

INTRODUCCIÓN

Las redes sociales son un poder innegable de la sociedad, esta comunidad permite a las personas interactuar con sus amigos, compartir sus gustos, intereses, entre otros. Alrededor del año 2002 comenzaron aparecer los primeros sitios de internet que patrocinaban la integración a la nueva sociedad de amigos.

Las redes sociales más utilizadas son Facebook, Twitter, Instagram y Tik Tok a estas plataformas, tanto los adolescentes como los jóvenes, les dedican el mayor tiempo para compartir fotos, comentarios, chats, videos, entre otros. Las redes sociales más allá de permitir el contacto con amigos y familiares, también proporciona acceso al entretenimiento y un sin número de temas de interés para los adolescentes.

La importancia e interés de analizar el uso de las redes sociales y la insatisfacción de la imagen corporal, surge a raíz de la observación y especulaciones que se han hecho alrededor de este tema. Se ha supuesto que todos los jóvenes y adolescentes las utilizan, para ratos de ocio y que muchos las incluyen en sus actividades académicas, pero no está comprobado. Por tal motivo se ha decidido realizar este estudio y así contribuir al conocimiento sobre este tema, con bases sólidas acerca de los adolescentes y su relación con estas plataformas, ya que su uso en la actualidad se está extendiendo rápidamente.

En este sentido, la presente investigación busca entender la relación que tienen las redes sociales y la insatisfacción de la imagen corporal en los estudiantes de la unidad educativa “Esteban Migliacci”. Es decir, establecer si existe un conflicto en algún componente enmarcado en la insatisfacción de la imagen corporal como son: componente perceptual referido a la percepción corporal que tienen de sí mismos en cuanto a sus dimensiones, incluye también las subestimaciones por las que percibe su cuerpo inferior a los demás; el componente subjetivo (cognitivo-afectivo), que implica la apreciación, los sentimientos, las emociones y actitudes respecto a nuestro cuerpo como el tamaño, peso, la textura de la piel, etc; el componente comportamental involucra conductas referido a la percepción que surgen de determinados estándares de belleza.

La imagen corporal es la representación mental que se tiene del cuerpo y que se va formando durante la niñez; pero es en la adolescencia donde resulta de mucha importancia para un desarrollo psicosocial. Dentro de este trabajo, se trata de rescatar la importancia del cuerpo brindando información sobre la relación que existe entre el uso de las redes sociales y la insatisfacción de la imagen corporal; ya que actualmente, en nuestro país, este problema se está extendiendo rápidamente.

Para una mejor comprensión, el presente trabajo de investigación presenta distintas partes fundamentales.

- El Capítulo I, contiene todo relacionado con el planteamiento del problema ¿Cómo se relaciona el uso de las redes sociales con la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa “Esteban Migliacci” de la Ciudad de Tarija - gestión 2022? Por otra parte, en la justificación se muestra la importancia del trabajo de investigación.
- En el Capítulo II, se encuentra el Diseño Teórico, en el cual se menciona el problema de investigación los objetivos tanto el general como los específicos, y asimismo las hipótesis formuladas.
- En el Capítulo III, se hace referencia al Marco Teórico, se da a conocer conceptos y definiciones de importancia empleados en el trabajo de investigación; se exponen temas importantes del uso de las redes sociales y la insatisfacción de la imagen corporal.
- En el Capítulo IV, se toma en cuenta la Metodología donde se presenta la tipificación de la investigación, mencionando el área psicológica a la cual corresponde este trabajo, así también el tipo de estudio. Por otro lado, se describe la población, la muestra y se explican los instrumentos como parte importante; asimismo se menciona el procedimiento realizado para llevar a cabo la presente investigación.

- El Capítulo V, expone el análisis e interpretación de los hallazgos enfocando los datos obtenidos de esta investigación y presentando los resultados en cuadros con un enfoque cuantitativo.
- El Capítulo VI, hace mención a las conclusiones a las que se llegó con este trabajo de investigación, asimismo las recomendaciones que se sugieren tomar en cuenta. Finalmente, se presenta la bibliografía, en la cual se encuentran las páginas, libros, etc. empleados en el presente trabajo.

CAPÍTULO I
PLANTEAMIENTO Y
JUSTIFICACIÓN DEL
PROBLEMA

CAPÍTULO I

1. PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

En la actualidad, vivimos en una sociedad donde los adolescentes están inmersos en una cultura que fomenta la belleza corporal. Uno de los componentes principales de insatisfacción de imagen corporal son los ideales de belleza que se imponen bajo estrictos y muy limitados parámetros (Torres, 2018, pág. 14).

La imagen, que se propone como ideal dentro de la sociedad, se encuentra muy lejos de ser saludable, y de representar la realidad genética y natural de gran parte de la sociedad, todo esto perjudica en especial a las mujeres, pero también a los hombres (Torres, 2018, pág. 14). Este conflicto con la imagen corporal se presenta de diferentes formas, ya sea problemas de salud como son algunos trastornos alimenticios, bulimia o anorexia, o una preocupación excesiva por su apariencia física para tener una aprobación de la sociedad. Es así que los adolescentes están más expuestos a estos conflictos debido a que están en busca de una identidad que es propio de la edad.

La insatisfacción es un sentimiento que surge a raíz de una valoración negativa de lo que somos. Todas las personas de alguna manera sentimos algún tipo de insatisfacción. Sin embargo, cuando el nivel de insatisfacción es muy alto interviene de manera significativa en todos los aspectos de la vida.

La insatisfacción de la imagen corporal si bien ha venido siendo impuesto por diferentes culturas a nivel mundial durante muchos años, ha implicado un compromiso a seguir estándares de belleza para ser socialmente aceptados (Bordigon, 2017, pág. 8). La insatisfacción de la imagen corporal, es un concepto que no desaparece al pasar de los años, sino que, por el contrario, se sigue fortaleciendo a un más. Sin embargo, en diferentes épocas se ha ido modificando, según las necesidades de la sociedad.

Las redes sociales sin duda algunas, son una influencia bastante importante en la vida de un adolescente. Si bien pueden tener un impacto positivo, así también pueden afectar negativamente creando insatisfacción hacia su imagen corporal “ideal”, debido a que las redes sociales se encuentran figuras como Messi, Cristiano Ronaldo, entre otros que venden su imagen a través de estos medios.

Por otro lado, se tiene a los famosos “influencers” o “yutubrrers” que muestran lo nuevo en la moda, cuerpos perfectos, y una vida sin problemas, lo que claramente está muy alejado de la realidad en la que se vive. Estos personajes tienen bastante influencia en millones de personas que los siguen, mismos que los llaman “ídolos” provocando inseguridades, baja autoestima en los adolescentes que les dedican demasiado tiempo viendo este tipo de contenido; el tiempo de uso que le den a las redes sociales son un factor bastante importante para generar lo ya antes mencionado (Bordigon, 2017, pág. 7).

En la investigación realizada por Culqui, (2016) en Lima-Perú sobre “*Relación entre adicción a redes sociales y autoestima en jóvenes universitarios de una universidad particular de Lima*” tuvo como objetivo determinar la relación existente entre las variables adicción a redes sociales y la autoestima, mediante un diseño transversal, de tipo descriptivo-correlacional, se evaluó a 346 estudiantes universitarios, de ambos sexos, entre 16 y 25 años de edad en la ciudad de Lima, a quienes se les administró la Escala de Autoestima y un Cuestionario de Adicción a Redes Sociales.

Los resultados indicaron una relación negativa entre las variables Adicción a redes sociales y Autoestima, de esta manera afirma que “entre mayor es la autoestima menor es la adicción a las redes sociales y viceversa”, así también revela que, el riesgo de adicción a las redes sociales puede deberse a varios factores como la cultura, la temporalidad, la edad de los participantes, entre otros. Esto quiere decir que, además de los factores externos, también pueden influir aquellos factores como las creencias, las ideas, los pensamientos y las convicciones personales de los que participen en este tipo de investigaciones. (Culqui, 2016, pág. 52)

Según la investigación de Jiménez (2020), realizada en Bogotá sobre *“Las redes sociales y su impacto en la creación de identidades e imagen corporal en las mujeres universitarias”* se aplicó quinientas diecinueve (519) entrevistas en profundidad para analizar los contenidos y lógica de las redes sociales que está afectando en la construcción de identidad y amor propio en mujeres de dieciséis (16) y treinta (30) años. (pág. 105) `

En los resultados arrojados se pudo evidenciar que, en la mayoría de los casos, las mujeres tienden a tener dos identidades; una es la identidad virtual, que puede ser una extensión personal pero también puede mostrarse de manera idealizada y, en la mayoría de los casos, se debe a las insatisfacciones, pues gran parte de fotos publicadas por mujeres en estas plataformas buscan mostrar y encajar en estándares de belleza establecidos por los medios, como la vida fitness, los labios gruesos, el maquillaje al estilo Kardashian, son algunos de los estereotipos más propagados. De esta manera, se puede decir que la identidad virtual es una búsqueda de aprobación social como lo afirma, Jiménez, (2020, págs. 106-107)

El diseño en la investigación realizada por Grosó (2020) en España sobre el *“abuso de las redes sociales en jóvenes Españoles y su relación con la imagen corporal, la autoestima y la satisfacción vital”* es correlacional. Se seleccionó la muestra de 101 sujetos caracterizados por las edades de 18 y 25 años de edad; se hizo un muestreo por bola de nieve se hizo por la que se solicitó la participación voluntaria de los participantes vía online. La recogida de datos se realizó a través de cinco escalas autos administrados (Pág.16).

Según los resultados obtenidos en esta investigación, se ha demostrado que el uso excesivo de las redes sociales está relacionado con la insatisfacción corporal y vital de los adolescentes y jóvenes que participaron en dicha investigación. Por otro lado, con la variable de autoestima, no se encontró diferencia significativa al analizar la correlación con las redes sociales. En tercer lugar, se encontró una correlación negativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la insatisfacción vital; finalmente, se comprobó que existe una correlación negativa entre el nivel de insatisfacción de imagen corporal y el grado de

autoestima, lo que quiere decir que entre mayor grado de autoestima que tengan los jóvenes presentarán menor insatisfacción de imagen corporal (Groso, 2020, pág. 19).

La investigación de Gutierrez, (2017) fue realizada en Santa Cruz-Bolivia sobre *“Expresión de la subcultura de la belleza física alternativa en Instagram: El papel de los influencers”*. El diseño de esta investigación es de tipo no experimental y transversal. La investigación se abordó desde un enfoque estructural- funcionalista. La muestra con la que trabajó fueron 5 cuentas seleccionadas que apoyan explícitamente en todas sus publicaciones, a la belleza física alternativa. Se identificó a estas personas como miembros de una cultura alterna, no solamente por su aspecto físico sino por el uso que le dan a su aspecto a través de Instagram, una plataforma digital cuyo principal objetivo es mostrar estilos de vida “perfectos”, donde el usuario proyecta y crea una “hiperrealidad”. Esta subcultura de belleza alternativa desafía estos términos exponiéndose tal como son tanto física como emocionalmente, sin filtros ni retoques, contra el canon de belleza difundido masivamente en la misma plataforma (pág. 20).

Según los resultados se logró identificar que existe una relación entre el uso de estrategias en la imagen, texto y frecuencia de publicación en cada uno de los perfiles. La estrategia en común de los cinco perfiles es el uso de sus cuerpos como el objeto principal del mensaje, generando una conexión emocional con sus usuarios para que logren identificarse con ellos, utilizando su perfil como un diario personal con imágenes y textos íntimos. De manera general, hubo una predominancia en el uso de una estrategia visual en donde se muestra el contraste entre la subcultura que ellas representan y la cultura oficial del estereotipo de belleza física actual.

