,5–27,6%) y en América (15,8%; IC 95%: 4,8–41,1%), y se asocia con un mayor riesgo en mujeres debido a la exposición prolongada a contenidos visuales (Salari et al., 2023). Respecto a la distorsión de la imagen corporal, una meta-análisis de 83 estudios con 55.440 participantes evidencia una correlación moderada y significativa entre la comparación social en redes sociales y preocupaciones por la imagen corporal ($r = 0,454$), siendo estos efectos más pronunciados en adolescentes y mujeres jóvenes al internalizar ideales irreales de belleza. Adicionalmente, la comparación social en línea se asocia negativamente con una imagen corporal positiva, lo que agrava la insatisfacción y el deterioro de la autoestima en esta población vulnerable (Yang et al., 2024).

En América Latina, la problemática adquiere dimensiones alarmantes, con una revisión sistemática de 10 estudios (2020-2022) que involucran a 22.791 adolescentes (principalmente mujeres de 11-20 años) revelando niveles medios y altos de adicción a redes sociales en más de la mitad de los evaluados, con tasas específicas que varían del 11% al 75% según el país y el instrumento de medición (e.g., 35% en Ecuador, 40% en México, 75% en Perú) (Colonia, 2023). Estas tasas muestran una ligera tendencia mayor en mujeres (diferencia del 0,5% en algunos estudios), impulsada por el uso intensivo de plataformas visuales que fomentan la validación externa (Colonia, 2023). En cuanto a la imagen corporal, una revisión sistemática de 68 estudios indica que el uso de medios y la internalización de ideales socioculturales se asocian consistentemente con mayor insatisfacción corporal, con efectos más fuertes en mujeres y adolescentes que en hombres, destacando la presión por ideales delgados y la influencia de contenidos editados en la distorsión perceptiva (de Carvalho et al., 2024). Estos hallazgos subrayan la necesidad de intervenciones regionales adaptadas a contextos culturales diversos, como tonos de piel y texturas capilares.

En el contexto nacional, el Informe Técnico Estado de la Niñez y Adolescencia del Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI] (2025) señala un incremento sostenido en el acceso y uso recreativo de internet, alcanzando al 61,9 % de niños y al 90,4 % de adolescentes. Este incremento ha facilitado la exposición constante a entornos digitales donde predominan estándares estéticos idealizados y contenidos que promueven la validación social a través de la apariencia física. Según el estudio de Fundación MAPFRE (2022), casi tres de cada cuatro adolescentes (72 %) pasan de una a tres horas diarias en redes sociales, mientras que un 20 % dedica entre cuatro y cinco horas, y un 7 % supera las seis horas diarias. Las mujeres presentan un mayor tiempo de uso, especialmente en plataformas visuales como TikTok e Instagram,

donde la exposición a imágenes comparativas incrementa el riesgo de insatisfacción corporal. Estos hallazgos se alinean con estudios internacionales que han evidenciado que la interacción frecuente con contenidos estereotipados del cuerpo femenino contribuye al deterioro de la autoestima, la dependencia emocional y la aparición de conductas compensatorias vinculadas a la adicción digital y los trastornos de la imagen corporal (Andreassen, 2015; Kuss & Griffiths, 2017; Linardon et al., 2022).

Esta problemática se replica con particular intensidad entre las adolescentes, quienes atraviesan una etapa del desarrollo caracterizada por la búsqueda de identidad y aceptación social. La exposición prolongada a redes sociales fomenta la comparación constante con modelos inalcanzables de belleza y éxito, generando sentimientos de insatisfacción con la propia apariencia, ansiedad y disminución del bienestar psicológico. Las mujeres y especialmente adolescentes (por ende, estudiantes) se encuentran especialmente expuestas a estas dinámicas, pues la adolescencia es una etapa sensible para la construcción del autoconcepto corporal y la regulación emocional. En este escenario, comprender la relación entre la adicción a redes sociales y la imagen corporal en adolescentes cajamarquinas resulta fundamental, contribuyendo así al conocimiento científico y al bienestar psicosocial de esta población.

La imagen corporal es un concepto psicológico complejo que abarca los pensamientos, sentimientos y percepciones que una persona tiene respecto a su propio cuerpo. Así lo reafirma Cash, uno de los principales en estudiar el tema (2004), que plantea que la imagen corporal no se limita a una representación física, sino que implica un sistema de creencias y actitudes e incluso sentimientos hacia tu cuerpo que influyen directamente en la autoestima, el comportamiento y el bienestar emocional. Sostuvo que la imagen corporal es una experiencia subjetiva que se forma a partir de la interacción entre factores personales, socioculturales y ambientales, por lo que puede

variar a lo largo del tiempo según las influencias del entorno. En este sentido, comprender la imagen corporal implica analizar cómo las percepciones individuales se ven afectadas por los ideales de belleza socialmente construidos, los cuales pueden favorecer la satisfacción o, por el contrario, generar insatisfacción y conflicto con la propia apariencia.

Posteriormente, conceptos más actuales como el de Grogan (2016) y que coinciden notablemente con el previo; definen la imagen corporal como las percepciones, pensamientos y sentimientos que una persona tiene respecto a su propio cuerpo, particularmente sobre su apariencia física. Esta representación mental no es estática, sino que se forma a partir de experiencias personales y del contexto sociocultural en el que el individuo se desenvuelve. La autora enfatiza que la imagen corporal involucra tanto componentes perceptivos, es decir el cómo la persona ve su cuerpo; tanto como emocionales y cognitivos, que implican el cómo se siente y piensa acerca de él. Es importante comentar que menciona que los ideales de belleza promovidos por los medios de comunicación y las redes sociales desempeñan un papel crucial en la construcción de la satisfacción o insatisfacción corporal.

La imagen corporal positiva se concibe como una actitud de aceptación, aprecio y respeto hacia el propio cuerpo, independientemente de que este se ajuste o no a los estándares sociales de belleza. Linardon, Tylka, Fuller-Tyszkiewicz y Fuller (2022) definen la imagen corporal positiva como la capacidad de mantener actitudes favorables y una valoración funcional del cuerpo, reconociendo su importancia más allá de la apariencia. Así mismo, afirman que esta apreciación corporal se asocia positivamente con constructos de bienestar adaptativo, como la autoestima, la autocompasión y la satisfacción sexual, contribuyendo al equilibrio psicológico y al fortalecimiento de la identidad personal. En este sentido, la imagen corporal positiva implica una

relación saludable y consciente con la corporalidad, basada en la aceptación y el cuidado personal.

En contraste, la imagen corporal negativa se caracteriza por una percepción distorsionada del propio cuerpo, acompañada de insatisfacción y rechazo hacia la apariencia física. De acuerdo con Alcocer (2019), las personas con una imagen corporal negativa suelen sentirse inconformes con su aspecto, anticipar el rechazo social y desarrollar una preocupación excesiva por la apariencia, lo que puede derivar en conductas perjudiciales para la salud. Esta visión crítica y comparativa del cuerpo está influenciada por ideales estéticos inalcanzables que generan malestar emocional, baja autoestima y deseo constante de modificación física.

Existen diversos factores que influyen en la imagen corporal. Por ejemplo, la familia constituye uno de los primeros y más significativos entornos donde se forma la percepción del cuerpo y la valoración personal. Diversos estudios sostienen que los mensajes, creencias y mitos familiares acerca de la alimentación y la apariencia física se transmiten por generaciones, creando esquemas cognitivos que moldean la imagen corporal desde la infancia (Izydorczyk et al., 2022). Estas creencias, conocidas como mitos familiares, suelen presentarse en forma de normas o proverbios internalizados, tales como “ser delgado es ser exitoso”, los cuales orientan la conducta alimentaria y el sentido de valía personal. Asimismo, los patrones de apego inseguro, caracterizados por sobreprotección, control excesivo o falta de empatía parental, predisponen a una relación disfuncional con el propio cuerpo y con la comida. En la adolescencia, esta influencia se amplifica a través del grupo de pares, ya que las jóvenes buscan aceptación social mediante la conformidad con ideales corporales compartidos. La presión de los iguales refuerza el control del peso y la comparación social, aspectos vinculados con la distorsión de la imagen corporal y el desarrollo de conductas compensatorias (Schier, 2020).

Así mismo, la cultura ejerce un papel determinante en la configuración de la imagen corporal, especialmente en las mujeres adolescentes, al establecer cánones estéticos que asocian la delgadez con la belleza, el éxito y la aceptación social. Los medios de comunicación y las redes sociales actúan como potentes agentes de socialización, reforzando ideales de apariencia inalcanzables y promoviendo la constante comparación con modelos irreales (Izydorczyk et al., 2022). Estudios recientes evidencian que las plataformas digitales influyen significativamente en la autopercepción corporal tanto en mujeres (Monks et al., 2021), al fomentar la objetivación del cuerpo y la internalización de estándares socioculturales de atractivo. Esta cultura de la apariencia genera una presión constante por cumplir expectativas físicas normativas, lo que produce sentimientos de insatisfacción, ansiedad y autocrítica. Además, los mensajes culturales contemporáneos transmiten mandatos contradictorios para las mujeres. Es así como la construcción de la identidad corporal se desarrolla bajo la necesaria autoaceptación, pero la exigencia de perfección física, donde la validación social dependerá en gran medida del cumplimiento de los ideales de belleza actuales.

Una imagen corporal distorsionada podría traer diversas consecuencias. Se sabe que la distorsión de la imagen corporal se manifiesta cuando la percepción y las sensaciones corporales son incorrectas con respecto a las dimensiones físicas reales del cuerpo. Este fenómeno se asocia con experiencias negativas respecto al peso y la figura, que surgen de comparaciones constantes con los estándares socioculturales de belleza. Tales comparaciones promueven creencias disfuncionales sobre la comida, la grasa, el tamaño y las proporciones corporales, lo que contribuye al desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria, es decir, la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno de purga, y también se observa en el trastorno por atracón, aunque aún no forma parte de los criterios diagnósticos del DSM-5. Estas alteraciones

perceptivas y cognitivas se asocian con patrones restrictivos de alimentación, malestar emocional e insatisfacción corporal resultante de la internalización del ideal de delgadez. En consecuencia, se vuelve un factor clave en el inicio, mantenimiento y recaída de los trastornos alimentarios (de Carvalho et al., 2024).

Así mismo, investigaciones han evidenciado que la distorsión o insatisfacción de la imagen corporal se asocia de manera significativa con alteraciones emocionales como la baja autoestima, la ansiedad y la depresión, especialmente en mujeres adolescentes. La depresión se relaciona positiva y significativamente con la insatisfacción corporal, observándose una mayor tendencia en el sexo femenino, donde los ideales de delgadez y belleza ejercen una presión más intensa sobre la autopercepción. Este estudio (Morán et al., 2024) concluye que existe una fuerte relación estadística entre la insatisfacción corporal y variables psicológicas como la autoestima y el bienestar emocional, lo que subraya la necesidad de diseñar estrategias preventivas que fomenten la autoaceptación y el desarrollo integral de las adolescentes. En este sentido, la evidencia sugiere que la baja autoestima y la depresión no solo son consecuencias de una percepción corporal distorsionada, sino que también actúan como factores que perpetúan el malestar psicológico y la vulnerabilidad emocional en las jóvenes.