La alta interacción y la poca cantidad de comentarios negativos, son indicadores de que el crecimiento y aceptación de este tipo de subcultura no solamente fue dado gracias a las nuevas tecnologías de información y comunicación, sino también a un contexto social favorable para este tipo de discurso alternativo.

La investigación de Brito, (2005) sobre *“Cuerpo, sexualidades y cibercultura: Uso de redes sociales digitales por jóvenes en Bolivia”* fue de carácter cualitativo exploratorio,

en primer lugar, hace referencia a las plataformas y redes sociales virtuales como nuevos espacios de interactividad a nivel mundial. Los resultados evidencian la utilización de estos espacios definidos por la variable sexo, debido a que a las tres jóvenes a quienes se analizó publican elementos que destacan la estética y la belleza ideal mientras que los hombres jóvenes replican esas publicaciones bajo códigos sexistas. Es un desafío para la sociedad boliviana el poder entablar normas de convivencia virtual y pautas de comportamiento en las redes sociales (pág. 52).

Por otro lado, en la investigación realizada por Rojas, R (2018). Sobre *“El uso de las redes sociales y su influencia en la psicología del adolescente Tarijeño”* trabajó con una población constituida por 2856 personas (adolescentes de 15 a 20 años, padres de familia y maestros de nivel secundario). En los adolescentes de la muestra estudiada se pudo evidenciar que tienen como aplicación número uno en sus dispositivos a la red social Facebook seguido por WhatsApp posteriormente Messenger, Instagram y al final Twitter. Según los resultados de esta investigación se puede corroborar que los adolescentes ciudadanos están conectados entre 4 a 5 horas al día, y los adolescentes del área rural entre 2 a 3 horas. Para los adolescentes las redes sociales les permite vincularse más con las familias, pero para los padres y profesores las redes sociales han superficializado la comunicación humana (pág. 18).

Las principales causas de esta problemática se deben al acceso de teléfonos móviles a muy temprana edad, haciendo un inadecuado uso de los mismos, así también la falta de control de parte de los padres al no establecer ningún tipo de norma que regule el acceso a las redes sociales o se utilice de manera adecuada. (Rojas, R. 2018, págs. 18-21).

A raíz del ilimitado uso de las redes sociales sin control de los adolescentes surgen las consecuencias como problemas en la formación de identidad generando insatisfacciones, que llevan a la frustración y problemas de autoestima. En el ámbito escolar ocasiona desmotivación y falta de interés entre otros.

A través del presente trabajo se va a contribuir y brindar conocimiento con bases sólidas, para realizar un aporte y cambio significativo que ayude a solucionar esta

problemática en los adolescentes y de esta manera puedan generar una conciencia del uso que se le está dando a las redes sociales.

En la investigación de Arias, (2018) sobre *“influencia y efectos de las redes sociales en el área psicológica, familiar y social en adolescentes de la ciudad de Tarija”* tomó en cuenta como población a las Unidades Educativas Castelfort Castellanos y UBEET haciendo un total de 155 adolescentes en la muestra. El diseño empleado para esta investigación fue de tipo descriptivo, ya que el propósito era caracterizar el uso que hacen los adolescentes de las redes sociales. Por otro lado, fue de tipo correlacional ya que evalúa la relación existente entre el nivel de uso de las redes sociales y su repercusión en el área familiar, académico, social (págs. 2-3).

Según los resultados de esta investigación se puede indicar que el nivel de uso de las redes sociales por parte de los adolescentes es, en su mayoría, en un nivel leve pues si bien hacen uso del internet por varias horas, tienen control sobre su uso. Asimismo, la autora señala que los estudiantes presentan rasgos de personalidad que son de autosuficiencia, dubitación y excitabilidad. Por otro lado, indica que la funcionabilidad familiar de los estudiantes que hacen uso de las redes sociales se caracteriza por ser moderadamente funcional. Por lo que, los adolescentes que hacen uso de las redes sociales tienen un rendimiento académico disminuido, pero de manera no significativa.

La investigación de Saravia, (2016) sobre *“Actitud de los adolescentes que asisten a los diferentes colegios de la ciudad de Tarija hacia las redes sociales de internet”*. Corresponde al área de psicología social. Por otra parte, el diseño de este proyecto fue descriptivo - comparativo no experimental. La población de estudio estaba constituida por los estudiantes de 5to y 6to de secundaria de los establecimientos fiscales, particulares y de convenio de la ciudad de Tarija, haciendo un total de la muestra de 363 estudiantes (pág. 90).

Según los resultados obtenidos se pudo identificar que los estudiantes de los diferentes colegios tienen un conocimiento favorable a cerca de las redes sociales por lo que manejan conceptos imparciales de estos medios. Por otro lado, manifiestan un desagrado hacia a

las redes sociales indicando que no hay una aceptación a nivel afectivo, asimismo los estudiantes presentan un rechazo hacia estos medios, es decir, las redes sociales de internet no movilizan acciones en los adolescentes que compete a interactividad, sociabilidad.

¿Cómo se relaciona el uso de las redes sociales con la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa “Esteban Migliacci” de la Ciudad de Tarija - gestión 2022?

1.2. Justificación

El impresionante avance de las redes sociales en los últimos años en el país y en nuestro departamento es una realidad, que los adolescentes y jóvenes están viviendo. El masivo contenido en redes sociales ya sea imágenes o contenido audiovisual hace que muchos adolescentes y jóvenes acepten como normales la insatisfacción corporal. Pero no solo es lamentable que muchos adolescentes vean de manera despectiva su cuerpo si no que ese sentimiento de rechazo a si mismo traerá serias consecuencias futuras en la salud de los adolescentes como trastornos alimenticios: bulimia, anorexia, baja autoestima, etc

La cultura es un factor muy importante dentro de lo implica la insatisfacción de imagen corporal. Hoy en día, las redes sociales están difundiendo con contenidos masivos de estándares de belleza y fomentando la normalización con los famosos “influencers” quienes muestran contenido que es captado por millones de personas, muchos de ellos son adolescentes.

Cabe mencionar que se optó por trabajar con la unidad educativa "Esteban Migliacci" a petición de su directora Lidia Amanda Sanguino, quien a través de una carta de solicitud (ANEXO 3) hizo conocer su alta preocupación por el uso excesivo de las redes sociales, lo cual no solo está provocando un bajo rendimiento académico en los estudiantes sino también problemas en la salud física y emocional.

Resulta de gran interés analizar y conocer qué tipo de insatisfacción de imagen corporal es más frecuente en los adolescentes de la Unidad Educativa “Esteban Migliacci”, ya que es muy importante tanto la salud física como emocional sobre todo de los adolescentes. Está una etapa de desarrollo y formación que implica una evolución de crisis normal en la que se experimenta mucho los cambios corporales, psicológicos y sociales, mismo que la persona debe adaptarse.

Esta problemática de la insatisfacción corporal es de cierta manera generada por las redes sociales. Por lo que los adolescentes se convierten en un grupo de riesgo ya que pueden presentar conductas inapropiadas que pueden afectar la salud física y emocional. Dado lo anterior, es necesario desarrollar acciones formativas de intervención en la etapa

de la adolescencia que puedan corregir la autopercepción de la imagen corporal negativa que se relaciona estrechamente con los trastornos alimenticios, incluyendo en ellas a la familia y las unidades educativas como elementos transformadores de la persona.

Aporte teórico esta investigación brinda información pertinente para un mejor conocimiento de la realidad, sobre la relación que tiene el uso de las redes sociales con la insatisfacción de la imagen corporal en los adolescentes. Por lo tanto, permite conocer datos relevantes y actuales a cerca de esta problemática en el departamento de Tarija en la gestión 2022. Así también para que los futuros investigadores podrán contar con un documento base de apoyo.

Aporte metodológico por otro lado, para llevar a cabo esta investigación se adapta un instrumento, esto debido a que la prueba original para medir el uso de las redes sociales no evalúa Tik Tok, una red social que es bastante utilizada en la actualidad por los adolescentes y jóvenes. El mismo que podrá ser utilizado en futuras investigaciones que se realicen sobre la temática.

Finalmente, el documento posee utilidad para la sociedad y lectores que se interesen por el tema. Es importante que los datos de este estudio sean puestos a consideración de las instituciones que involucren a padres de familia y adolescentes proporcionando las pautas necesarias con el objetivo de guiar, aportar y contribuir a la solución de esta problemática tan compleja.

CAPÍTULO II

DISEÑO TEÓRICO

CAPÍTULO II

2. DISEÑO TEÓRICO

2.1. Problema de Investigación

¿Qué relación existe entre el uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal en los estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa “Esteban Migliacci” de la Ciudad de Tarija en la gestión 2022?

2.2. Objetivo general

- Determinar la relación que existe entre el uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal en los estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa “Esteban Migliacci” de la Ciudad de Tarija en la gestión 2022

2.3. Objetivos específicos

- Identificar el uso de las redes sociales (tiempo y frecuencia) en estudiantes del nivel secundario.
- Analizar la insatisfacción de la imagen corporal en sus componentes, perceptivo, subjetivo (cognitivo-afectivo) y conductual de la muestra.
- Determinar la relación entre el uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal en los adolescentes de la muestra.

2.4. Hipótesis

- Existe correlación positiva entre el uso de las redes sociales (Facebook, YouTube, Instagram, WhatsApp, Tik Tok.) y la insatisfacción de imagen corporal en los estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa “Esteban Migliacci” de la ciudad de Tarija en la gestión 2022

Hipótesis específicas

- El nivel de uso de las redes sociales (tiempo y frecuencia) es exagerado en estudiantes de la Unidad Educativa “Esteban Migliacci”.
- Existe insatisfacción de la imagen corporal caracterizada por: insatisfacción perceptiva marcada, insatisfacción subjetiva severa e insatisfacción conductual marcada.
- Existe una relación positiva entre el uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal en los adolescentes

2.4. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Concepto	Dimensiones	Indicadores	Escala
Uso de las redes sociales	El uso de las redes sociales es un proceso donde se utilizan Facebook, Twitter, WhatsApp, Instagram y Tik Tok para la comunicación personal, con personas que comparten información e intereses comunes, entretenimiento como video juegos en línea y propósitos comerciales como el marketing (Castillo, 2014, págs. 12-13)	Facebook Twitter WhatsApp Instagram Tik tok	El tiempo que dedica a estar conectado a una red social y, principalmente, el grado de entorpecimiento que tenga en la vida frecuentemente de la persona	Nivel de uso Normal Nivel de uso Leve Nivel de uso Exagerado Nivel de uso grave

Variable	Concepto	Dimensiones	Indicadores	Escalas
Insatisfacción de imagen corporal	La Insatisfacción de imagen corporal es la preocupación hacia el cuerpo, considerando que hay una discrepancia entre la figura actual que se tiene y el supuesto ideal; presentando prejuicios valorativos sobre el cuerpo (Solano Pinto & Cano Vindel, 2010, págs. 15-16)	Componente perceptivo	<ul style="list-style-type: none"> • Percepción del tamaño del cuerpo. • Percepción del peso del cuerpo. • Percepción de la forma del cuerpo. 	Grado de insatisfacción SEVERA MARCADA MODERADA MÍNIMO O AUSENTE
		Componente subjetivo (cognitivo-afectivo)	<ul style="list-style-type: none"> • Pensamientos sobre el cuerpo (tamaño, peso, forma). • Sentimientos sobre el cuerpo. Valoraciones sobre el cuerpo (tamaño, peso, forma). 	
		Componente conductual	<ul style="list-style-type: none"> • Experiencias de placer, displacer, satisfacción, disgusto, rabia, impotencia, etc. • Conductas que se derivan de la percepción y de los sentimientos asociados con el cuerpo. Puede ser una exhibición o la evitación 	

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO III

3. MARCO TEÓRICO

3.1. Redes Sociales

Las redes sociales son comunidades virtuales es decir plataformas de internet que agrupan a personas que se relacionan entre sí y comparten información e intereses comunes este es justamente su principal objetivo, entablar contactos con estas personas para reencontrarse con antiguos vínculos o para generar nuevas amistades en las plataformas de internet, es así como lo afirman los autores (Morduchowicz, Marcon, & Ballestrini, 2010, págs. 2-3). Por otro lado, realiza un aporte importante al clasificar dos tipos diferenciados de redes sociales, por un lado, están las redes sociales personales haciendo referencia a los contactos como los amigos que tienen ciertos intereses en común y la familia; por otro lado, las redes sociales profesionales son las redes que se centran en torno a objetivos profesionales (Morduchowicz, Marcon, & Ballestrini, 2010, págs. 10-15).