El estudio de la imagen corporal se ha sustentado en diversos modelos teóricos que explican su formación, sus distorsiones y las consecuencias psicológicas que de ellas se derivan. Uno de los enfoques más influyentes es el modelo sociocultural de Thompson et al (1999), el cual sostiene que la interiorización de los ideales de belleza es un proceso mediado por las influencias sociales y mediáticas. De acuerdo con esta teoría, los medios de comunicación y las normas sociales transmiten estándares de belleza, principalmente asociadas a la delgadez y perfección

física y que, si es internalizada, pueden generar insatisfacción corporal y baja autoestima cuando los individuos perciben que su apariencia real y estos estereotipos no coinciden.

Por su parte, Slade (1994) propuso el modelo tricúbico de la imagen corporal, el cual concibe la imagen corporal como una representación mental influida por variables perceptuales, cognitivas, afectivas y conductuales. Desde este enfoque, la percepción del propio cuerpo no se ve limitada por lo sensorial sino también a las fluctuaciones de peso, los estándares culturales, las actitudes individuales hacia el cuerpo y el peso, los factores emocionales y cognitivos, así como por variables biológicas y psicopatológicas. Este modelo destaca la naturaleza multidimensional de la imagen corporal y la interacción entre factores personales y contextuales en su formación. De manera complementaria, Tiggemann (2011) amplió la teoría sociocultural, planteando que los ideales de belleza se transmiten mediante influencias socioculturales, como los medios, los padres y los pares, concepto reforzado previamente y que la internalización y comparación social de esos ideales impactan directamente en el autoconcepto y la satisfacción corporal. En conjunto, estos modelos permiten comprender la imagen corporal como una construcción psicológica compleja, determinada tanto por procesos individuales como por presiones sociales y culturales.

Ahora, pasando al concepto de adicción a redes sociales, para Escurra y Salas (2014), la adicción a redes sociales, enfatizando especialmente en niños, adolescente y jóvenes; son comportamientos repetitivos que implican una alerta permanente a lo que sucede en ellas, verificando repetidamente el teléfono o computadora e interactuando en circunstancias como manejando un vehículo, en el trabajo, clases, llegando incluso a descuidar relaciones presenciales como la familia, amigos y pareja. Así mismo, la irritabilidad, ansiedad si no se conecta es preponderante; así como su uso por excesivos lapsos de tiempo, afectando incluso su horario de

sueño; generando un estado de necesidad. En resumen, se podría decir que ésta se define como un uso excesivo, persistente y compulsivo de las plataformas de interacción social en línea, que comparte características con otras adicciones conductuales como la tolerancia, la abstinencia, el conflicto, la saliencia y la modificación del estado de ánimo (Andreassen, 2015). Este comportamiento va más allá de un uso intenso y recreativo, pues implica una dependencia psicológica donde el individuo siente la necesidad constante de conectarse, verifica repetidamente su perfil, experimenta malestar al desconectarse y prioriza las redes sociales frente a otras actividades importantes. Esta adicción se construye en base a factores disposicionales (por ejemplo, rasgos de personalidad), socioculturales (como normas de conectividad social) y de refuerzo conductual (gratificación inmediata). En el contexto de adolescentes, esta conducta puede estar relacionada con la búsqueda de validación, comparación social y construcción de identidad digital, lo que la convierte en una variable clave para comprender su impacto psicológico y social (Andreassen, 2015).

Estudios más recientes plantean y refuerzan que la adicción a las redes sociales se basa en un patrón de uso excesivo y compulsivo de plataformas de interacción online que exhibe características típicas de las adicciones conductuales, tales como saliencia, modificación del estado de ánimo, tolerancia, abstinencia, conflicto y recaída. Este fenómeno va más allá del uso frecuente: el individuo prioriza el acceso a las redes sociales frente a otras actividades importantes, experimenta malestar cuando no puede estar conectado y utiliza el medio como vía de regulación emocional o escape. Los autores también señalan que, estas redes sociales, aplicativos, no son en sí adictivos, sino más bien la función que cumple, por ejemplo, la obtención de aprobación, la comunicación constante, “likes”, o la evasión de la soledad) lo que puede generar dependencia (Kuss & Griffiths, 2017).

Aunque la adicción a redes sociales aún no figura como diagnóstico clínico formal en el DSM-5-TR, comparte los mismos criterios diagnósticos que el Trastorno por juego en Internet, reconocido en la sección de afecciones que requieren más estudio (American Psychiatric Association, 2022). Ésta se caracteriza por la pérdida de control sobre la conducta, la prioridad del juego sobre otras actividades y la persistencia del uso a pesar de las consecuencias negativas, criterios que son igualmente observables en el uso problemático de redes sociales. De manera similar, la Clasificación Internacional de Enfermedades en su undécima revisión (CIE-11, OMS, 2022) reconoce el Trastorno por uso de videojuegos (código 6C51), con características análogas de control deteriorado, prioridad excesiva y continuidad pese al perjuicio funcional. Podríamos considerar que este trastorno se considera el referente conceptual más cercano para comprender la adicción a redes sociales como una manifestación contemporánea de las adicciones comportamentales mediadas por tecnología, caracterizadas por la pérdida de control, la compulsión y la interferencia significativa en la vida diaria.

Teniendo claro el concepto, es importante poder distinguir entre el uso problemático y la adicción a las redes sociales, dado que ambos conceptos, aunque relacionados, difieren en su grado de severidad y en los mecanismos psicológicos implicados. Según Varona, Muela y Machimbarrena (2022), el uso problemático de redes sociales se refiere a un patrón de utilización excesiva o desadaptativa que genera malestar, interferencia social o emocional, pero que no necesariamente cumple con los criterios clínicos de una adicción. En contraste, la adicción a redes sociales implica un patrón más severo y persistente que presenta los componentes clásicos de las adicciones conductuales, como los mencionados previamente (saliencia, tolerancia, abstinencia, recaída y el conflicto interpersonal o intrapsíquico). Estas autoras enfatizan que el uso problemático puede constituir una fase inicial o un continuo hacia la adicción, pero que la

ausencia de un marco teórico estandarizado ha generado que en ocasiones el concepto se perciba o entienda como el mismo.

Diversos estudios han demostrado que la edad y la etapa evolutiva constituyen factores determinantes en la aparición de conductas adictivas vinculadas al uso de redes sociales. Durante la adolescencia, el cerebro se encuentra en pleno proceso de maduración, especialmente en las áreas frontales responsables del control de impulsos, la toma de decisiones y la regulación emocional. Esta etapa se caracteriza, además, por una mayor necesidad de pertenencia y validación social, lo que incrementa la susceptibilidad al uso excesivo de redes sociales como medio para obtener aceptación y reforzamiento social (Montag, 2024). En consecuencia, el uso de plataformas digitales se convierte en un elemento central de la vida cotidiana de los adolescentes, pudiendo evolucionar hacia un patrón de comportamiento compulsivo o dependiente cuando se combina con baja autorregulación y alta reactividad emocional.

Por otro lado, variables psicológicas como la autoestima, la impulsividad y la regulación emocional desempeñan un papel crucial en la comprensión de la adicción a redes sociales. Las investigaciones recientes evidencian que los adolescentes con baja autoestima tienden a recurrir a las redes como fuente de compensación emocional y validación externa, reforzando un ciclo de dependencia digital (Iñiguez, 2024). Asimismo, la impulsividad se asocia consistentemente con un mayor tiempo de conexión y dificultad para controlar el uso, esto está vinculado con la escasa capacidad de regulación emocional, que limita la habilidad para gestionar adecuadamente el estrés y las emociones negativas, favoreciendo el uso de las redes como una estrategia de escape o distracción.

Los factores de riesgo más consistentes para el desarrollo de adicción a redes sociales y podría decirse a la mayoría de adicciones en adolescentes son las experiencias adversas en la

infancia (abuso físico, sexual o emocional, negligencia, violencia familiar, inestabilidad o pobreza extrema). Estas situaciones generan respuestas crónicas de estrés que alteran el procesamiento del estrés falta de regulación emocional, y búsqueda de recompensa (Kim et al; 2021). Como consecuencia, el adolescente puede recurrir a las redes sociales como estrategia de afrontamiento para aliviar síntomas de depresión, ansiedad o trauma postraumático, aumentando significativamente la probabilidad de conductas adictivas. Sin embargo, la mayoría de los adolescentes expuestos a estos factores de riesgo podrían no generar adicción debido a los opuestos factores protectores que incluyen experiencias positivas en la infancia (sentimientos de confianza, seguridad y apoyo temprano) y una comunicación afectiva y de calidad con los padres. Estudios han demostrado que la calidez materna y una buena comunicación paterna predicen menor severidad actual y futura de adicciones conductuales, incluyendo el uso problemático de internet y redes sociales (Efri; 2024).

Esto se ve reafirmado por Padzur et al (2025) quienes concluyeron que la adicción a redes sociales en adolescentes está asociado a múltiples factores como la ansiedad, depresión, introversión, dificultades de autorregulación y experiencias adversas en la infancia. Sin embargo, un factor importante a mencionar es la crianza restrictiva, sin afecto, con baja comunicación afectiva entre padres e hijos o la presión de pares. Y por el contrario, la comunicación afectiva, el tiempo de calidad con los padres, la crianza basada en afecto, fomenta autonomía e incrementa la capacidad de autorregulación y una buena salud mental en general, reduciendo la probabilidad del desarrollo de adicción a redes sociales.

Las consecuencias de esta adicción son variadas, por ejemplo, aparecen dificultades en la concentración, alteraciones del sueño, y deterioro del rendimiento académico; esto se ve reforzado por el DSM 5 TR (American Psychiatric Association, 2022) que, nuevamente, si bien

refiere al trastorno de juego por internet, sabemos que está estrechamente relacionado a la adicción a redes sociales; muestra que este patrón compulsivo puede desplazar actividades escolares y laborales, provocando fracaso académico, abandono de responsabilidades familiares y aislamiento social. Esto se ve respaldado por un estudio de Diengdoh & Ali (2022), que sostienen que la ansiedad, la comparación social y el aislamiento emocional son otras de las consecuencias de esta adicción. Así mismo, estas comparativas que desencadenan en una evidente insatisfacción con la imagen corporal tiene una fuerte asociación con depresión y baja autoestima (Luo et al; 2025).

Las bases teóricas que explican la adicción a las redes sociales se sustentan en diferentes enfoques psicológicos. Está por ejemplo la perspectiva conductista de B. F. Skinner (1953) que planteó que la operación del refuerzo se define como la presentación de un estímulo en relación temporal con una respuesta, incrementando la probabilidad de que esta conducta se repita. En el contexto digital, los “me gusta”, comentarios, notificaciones y nuevas publicaciones funcionan como reforzadores que mantienen la conducta de conexión constante. Estos estímulos gratificantes generan un circuito de recompensa similar al observado en otras adicciones conductuales, donde la expectativa de obtener placer o reconocimiento impulsa la repetición compulsiva del uso.

Por otro lado, la teoría de los usos y gratificaciones, propuesta por Katz, Blumler y Gurevitch (1973), enfatiza el papel activo del usuario en la elección y uso de los medios. Según este enfoque, las personas utilizan las redes sociales para satisfacer necesidades psicológicas específicas, como la búsqueda de entretenimiento, información, interacción social o validación personal. Sin embargo, cuando estas necesidades se cubren de forma desproporcionada a través

del entorno virtual, puede generarse dependencia psicológica, sobre todo en adolescentes con vulnerabilidades emocionales o dificultades de socialización.

Finalmente, el modelo cognitivo-conductual de la adicción a Internet (Caplan, 2010) amplía la comprensión de este fenómeno al incluir componentes cognitivos, emocionales y conductuales. Este modelo identifica cuatro elementos centrales: preferencia por la interacción social en línea, regulación del estado de ánimo, autorregulación deficiente y consecuencias negativas. Según Caplan, las personas con déficits psicosociales tienden a preferir las interacciones en línea sobre las presenciales, generando un patrón de pensamiento y comportamiento desadaptativo. A medida que la conducta se vuelve compulsiva, se pierde el control voluntario sobre el tiempo de uso, lo que afecta el funcionamiento académico, social y emocional.

Viendo ahora la relación entre ambas, es decir, la imagen corporal y la adicción a redes sociales, se ha demostrado que los niveles de adicción a las redes sociales en adolescentes estaban significativamente vinculados con la autoestima, y que la imagen corporal desempeñaba un papel mediador clave en esta relación. En un estudio (Colak et al., 2023), los jóvenes con baja autoestima tendían a presentar mayor grado de adicción a redes sociales, y esta relación se intensificaba cuando la imagen corporal era negativa, en otras palabras, la insatisfacción corporal actúa como factor reforzador de la dependencia digital. Esto implica que la adicción a redes sociales no solo se explica por el uso intensivo o frecuente, sino también por cómo el individuo percibe su cuerpo y lo valora; la comparación social y la búsqueda de validación online alientan al joven a usar las redes como medio para compensar sentimientos de insuficiencia o para mejorar la autoimagen, lo que refuerza el ciclo adictivo

A nivel internacional, el estudio de Ramírez-Durán (2023) analizó la influencia del uso de redes sociales en la imagen corporal y el bienestar psicológico de adolescentes y adultos jóvenes, recopilando evidencia empírica de investigaciones publicadas entre 2015 y 2022. La revisión identificó una asociación negativa significativa entre el uso excesivo de redes sociales y el bienestar psicológico, destacando la aparición de problemas como insatisfacción corporal, baja autoestima, conductas alimentarias de riesgo y síntomas de ansiedad y depresión. Estos efectos fueron más pronunciados en poblaciones adolescentes, en quienes la internalización de los ideales corporales y la baja alfabetización mediática intensificaron la comparación social y el malestar emocional. Además, la autora señaló que la manipulación de la información y la exposición a estándares de belleza inalcanzables en plataformas visuales, como Instagram y TikTok, fomentan distorsiones perceptivas del propio cuerpo y elevan la vulnerabilidad a trastornos de la conducta alimentaria. El estudio concluye que el uso intensivo y poco crítico de las redes sociales representa un factor de riesgo emergente para la salud mental y la autopercepción corporal en la población juvenil.

El estudio llevado a cabo por Yurtdaş Depboylu, Kaner y Özçakal (2022) investigó la relación entre la adicción a las redes sociales, la ortorexia nerviosa, la actitud hacia la alimentación y la imagen corporal en 1 232 estudiantes de secundaria. Los resultados indicaron que los niveles de adicción a redes sociales fueron significativamente mayores en mujeres que en hombres ($p < .05$) y que una mejor imagen corporal se asoció con puntuaciones más bajas de adicción a las redes sociales ($\beta = -0.268$, $p < .001$). Además, la adicción a las redes sociales se relacionó con un mayor riesgo de trastornos de la conducta alimentaria (OR = 1.07; 95 % CI: 1.04-1.10) y de tendencia a la ortorexia nerviosa (OR = 1.02; 95 % CI: 1.00-1.04). Estos hallazgos subrayan que el uso intensivo de redes sociales, especialmente la exposición frecuente

a contenidos sobre nutrición y cuerpos ideales, está vinculado a una autopercepción corporal negativa y un aumento del riesgo de conductas alimentarias de riesgo en adolescentes.

Así mismo un estudio realizado con 1 667 adolescentes de entre 12 y 18 años en Turquía, Çimke y Yıldırım (2023) analizaron la influencia conjunta de la adicción a las redes sociales, la percepción de la imagen corporal y la conciencia social sobre la apariencia física. Los resultados mostraron que ser mujer, mayor tiempo de uso de internet, uso frecuente de filtros en fotos, compartir muchas imágenes y la incomodidad al publicar sin edición fueron predictores significativos del puntaje en la escala de adicción a redes sociales, de la escala de imagen corporal y de la conciencia sobre la apariencia física. Estos hallazgos evidencian que la adicción digital y la autoimagen corporal están interrelacionadas en la adolescencia, y refuerzan la necesidad de abordar estas variables de forma integrada en contextos educativos y preventivos.

Finalmente, Holland y Tiggemann (2021) realizaron una revisión sistemática de 63 estudios empíricos sobre redes sociales, imagen corporal y conductas alimentarias. Los resultados mostraron que el 70 % de los estudios incluidos reportaron una asociación significativa entre el tiempo de exposición a redes y la insatisfacción corporal, con una correlación promedio de $r = 0.25$, lo que indica una relación positiva y moderada entre ambas variables. Asimismo, las plataformas más visuales, como Instagram y TikTok, fueron las que presentaron mayor riesgo para el desarrollo de actitudes negativas hacia la apariencia física. Los autores concluyen que el consumo constante de imágenes idealizadas y el uso de filtros promueven comparaciones sociales desadaptativas, reforzando la relación entre distorsión corporal y adicción a redes sociales.

A nivel nacional, Choque Ccoyo y Puma Quispe (2023) desarrollaron un estudio en una institución educativa privada, trabajaron con una muestra de 127 estudiantes (63 varones y 64

mujeres) de entre 12 y 17 años. Utilizando el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el Cuestionario de Insatisfacción con la Imagen Corporal, hallaron una correlación positiva significativa ($p < .05$) entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal. Las redes más utilizadas fueron TikTok (39.4%) y WhatsApp (31.5%), mientras que los contenidos preferidos fueron de películas o series (49.6%) y moda y estilo personal (15.7%). Los resultados confirmaron que el uso excesivo de plataformas visuales se asocia con comparaciones sociales desadaptativas y una percepción negativa del cuerpo.

De manera similar, Villanueva Canales y Pacheco Ramos (2024) examinaron esta relación en estudiantes de una institución educativa de Lima, mediante un estudio de enfoque cuantitativo, correlacional y de corte transversal, con una muestra de 178 adolescentes entre 12 y 17 años. Aplicando los instrumentos ARS e IMAGEN, encontraron una correlación positiva significativa ($\rho = .297$; $p < .05$) entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal. Asimismo, las dimensiones cognitivo-emocional ($\rho = .281$), perceptiva ($\rho = .301$) y comportamental ($\rho = .259$) también mostraron asociaciones positivas y significativas. Los autores concluyeron que los adolescentes que evidencian un uso problemático de redes sociales presentan una mayor tendencia a la autocrítica corporal y menor satisfacción con su apariencia, lo cual afecta su bienestar emocional y social.

Por su parte, en la ciudad de Chiclayo, Sánchez Liza y Campos Ramos (2023) desarrollaron un estudio descriptivo-correlacional y no experimental con una muestra de 252 adolescentes de entre 12 y 17 años, aplicando los cuestionarios ARS e IMAGEN. Los resultados mostraron una correlación positiva media entre la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal, además de una relación débil entre las dimensiones perceptiva y comportamental, y una correlación más fuerte con la dimensión cognitivo-emotiva. De manera descriptiva, el 38.5 % de los estudiantes

presentó un nivel alto de adicción a redes sociales, mientras que el 42.5 % evidenció un nivel severo de insatisfacción con su imagen corporal. Los autores concluyeron que el uso intensivo de redes sociales constituye un factor de riesgo psicológico, al reforzar la comparación social y la búsqueda constante de aprobación virtual.

Finalmente, Quispe Huamaní y Valenzuela Rojas (2023) llevaron a cabo una investigación en una institución educativa de Ayacucho, con el objetivo de determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la imagen corporal en adolescentes. Bajo un enfoque cuantitativo y diseño correlacional de corte transversal, trabajaron con 176 estudiantes (98 varones y 78 mujeres) y aplicaron los instrumentos ARS e Imagen Corporal. Los hallazgos mostraron correlaciones altamente significativas entre las variables ($r = 0.959$; $p < .01$), y relaciones positivas entre la adicción a redes sociales y las dimensiones insatisfacción corporal ($r = 0.976$) y preocupación por el peso corporal ($r = 0.952$). Estos resultados reflejan una asociación muy fuerte entre el uso excesivo de redes y la autopercepción negativa del cuerpo, evidenciando que los adolescentes con mayor exposición digital tienden a experimentar niveles más altos de insatisfacción y vulnerabilidad emocional.

A nivel local, no se han encontrado investigaciones publicadas que aborden específicamente la relación entre adicción a redes sociales e imagen corporal en adolescentes cajamarquinos. Sin embargo, existen estudios relacionados con cada una de las variables por separado. Por ejemplo; se llevó a cabo una investigación en Cajamarca (Correa Rangel, 2023), con el objetivo de determinar la existencia de adicción a las redes sociales en los estudiantes de un colegio en Cajamarca. Se aplicó el ARS (Escala de Imagen Corporal) a una muestra de 240 participantes obteniendo como resultado el hallazgo de un nivel de adicción del 86.7%, siendo este un nivel alto. Así mismo, en puntajes por dimensión se obtuvo en la primera: Obsesión por las redes

sociales un nivel alto (85,4%). La segunda: falta de control personal en el uso de las redes sociales; un nivel alto (78,3%) y por último en la tercera: uso excesivo de las redes sociales, nuevamente un nivel alto (83,3%). Demostrándose así que la adicción a las redes sociales ha alcanzado un aumento significativo entre los estudiantes de secundaria.

De igual manera, otra investigación en Cajamarca dirigida también a estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, indagó sobre la posible relación entre el uso excesivo de redes sociales y los comportamientos agresivos. Adoptando un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, se aplicaron dos pruebas (Escala de Adicción a las Redes Sociales y el Cuestionario de Agresión de Buss) a una muestra de 235 adolescentes. Los resultados revelaron una relación positiva de intensidad moderada entre ambas variables ($Rho = .501$; $p < 0.05$), lo que indica que mientras mayor la adicción y dependencia a las redes sociales, se puede asociar a patrones conductuales más hostiles en esta población.

De acuerdo a lo anteriormente mencionado, es relevante el estudio de esta problemática. Por ejemplo, desde el punto de vista teórico, la investigación contribuye a comprender la interacción entre dos constructos psicológicos contemporáneos: la adicción a redes sociales y la imagen corporal. La articulación entre ambas variables permite explorar cómo los procesos de exposición constante a contenidos digitales, la comparación social y la búsqueda de aprobación influyen en la autopercepción y autoestima de las adolescentes. En este sentido, el estudio aporta evidencia empírica al marco teórico que relaciona ambas variables.

Desde el punto de vista metodológico, el estudio empleó un enfoque cuantitativo con diseño correlacional y de corte transversal, lo cual resulta pertinente para examinar la relación entre las variables sin manipularlas, a través de instrumentos estandarizados y validados en población peruana, es decir, el cuestionario de Adicción a Redes Sociales y el Body Shape Questionnaire.

La aplicación de estas herramientas permitió obtener resultados confiables, favoreciendo la acumulación de evidencia científica contextualizada al ámbito educativo de Cajamarca y podría servir de referencia para futuras investigaciones en poblaciones similares.