Las redes sociales, según los autores es una estructura social, que favorece las relaciones entre las personas o grupos que comparten fines y objetivos en común, ya sea conectando con personas que se han conocido fuera de las redes o con nuevas personas. La contribución de las personas mediante una identificación digital, en este tipo de redes, suministra un punto para percatarse de una colaboración, construcción, intercambio, socialización, aprendizaje, cooperación, diversión, autonomía, entre otras (Peña & Perez, 2010, pág. 175).

Bajo estas normas, las redes sociales se pueden establecer, como una herramienta potencial desde la base de unas metas de aprendizaje claramente definidas y consensuadas entre los miembros de la red, con carácter socializador, donde prevalezcan la comunicación e interacción de forma horizontal, abierta y flexible.

Tras las múltiples definiciones que han realizado varios autores hacia las redes sociales, la gran mayoría de ellos coinciden en que una red social es: “una plataforma virtual cuya

finalidad es permitir a las personas poder relacionarse, comunicarse, compartir contenido y crear comunidades” entre personas con intereses en común o motivaciones particulares.

3.1.2. Uso de las redes sociales

El uso de las redes sociales es un proceso donde se utilizan Facebook, Twitter, WhatsApp, Instagram y Tik Tok para la comunicación personal, entretenimiento y propósitos comerciales. Las redes sociales son comunidades virtuales; es decir, plataformas de internet que agrupan a personas que se relacionan entre sí y comparten información e intereses comunes (Castillo, 2014, págs. 12-13).

Los beneficios que brindan las redes sociales están vinculados al uso que se da a estos medios; por lo tanto, se puede decir que la eliminación de peligros que tienen las redes sociales no es lo más factible ya que la sociedad en la que se vive no requiere jóvenes ignorantes en el mundo digital actual, pues forma parte del desarrollo humano, es por eso que deben indagar, equivocarse, asimilar sus errores, aprender para convertirse en adultos y ciudadanos digitales responsables (Quispe, 2018, pág. 23). Los adolescentes son los principales usuarios de redes sociales, entre algunos beneficios se puede mencionar estos medios que están creando una generación mucho más abierta, más creativa, más democrática. Lo que quiere decir, esta generación desarrolla un criterio de análisis diferente, un pensamiento crítico.

El uso de las redes sociales en unidades educativas ha facilitado la comunicación y el aprendizaje, con nuevas formas de trabajo. El éxito de las redes sociales ha sido motivo de debates en los círculos académicos, debido a las consecuencias que para la población han implicado; se dice que en los últimos años las redes se han convertido en la aplicación más famosa para la obtención de la información; puesto que los adolescentes viven pendientes de las actualizaciones o SMS que puedan recibir en alguna red social.

Por otra parte, se debe reconocer que existe un exceso de información al alcance de los adolescentes, lo cual genera un impacto su vida. El acercamiento a este mundo puede ser positivo, aunque se debe remarcar los peligros que aparecen cuando se pasa del uso al abuso. Otra de las ventajas del uso de las redes sociales es la inteligencia colectiva cuyo

principio fundamental es que la información importante puede ser utilizada por otros, es decir crea una generación más participativa que aprovecha de un adecuado uso de las redes sociales (Fernandez, 2014).

Los adolescentes en el contexto del uso de las redes sociales requieren desarrollar habilidades como asimilar, interpretar y reproducir información, es importante que para ello cada uno tenga un modo de percibir y procesar la información dependiendo del contexto y tipo de información que ve en redes sociales. Desde un sentido habitual, se opina que todos los jóvenes que manejan el internet son parte de alguna red social virtual; sin embargo, estamos conscientes de que esta es una aseveración basada en fundamentos que no son lo suficientemente sólidos. En este sentido, sabemos (por observación) que los jóvenes se establecen dentro de estos espacios virtuales para llevar a cabo diferentes actividades como: activismo, expresión de ideas, diversión, etc., pero de manera científica son pocos los datos que se han recopilado (Castillo, 2014, pág. 18).

Los adolescentes que están en un constante uso de las redes sociales pueden definir sus características personales y determinar sus pensamientos, en torno a lo que la sociedad acepte como válido para ellos. Al ser las redes sociales plataformas donde los adolescentes aprenden practicando por medio del error, se introducen en el medio virtual con un esquema idealizado teniendo en cuenta los amigos con los que mantienen contacto, los familiares más cercanos y otros usuarios aproximadamente de la misma edad quienes tienen ciertos intereses en común. Es importante señalar que los adolescentes presentan cierto grado de inseguridad en las redes sociales por algunas características que son propias de la edad. En esta etapa es donde se le da mayor importancia y se prioriza el mundo social y las relaciones interpersonales, por lo que presentan una excesiva confianza en sus ideas, lo que les impide entender que cierta información percibida puede ocasionarles problemas, así también no ayuda a que puedan identificar la autenticidad de la información que reciben; de modo que, pueden experimentar un impacto positivo o negativo en relación a su uso (Campoverde & Naranjo, 2014 , pág. 9).

En la investigación sobre “La adicción a Facebook relacionada con la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales” señala que a partir de los resultados

encontrados en su investigación existe una relación significativamente alta, lo que indica que los sujetos de estudio, con un uso inadecuado y excesivo de las redes sociales, son más vulnerables a ser menos asertivos y tienden a tener relaciones interpersonales pobres. Por lo tanto, tienen dificultades para desenvolverse en público en comparación con las personas que tienen un uso adecuado de las redes sociales. En su investigación encontraron que los adictos a las redes sociales son personas patológicamente indefensas y tienen una mayor probabilidad a presentar una baja autoestima; por ello, muestran una percepción desvalorizada de su imagen corporal, de su autoconcepto y de su intelecto (Herrera , Pacheco Murgia , Palomar Lever , & Zabala Andrade, 2010, pág. 15)

En nuestro país las redes sociales cada vez son más importantes y los adolescentes son los protagonistas principales del uso de las redes sociales como Facebook, WhatsApp, Instagram y Tik Tok. A medida que los mismo se conectan reciben información, lo que implica que muchos de los usuarios que están haciendo un uso excesivo de las redes sociales estén generando de esta manera una adicción a las redes sociales; por lo que, es importante que los adolescentes realicen un buen uso de las redes sociales. El uso inadecuado realizado por los adolescentes ha ocasionado numerosas opiniones de varios autores que han buscan conocer el grado de influencia de estas plataformas digitales sobre su comportamiento, quienes producto de su inmadurez, que forma parte de la edad, son los más sensibles a estos impactos.

La Agencia de Gobierno Electrónico y Tecnologías de Información y Comunicación (AGETIC, 2017) exterioriza los resultados iniciales de la encuesta nacional realizada en Bolivia; según esta encuesta el 94% de los sujetos de estudio utiliza Facebook y 91%, WhatsApp; posteriormente, YouTube, un 40% y finalmente Twitter un 17%. El incremento en el uso de la red social Facebook se debe a que esta plataforma dispone de información inmediata y se difunde a mayor población en corto tiempo, a diferencia de la aplicación de WhatsApp en la cual la información es compartida solo a contactos de amigos o familiares; por otro lado, la aplicación YouTube no tiene la función de una red social, sin embargo, genera un impacto en la población adolescente con el consumo de

programas de los famosos youtubers y que está en plena expansión con numerosos suscriptores en cada canal.

3.1.3. Historia de las redes sociales

El trabajo de investigación de sobre *“Cuerpo, sexualidades y cibercultura: Uso de redes sociales digitales por jóvenes en Bolivia”* brinda información importante sobre los antecedentes de Internet como plataforma dispersada; se remontan al año 1969 con la aparición de ARPANET en los Estados Unidos. Esta plataforma consistía en una red de ordenadores interconectados; la primera red sin nodos centrales fue parte de cuatro instituciones educativas: Universidad de California Los Ángeles (UCLA), Universidad de California Santa Bárbara (UCSB), Universidad de Utah y Stanford Research Institute (SRI) (Brito, 2005, págs. 11-13).

En 1983 ARPANET estaba siendo usada e implementada por un número significativo de organizaciones operativas de investigación y desarrollo. A raíz de esto el Ministerio de Defensa de los Estados Unidos decidió abandonar ARPANET y estableció su propia red de control MILNET (Military Network). Desde ese momento ARPANET y todas sus redes asociadas empiezan a ser conocidas como Internet a nivel mundial.

En el año 1991 en Bolivia se proporcionaron los primeros movimientos a través de una infraestructura alquilada en el Instituto de Desarrollo Andino Tropical (IDAT) a continuación, en 1993, en instalaciones de la facultad de ingeniería electrónica de la Universidad Mayor de San Andrés (Ciudad de La Paz) se ubican los equipos de BOLNET alcanzando una interacción e intercomunicación durante 24 horas al día con 91 países.

BOLNET se convirtió en la primera y única red en el territorio nacional que facilitaba sus servicios a más de 1000 personas usuarias, incluyendo a instituciones académicas y científicas en 1995 se expanden los sistemas de información al resto del país e ingresa a las regiones de Santa Cruz, Cochabamba y Chuquisaca; años más tarde, en 2008, se desplazan poco a poco a los grupos abiertos a foros, web, blogs, facebook y Twitter, de los cuales convierten en las nuevas formas de comunicación y nexos entre las personas con intereses comunes.

3.1.4. Tipos de redes sociales

Al hablar de redes sociales, se hace referencia a varios tipos de redes, que cumplan con las exigencias que la persona esté buscando; implica poder comunicarse con otras personas, ya sea amigos o familiares, hasta desconocidos, para entablar con ellos una conversación y publicar fotos. El público es amplio y en este caso, hablando de adolescentes, existen múltiples redes sociales más frecuentadas por ellos como constatan varias investigaciones.

Los países Bolivia, Brasil, Colombia, Chile, Ecuador, Uruguay, Perú, Paraguay y Venezuela; fueron parte de un estudio en el cual se analizó el uso de las redes sociales. Los resultados mostraron que: Facebook mantiene su liderazgo con 2.271 billones de usuarios activos; le sigue YouTube con 1.900 billones; luego algunas herramientas de mensajería como WhatsApp (1.5 billones), Facebook Messenger (1,3 billones) y WeChat (1.083 billones); Instagram con 1.000 billón de usuarios, se ubica en tercer lugar; Twitter, se encuentra en octavo lugar, con 326 millones de usuarios. A continuación, se describe las redes sociales más utilizadas por los adolescentes, jóvenes y hoy, en día, hasta por personas mayores (Puertas Hidalgo, Jimenez, & Suing, 2019, pág. 3)

Facebook: es una red social creada por Mark Zuckerberg, estudiante de Harvard, el 4 de febrero del 2004. Según (Zambrano V. J., 2015, págs. 10-11), es la más famosa en la actualidad y supera los 2000 millones de usuarios conectados al mes y asegura que la popularidad que está teniendo a nivel mundial se debe a lo siguiente:

- La facilidad con la que se puede compartir el contenido, sean estos fotos, links o videos
- La posibilidad de subir casi sin límites las fotos.
- La facilidad de crear una cuenta y convertirse en miembro.
- La integración de mensajes y correos electrónicos
- Las recomendaciones de nuevos amigos, muchas veces acertadas.
- La facilidad de dar a conocer o vender algún producto

➤ Estos son algunos de los factores más importantes que hacen que sea esta una de las redes favoritas por los usuarios, en especial por los adolescentes.