Finalmente, desde el punto de vista práctico, los hallazgos de esta investigación podrán ser utilizados por docentes, psicólogos escolares y padres de familia, a fin de desarrollar estrategias de prevención y promoción del bienestar emocional. La comprensión del vínculo entre la autoimagen y el uso compulsivo de redes sociales permitirá reforzar la formación integral de las estudiantes, favoreciendo una relación más saludable con la tecnología y una percepción corporal más positiva y realista. En base a ello, surge la siguiente pregunta: ¿Cuál es la relación entre imagen corporal y adicción a redes sociales en estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025?

1.2. Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre imagen corporal y adicción a redes sociales en estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025?

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre imagen corporal y adicción a redes sociales en estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025.

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar los niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025.

- Identificar los niveles de preocupación por la imagen corporal en estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025.
- Identificar la relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales y las dimensiones de la preocupación por la imagen corporal en estudiantes mujeres de una institución educativa estatal de Cajamarca, 2025.

1.4. Hipótesis

1.4.1. Hipótesis general

H1: Existe una relación positiva y estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y la preocupación por la imagen corporal en estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025.

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y la preocupación por la imagen corporal en la población estudiada.

1.4.2. Hipótesis específicas

Hipótesis específica 1

H1.1: Existen niveles diferenciados de adicción a las redes sociales en la muestra de estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025.

Ho.1: No existen diferencias significativas en los niveles de adicción a las redes sociales en la población estudiada.

Hipótesis específica 2

H1.2: Existen niveles diferenciados de preocupación por la imagen corporal en la muestra de estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025.

Ho.2: No existen diferencias significativas en los niveles de preocupación por la imagen corporal en la población estudiada.

Hipótesis específica 3

H1.3: Las dimensiones de la adicción a las redes sociales se relacionan positiva y significativamente con las dimensiones de la preocupación por la imagen corporal en estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025.

Ho.3: Las dimensiones de la adicción a las redes sociales no presentan relación estadísticamente significativa con las dimensiones de la preocupación por la imagen corporal.

CAPÍTULO II: METODOLOGÍA

2.1. Enfoque, tipo, nivel y diseño de investigación

Según la intervención, el presente estudio tiene un enfoque cuantitativo, puesto que tiene la intención de analizar y describir la relación entre la imagen corporal y la adicción a redes sociales en estudiantes mujeres adolescentes a través de procedimientos basados en estadística. Según Hernández, Fernández y Baptista (2023) el enfoque cuantitativo permite obtener datos objetivos y verificables, facilitando una precisa interpretación de la relación entre ambas variables; así mismo sostuvieron que se caracteriza por la recolección de información numérica para ser analizada estadísticamente hallando correlaciones o asociaciones entre fenómenos observables.

Según el tipo de estudio, ésta sería no experimental, debido a que su intención es explorar relaciones existentes o patrones en datos recopilados de manera no intrusiva. Se caracteriza por su enfoque en la recopilación y análisis de datos sin la manipulación directa de variables. En este tipo de investigación, se busca comprender y describir fenómenos, situaciones o eventos tal como se presentan en su entorno natural (Hernández et al; 2023).

Según su nivel de alcance, el estudio es correlacional, teniendo por objetivo el determinar la relación entre ambas variables, identificando además el grado y tipo de asociación entre ambas. En conclusión y para este estudio, se buscó reconocer si el incremento en la adicción a redes sociales se asocia con un mayor grado de insatisfacción con la imagen corporal en las participantes.

Lo que respecta al diseño, es no experimental de tipo transversal, dado que la recolección de datos se realizó en un único momento temporal, sin seguimiento posterior. Este tipo de diseño

permite analizar la relación entre las variables en un punto específico del tiempo, facilitando la comprensión del fenómeno estudiado dentro del contexto actual (Hernández et al., 2023).

La población estuvo conformada por todas las 300 estudiantes del tercer grado de secundaria de una institución estatal de mujeres de la ciudad de Cajamarca durante el año 2025, cuyas edades tienen un rango de entre 14 y 16 años; de las cuales participaron 223. La selección se realizó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, esto debido a que se incluyó a la totalidad de las estudiantes: sin embargo; dos secciones no otorgaron permiso para su participación. (Otzen & Manterola, 2017).

En relación a los criterios de inclusión, se consideraron a aquellas estudiantes matriculadas en el tercer grado de la institución educativa seleccionada, residentes en la ciudad de Cajamarca que tuvieran edades entre los 14 y 16 años y que hayan provisto de su consentimiento y asentimiento firmado. Por el lado contrario, los criterios de exclusión abarcaron a las estudiantes menores de 14 años y mayores de 16 años que no estuvieran en el grado establecido y que tengan alguna dificultad, discapacidad física o mental que les impida comprender la evaluación; aquellas que no utilizaban redes sociales fueron también descartadas y así mismo, aquellas que se rehusaron a realizar la evaluación o desarrollaron la prueba de manera incorrecta.

La técnica empleada fue la encuesta. Ésta consiste en un proceso de interrogación escrita; que busca recopilar información para ser estudiada, analizada durante el estudio (Feria, Matilla, & Mantecón, 2020). Esto refiere que se aplicará un cuestionario o, en este caso, dos instrumentos, que consisten en un listado de preguntas resueltas de manera presencial. Esta técnica permitió recopilar información sobre ambas variables de manera estructurada y estandarizada, favoreciendo la investigación.

En primer lugar, se usó el Cuestionario de Imagen Corporal (CIC) o Body Shape Questionnaire (BSQ) en inglés para medir la variable de imagen corporal en mujeres. Hecha con el objetivo de proporcionar un medio para investigar el papel que desempeñan las preocupaciones e insatisfacción sobre la forma corporal. La prueba está compuesta por 34 ítems, que son evaluadas con la escala Likert donde: 1= nunca, 2= raramente, 3= a veces, 4= a menudo, 5= muy a menudo y 6= siempre. Así mismo, ésta se divide en dos dimensiones o factores; la primera, la Insatisfacción de la Imagen Corporal (ítems: 1,3,7,8,10,11,12,13,14,15,17,18,19,20,25,26,27,29,31,32) y la segunda, preocupación por el peso y el malestar corporal patológico, corporal (2,4,5,6,9,16,21,22,23,24,28,30,33,34). Para su calificación, se deberán sumar todos los puntos, obteniendo un total de entre 34 a 204 puntos y en base a ello los resultados consistirían en 0-34 Ausencia, 35-104 Ocasional, 105-133 Frecuente y 134-204 preocupación excesiva (Cooper et al; 1987). En el año 2021, el instrumento fue adaptado a la población peruana por los autores Escobar & Fuentes; además fue aplicado recientemente en el contexto cajamarquino en previas investigaciones (Guevara Llanos & Núñez Llatas, 2023).

Según la validación realizada en Perú en el año 2023, los resultados mostraron una alta consistencia interna en sus dos dimensiones: Malestar Corporal Normativo ($\alpha = .88$) y Malestar Corporal Patológico ($\alpha = .87$), además de un coeficiente omega total de $\omega = .89$, lo que confirma su fiabilidad. En cuanto a la validez convergente y divergente, los análisis demostraron una asociación positiva y significativa entre ambos factores, indicando que el BSQ permite identificar de manera eficaz la presencia de insatisfacción con la imagen corporal en la población evaluada (Palomino & Reyes; 2023).

La Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS), elaborada por Ecurra y Salas (2014) en Lima, consiste de un instrumento diseñado para evaluar los niveles de adicción a las redes sociales en adolescentes y jóvenes peruanos. Está conformada por 24 ítems distribuidos en tres dimensiones: obsesión por las redes sociales (ítems 2,3,5,6,7,13,15,19,22,23) falta de control personal (4,11,12,14,20,24) y uso excesivo (1,8,9,10,16,17,18,21). Los ítems se califican en una escala tipo Likert de cinco puntos donde Siempre=4, casi siempre=3, a veces=2, rara vez=1, y nunca=0, a excepción de un ítem invertido (13), y los puntajes se interpretan en tres niveles de adicción: Alto: 73 – 96 Medio: 49 – 72 Bajo: 24 – 48. En cuanto a sus propiedades psicométricas, el instrumento presentó una excelente confiabilidad, con un alfa de Cronbach general de .95, y valores por factor superiores a .85, evidenciando una consistencia interna sólida. Además, recientemente, Valles (2024) reafirmó su validez y confiabilidad en población peruana, reportando un alfa de .890 y omega de .910. Asimismo, la escala ha sido utilizada en estudios recientes en la región Cajamarca, como el de Correa (2023), confirmando su aplicabilidad en contextos escolares y su pertinencia para evaluar la adicción a redes sociales en adolescentes.

Para evaluar la confiabilidad de ambos instrumentos, se utilizó el coeficiente alfa de Cronbach en la muestra de 223 participantes. La Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS) presentó una fiabilidad excelente tanto en su versión total ($\alpha = 0.939$; 24 ítems) como en sus tres dimensiones (α entre 0.889 y 0.925). Además, el Body Shape Questionnaire (BSQ-34) obtuvo un coeficiente alfa de 0.976 (34 ítems), considerado excelente también. Las dos dimensiones de la validación peruana también mostraron valores superiores a 0.94.

Para el desarrollo del estudio, en primer lugar, se redactó y presentó la solicitud de permiso de aplicación de ambas pruebas, además de un formato de consentimiento informado para padres

a la Mesa de Partes de la Institución Educativa, posterior a ello se coordinó con las subdirectoras quienes proporcionaron el contacto de los tutores de las 10 secciones del grado, aprobándose la aplicación en 8 de éstas. La aplicación de las pruebas se llevó a cabo de manera presencial con pruebas impresas donde se explicó el objetivo de la investigación, la confidencialidad y voluntariedad de esta evaluación para posteriormente explicar las instrucciones. Habiendo acabado con la aplicación de todas las pruebas, se procedió a cargar los datos en una base en Microsoft Excel 2016, donde se añadieron las puntuaciones de los datos sociodemográficos y los ítems de ambos instrumentos, con sus respectivos puntajes totales y por dimensiones. Finalmente, la base de datos fue importada al programa estadístico STATANow 19 SE para el procesamiento y análisis para ser presentadas en tablas estadísticas, porcentajes. Se utilizó el chi cuadrado para hallar la asociación significativa entre variables y se determinará la correlación según la distribución de los datos.

La investigación cumplió con aspectos de ética de estudios con participantes humanos de la World Medical Association (2013), asegurando una total confidencialidad y objetividad científica, siendo esta la razón por la cual no se solicitaron nombres. Adicionalmente, las estudiantes fueron notificadas de la voluntariedad de su participación en cualquier momento del desarrollo de la evaluación, logrando aplicar así el principio de autonomía.

El consentimiento y asentimiento informado fue redactado y entregado a los padres de familia y estudiantes previo a la evaluación, aplicándose las pruebas solo contando con la aprobación de estos, como debe ser aplicado en toda investigación en seres humanos según el Código de Ética y Deontología del Colegio de Psicólogos del Perú renovado en el año 2024.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

En relación con los datos demográficos, en primera instancia la edad de las participantes, se halló que la mayoría se encontraba en los 15 años, representando el 61.0% de la muestra (n=136). Un 35.0% correspondió a adolescentes de 14 años (n=78), mientras que solo un 4.0% tenía 16 años (n=9).

Tabla 1:

Edad de las estudiantes

Edad	No.	%
14	78	35.0%
15	136	61.0%
16	9	4.0%
Total	223	100.0%

El tiempo diario dedicado a las redes sociales mostró una distribución marcada hacia el uso elevado: el 38.6 % de las estudiantes permanece conectada entre 3 y 4 horas diarias, siendo este el rango modal. En conjunto, el 62.8 % de la muestra (n = 140) dedica 3 o más horas al día a las redes sociales, mientras que el 23.3 % supera las 5 horas diarias. Solo el 12.6 % reportó un uso inferior a 1 hora. Además, TikTok se posicionó claramente como la plataforma dominante, siendo mencionada por el 61.9 % de las respuestas, seguida por WhatsApp (22.9 %). Ambas redes concentran el 84.8 % de las preferencias. Instagram ocupó el tercer lugar con el 9.9 %,

mientras que YouTube y Facebook tuvieron una presencia evidentemente notoria (3.1 % y 2.2 %, respectivamente). (Ver Tabla 2).

Tabla 2

Red social más usada y tiempo invertido en redes sociales

Variable	Categoría	Frecuencia	%
Red social más usada	TikTok	138	61.9
	WhatsApp	51	22.9
	Instagram	22	9.9
	YouTube	7	3.1
	Facebook	5	2.2
	Total		223
Tiempo diario en redes	Menos de 1 hora	28	12.6
	Entre 1 y 2 horas	55	24.7
	Entre 3 y 4 horas	86	38.6
	Entre 5 y 6 horas	28	12.6
	Más de 6 horas	26	11.7
	Total		223

Para poder determinar la relación de ambas variables, se evaluó la normalidad de las dos puntuaciones totales utilizadas en el estudio con una muestra de 223 participantes. En el caso de la Escala de Adicción a Redes Sociales, la prueba de Kolmogorov-Smirnov indicó que los datos no siguen una distribución normal ($W = 0.95852$, $p < 0.001$). La prueba conjunta de asimetría y curtosis también fue significativa ($\chi^2(2) = 13.56$, $p = 0.001$), debido principalmente a una asimetría positiva significativa (coeficiente = 0.684, $p < 0.001$). Así mismo, en caso del Body Shape Questionnaire también se rechazó la hipótesis de normalidad ($W = 0.88081$, $p < 0.001$). La prueba conjunta de asimetría y curtosis también fue altamente significativa ($\chi^2(2) = 28.84$, $p <$

0.001) (Ver Tabla 3). Dado que ninguna de las variables cumplió el supuesto de normalidad, todos los análisis posteriores se realizaron mediante procedimientos estadísticos no paramétricos.

Tabla 3

Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov

Variable	n	Media	DE	Kolmogorov-Smirnov	P
BC	223	29.63	17.98	0.95852	<0.001
BSQ-34	223	136.91	37.42	0.88081	<0.001

Por consiguiente y en relación al objetivo general, que investiga la adicción a redes sociales y la preocupación por la imagen corporal, se examinó la asociación entre las puntuaciones totales de ambas escalas mediante la correlación rho de Spearman. Los resultados mostraron una correlación positiva, fuerte y estadísticamente significativa ($\rho = 0.608$, $p < 0.001$, $n = 223$) (ver Tabla 4), indicando que a mayor nivel de adicción a redes sociales mayor es la preocupación por la imagen corporal.

Tabla 4

Correlación de Spearman entre ARS y BSQ-34

Variabes comparadas	n	rho	p-value
ARS (BC) ↔ BSQ-34 (CQ)	223	0.608	< 0.001

Respecto al primer objetivo de esta investigación, que busca identificar los niveles de adicción a redes sociales, se observa que la gran mayoría de los participantes (45.3 %, $n = 101$)

presentó niveles de adicción a redes sociales bajo; seguido por las estudiantes sin adicción (41.7%. n= 93). Un 10.8 % (n = 24) mostró adicción media y otro 2.2 % (n = 5) alcanzó el nivel de adicción alta. (Ver Tabla 5). En conjunto, el 87.0 % de la muestra (n = 194) se situó en niveles bajos o sin adicción, mientras que solo el 13.0 % (n = 29) presentó niveles medio o alto. Esto refleja una tendencia baja hacia la adicción a las redes sociales en esta población.

Tabla 5

Niveles de adicción a redes sociales

Nivel	Puntuación	N	%	% acumulado
0 – Sin adicción	< 24	93	41.7	41.7
1 – Bajo	24–48	101	45.3	87.0
2 – Medio	49–72	24	10.8	97.8
3 – Alto	73–96	5	2.2	100.0
Total	–	223	100.0	

Respecto al segundo objetivo de esta investigación, que busca identificar los niveles de preocupación por la imagen corporal, se observa que la gran mayoría de los participantes (75.3 %, n = 168) presentó niveles de preocupación ocasional por la imagen corporal. Un 11.7 % (n = 26) mostró preocupación frecuente y otro 11.2 % (n = 25) alcanzó el nivel de preocupación excesiva. Solo un 1.8 % (n = 4) se situó en el nivel de ausencia de preocupación. (Ver Tabla 6). En conjunto, casi una cuarta parte de la muestra (22.9 %) experimentó niveles clínicamente relevantes de preocupación por la imagen corporal (frecuente + excesiva), lo que sugiere que, aunque la mayoría mantiene una relación funcional con su cuerpo, un porcentaje significativo presenta alteraciones que podrían requerir atención.

Tabla 6

Niveles de preocupación por la imagen corporal (BSQ-34)

Nivel	Puntuación	n	%
Ausencia	0–34	4	1.8
Ocasional	35–104	168	75.3
Frecuente	105–133	26	11.7
Preocupación excesiva	134–204	25	11.2
Total		223	100.0

Por último y con respecto al tercer objetivo, se examinó la relación entre las tres dimensiones de la Escala de Adicción a Redes Sociales y las dos dimensiones del Body Shape Questionnaire (ver Tabla 7), donde se observa que existen correlaciones positivas, moderadas-fuertes y estadísticamente significativas en todos los casos ($p < 0.001$). La dimensión del ARS que presentó las asociaciones más intensas fue Falta de control personal (BE), con $\rho = 0.565$ con la Insatisfacción con la imagen corporal y $\rho = 0.574$ con la Preocupación por el peso y malestar corporal patológico. En segundo lugar, el Uso excesivo y Obsesión por las redes sociales. Estos hallazgos sugieren que la pérdida de control sobre el consumo de redes sociales constituye el componente de la adicción que más fuertemente se vincula con las distintas facetas de la insatisfacción y el malestar corporal en la población estudiada.

Tabla 7

Correlaciones rho de Spearman entre las dimensiones de la Escala de Adicción a Redes Sociales y las dimensiones del Body Shape Questionnaire

Dimensión ARS	Insatisfacción con la imagen corporal	Preocupación por el peso y malestar corporal patológico
Obsesión por las redes sociales	0.539	0.525
Falta de control personal	0.565	0.574
Uso excesivo	0.556	0.559

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La presente investigación se propuso examinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la imagen corporal en estudiantes mujeres de una institución educativa pública en Perú. Asimismo, se buscó explorar los niveles de adicción a redes sociales, de imagen corporal, e identificar la correlación entre las dimensiones de ambas pruebas. En los resultados relacionados al primer objetivo, se observó una evidente correlación positiva y fuerte obtenida entre ambas escalas ($\rho = 0.608$, $p < 0.001$) apoyando la hipótesis de que un mayor uso compulsivo de redes sociales se vincula con mayor insatisfacción corporal en adolescentes mujeres. Este resultado es coherente con el estudio de Yurtdaş-Depboylu, Kaner y Özçakal (2022) en 1.232 estudiantes turcos, quienes también hallaron una asociación significativa en mujeres ($\beta = -0.268$, $p < .001$), destacando que una mejor puntuación baja de adicción a redes sociales se asocia con una mejor imagen corporal. Esto se ve reforzado a nivel nacional, donde Choque Ccoyo y Puma Quispe (2023) reportaron una relación positiva significativa en adolescentes peruanos ($p < .05$) utilizando la misma escala ARS y un cuestionario de insatisfacción corporal. Sin embargo, la magnitud de la correlación encontrada en el presente estudio es notablemente superior. Esta mayor intensidad se explica desde el modelo sociocultural de Thompson et al. (1999) y su ampliación por Tiggemann (2011), según los cuales la internalización de ideales de delgadez transmitidos por los medios y reforzados por los pares genera insatisfacción cuando la apariencia real no coincide con los estándares. En la adolescencia femenina, la exposición constante a contenidos editados y cuerpos idealizados en TikTok intensifica la comparación social ascendente y la objetivación corporal (Monks et al., 2021; Izydorczyk et al., 2022).

En relación con el segundo objetivo, orientado a identificar los niveles de adicción a las redes sociales en la muestra, los resultados mostraron que el 45.3% de las estudiantes se ubicó en el

nivel bajo, el 10,8 % en nivel medio y solo el 2,2 % en nivel alto. Estos resultados contrastan con Correa-Rangel (2023) quien reportó un 86.7 % de adicción alta en una población similar. Sin embargo, los datos obtenidos de la presente investigación permiten identificar factores diferenciales que ayudan a entender por qué, aun teniendo acceso a redes sociales, la gran mayoría de las adolescentes no desarrolla adicción, mientras una minoría sí muestra mayor vulnerabilidad. Al analizar los puntajes de adicción según la situación de convivencia, se observó que las estudiantes que viven con familiares distintos a sus padres (tíos, abuelos, etc.) obtuvieron la media más alta ($M = 39,43$), seguidas por aquellas que conviven con personas no familiares ($M = 34,00$).

Este hallazgo resulta coherente con la literatura reciente sobre factores de riesgo y protección. Pazdur et al. (2025) identifican la falta de apoyo familiar y la debilidad en los vínculos parentales como predictores claves de uso problemático de redes sociales en adolescentes, mientras que Efrati (2023) destaca el rol protector de una comunicación efectiva entre padres e hijos y de un vínculo familiar sólido. En la mayoría de la muestra, que convive con ambos padres o con uno de ellos, es probable que estos factores protectores hayan estado presentes con mayor intensidad, reduciendo notablemente la tendencia adictiva incluso cuando existía acceso a dispositivos, internet y redes sociales. Por el contrario, en los casos donde la figura parental directa está ausente o diluida, la búsqueda de validación social y pertenencia, necesidad especialmente intensa en la adolescencia, puede canalizarse con mayor fuerza hacia las redes sociales, incrementando el riesgo (Montag, 2024; Colak et al., 2023; Iñiguez, 2024). Así, los bajos niveles de adicción observados reflejan la acción de factores protectores relacionales, principalmente el apoyo y la comunicación familiar, y que, en esta población específica, parecen haber prevalecido sobre los factores de riesgo. Este hallazgo subraya la

importancia de considerar el entorno familiar nuclear como un modulador crítico de adicción a redes sociales en adolescentes.

Respecto al tercer objetivo, orientado a identificar los niveles de preocupación por la imagen corporal, se encontró que el 75.3 % de las participantes se situó en el nivel ocasional, mientras que el 22.9 % alcanzó niveles clínicamente relevantes, evidenciando una preocupación significativa por la apariencia. Esta preocupación significativa es un síntoma común en los trastornos de la imagen corporal, tales como la bulimia nerviosa y la anorexia nerviosa (Cooper et al., 1987; Palomino-Floriano & Reyes-Bossio, 2023). Estos resultados coinciden con Choque Ccoyo y Puma Quispe (2023), quienes, utilizando la misma escala BSQ-34 en adolescentes peruanos, hallaron un 33.1 % con niveles severos de insatisfacción con la imagen corporal. Esto podría explicarse en función de los factores socioculturales y del contexto de la muestra de esta investigación (Thompson et al; 1999). Thompson et al (1999) afirman que la insatisfacción de la imagen corporal es generada los individuos internalizan estándares de belleza vistos y divulgados por los medios de comunicación y las normas sociales, especialmente en mujeres adolescentes. La evidencia actual sugiere que el uso intensivo de medios y redes sociales amplifica la internalización de ideales delgados y la comparación social, lo que se relaciona con la distorsión perceptiva (de Carvalho et al., 2024; Schier, 2020), que se refiere a la percepción de la imagen corporal. Asimismo, la cultura establece cánones estéticos que asocian la delgadez con belleza, éxito y aceptación social, reforzados por plataformas digitales que fomentan la objetivación del cuerpo (Izydorczyk et al., 2022; Monks et al., 2021). En este sentido, aunque el 75.3% de las estudiantes mostró un nivel bajo, los resultados sugieren un potencial desarrollo de un trastorno asociado a la imagen corporal.