Facebook al ser caracterizado por compartir fotos o videos en los cuales muestran cuerpos perfectos una cara sin imperfecciones que son ciertos parámetros a seguir para obtener más reacciones en esta red social las cuales son: me gusta, me encanta, me divierte y me enoja, por ende, al seguir estos parámetros que exige Facebook para ser aceptados los usuarios optan por subir sus mejores fotos retocadas o con filtros a esta plataforma.

Instagram: es una de las redes sociales más visuales y utilizadas por los usuarios en la actualidad; ha logrado duplicar el número de usuarios en solo dos años. Instagram es una red social destacada por las nuevas generaciones, y se identifica porque está basada en imágenes que los usuarios comparten con el resto. Es una alternativa fresca y divertida que ofrece una enorme interacción con el público objetivo y mayor visibilidad para sus productos o servicio, hoy en día Instagram cuenta con 1.000 millones de usuarios (Rojas, 2020, pág. 10). Instagram es una de las aplicaciones caracterizadas por subir historias fotos y videos cortos donde muestran vidas lujosas cuerpos trabajados, dietas etc. sin ningún tipo de restricción y fuentes seguras.

Tik tok: es una red social que consiste en crear videos cortos donde los usuarios suben videos con filtros de sonido, su principal atractivo es el performance con dichos audios; el contenido pretende ser entretenido, gracioso y emotivo (Rojas, 2020, pág. 13).

Según Business Standard, Tik Tok fue la aplicación más descargada en Estados Unidos y Europa durante 2018, superando a gigantes como Facebook, Instagram y YouTube. En la actualidad, tan solo una influencer conocida como “Charli D’Amelio” llego a la grandiosa cantidad de 124.4 millones de seguidores siendo la influencer más seguida en Tik Tok. En este año, Tik Tok ha crecido bastante, teniendo como publico principal a los adolescentes y jóvenes, con bailes de coreografías que imitaban de otro o simplemente realizaban bromas.

Tik Tok es una de las aplicaciones en la actualidad más influyentes en la población juvenil donde imponen moda a través de los bailes y coreografías y que cumpla con los parámetros dentro de esta plataforma que son tener una cara sin imperfecciones, un cuerpo perfecto, un tono de piel claro, ojos claros etc. y quienes no lo tienen muestran las intervenciones quirúrgicas que se realizan para poder cumplir con estos parámetros.

3.1.5. Influencia de las redes sociales

Las redes sociales han evolucionado al punto de tener bastante influencia en el comportamiento, en la forma de pensar, de sentir de las personas en estos medios, Los adolescentes se encuentran en un proceso que les permitirá acceder a una identidad personal, a un sentido de seguridad respecto a quiénes son y a lo que desean ser y a un sentido de la intimidad (Cordobella Ruiz & Oliva, 2013, pág. 105).

Los autores aseguran que el desmesurado uso de las redes sociales por lo jóvenes, en su espacio de ocio puede transformar el desarrollo personal y social, que a su vez sobrellevan a desórdenes psicológicos como conductas antisociales, tendencia a la agresividad, ausentismo escolar y problemas de sueño,

Por otro lado, postulan que estas plataformas, en especial la participación en ellas, originan un nuevo tipo de identidad digital, que se alinea a partir de la habilidad de formalizar con éxito la propia visibilidad, reputación y privacidad.

Sin embargo, en las redes sociales “se juega” con la imagen que se quiere mostrar a terceros, por lo que en los perfiles virtuales se muestran como en realidad no son. Alrededor de un 50% de adolescentes reconoce experimentar cambios con su identidad con el propósito de saber qué sienten los demás cuando interactúan con una persona distinta, de superar la timidez y de facilitar las relaciones con otros. (Cordobella Ruiz & Oliva, 2013, pág. 107)

3.1.6. Adolescentes adictos a las redes sociales

En referencia al término “adicción” la Organización Mundial de la Salud señala que es un estado del cuerpo en intoxicación, la que se presenta de manera temporal o permanente

que es causada por el consumo repetitivo de drogas sintéticas o naturales, lo cual podría generar una predisposición a incrementar la dosis paulatinamente, dado que crea una dependencia física, psicológica y así misma causa, adicionalmente, el síndrome de abstinencia al no consumirla.

Los resultados de la investigación de sobre “*Relación entre adicción a redes sociales y autoestima en jóvenes universitarios*” indicaron una relación entre las variables Adicción a redes sociales y Autoestima; de esta manera, se afirma que entre mayor es la autoestima menor es la adicción a las redes sociales y viceversa; así también revela que, el riesgo de adicción a las redes sociales, puede deberse a varios factores como la cultura, la temporalidad, la edad de los participantes, entre otros. Esto quiere decir que, además de los factores externos, también pueden influir aquellos factores como las creencias, las ideas, los pensamientos y las convicciones personales de los que participen en este tipo de investigaciones (Culqui, 2016, pág. 63).

De acuerdo a Ecurra & Salas, (2014, págs. 74-76), existen factores asociados a la adicción a las redes sociales, como se menciona a continuación:

Individuales: Se presentan ciertas características de personalidad que se consideran de riesgo como, por ejemplo: impulsividad, búsqueda de nuevas sensaciones, baja autoestima, intolerancia, estilos de afrontamiento inadecuados y escasas habilidades sociales.

Familiares: Se presenta climas familiares inadecuados los cuales generan hijos dependientes, rebeldes e irresponsables; lo cual no aporta a establecer normas claras ni de conductas saludables en los adolescentes que componen la familia propiciando el escaso autocontrol, que, en este caso, se refleja por el refugio en las redes sociales.

Sociales: Se da a conocer por la presencia de un alto grado de influencia y presión social para actuar de acuerdo a las conductas de moda, por lo que los adolescentes deben de comportarse de tal o cual modo para pertenecer al grupo.

3.2. Adolescencia

Según la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es un periodo de 10 a 19 años de edad, caracterizada por ser una etapa compleja, debido a que marca esa transición de la infancia al estado adulto; en esta etapa se producen cambios físicos, psicológicos, biológicos, intelectuales y sociales; se clasifican en primera instancia, adolescencia precoz o temprana entre los 10 a 14 años, la segunda o tardía de 15 a 19 años (Borras, 2014).

El término de adolescencia ha sido definido por varios autores en el libro titulado *Adolescencia* del autor Moreno, (2007) define como una etapa de cambios que, denota diferencia respecto de otros estadios, por lo que en esta etapa nos conduce a la madurez. En la adolescencia, los cambios asociados con este periodo se analizan habitualmente diferenciando tres niveles interrelacionados: el fisiológico, biológico, psicológico y social que se va profundizar a continuación. (Moreno, 2007, pág. 21)

Cambios Biológicos: En la adolescencia suceden una serie de cambios biológicos que se forma en la etapa de la pubertad entre los 8 y 13 años de edad en niñas y entre 10 y 15 años en los niños; esto puede ayudar a explicar porque pese a tener la misma edad cronológica algunos adolescentes siguen pareciendo niños mientras que otros parecen más adultos (Villareal Gonzales, et al. 2012, pág 20).

Una de las principales señales de la pubertad es el crecimiento de vello donde no había anteriormente, los niños y las niñas notan que les ha comenzado crecer vello debajo de los brazos en las axilas y en el pubis alrededor de los órganos genitales; al principio el vello es claro y escaso, pero después se torna más largo más espeso más rizado y más oscuro.

También a los adolescentes les comienza a crecer la barba, el bigote y modificación del tono de la voz. En las mujeres se presenta el crecimiento de los senos la aparición de la menstruación regular, el ensanchamiento de caderas y la aparición de vello púbico y axilar; estos cambios conocidos como caracteres sexuales constituyen un indicador de que el sujeto está dotado biológicamente para el objeto de su sexualidad (Villareal Gonzales, et al, 2012 Pag.21).

Cambios psicológicos: La cognición social es la capacidad de reflexionar sobre los pensamientos de los demás, permite comprender el punto de vista de otros sentimientos y actitudes; los adolescentes son capaces de reflexionar sobre los pensamientos de los demás y sobre sus relaciones interpersonales. (Villareal Gonzales, et al. 2012 pag 22)

Cambios sociales: Entre los cambios que se dan en el ámbito social y relacional del sujeto, se puede destacar las actitudes familiares con los padres o hermanos así también la relación con el grupo de iguales. A través de la interacción social surgen procesos sociales como la comparación social, la mayoría de las adolescentes se comparan con otros para valorar su aspecto físico, su rendimiento académico o sus gustos.

Las relaciones con los padres y hermanos se distancian, es decir, que la influencia de los padres ya no es tan importante como en la infancia; sin embargo, los padres todavía son importantes agentes de socialización de los cual aprenden reglas normas y conductas desde un punto de vista del modelo ecológico, lo más importante es la familia a lo largo del desarrollo de una persona (Scales & Gibbons, 1996, págs. 365-389). Los adolescentes tienden a relacionarse más con sus iguales, la característica que mejor define al grupo de pares es que suelen estar en el mismo nivel o fases similares de desarrollo o madurez social, emocional y cognitivo, es así que a través de los procesos de interacción con los demás sirven de prototipo para sus futuras relaciones en la edad adulta (Villareal Gonzales, et al. 2012 pag 23)

3.2.1. Relación de las redes sociales en el comportamiento de los adolescentes

Hay diversos estudios realizados sobre el comportamiento de los adolescentes en las redes sociales entre ellos el de Rojas, (2020). Asegura que las redes sociales tienden a causar adicción en los adolescentes con personalidad vulnerable, tímidos, padres separados o baja autoestima. Son especialmente ellos lo que pasan más tiempo en las redes, y no se relacionan con personas de su entorno, no conversan, no se relacionan todo es virtual

Los adolescentes que están en un constante uso de las redes sociales pueden definir sus características personales y determinar sus pensamientos, entorno a lo que la sociedad

acepte como válido para ellos, es decir que piensan o sienten que aquello que la sociedad impone los representa o simplemente son su arquetipo de referencia (Rojas, 2020, pág. 15).