En relación al cuarto y último objetivo, el análisis que examinó la interrelación entre las dimensiones entre la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el Body Shape Questionnaire (BSQ-34) demostró la validez de la hipótesis específica, al revelar correlaciones positivas, de intensidad moderada a fuerte, y estadísticamente significativas en la totalidad de los cruces entre las dimensiones de ambas variables ($p < 0.001$). Específicamente, la dimensión "Falta de control personal" del ARS fue la que presentó las asociaciones más fuertes con la "Insatisfacción con la imagen corporal" ($\rho = 0.565$) y la "Preocupación por el peso y malestar corporal patológico" ($\rho = 0.574$). Esta marcada fuerza de la "Falta de control personal", definida como la incapacidad para limitar el tiempo de uso de las redes sociales a pesar de intentarlo (Escurra & Salas; 2014), sugiere que el componente principal de la adicción y el que más fuertemente se vincula con la autopercepción negativa del cuerpo no es necesariamente el tiempo invertido en redes, sino el déficit en la autorregulación y la pérdida de control sobre la conducta. Esta interpretación es profundamente coherente con la conceptualización teórica de las adicciones conductuales, en las que el núcleo patológico reside en la pérdida de control sobre la actividad y la consecuente aparición de malestar o abstinencia al interrumpirla (Andreassen, 2015; Escurra y Salas, 2014). De hecho, esta incapacidad para detener o limitar la conducta es un criterio determinante en trastornos como el Trastorno por juego en Internet (American Psychiatric Association, 2022).

Desde una perspectiva psicológica y sociocultural, esta pérdida de control amplifica la vulnerabilidad corporal de la adolescente. Estudios previos han establecido que en jóvenes con baja autoestima o una autoimagen negativa, la dependencia digital se intensifica como una búsqueda compulsiva de validación externa (Colak et al., 2023; Iñiguez, 2024). La incapacidad para desconectarse mantiene a las participantes en un estado de exposición crónica a plataformas visuales como TikTok (red dominante con 61.9% de uso en la muestra), las cuales promueven

estándares estéticos idealizados e inalcanzables. Esta exposición prolongada alimenta el proceso de comparación social ascendente y la internalización de ideales de delgadez y perfección física, mecanismos que el modelo sociocultural (Thompson et al., 1999; Tiggemann, 2011) identifica como aspectos directamente relacionados a la insatisfacción corporal. Por lo tanto, esta dimensión funciona como un mediador amplificador, al no poder ejercer el autocontrol, la adolescente se somete continuamente a las influencias mediáticas que empeoran su malestar con la apariencia física, perpetuando así un ciclo adictivo en el que la insatisfacción corporal impulsa el uso continuo para compensar la insuficiencia percibida.

Es importante tener en cuenta algunas limitaciones de este estudio, como, por ejemplo, algunas estudiantes se rehusaron a participar del mismo, lo cual, según los principios éticos, era un derecho de las participantes que se debía respetar. Además, algunos docentes tutores se rehusaron a permitir la aplicación en su sección a cargo. Esto ha generado que la muestra propuesta inicialmente se vea disminuida. Contribuyendo también así a la investigación teórica latinoamericana y peruana donde, si bien ya existen investigaciones, aún es menor en esta relación específica. Por otra parte, proporciona una base con fundamento para futuros modelos explicativos que integren adicción digital, autoestima e imagen corporal. Por otro lado, en cuanto a la implicancia práctica, evidencia la necesidad de programas, talleres escolares preventivos orientados al uso responsable de redes sociales y a la promoción de la autoimagen positiva. Incluso orienta a los padres, docentes, directivos al monitoreo de los hábitos digitales en favor de la protección de una imagen corporal saludable. También ofrece hallazgos que pueden ser utilizados para intervenciones psicológicas en estudiantes con preocupación corporal. Por último, otro aporte es la confiabilidad obtenida de ambos instrumentos en esta población.

4.2 Conclusiones

1. Se encontró una correlación positiva fuerte y significativa entre adicción a redes sociales e imagen corporal ($\rho = .608$; $p < .001$) en estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025, esto confirma que una mayor adicción a redes se asocia a mayor malestar corporal en adolescentes mujeres.
2. Se encontraron niveles bajos de adicción a redes sociales (45.3%), aunque hubo un 10.8% con riesgo medio y un 2.2% de riesgo alto en mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025.
3. Existe un 75.3% de preocupación corporal ocasional, además, un 22.9% de preocupación excesiva, lo que implica niveles clínicamente relevantes en estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025.
4. Las dimensiones de la adicción a las redes sociales se relacionan positiva ($\rho > 0.5$) y significativamente ($p < 0.05$) con las dimensiones de la preocupación por la imagen corporal; específicamente, la dimensión "Falta de control personal" con asociación más fuertes con la "Insatisfacción con la imagen corporal" ($\rho = 0.565$) y la "Preocupación por el peso y malestar corporal patológico" ($\rho = 0.574$). en estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025.

4.3. Recomendaciones

- Incluir en futuras investigaciones muestras mixtas (varones y mujeres), instituciones educativas privadas y otras regiones del país, así como incorporar variables mediadoras como autoestima y regulación emocional, con el fin de comparar diferencias por género y contexto sociocultural.
- Diseñar e implementar programas escolares de educación digital responsable, gestión saludable del tiempo en redes sociales y talleres de fortalecimiento de la autoestima y pensamiento crítico frente a contenidos visuales, fortaleciendo además los servicios de consejería psicológica para la detección e intervención temprana en casos de adicción.
- Implementar en la institución educativa un programa anual de detección temprana mediante la aplicación breve del BSQ-8 o BSQ-14, seguido de talleres o programas preventivo-promocionales en favor de la autoestima corporal y alfabetización crítica frente a estándares de belleza irreales en redes sociales, con derivación inmediata a consejería psicológica para los casos con puntuaciones de preocupación frecuente o excesiva.
- Promover en las familias y en la institución educativa la supervisión del tiempo de exposición a redes sociales y el establecimiento de límites saludables (horarios sin pantalla, uso de filtros parentales y eliminación de contenido relacionado con estándares de belleza extremos o normalización de trastornos alimentarios), favoreciendo prácticas de autorregulación digital desde la adolescencia. Además, priorizar en las intervenciones preventivas el desarrollo de habilidades específicas de autorregulación y control de impulsos.

REFERENCIAS

- Alcocer, B. E. (2019). Imagen corporal positiva vs imagen corporal negativa. Dialnet.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8317212>
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2, 175–184. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9>
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2022). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (Quinta ed., texto revisado). <https://doi.org/10.1176/appi.9780890425756>.
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: a two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26, 1089–1097. 10.1016/j.chb.2010.03.012
- Cash, T. F. (2004). Body image: Past, present, and future. *Body Image*, 1(1), 1–5.
[https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00011-1](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00011-1)
- Choque Ccoyo, D., & Puma Quispe, A. (2023). Adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de una institución educativa privada de Espinar [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio Institucional UNSA.
<https://hdl.handle.net/20.500.12773/18491>
- Çimke, S., & Yıldırım, D. (2023). Factors affecting body image perception, social media addiction, and social media consciousness regarding physical appearance in adolescents. *Journal of Pediatric Nursing*, 73, e197-e203. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2023.09.010>
- Colak, M., Bingol, O. S., & Dayi, A. (2023). Self-esteem and social media addiction level in adolescents: The mediating role of body image. *Indian Journal of Psychiatry*, 65(5), 595–600. https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_306_22

- Colegio de Psicólogos del Perú. (2025). Código de ética y deontología. Consejo Directivo Nacional, Colegio de Psicólogos del Perú. Recuperado de https://www.cpsp.pe/images/documentos/marco_legal/CPsP_CDN_codigo_de_etica_y_de_ontologia.pdf
- Colonia, A. (2023). Adicción a redes sociales en adolescentes latinoamericanos: Revisión sistemática de estudios recientes. *Psicología y Salud*, 11(2), 1759–1772. <https://doi.org/10.24265/pyr.2023.v11n2.1759>
- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairburn, C. G. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485–494. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198707\)6:4](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198707)6:4)
- Correa Rangel, C. J. (2023). Nivel de adicción a las redes sociales en los estudiantes del colegio Víctor Raúl Haya de la Torre, Jaén – Cajamarca, 2023 [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Cajamarca]. Repositorio UNC.
- de Carvalho, M. N. P., Dias, M. C. F., de Raphael Nogueira, T., et al. (2024). Body image alterations in eating disorders patients: A systematic review of neuroimaging studies. *Discover Medicine*, 1(134). <https://doi.org/10.1007/s44337-024-00162-z>
- de Carvalho, P. H. B., Alvarenga, M. dos S., & Conti, M. A. (2024). Sociocultural influences on body image in Latin America: A systematic review. *Body Image*, 49, 101698. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2024.101698>
- Diengdoh, I., & Ali, A. (2022). Body image and its association with depression, anxiety, and self-esteem among college-going students: A study from Northeast India. *Indian Journal of Community Medicine*, 47(2), 218–222. https://doi.org/10.4103/ijcm.ijcm_881_21

Efrati, Y. (2024). Parental practices as predictors of adolescents' compulsive sexual behavior: A 6-month prospective study. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(1), 241–253.

<https://doi.org/10.1007/s00787-023-02155-2>

Efrati, Y. (2023). Risk and protective factor profiles predict addictive behavior among adolescents. *Comprehensive Psychiatry*, 120, 152387. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2023.152387>

Escobar Garcia, S. A., & Fuentes Rodriguez, N. M. (2021). Insatisfacción de la imagen corporal y autoestima en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte en el 2019. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/27489/Escobar%20Garcia,%20Sebastian%20AlessandroFuentes%20Rodriguez,%20Nathaly%20Milagros.pdf?sequence=1>

Escorra Mayaute, M., & Salas Blas, E. (2014). CONSTRUCCIÓN Y VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS). *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, 20(1), 73-91.

Feria Ávila, H., Matilla González, M., & Mantecón Licea, S. (2020). La entrevista y la encuesta: ¿Métodos o técnicas de indagación empírica? *Didáctica y Educación*, 11(3), 62–79.

<https://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalía/article/view/992>

Fernández Llamo, D. A. (2025). Adicción a redes sociales y agresividad en adolescentes de una institución educativa pública, Cajamarca – 2024 [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio UPN. <https://repositorio.upn.edu.pe/item/449d40c3-c559-4b3d-afb0-3de7b2064abd>

- Fundación MAPFRE. (2022). Riesgos psicosociales derivados del uso de la Internet y las redes sociales: Un estudio con adolescentes de Lima y Arequipa (Programa Controla Tu Red). <https://www.fundacionmapfre.org/publicaciones/todas/riesgos-psicosociales-derivados-del-uso-de-la-internet-y-las-redes-sociales-un-estudio-realizado-con-adolescentes-de-lima-y-arequipa-peru/>
- Griffiths, Mark & Kuss, Daria. (2017). Adolescent social media addiction (revisited). *Education and Health*. 35. 49-52.
- Grogan, S. (2016). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (3rd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315681528>
- Guevara Llanos, F. D., & Núñez Llatas, M. D. (2023). Autoestima e imagen corporal en mujeres de una universidad de la ciudad de Cajamarca en el año 2022 [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio de la Universidad Privada del Norte. <https://hdl.handle.net/11537/35885>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw-Hill Educación. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=775008>
- Holland, G., & Tiggemann, M. (2021). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Appetite*, 159, 105046. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105046>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI]. (2025). Estadísticas de las tecnologías de información y comunicación en los hogares. <https://m.inei.gob.pe/biblioteca-virtual/boletines/tecnologias-de-la-informacionic/1/#lista>

- Iñiguez, L. S. M. (2024). Relationship between regulatory processes (self-regulation, emotion regulation, self-control and impulsivity) and digital addictions. *Addictive Behaviors Reports*, 23, Article 101715. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2024.101715>
- Izydorczyk, B. (2022). *Body image in eating disorders: Clinical diagnosis and integrative approach to psychological treatment*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003251088>
- Katz, E., Blumler, J.G. y Gurevitch, M. (1973). Investigación sobre usos y gratificaciones. *The Public Opinion Quarterly*, 37 (4), 509-523. <https://www.jstor.org/stable/pdf/2747854>
- Kim, S. S., & Bae, S. M. (2022). Social anxiety and social networking service addiction proneness in university students: The mediating effects of experiential avoidance and interpersonal problems. *Psychiatry Investigation*, 19(6), 462–469. <https://doi.org/10.30773/pi.2021.0298>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International journal of environmental research and public health*, 14(3), 311. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
- Linardon, J., Tylka, T. L., Fuller-Tyszkiewicz, M., & Fuller, K. (2022). Body appreciation and its psychological correlates: A systematic review and meta-analysis. *Body Image*, 42, 85–101. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.01.009>
- Luo, Y., Liang, L., Zhou, H., Qi, X., Xu, J., & Meng, H. (2025). The impact of social media addiction on depression among university students in Wuhan, China: A longitudinal study. *BMC Public Health*, 25(1), Article 2279. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23443-3>
- Montag, C., Demetrovics, Z., Elhai, J. D., Grant, D., Koning, I., Rumpf, H. J., Spada, M., Throuvala, M., & van den Eijnden, R. (2024). Problematic social media use in childhood

and adolescence. *Addictive Behaviors*, 153, Article 107980.

<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2024.107980>

Monks, H., Costello, L., Dare, J., & Boyd, E. R. (2021). “We’re continually comparing ourselves to something”: Navigating body image, media, and social media ideals at the nexus of appearance, health, and wellness. *Sex Roles*, 84, 221-237. <https://doi.org/10.1007/s11199-020-01162-w>

Morán, C., Victoriano, M., Parra, J., Ibacache, X., Pérez, R., Sánchez, J., Sáez, K., & Mosso, C. (2024). Insatisfacción corporal, autoestima, sintomatología depresiva y estado nutricional en adolescentes. *Andes Pediátrica*, 95(1), 69–76. <https://doi.org/10.32641/andespediatr.v95i1.4779>

Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Revista Internacional de Morfología [International Journal of Morphology]*, 35(1), 227–232. <https://doi.org/10.4067/s0717-95022017000100037>

Palomino-Floriano, Alejandra, & Reyes-Bossio, Mario. (2023). Body Shape Questionnaire (BSQ) en jóvenes universitarios limeños: Evidencias Iniciales de Validez y Confiabilidad. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 13(1), 58-70. Epub 05 de diciembre de 2023. <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2023.1.641>

Papageorgiou, A., Fisher, C., & Cross, D. (2022). “Why don’t I look like her?” How adolescent girls view social media and its connection to body image. *BMC Women's Health*, 22, 261. <https://doi.org/10.1186/s12905-022-01845-4>

- Pazdur, M., Tutus, D., & Haag, A. C. (2025). Risk factors for problematic social media use in youth: A systematic review of longitudinal studies. *Adolescent Research Review*, 10, 237–253. <https://doi.org/10.1007/s40894-025-00264-4>
- Quispe Huamaní, L. M., & Valenzuela Rojas, J. D. (2023). Adicción a redes sociales e imagen corporal en adolescentes de una institución educativa de Ayacucho [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio Institucional UPN. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/42491>
- Ramírez-Durán, M. del V. (2023). Influence of social media use on body image and well-being among adolescents and young adults: A systematic review. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 1–8. <https://doi.org/10.3928/02793695-20230524-02>
- Salari, N., Ghasemi, H., Abdoli, N., Rahmani, A., Hosseinian-Far, A., & Mohammadi, M. (2023). Global prevalence of social media addiction among university students: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Public Health*, 31(10), 1623–1635. <https://doi.org/10.1007/s10389-023-02012-1>
- Sánchez Liza, D. M., & Campos Ramos, M. S. (2023). Adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en adolescentes de una institución educativa de Chiclayo [Tesis de licenciatura, Universidad Tecnológica del Perú]. Repositorio Institucional UTP. <https://repositorio.utp.edu.pe/handle/20.500.12867/9690>
- Schier, K. (2020). *Samotne ciało [The lonely body]*. Wydawnictwo Scholar.
- Slade, P. D. (1994). What is body image? *Behaviour Research and Therapy*, 32(5), 497–502. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)90136-8](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)90136-8)

- Skinner, B.F. (1953). *Science and human behavior*. New York: McMillan.
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance* (pp. 85–124). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10312-003>
- Tiggemann, M. (2011). *Perspectivas socioculturales sobre la apariencia humana y la imagen corporal*. En T. Cash y L. Smolak (Eds.), *Imagen corporal: Manual de ciencia, práctica y prevención* (2.ª ed., págs. 12-19). The Guilford Press.
- Valles García, A. C. (2024). *Propiedades psicométricas del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) en estudiantes universitarios del distrito de Los Olivos, 2024* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/158609>
- Varona, N., Muela, A., & Machimbarrena, J. M. (2022). *Problematic use or addiction? A scoping review on conceptual and operational definitions of negative social networking sites use in adolescents*. *Addictive Behaviors Reports*, 16, 100447. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2022.100447>
- Villanueva Canales, L. A., & Pacheco Ramos, M. C. (2024). *Adicción a redes sociales e insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Chorrillos* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Norbert Wiener]. Repositorio Institucional U. Wiener. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/entities/publication/68df9d88-2256-4a66-ae22-bb6a5b3597bf>
- World Health Organization. (2022). *International classification of diseases for mortality and morbidity statistics* (11th rev.). <https://icd.who.int>

World Medical Association. (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 310(20), 2191–2194.

<https://doi.org/10.1001/jama.2013.281053>

Yang, Y., Wang, Y., & Liu, X. (2024). Social media use and body image concerns: A meta-analysis of the relationship between social comparison, body dissatisfaction, and eating disorder symptoms. *Body Image*, 50, 101765.

<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2024.101765>

Yurtdaş Depboylu, G., Kaner, G., & Özçakal, S. (2022). The association between social media addiction and orthorexia nervosa, eating attitudes, and body image among adolescents.

Eating and Weight Disorders – Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity, 27(8), 3725-3735. <https://doi.org/10.1007/s40519-022-01521-4>

ANEXO n.º 1. Matriz de consistencia

Variable	Definición	Definición Operacional	Dimensión	Indicador	Ítem	Escala de Medición
Adicción a redes sociales	Se entiende como el uso compulsivo de las redes sociales que genera obsesión cognitiva, pérdida de control personal y uso excesivo del tiempo, que interfiriendo en la vida diaria, las responsabilidades y las relaciones de los adolescentes (Escurrea y Salas, 2014).	La adicción a redes sociales será evaluada mediante la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS), instrumento diseñado para adolescentes y jóvenes peruanos que mide la percepción del individuo sobre su grado de dependencia a las redes sociales.	Obsesión por las redes sociales Falta de control personal Uso excesivo	Pensamientos recurrentes y dificultad para desconectarse mentalmente de las redes Incapacidad para limitar el tiempo de uso a pesar de intentarlo Tiempo excesivo dedicado a las redes en detrimento de otras actividades	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23 (Ítem 13 invertido) 4, 11, 12, 14, 20, 24 1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21	Escala Likert de 5 puntos: Nunca = 0 Rara vez = 1 A veces = 2 Casi siempre = 3 Siempre = 4 Total: 0–96 puntos Categorías: Bajo: 24–48 Medio: 49–72 Alto: 73–96
Variable	Definición	Definición Operacional	Dimensión	Indicador	Ítem	Escala de Medición
Preocupación por la imagen corporal	Se refiere a los pensamientos, sentimientos y conductas relacionados con la insatisfacción hacia la forma y el peso corporal, que pueden generar malestar emocional y conductas de riesgo (Cooper et al., 1987).	La preocupación por la imagen corporal será evaluada mediante el Body Shape Questionnaire (BSQ-34), instrumento que mide la frecuencia de pensamientos y sentimientos negativos sobre la forma corporal en los últimos días.	Insatisfacción con la imagen corporal Preocupación por el peso y malestar corporal patológico	Sentimientos negativos sobre la forma y apariencia corporal Miedo a engordar y malestar emocional relacionado con el peso	1, 3, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 25, 26, 27, 29, 31, 32 2, 4, 5, 6, 9, 16, 21, 22, 23, 24, 28, 30, 33, 34	Escala Likert de 6 puntos: Nunca = 1 Raramente = 2 A veces = 3 A menudo = 4 Muy a menudo = 5 Siempre = 6 Total: 34–204 puntos Categorías: Ausencia = 0–34 Ocasional = 35–104 Frecuente = 105–133 Preocupación excesiva = 134–204

ANEXO n.º 2. Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Cuestionario adicción de redes sociales

¿Qué edad tienes? _____

¿Utiliza redes sociales?

Sí No

Si respondiste “Sí”:

1. ¿Cuáles son las redes sociales que más usas?

(Puedes marcar más de una)

- TikTok
- Instagram
- Facebook
- WhatsApp
- Snapchat
- YouTube
- Otras: _____

2. ¿Cuáles son las que más usas con frecuencia? (Elige dos)

- 1. _____
- 2. _____

3. ¿Dónde te conectas a tus redes sociales?

(Puedes marcar más de una)

- En computadora o laptop
- En cabinas de internet
- A través del celular
- En el colegio
- En casa

4. ¿Cuántas horas pasas conectado(a) a redes sociales al día?

- Menos de 1 hora al día
- Entre 1 y 2 horas al día
- Entre 3 y 4 horas al día
- Entre 5 y 6 horas al día
- Más de 6 horas al día

5. De todas las personas que tienes agregadas en redes, ¿cuántas

conoces personalmente?

- 10% o menos
- 50% o menos
- Entre el 50% y el 70%
- Más del 70%

7. ¿Tus cuentas en redes sociales contienen tus datos verdaderos (nombre, edad, género, dirección)?

Sí No

8. ¿Con quién vives actualmente?

- Con ambos padres
- Solo con mi madre
- Solo con mi padre
- Con otros familiares
- Con otras personas

9. ¿Tu familia cuenta con vivienda propia?