En la etapa de la adolescencia, la manera en cómo son percibidos por los compañeros, es demasiado importante, por lo que, algunos harían todo lo necesario por ser parte del grupo, para no ser excluidos. Esta búsqueda por “encajar” genera estrés, frustración, depresión, tristeza. De manera que, la aceptación por parte de los compañeros, al igual que la apariencia física, constituye dos elementos de vital importancia para los adolescentes, y se correlacionan con su autoestima. La imagen corporal es una parte importante dentro del desarrollo de las personas porque, en la medida que se acepten o no su imagen corporal, se irá formando su personalidad, la cual, distinguirá a unos de otros y los acompañará en su etapa adulta, “la imagen corporal no solo es cognitiva, sino que está impregnada de valoraciones subjetivas determinadas socialmente, la imagen corporal se produce en forma paralela al desarrollo evolutivo y cultural de los individuos” (Galean, 2021, pág. 23)

En este sentido, la imagen corporal que tenga el adolescente dependerá también de la vivencia que cada uno tiene de su propio cuerpo, no es lo mismo la apariencia física que la imagen corporal, por lo tanto, adolescentes con una apariencia física que no se ajusta a los cánones de belleza de su cultura, pueden sentirse bien con su imagen corporal; o, al contrario, adolescentes que siguen los cánones de belleza y son considerados socialmente “bellos”, pueden no sentirse bien con su imagen corporal. De esta manera, “la apariencia física es la primera fuente de información que resulta de la interacción social, es la realidad física” mientras que, la imagen corporal, como ya se dicho, es el resultado de la representación mental que se tiene respecto de esa apariencia (Galean, 2021, pág. 22)

A raíz de pasar mucho tiempo en las redes sociales el adolescente puede caer en adicción, y esto le puede generar efectos antisociales, y si éste ya era así antes el problema se ahondará más. Entre las características más evidentes son:

- Descuidar otras actividades importantes, como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio o el cuidado de la salud.
- Recibir quejas en relación con el uso de la red de alguien cercano, como los padres o los hermanos.
- Pensar en la red constantemente, incluso cuando no se está conectado a ella y sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla o resulta muy lenta e intentar limitar el tiempo de conexión, pero sin conseguirlo, y perder la noción del tiempo.
- Mentir sobre el tiempo real que se está conectado o jugando un videojuego, aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios.
- Sentir una euforia y activación anómalas cuando se está delante del ordenador.

La característica más preocupante es la negación de que las redes sociales puedan estar causando problemas en su vida diaria.

3.2.2. Riesgos en la adolescencia

Las situaciones de riesgo en la adolescencia son comportamientos que pueden producir consecuencias negativas, tanto en la salud del adolescente, como en su vida personal, familiar e incluso en su futuro (Liberato Reyes & Polin Andrade, 2016, págs. 54-67).

Los adolescentes componen un grupo con mayor grado de riesgo, ya que estos tienden a distinguir impresiones nuevas y son los que más se conectan al internet, puesto que están familiarizados con la nueva tecnología.(Liberato Reyes & Polin Andrade, 2016, págs. 54-67). Sin embargo, existen personas más vulnerables que otras debido a su disponibilidad ambiental, en algunos casos hay ciertas características de personalidad o estados emocionales que aumentan la vulnerabilidad psicológica a las adicciones, tales como: la impulsividad, la intolerancia a los estímulos displacenteros y la búsqueda excesiva por nuevas sensaciones, a esto se añade que en la adicción subyace un problema de personalidad (timidez excesiva, baja autoestima, intolerancia a la frustración), en

ocasiones se trata de individuos que muestran una insatisfacción personal con su vida o carecen de un afecto consciente que intentan llenar esa carencia con sustancias o conductas sin sustancias.

Un adolescente con una personalidad vulnerable, con una cohesión familiar débil, con relaciones sociales pobres, corre un gran riesgo de hacerse adicto a sustancias o al internet; si se siente presionado o está sometido a circunstancias de estrés o vacío existencial puede llevar al adolescente al fracaso académico, inactividad, aislamiento social, dificultades familiares, trastornos de alimentación entre otros (Liberato Reyes & Polin Andrade, 2016, pág. 35).

3.2.3. Redes sociales y su papel en la insatisfacción de la imagen corporal

Las redes sociales, han jugado un papel fundamental para reproducir estándares de belleza debido a que mediante las redes se transmite un sin fin de imágenes constantemente de hombres y mujeres de “cuerpos perfectos” afectando la visión y la percepción de las personas y en especial de los adolescentes obligándoles, de alguna manera, a volverse dependientes de esa imagen que se propaga masivamente en las redes sociales como Facebook, Instagram, Pinterest, YouTube, aplicaciones propias (Apps), revistas online y blogs (Marulanda Cuevas & Quiñones Quiñones, 2021, pág. 19).

La Insatisfacción de la imagen corporal son preocupaciones hacia nuestro cuerpo, considerando que hay una disconformidad con la figura actual que tenemos y con el aparente ideal, presentando perjuicios valorativos sobre el cuerpo. En ese sentido, la construcción de la identidad en los adolescentes, en cuanto a la belleza de imagen corporal se refiere, está ajustada a lo que se observa desde las plataformas digitales, cuando se pretende plasmar insatisfacciones de los estándares de belleza, pero irreal a partir de la publicidad y las redes sociales.

Esto se debe a que cada día el consumo de este tipo de contenidos digitales, donde se ve a la mujer y al hombre como un producto, está siendo regulado o normalizado puesto que la demanda, en este caso, es muy alta de parte de los adolescentes que están

favoreciendo a aumentar este medio (Marulanda Cuevas & Quiñones Quiñones, 2021, pág. 31).

La relación entre el uso de las redes sociales y la insatisfacción de la imagen corporal es que las primeras constituyen una plataforma que propicia la competencia y comparación con relación al atractivo físico y la imagen corporal que los adolescentes presentan sobre sí mismos. Las redes sociales están emergiendo con mucha fuerza, de aquí radica la importancia de conocer todos los efectos positivos y negativos que genera, como las valoraciones que realizan sobre su propia imagen corporal y que tipo de conductas tienen hacia la misma. Su relación con una valoración negativa de su imagen corporal repercute de manera indirecta en la autoestima. Por esta razón, las redes sociales se enfocan en reflejar una determinada imagen, pero esta imagen no puede ser cualquiera sino que tiene que ser la “mejor”, por ende se busca vender a través de ciertos estándares de belleza que ya están establecidos por la sociedad; y por ello, lo más valorado por la mayoría usuarios es el atractivo físico, la belleza (Marulanda Cuevas & Quiñones Quiñones, 2021, pág. 36). Es decir que el uso de las redes sociales y su relación de la insatisfacción con la imagen corporal, se debe a que las redes sociales se ajustan a las grandes influencias de comparación entre iguales y mensajes provenientes de las plataformas digitales que se centran en la importancia del aspecto físico y la belleza.

Es importante destacar que con esta investigación no se busca incentivar al no uso las redes sociales, sino crear conciencia ante estas nuevas funciones digitales en la vida de los adolescentes, fomentando un mejor desarrollo de la autoestima e imagen de uno mismo; además impulsar un uso responsable de estos medios.

Las redes sociales pueden provocar alteraciones en torno al comportamiento cotidiano del individuo, pero también un conflicto con la imagen corporal y se presenta de diferentes formas; pueden desarrollar una preocupación excesiva por su apariencia física para tener la aprobación de la sociedad, esto debido a que los adolescentes están más propensos a estos conflictos que es propios de su edad, así también problemas de salud como son algunos trastornos alimenticios, bulimia o anorexia (Torres, 2018, pág. 14)

Bulimia: La bulimia nerviosa habitualmente empieza a principios de la adolescencia cuando las jóvenes pretenden realizar dietas restrictivas, que fracasan y reaccionan con atracones, se purgan mediante la toma de laxantes, pastillas para la dieta o medicamentos para reducir líquidos o inducen el vómito. (Morales, Ramires, & Ureña, 2002). Señala que en general, las personas bulímicas tienen un peso corporal de nivel normal alto. Las estimaciones de la prevalencia de bulimia entre mujeres jóvenes varían de 4% a 10%, aunque algunos investigadores sostienen que este problema es subestimado porque muchas pacientes son capaces de ocultar sus purgas o vómitos, y no presentan pérdida significativa de peso.

Por otro lado, según el DSM-V (APA, 201, pág.193), los episodios recurrentes de atracones se determinan por la ingesta de grandes cantidades de comida dentro de un período de 2 horas, así como por la sensación de falta de control sobre la ingesta durante el episodio. Estos atracones y conductas compensatorias se producen, en promedio, al menos una vez a la semana durante tres meses. Además, la autoevaluación es dependiente del peso y de la forma corporal.

Anorexia: las personas anoréxicas se caracterizan por presentar un peso corporal inferior al peso normal según la edad y altura perdiendo entre un 15% a un máximo de 60% del peso corporal, además muestran un disgusto para comer motivado por un miedo a engordar, aunque presenten un bajo peso junto con una imagen distorsionada de su cuerpo (Morales, Ramires, & Ureña, 2002). La anorexia nerviosa es la tercera enfermedad crónica más común en mujeres adolescentes y se estima que se presentará en un 0.5% a 3% en todos los adolescentes. Algunos estudios indican que la prevalencia de ambas (anorexia y bulimia) en los Estados Unidos fluctúa de 2% a 18%, cerca de un 90% son mujeres y sólo el 10% son varones.

Del mismo modo, según el DSM-V (American Psychiatric Association (APA), 2013, pág. 189), los criterios diagnósticos para la anorexia nerviosa incluyen:

- ❖ *Restricción persistente de la ingesta de energía que conduce a un peso corporal significativamente bajo (en el contexto de lo que es esperable para la edad, el sexo, el desarrollo, y la salud física).*
- ❖ *Miedo intenso a ganar peso o engordar a pesar de tener bajo peso.*
- ❖ *Alteración del modo en que se experimenta el peso corporal o la forma corporal, influencia desproporcionada del peso corporal o la forma corporal en la autoevaluación o negación de la gravedad del bajo peso corporal.*

3.3 Insatisfacción

Begoña (2010) citado en (Salazar, 2016, Pág. 16-17) define a la insatisfacción como un sentimiento que hace desaprovechar la capacidad de disfrute e impide evaluar las aspiraciones de forma realista aceptando las limitaciones personales. Las personas que poseen insatisfacción nunca se sienten satisfechas con nada, la mayoría de las veces les falta algo para poder ser completamente felices. Tienden a fijarse objetivos inalcanzables y, con frecuencia, les cuesta poner límites a sus anhelos y aceptar que no lo pueden tener todo en la vida. Es decir que la insatisfacción es un sentimiento de inferioridad que una persona experimenta ante una determinada realidad que no satisface o no llena sus expectativas, lo que muestra una decepción personal de la frustración de no poder cumplir sus determinadas aspiraciones.

Varios autores están de acuerdo, en que la insatisfacción es un sentimiento íntimo que experimenta cada persona cuando cree que una realidad no cumple sus expectativas. La insatisfacción muestra esa contrariedad personal que es producida por la frustración de que no haya cumplido un deseo en específico.

3.3.1. Imagen corporal

El concepto de imagen corporal a través del tiempo ha venido evolucionado por lo que varios autores la han definido de diferentes maneras y se logra encontrar cierta similitud entre algunos términos.

Para el autor (Raich, 2000) citado por (Salazar, 2016, pág. 18), la imagen corporal es un constructo complejo que envuelve tanto la percepción que tenemos de todo el cuerpo, como del movimiento y límites de éste, la experiencia personal de actitudes, pensamientos, sentimientos y valoraciones que creamos, sentimos, el modo de comportarnos derivada de las cogniciones y los sentimientos que experimentamos. La imagen corporal abarca la percepción que cada uno tiene de su propio cuerpo y todas las partes de la misma, así también incluye los pensamientos, emociones, evaluaciones que realizamos y sentimos, las cogniciones e impresiones que adquirimos de nuestro comportamiento. Por otro lado, a continuación, se presentan los aportes de otros autores.

Otra definición sobre este concepto según Fisher (1986) citado en (Gomes, 2013, pág. 16-17) afirma que viene dada en una función de sentimientos y actitudes que se genera en los adolescentes hacia su propio cuerpo; sin embargo, es posible que esta imagen esté llena de sentimientos que pueden ser positivos o negativos que lleguen a influir en el autoconcepto. Es decir, la imagen corporal hace referencia a la forma en que cada persona percibe, imagina, siente y actúa en función de su propio cuerpo.