- Sí
- No, alquilan
- No, viven en casa de familiares
- No sé

10. ¿En tu casa hay conexión a internet fija (wifi)?

Sí No

11. ¿Tienes teléfono celular propio?

Sí No

12. Si tienes celular, generalmente cuentas con datos móviles para usar redes sociales?

Sí No

13. ¿En tu casa cuentan con los siguientes servicios? (Marca todos los que tengan)

- Luz eléctrica
- Agua potable
- Desagüe
- Televisor
- Refrigeradora
- Computadora o laptop

Marca con un aspa (X) en el espacio que corresponde a lo que usted siente, piensa o hace, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas buenas, malas.

Nº ITEM	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	RV	N
1	Siento una gran necesidad de permanecer conectada a las redes sociales.					
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectada a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectada de las redes sociales.					
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a redes sociales.					
7	Me pongo ansiosa cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8	Entrar a las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales del que inicialmente había destinado.					
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de redes sociales.					
17	Permanezco mucho tiempo conectada en las redes sociales.					
18	Estoy atenta a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o computadora.					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectada a redes sociales.					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectada a las redes sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, amigos o familiares me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23	Cuando estoy en clase sin conectar a las redes sociales, me siento aburrida.					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro a una red social.					

Siempre: S Casi siempre: CS Algunas veces: AV Rara vez: RV Nunca: N

ANEXO n.º 3. Body Shape Questionnaire

Instrucciones:

Lee cada pregunta y marca con una "X" en la opción de respuesta que más se acomode a tu criterio o sentir.

41

Nº	ÍTEM	Nunca	Es raro	A veces	A menudo	Muy a menudo	Siempre
1	Cuando te aburres, ¿te preocupas por tu figura?						
2	¿Has estado preocupado/a por tu figura que has pensado que debías ponerte a dieta?						
3	¿Has pensado que tus muslos, caderas o nalgas son demasiado grandes en proporción con el resto de tu cuerpo?						
4	¿Has tenido miedo a convertirte en gordo/a (o más gordo/a)?						
5	¿Te ha preocupado el que tu piel no sea suficientemente firme?						
6	¿Sentirte lleno (después de la comida) te ha hecho sentir gordo/a?						
7	¿Te has sentido tan mal con tu figura que has llorado por ello?						
8	¿Has evitado correr para que tu piel no saltara?						
9	¿Estar con gente delgada te ha hecho reflexionar sobre tu figura?						
10	¿Te has preocupado por el hecho de que tus muslos se ensanchen cuando te sientas?						
11	¿El solo hecho de comer una pequeña cantidad de alimento te ha hecho sentir gordo/a?						
12	¿Te has fijado en la figura de otros jóvenes y has comparado la tuya con la de ellos desfavorablemente?						
13	¿Pensar en tu figura ha interferido en tu capacidad de concentración? (cuando ves televisión, leyendo o conversando)						
14	¿Estar desnudo/a o cuando te bañas te ha hecho sentir gordo/a?						
15	¿Has evitado llevar ropa que marque tu figura?						
16	¿Te has imaginado cortando partes grasas de tu cuerpo?						

Nº	ÍTEM	Nunca	Es raro	A veces	A menudo	Muy a menudo	Siempre
17	Comer dulces, pasteles u otros alimentos altos en calorías, ¿te han hecho sentir gordo/a?						
18	¿Has evitado ir a actos sociales (por ejemplo, a una fiesta) porque te has sentido mal respecto a tu figura?						
19	¿Te has sentido excesivamente gordo/a y lleno/a?						
20	¿Te has sentido acomplejado/a por tu cuerpo?						
21	La preocupación por tu figura, ¿te ha inducido a ponerte a dieta?						
22	¿Te has sentido más a gusto con tu figura cuando tu estómago estaba vacío (por ejemplo, por la mañana)?						
23	¿Has pensado que tienes la figura que tienes a causa de tu falta de autocontrol? (que no puedes controlar el comer menos)						
24	¿Te ha preocupado que la gente vea "llantitas" en tu cintura?						
25	¿Has pensado que no es justo que otras chicas/os sean más delgadas/os que tú?						
26	¿Has vomitado para sentirte más delgado/a?						
27	Estando en compañía de otras personas, ¿te ha preocupado ocupar demasiado espacio? (Ej. en un autobús)						
28	¿Te ha preocupado que tu piel tenga celulitis?						
29	¿Verte reflejada en un espejo te hace sentir mal respecto a tu figura?						
30	¿Has pellizcado zonas de tu cuerpo para ver cuánta grasa hay?						
31	¿Has evitado situaciones en las cuales la gente pudiera ver tu cuerpo (albercas, baños, vestidores)?						
32	¿Has tomado laxantes para sentirte más delgado/a?						
33	¿Te has fijado más en tu figura cuando estás en compañía de otra gente?						
34	¿La preocupación por tu figura te hace pensar que deberías hacer ejercicio?						

ANEXO n.º 4. Asentimiento informado

Asentimiento informado:

Estimada estudiante. Mi nombre es Luciana Antonella Collantes Nuñez y soy bachiller en la carrera de Psicología de la Universidad Privada del norte, estoy llevando a cabo un estudio sobre la relación entre la Adicción a Redes Sociales y la Imagen Corporal en estudiantes del tercer grado de secundaria de un colegio nacional, en Cajamarca, 2025; para ello, le solicito su ayuda llenando dos encuestas, esto le tomará un aproximado de 30 minutos.

Es importante mencionar que su participación es totalmente voluntaria, anónima y no conlleva ningún riesgo al momento de responder las preguntas. Además, la información recopilada será exclusivamente utilizada con fines académicos.

Cabe recordar que sus padres ya han sido informados sobre esta investigación y están de acuerdo con que participe si tú también lo deseas.

Ante lo anterior, ¿acepta participar en este estudio? En caso de aceptar, marque sí y proceda a responder las preguntas. De lo contrario, puede marcar NO y volver a tus actividades académicas con normalidad.

¿Quieres participar en esta investigación?	SÍ
	NO

Le agradecemos por su apoyo.

Cajamarca.....de.....del 2025

Firma de la evaluadora

Firma del Estudiante

ANEXO n.º 4. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado/a padre de familia:

El propósito de este protocolo es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento para que su menor hijo(a) participe.

Mi nombre es Luciana Antonella Collantes Nuñez con DNI 74420394 y soy bachiller de la carrera de Psicología en la Universidad Privada del Norte y estoy desarrollando una investigación, que se llama "Imagen corporal y adicción a redes sociales en estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025".

Por ello, se le solicita autorice a su menor hija en participar en dos encuestas que le tomarán 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y su menor hija, de no querer participar, podrá interrumpir su desarrollo en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio académico. Si tuviera alguna consulta sobre la investigación, puede formularla cuando lo estime conveniente. Cabe recalcar que la identidad de su hija será tratada de manera anónima. Asimismo, su información será analizada de manera conjunta con la respuesta de sus compañeras y servirá para la elaboración de la investigación y presentación académica.

Al concluir la investigación, si usted brinda su correo electrónico, recibirá un resumen con los resultados obtenidos. Si desea podrá escribir al correo N00269440@upn.pe. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el correo previamente mencionado. Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre de su menor hija _____ Nombre del apoderado: _____ Firma del apoderado: _____

Agradezco de antemano su tiempo y colaboración. Saludos cordiales,

Firma del investigador

DNI: 74420394

ANEXO n.º 6. Solicitud a Institución Educativa

Lic. Renan Lino Pérez Estrada

Director

Institución Educativa Pública “Juan XXIII”

Presente. -

ASUNTO: SOLICITO AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR INVESTIGACIÓN

Reciba un cordial saludo. Por medio de la presente, yo, Luciana Antonella Collantes Nuñez, bachiller en Psicología, identificada con DNI N.º 74420394, me dirijo a usted con el fin de solicitar la autorización para la aplicación de instrumentos de evaluación psicológica en el marco de mi trabajo de investigación titulado: “Imagen corporal y adicción a redes sociales en estudiantes mujeres de una institución educativa estatal en Cajamarca, 2025”.

La investigación forma parte de los requisitos para optar el título profesional de Licenciada en Psicología en la Universidad Privada del Norte. Para la recolección de información se aplicarán dos instrumentos psicológicos validados, Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y Body|Shape Questionnaire (BSQ) para medir la imagen corporal, que estarían dirigidos a estudiantes mujeres del tercer grado de educación secundaria de la institución que usted dignamente dirige.

Cabe precisar que toda la información recopilada será tratada con absoluta confidencialidad y anonimato, empleándose únicamente con fines académicos y científicos. Asimismo, me comprometo a entregar a la Institución Educativa los resultados obtenidos, las conclusiones derivadas del estudio, así como una copia completa del informe final de la investigación.

Agradezco de antemano la atención prestada y quedo a la espera de su amable autorización, reiterándole mi respeto y consideración.

Atentamente,

Luciana Antonella Collantes Nuñez

Bachiller en Psicología

DNI N.º 74420394

ANEXO n.º 7. Tabla de Confiabilidad Coeficiente alfa de Cronbach

a. Escala Adicción a Redes Sociales

Ítem	N	Correlación ítem-total	Alfa
AE	223	0.7330	0.9351
AF	223	0.6062	0.9369
AG	223	0.6670	0.9361
AH	223	0.6209	0.9370
AI	223	0.6594	0.9361
AJ	223	0.7479	0.9349
AK	223	0.6701	0.9361
AL	223	0.6998	0.9355
AM	223	0.6872	0.9357
AN	223	0.7369	0.9349
AO	223	0.5895	0.9372
AP	223	0.4612	0.9398
AQ	223	0.4921	0.9388
AR	223	0.5990	0.9371
AS	223	0.6471	0.9363
AT	223	0.7216	0.9352
AU	223	0.7938	0.9340
AV	223	0.6630	0.9361
AW	223	0.6543	0.9362
AX	223	0.5951	0.9370
AY	223	0.6121	0.9369
AZ	223	0.6331	0.9366
BA	223	0.6854	0.9357
BB	223	0.6070	0.9370
Total	223		0.9388

b. Body Shape Questionnaire

Ítem	N	Correlación ítem-total	Alfa
BI	223	0.7499	0.9751
BJ	223	0.8531	0.9746
BK	223	0.5583	0.9759
BL	223	0.7677	0.9751
BM	223	0.7270	0.9752
BN	223	0.8006	0.9749
BO	223	0.7271	0.9752
BP	223	0.7203	0.9753
BQ	223	0.7658	0.9750
BR	223	0.7045	0.9753
BS	223	0.7595	0.9751
BT	223	0.7973	0.9749
BU	223	0.7941	0.9749
BV	223	0.8065	0.9749
BW	223	0.7138	0.9753
BX	223	0.7261	0.9752
BY	223	0.8373	0.9747
BZ	223	0.6733	0.9754
CA	223	0.8261	0.9748
CB	223	0.7879	0.9749
CC	223	0.7744	0.9750
CD	223	0.7641	0.9751
CE	223	0.7264	0.9752
CF	223	0.8304	0.9747
CG	223	0.7889	0.9749
CH	223	0.4455	0.9763
CI	223	0.7877	0.9750
CJ	223	0.7081	0.9753
CK	223	0.8520	0.9746
CL	223	0.7960	0.9749
CM	223	0.7156	0.9753
CN	223	0.4751	0.9761
CO	223	0.7693	0.9750
CP	223	0.7939	0.9750
Total	223		0.9758