Analizando las aportaciones de, Pruzinsky & Cash, (1990, págs. 337-349), plantean que efectivamente existen diversas imágenes corporales interconectadas.

- ❖ Una imagen perceptual hace referencia a los aspectos perceptivos, respecto a nuestro cuerpo, relacionado al concepto de esquema corporal y mental, el cual incluye información sobre tamaño y forma de nuestro cuerpo.
- ❖ Una imagen cognitiva involucra pensamientos, auto mensajes, creencias sobre nuestro cuerpo.
- ❖ Una imagen emocional incluye nuestros sentimientos sobre el grado de satisfacción con nuestra figura y con las experiencias que nos proporciona nuestro cuerpo.

Para estos autores el concepto de imagen corporal es subjetivo porque cada persona tiene una experiencia diferente, esto hace bastante amplio este concepto, por lo que lo definen a través de las siguientes características:

- Es un concepto multifacético.
- La imagen corporal está interrelacionada con los sentimientos de autoconciencia. Es decir, cómo percibimos y experimentamos nuestros cuerpos.
- La imagen corporal está socialmente determinada. Desde que se nace existen influencias sociales que matizan la autopercepción del cuerpo.
- La imagen corporal no es fija o estática, más bien es un constructo dinámico, que varía a lo largo de la vida en función de las propias experiencias y de las influencias sociales.
- La imagen corporal influye en el procesamiento de información, la forma de percibir el mundo influye en como sentimos y pensamos sobre nuestro cuerpo.
- La imagen corporal influye en el comportamiento, no sólo la imagen corporal consciente, sino también la preconscious y la inconsciente.

En síntesis, la imagen corporal hace referencia a esa representación mental que cada uno de nosotros creamos ya sea del tamaño, la figura y de todas las partes de nuestro cuerpo, así también, la percepción que los demás tienen del mismo. Es importante tomar en cuenta que no necesariamente esta percepción coincide con la apariencia física real que se tiene, cuando pasa esto puede existir insatisfacción con la imagen corporal

3.3.2. Insatisfacción de la imagen corporal

La insatisfacción de la imagen corporal es una expresión de discrepancia del individuo con la apariencia y dimensión de su cuerpo o partes de él que no concuerda con una

realidad objetiva. La insatisfacción corporal constituye un componente preliminar para el restablecimiento de una conducta alimentaria. La insatisfacción corporal emana de un proceso cognitivo de comparación, de auto evaluación y auto rechazó hacia su imagen corporal. (Solano Pinto & Cano Vindel, 2010, págs. 15-16) La preocupación excesiva por la imagen corporal no es excepción en la actualidad en la que vivimos. En el transcurso de los años los estándares de belleza se han venido adaptando en cada parte del mundo y cada cultura ha desarrollado nuevos conceptos y estándares de belleza; de esta forma, la insatisfacción de la imagen corporal está diferenciada por tres aspectos importantes socioculturales, biológicos y ambientales.

La insatisfacción corporal hace referencia a las preocupaciones hacia nuestro cuerpo, considerando que hay una discrepancia entre la figura actual y con el supuesto ideal, presentando perjuicios valorativos sobre el cuerpo como: preocupaciones de la piel, arrugas, cicatrices, acné. También comprende otras partes del cuerpo como el cabello, nariz, orejas, asimetría facial, senos, glúteos, extremidades entre otros. La insatisfacción corporal podría llevar a las personas a estimular verdaderas cicatrices al pretender forjar desaparecer las mismas. Es decir, la insatisfacción de imagen corporal es un concepto que hace referencia a la forma en que uno aprecia, cree, concibe y procede respecto a su imagen corporal (Gutierrez R. G., 2009, págs. 16-17). Es importante aclarar que la imagen corporal no es un concepto determinado e inmóvil, si no que va a depender de la madurez que vaya obteniendo el adolescente, la aprobación a su imagen corporal real saludable

La insatisfacción de la imagen corporal podría estar marcada por valoraciones subjetivas que cada padre expresa con respecto a sí mismo; por lo que los hijos, en varios casos, asumen comportamientos parecidos al de sus padres. Al transcurrir el tiempo, otros factores han venido marcando la insatisfacción de la imagen corporal como: las redes sociales, el grupo de pares y el ambiente en el cual se desarrolla la persona. Es importante considerar, que la imagen corporal es una representación del cuerpo, y puede estar impregnada de sentimientos positivos o negativos de indudable atribución en el autoconcepto. Los estándares de belleza tanto en hombres como mujeres es una razón de preocupación, más allá de no ser una regla que se tenga que cumplir, sienten esa necesidad

de encajar en esos estándares de belleza. Así también existen personas que se sienten conformes con su imagen corporal, estas personas son aquellas que se enfocan en su vida y evitan estarse comparando con otras personas (Gutierrez R. G., 2009, pág. 19).

Gran parte de las personas están insatisfechas con alguna parte de su cuerpo, lo preocupante es debido a que la insatisfacción, en algunos casos desencadena ciertos comportamientos que van contra la salud física y emocional de los adolescentes como cuando la persona tiene intentos de querer cambiar su aspecto físico. (Gutierrez R. G., 2009, pág. 23). Es decir que las personas tienen una valoración negativa sobre imagen corporal que puede estar asociado con una baja autoestima ya que presentan malestar o intranquilidad con su imagen que puede desencadenar con comportamientos que van contra la salud física y emocional del individuo. En varias investigaciones se abordan el tema de insatisfacción de imagen corporal en los adolescentes, como ya es conocido consta de un cierto estándar de belleza en la actualidad y cuando no se logra cumplir estos estándares del cuerpo perfecto surgen las perturbaciones de imagen corporal, además de los efectos en la salud y en el comportamiento de los adolescentes, lo que puede estimular en ellos enfermedades y diversos trastornos

3.3.3. Componentes de imagen corporal

El autor (Solano Pinto & Cano Vindel, 2010, págs. 15-17) describe a la imagen corporal en tres componentes básicos de la imagen corporal que son: I.P.E. (insatisfacción perceptiva), I.P.E. (insatisfacción cognitivo-emocional), I.C.L. (insatisfacción comportamental), que se van a detallar a continuación.

- **Componente perceptivo:** creencia o sensación subjetiva de haber alcanzado un peso por encima de lo deseado o una figura deforme. A lo que hace referencia son a esas percepciones del cuerpo que tenemos y que se relaciona con información sobre el tamaño y forma de éste, así como también de sus partes. La distorsión perceptiva es la modificación de la percepción que se exterioriza en una imposibilidad para valorar con veracidad el tamaño corporal.

La imagen corporal perceptiva es cómo percibimos nuestro cuerpo, o forma en como imaginamos nuestro cuerpo no siempre es una representación real de nuestra imagen corporal, es una percepción, no la verdad objetiva. La percepción es un proceso cognoscitivo engañoso, las afirmaciones de reflexión que creamos sobre nosotros mismos mantienen distorsionada nuestra visión perceptiva de nuestra imagen corporal. (Valera, Montesinos, & Saldaña, 2020, pág. 4)

- **Componente cognitivo- emocional:** deseo y necesidad de tener un cuerpo perfecto, es la apreciación, sentimientos, emociones y actitudes que tenemos respecto a nuestro cuerpo como el tamaño, peso, la textura de la piel, etc. que genera el cuerpo principalmente el tamaño corporal, peso, partes del cuerpo o cualquier otro aspecto de la apariencia física (ej. satisfacción, preocupación, ansiedad, etc.). En el componente cognitivo hace referencia a esos pensamientos, valoraciones, sentimientos que tenemos y que el propio cuerpo proporciona.

Los sentimientos sobre nuestro cuerpo, fundamentalmente el aumento de satisfacción o insatisfacción de imagen corporal que percibimos en relación con nuestra apariencia física como (forma del cuerpo, altura, tono de piel, textura, etc.) es tu imagen corporal (cognitivo-afectiva). Estas partes del cuerpo son las que determinamos que nos gusta o no de nuestra apariencia física que presentamos. Cabe mencionar que estos sentimientos están influenciados por ciertos consumos que realizamos hacia las redes sociales, sin embargo, la cultura también influye sobre estas percepciones, el hecho de rechazar tu imagen corporal no va ser un requisito de cambio. Por ende, las comparaciones que se realicen deben al menos sentirse incluido y no así excluidos. Si bien en el componente cognitivo engloba todo lo que son los pensamientos y creencias que tenemos sobre nuestro cuerpo, es importante ser realista sobre lo que queremos de nuestra imagen corporal. (Valera, Montesinos, & Saldaña, 2020, pág. 4)

- **Componente comportamental:** conductas que hacemos debido a la percepción y el componente (cognitivo-afectivo) que asociados provocan

diferentes tipos de conductas, como (producirse el vómito, utilizar laxantes, tirar comida, realizar ejercicio de manera excesiva). Es decir que en este componente involucra conductas que se derivan de la percepción que tenemos de nuestro cuerpo

El último aspecto de la imagen corporal es el componente comportamental, esto es lo que haces en relación con tu imagen corporal, cuando se tiene un desagrado hacia la propia imagen corporal surgen comportamientos destructivos hacia misma, pueden ir desde dietas estrictas, la utilización de laxantes, en otras ocasiones pueden aislarse no participar en eventos sociales, etc. (Valera, Montesinos, & Saldaña, 2020, pág. 4)

Varios autores aportaron con la definición de imagen corporal y sus componentes cada uno con su teoría respectiva que a continuación se va a detallar

El autor (Thompson, 1990) citado en el trabajo de investigación de (Leandro, 2018, pág. 31) describe a la imagen corporal en tres componentes esenciales, el mismo que extiende el término de imagen corporal y así también de los componentes perceptivos y cognitivos-emocionales, incluye un componente conductual que se establecería en que los comportamientos tienen fundamento en la consideración de la forma del cuerpo y grado de satisfacción con él.

✓ **Componente perceptual:** la percepción corporal de tamaño del cuerpo, son variaciones en la percepción del cuerpo en cuanto a sus dimensiones, las hace mayores a las reales, así mismo subestimaciones donde percibimos el cuerpo inferior a los demás

✓ **Componente subjetivo (cognitivo-afectivo):** es la apreciación, sentimientos, emociones y actitudes que tenemos respecto a nuestro cuerpo como el tamaño, peso, la textura de la piel, etc. Que genera el cuerpo principalmente el tamaño corporal, peso, partes del cuerpo o cualquier otro aspecto de la apariencia física (ej. satisfacción, preocupación, ansiedad, etc.). En el componente cognitivo hace referencia a esos pensamientos, valoraciones, sentimientos que tenemos y que el propio cuerpo proporciona.

✓ **Componente conductual:** conductas que hacemos debido a la percepción y el componente (cognitivo-afectivo) que asociados provocan diferentes tipos de conductas. Es decir que en este componente involucra conductas que se derivan de la percepción que tenemos de nuestro cuerpo (ej. conductas de exhibición, conductas de evitación de situaciones que exponen el propio cuerpo a los demás, etc.)

El último aspecto de la imagen corporal es el componente comportamental, esto es lo que haces en relación con tu imagen corporal, cuando se tiene un desagrado hacia la propia imagen corporal surgen comportamientos destructivos hacia misma, pueden ir desde dietas estrictas, la utilización de laxantes, en otras ocasiones pueden aislarse no participar en eventos sociales, etc. (Valera, Montesinos, & Saldaña, 2020, pág. 4)

Componentes de la Imagen Corporal según a (Pruzinsky & Cash, 1990, págs. 337-349) afirma que la imagen corporal es la percepción subjetiva en la que intervienen gran suma de variables proporcionadas con la experiencia, la manera de pensar, la motivación, la educación y la cultura de quien percibe, por lo que la imagen influye en cada una de las variables ya mencionadas, asimismo asegura que se divide en componentes.

❖ **Imagen perceptual** que refiere factores perceptivos del cuerpo y se relaciona con información sobre el tamaño y forma de éste, así como también de su parte.

❖ **Imagen cognitiva** que comprende pensamientos, creencias y auto mensaje acerca del cuerpo

❖ **Imagen emocional** que abarca sentimientos sobre el nivel de satisfacción de la imagen y experiencia que proporciona el cuerpo

Componente de la Imagen Corporal según Rosen (1997) citado en la investigación realizada por (Leandro, 2018, pág. 32)

➤ **Componente perceptivo** Se atribuye al propio cuerpo

- **Componente subjetivo** Contiene pensamientos, valoraciones, sentimientos que el propio cuerpo provoca
- **Componente conductual** Abarca las consecuencias de los sentimientos valoraciones y pensamientos.

La valoración de la imagen corporal se forma tomando como valores la satisfacción o insatisfacción con el propio cuerpo, entre estos valores se incluyen las creencias de la autoevaluación. La imagen corporal hace mención a la importancia subjetivo, conductual y emocional del cuerpo que gira alrededor de la autoevaluación. En este enfoque los factores más importantes en la persona pertenecen a situaciones de la vida diaria que ejercen influencia en ella de una manera más o menos constante o mantenida respecto a su imagen, incluyendo diálogos internos, emociones de acciones de autorregulación de la imagen corporal (Leandro, 2018, págs. 36-37).

3.3.4. Efectos de insatisfacción de imagen corporal

Según varios autores existen diversas causas para la aparición de los efectos de insatisfacción de imagen corporal que van desde factores familiares, sociales, culturales, de aprendizaje, personalidad y otros factores

Los principales efectos según (Zambrano L. D., 2020, págs. 42-49) surgen a consecuencia de que existe cierta presión sobre la imagen corporal y que van desde:

- Problemas en la formación de identidad, donde expresamos una profunda duda de nosotros mismos es decir se sienten perdidos sin poder definirse.
- Problemas de autoestima, se dan cuando formaliza una valoración deficiente de las capacidades que tenga o de las actitudes, de los pensamientos y comportamientos que tiene.
- Dificultades de salud como son la anorexia, que es lleva a un estado de agotamiento físico extremo provocado por la privación en la ingesta de alimentos y emaciación que hace referencia al enflaquecimiento extremo característicos de la enfermedad y bulimia que es más común que la

anorexia es un ciclo de comer excesivo que se lo conoce como un atracón, que empieza generalmente aparece generalmente en adolescentes mujeres tras las dietas muy restrictivas.

3.3.5. Insatisfacción de imagen corporal en la actualidad

En el transcurso de los años la belleza en general ha venido siendo definido sobre el cuerpo, hoy en día las redes sociales se han encargado de apoyar, crear y difundir los estándares de belleza a una población mayormente jóvenes y adolescentes. En la actualidad existen personas que se hallan bastantes preocupadas por su imagen corporal que en cualquier situación procesan la información como su competencia o atractivo corporal. De esta manera, se corrobora que la imagen corporal puede llegar a influir en el procesamiento de la información de los adolescentes, asimismo en la imagen corporal se ve afectado en nuestro comportamiento, ya sea de forma consciente o inconsciente, por lo que quiere decir que la imagen corporal influye de manera directa en la conducta de los adolescentes.

Actualmente se tiene acceso ilimitado a redes sociales durante las 24 horas del día donde se accede a un sin fin de imágenes en fotografías e historias en las diferentes redes, que ilustran como debe ser el cuerpo perfecto, es así que el cuerpo se ha convertido en un vehículo hacia la felicidad, la realización personal y el bienestar de la persona. (Ferrando, 2020, págs. 21-22)

Los cánones de belleza que se han determinado durante mucho tiempo en el mundo de la moda, hoy en la actualidad nos encontramos sumergidos en las redes sociales que han evolucionado bastante en estos últimos años al igual que los cánones de belleza afectando significativamente de manera negativa en el autoconcepto y autoestima de las personas y en especial de los adolescentes

Es por eso que estas plataformas pueden resultar realmente negativas para los usuarios ya que afecta su autoestima mostrando y distorsionando con los famosos influencers tanto el rostro como el cuerpo a través de filtros, retoques con Photoshop buscando consecutivamente la aceptación de la sociedad. (Ferrando, 2020, pág. 46). Los influencers

son provenientes del mundo de los blogs y poseedores de su propia imagen de marca personal su oficio se desenvuelve sobre todo en el área de la moda el estilo de vida la tecnología y los videojuegos

Aunque en los últimos años este tipo de marketing ha tomado fuerza en casi todos los ámbitos imaginables en sus respectivos campos (Ramos, 2019, págs. 20-25). Actualmente los influencers muestran diferentes cánones de belleza influenciado a millones de personas que siguen el contenido que realizan haciendo pensar que tienen cuerpos perfectos a través de los filtros exagerados que utilizan o incentivando a que realicen operaciones para mejorar su aspecto físico y muchos adolescentes se realizan este tipo de intervenciones a más temprana edad.

Cada red social tiene sus propias características, pero todas demuestran un esquema parecido, respecto, a los trastornos de la conducta alimentaria. Gran parte de muestra obtenida es población joven, al ser los más expuestos y vulnerables. (Arnal, 2022, págs. 15-16). Y es posible que adopten una actitud en la que siempre se van a ver como inferiores al resto, ya que pueden compararse con bastante gente distinta a ellos, y, en consecuencia, sacarse defectos, lo que lleva a una continua atención del cuerpo junto con comparaciones. En concreto, se puede decir que genera una insatisfacción corporal mediada por la internalización del ideal de delgadez, ya que si se controla el ideal de delgadez disminuye la insatisfacción corporal (Arnal, 2022, págs. 16-17)

El contenido en internet es ilimitado, por lo que, en una población tan vulnerable, como pueden ser los jóvenes y adolescentes, al exponerse a una gran cantidad de contenido durante gran parte del tiempo, siendo inexpertos de discernir la realidad y lo efectivamente saludable, se obtienen conductas obsesivas muy vigilantes y que examinan la imagen corporal que se distingue de sí mismo

Las redes sociales aparte de ofrecer un espacio de recreación, juegan un rol primordial en la transmisión de información sobre el mundo social y los ideales culturales, de tal modo que no es extraño que el acceso a las redes sociales pudiera relacionarse con las creencias, actitudes y comportamientos.

CAPÍTULO IV
DISEÑO
METODOLÓGICO

CAPÍTULO IV

Diseño metodológico

En este capítulo se identifica y describe la metodología del presente trabajo de investigación donde se detallará el método utilizado, el procedimiento que se realizó, los instrumentos utilizados

4. Área de investigación

El presente trabajo de investigación se enmarca en el área de la psicología social debido a que el objeto de estudio es un fenómeno de carácter social fundamentando que las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal forman parte principal de la vida en la actualidad de las personas y en especial de los adolescentes, que determinan el comportamiento de las personas sobre su imagen corporal, las redes sociales, han jugado un papel fundamental para reproducir estándares de belleza debido a que mediante las redes se transmite un sin fin de imágenes constantemente de hombres y mujeres de “cuerpos perfectos” afectando la visión y la percepción de las personas y en especial de los adolescentes obligándoles de alguna manera a volverse dependientes de esa imagen que se propaga masivamente en las redes sociales como Facebook, Instagram, Pinterest, YouTube, aplicaciones propias (Apps), revistas online y blogs (Marulanda Cuevas & Quiñones Quiñones, 2021, pág. 19).

La psicología social según (Allport G. W.1924) tiene como finalidad comprender, explicar y pronosticar el pensamiento, el sentimiento y la conducta de los individuos particulares que refleja la presencia real, imaginaria o implícita de las demás personas. De esta manera en la psicología social se tiene como objeto principal analizar al individuo.

La psicología social observa y expone las diferentes manifestaciones que son al mismo tiempo psicológicos y sociales. En específico en esta indagación se tratará de identificar cuál es la relación del uso de las redes sociales en la formación de estereotipos de la imagen corporal en los estudiantes del nivel secundario de la unidad educativa Esteban Migliacci. En distintos aspectos a nivel cognoscitivo como especulan los adolescentes de

las redes sociales, a nivel afectivo el agrado o apego hacia las redes sociales y a nivel conductual ver si mueven acciones en los adolescentes.

4.1. Tipificación de la investigación.

El presente estudio de investigación se tipifica como un estudio de carácter exploratorio ya que es un estudio nuevo o muy poco desarrollado. El autor (Sampieri, 2014, pág. 90) en su libro de *“Metodología de la investigación”* señala que se realiza cuando el objetivo es examinar un tema o problema de investigación poco estudiado, del cual se tienen muchas dudas o no se ha abordado antes. Por lo que en el presente estudio se indaga la relación entre uso de redes sociales e insatisfacción de imagen corporal y pretende habituarse a estas variables respectivamente desconocidas, este trabajo presenta características nuevas e importantes ya que no ha sido abarcado de manera específica en otras investigaciones asimismo mediante esta investigación se adquirió datos importantes sobre el contexto del estudiante en cuanto al uso que estos realizan de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal

Esta investigación es de tipo correlacional puesto que no solo va a determinar los valores descriptivos de las variables de estudio, si no que su objetivo principal es encontrar el tipo de relación que se dan entre dichas variables de estudio que en este caso es la relación del uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes de la unidad educativa Esteban Migliacci quienes serán objetos de estudio, permitirán comprobar la influencia y en qué medida afecta una variable sobre la otra . En síntesis, lo que se busca es el grado de correlación entre dos o más variables y el nivel de significación de dicha correlación.

Según el método de investigaciones corresponde a un enfoque de carácter cuantitativo, ya que la muestra guarda una relación proporcional con la población y en los métodos para el recojo de datos se basa en la entrevista y encuesta a través de preguntas cerradas, En la tabulación de los datos se emplea la estadística, la misma que está sujeta a la lógica numérica, por lo que los datos se interpretaran en base a baremos, cuadros estadísticos y

gráficas para procesar y analizar en su totalidad todos los elementos que forman parte de la problemática más importantes y las correlaciones.

El planteamiento de esta investigación también se respalda bajo el concepto de un estudio de tipo teórico ya que la finalidad de este estudio fue la de generar fundamentación teórica acerca de la relación que existe entre el uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal, ayudándonos a comprender de esta manera este fenómeno presente como una problemática social Tarijeña

Según el tiempo de estudio en la presente investigación es transversal ya que el recojo de datos será de manera simultánea y en corto tiempo su objetivo principal es estar al tanto del problema sin enterarse por como adquirió el problema ni cuánto tiempo estará con el (Sampieri, 2014, pág. 154), lo que permite extraer conclusiones acerca de los fenómenos a través de una toma maestra, es decir se realizó la medición de una muestra, Se analizaron las variables uso de redes sociales e insatisfacción de imagen corporal y se realizó la toma maestra de los estudiantes de la unidad educativa Esteban Migliacci 1^{ro}, 2^{do} y 3^{ro} de secundaria

4.2. Población y muestra

4.2.1. Población

La población tomada en cuenta para esta investigación está constituida por los estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa Esteban Migliacci, de los grados 1ro, 2do y 3ro de secundaria que asisten de manera regular siendo un total de 153 estudiantes que se caracteriza por tener edades aproximadas de 12 a 15 años de edad. El nivel socio económico de la mayoría de los estudiantes es promedio o en algunos es de bajo recursos, en su mayoría los estudiantes viven en los barrios periurbanos. De la misma manera la población está conformada por hombres y mujeres provenientes de la ciudad de Tarija.

Cabe mencionar que se optó por trabajar con esta unidad educativa “Esteban Migliacci” a petición de su directora Lidia Amanda Sanguino. Quien a través de una carta de solicitud

(ANEXO 3) hizo conocer su alta preocupación por el uso excesivo que se está dando de redes sociales y que no solo está provocando un bajo rendimiento académico en estudiantes si no también problemas en la salud física y emocional.

Cuadro N.º 1

Población

UNIDAD EDUCATIVA “ESTEBAN MIGLIACCI”			
POBLACIÓN DEL NIVEL SECUNDARIO			
CURSOS	VARONES	MUJERES	TOTAL
1ro Sec	39	35	74
2do Sec	19	16	35
3ro Sec	19	24	43
TOTAL			153

Dadas las peculiaridades de la población y la cantidad de estudiantes en la presente investigación no se recurrió a la utilización de ningún tipo de muestreo ni tampoco de criterio de selección maestra por tanto se establece que se trabajó con los 153 estudiantes que sería la (población total).

MÉTODOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Se utilizó los siguientes métodos que permitieron la realización de la investigación a lo largo de todo el proceso

4.3.1. Métodos

4.3.1.1. Métodos teóricos

Dentro de los métodos teóricos, se utilizó el método analítico, sintético, inductivo y deductivo.

Los métodos teóricos potencian el proceso investigativo, mismo que permiten la interpretación conceptual de los datos obtenidos empíricamente hasta las correspondientes conclusiones y recomendaciones mediante el análisis y síntesis que van juntos, el análisis comprendido como la reflexión de la situación problemática y síntesis la operación de organizar y ordenar. Es decir, se utilizó este método en la construcción y desarrollo de la teoría científica, estando presente en diferentes momentos del proceso investigativo. En la presente investigación se utilizó este método ya que permitió describir las características que poseen cada una de las variables, en base a la teórica existente; este método sirvió para armar el marco teórico y posteriormente interpretar los resultados.

Método analítico: este procedimiento se centró principalmente en la identificación de las partes y elementos componentes de un determinado fenómeno, por lo tanto, en esta investigación permitirá descomponer las variables en sus partes consecutivas o dimensiones recabando información respecto al tema y a partir de ello se empezará a analizar.

Método sintético: este procedimiento priorizo la síntesis en relación a un determinado problema. Partiendo del análisis en el método analítico que se realizaron se hará la respectiva síntesis que facilito la interpretación del contenido de la bibliografía revisada de forma lógica.

El método inductivo: permitió obtener conclusiones generales a partir de premisas particulares. Por otro lado, el método de la **deducción** porque se propuso una hipótesis como consecuencia de una inferencia que es una suposición del conjunto de datos empíricos o de principios y leyes más generales. Estos métodos se utilizaron principalmente en la construcción del marco teórico a nivel inductivo y la interpretación de los datos o resultados a nivel deductivo

En la presente investigación se utilizó este método ya que permitió describir las características que poseen cada una de las variables, en base a la fundamentación teórica existente; este método sirvió para armar el marco teórico y posteriormente interpretar los resultados.

4.3.1.2. Métodos empíricos

El método empírico se fundamenta en la recogida de una gran cantidad de datos a partir de un fenómeno natural y del análisis de la base de datos de una teoría y llegando a una consumación particular. Es decir, son aquellos que se utilizaron en la recogida de los datos, permiten la intervención, registro, medición, análisis, interpretación y transformación de la realidad del proceso de la investigación, apoya la práctica de la investigación, entre ellos se encuentran, el cuestionario, escalas y test psicológicos.

4.3.1.3. Métodos estadísticos

El método estadístico consiste en una continuidad de procedimientos para la administración de los datos cuantitativos de la presente investigación. Este manejo de datos tiene como propósito la comprobación de la hipótesis de la investigación.

Se utilizó métodos estadísticos en la tabulación y elaboración de cuadros, gráficos y cálculos matemáticos que posibilitaron la medición y el ordenamiento de los datos recogidos a partir de la aplicación del instrumento. En la presente investigación para tal efecto se hizo uso de una medida estadística para hallar la relación entre dos variables cuantitativas a través del Coeficiente de Correlación de Pearson ($r =$). La fórmula utilizada para dicho procedimiento es la siguiente.

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{N \sum X^2 (\sum X)^2} \sqrt{N \sum Y^2 (\sum Y)^2}}$$

Una vez obtenido el resultado, para interpretar el coeficiente de correlación se utilizó la siguiente escala de valores.

Valor	Significado
-1	Correlación negativa grande y perfecta
-0,9 a -0,99	Correlación negativa muy alta
-0,7 a -0,89	Correlación negativa alta
-0,4 a -0,69	Correlación negativa moderada
-0,2 a -0,39	Correlación negativa baja
-0,01 a -0,19	Correlación negativa muy baja
0	Correlación nula
0,01 a 0,19	Correlación positiva muy baja
0,2 a 0,39	Correlación positiva baja
0,4 a 0,69	Correlación positiva moderada
0,7 a 0,89	Correlación positiva alta
0,9 a 0,99	Correlación positiva muy alta
1	Correlación positiva grande y perfecta

Fuente: (kazmier, 1990)

4.3.4. Técnicas

Cuestionario estructurado: se utilizó esta técnica en el presente trabajo de investigación, que consiste en la formulación de preguntas cerradas con alternativas de respuestas que pueden ser afirmativas o negativas. Es una forma de evaluación, mediante la cual se solicita a los encuestados seleccionar una de las opciones de una lista de respuestas.

Escala: se recurrió a la utilización de la escala tipo Likert, que se constituye en uno de los instrumentos más empleados para medir reacciones, actitudes y comportamientos de una persona.

4.3.5. Instrumentos.

Cuestionario sobre el uso las redes sociales: Elaborado por la doctora Young de la universidad Rafael Landivarel, este cuestionario ha sido modificado por el licenciado

Gutiérrez Raymundo de la universidad de Cuenca. En el año 2018 ha sido utilizado por la estudiante Ledesma Arias, Andrea Elena en su trabajo de investigación *“influencia y efectos de las redes sociales en el área psicológica, familiar y social en adolescentes de la ciudad de Tarija”* este cuestionario sirve para conocer el nivel de uso de las redes sociales y a partir de ello obtener datos específicos para llegar a un diagnóstico.

Este cuestionario consta de 20 ítems y tiene una duración de aproximadamente 25 minutos con un nivel de confiabilidad del 95% con una posibilidad de error inferior al 5%

Para clasificar el uso de las redes sociales se procederá de la siguiente manera uso normal (2-3 horas) con Rango de (0 a 30 puntos) uso leve (4 - 5 horas) con Rango de (31 a 49 puntos) exagerado de (6 - 7 horas) con Rango de (50 -79 puntos) uso grave (8 horas en adelante) con Rango de (80- 100 puntos) los resultados de la misma derivan de la suma de cada ítem, el rango de las respuestas es la siguiente.

No aplica= 0

Rara vez= 1

De vez en cuando= 2

Frecuentemente= 3

Casi siempre= 4

Siempre= 5

Este cuestionario adaptado y validado

Ficha técnica

Nombre: Cuestionario sobre el uso las redes sociales

Ámbito de aplicación: adolescentes y jóvenes, a partir de los 12 años

Equipo de adaptación: Gutiérrez Raymundo, Delgado Alfredo, Hidalgo García
Victoria, Jiménez Antonio

Procedencia del equipo: Departamento de Psicología Evolutiva y de la educación
Universidad de Cuenca, Ecuador

Duración: 25 minutos

Confiabilidad: nivel del 95% con una posibilidad de error en los datos globales inferior a un 5%.

Cuestionario IMAGEN, Evaluación de la insatisfacción con la imagen corporal.

Elaborado por los autores Solano y Cano (2010) este instrumento evalúa la insatisfacción con la imagen corporal y fue diseñado para adolescentes en España, sin embargo, la adaptación realizada para este cuestionario fue en Perú.

Para la validación del cuestionario IMAGEN, García (2013) realizó una investigación en Perú evaluando a adolescentes de unidades educativas privadas y públicas del distrito de la Esperanza (Trujillo)

Ficha Técnica

Nombre: IMAGEN (Evaluación de la Insatisfacción con la Imagen Corporal)

Autores: Natalia Solano Pinto y Antonio Cano Vindel.

Procedencia: TEA Ediciones, 2010.

Adaptación: García (2013)

Institución: Universidad de Lima

Duración: La duración es de 10 minutos aproximadamente.

Significación: Evalúa la insatisfacción con la imagen corporal en sus diferentes componentes.

Componentes que evalúa: Son el componente de insatisfacción cognitivo-emocional (21 ítems), componente de insatisfacción perceptiva (10 ítems) y el componente de insatisfacción comportamental (7 ítems).

Modalidades del instrumento: A partir de los 11 años en adelante, el cuestionario se puede aplicar de forma individual o colectiva, calificándose de acuerdo a la clave. Después, se usará el BAREMO que servirá para el análisis final de los resultados.

Confiabilidad: Se realizó la fiabilidad estabilidad test-re test y consistencia interna

Validez: Se utilizaron validez tanto convergente como estructural

Escala Valorativa del cuestionario IMAGEN

Varones	Grado de insatisfacción	Mujeres
31-152	Severa	53-152
17-30	Marcada	41-52
6-16	Moderada	17-40
0-5	Mínima o ausente	0-16

Para evaluar la frecuencia en el cuestionario se utilizará una escala de 5 que a continuación se detallará:

0: nunca

1: pocas veces

2: algunas veces

3: muchas veces

4: siempre

Para la validación del cuestionario IMAGEN, García (2013) realizó una investigación en el país de Perú donde valoro a los adolescentes de diferentes unidades educativas privadas y públicas del distrito de la Esperanza (Trujillo). Asimismo, efectuó una prueba piloto en la cual participaron 25 estudiantes, del 4^o grado de secundaria, para lo que realizó una modificación lingüística a los ítems 25, 29 y 30. De esta manera se realizó una investigación con una muestra de 609 estudiantes. Se adquirió un nivel de fiabilidad de 0.930 y la permanencia interna lo determinó a través del coeficiente de alfa de Cronbach manifestando resultados para el componente cognitivo – emocional de 0.902, componente perceptivo de 0.861 y componente comportamental de 0.855 indicando que es muy bueno y adecuado para dicha población. En relación con los baremos, se alcanzan un nivel de significancia de $p < 0.05$ en un solo componente señalando que hay diferencias importantes, aunque en los demás componentes no se halló diferencias importantes encontrando un nivel de significancia $p > 0.05$.

Validez: En relación con la validez, se ejecutaron investigaciones oportunas para adquirir evidencias respecto a la validez estructural, convergente y discriminante. En el primer caso se realizaron análisis factoriales exploratorios para contrastar la estructura obtenida en la fase I; en relación con la validez convergente, se procedió a obtener la correlación entre las puntuaciones del cuestionario IMAGEN y los factores del EDI-2 que se consideran próximos al constructo de insatisfacción con la imagen corporal. Consecutivamente se ejecutó un análisis de medidas de repetidas con el objeto de conocer las diferencias significativas entre las escalas del cuestionario en cada uno de los grupos. (Ponce y Ecurra, 2011)

Confiabilidad: Se utilizó el coeficiente de Alfa de Cronbach para estudiar la consistencia interna del cuestionario. Se investigó el valor de dicho coeficiente en la muestra general (N= 243). Para la Confiabilidad de la escala se obtuvo un valor de coeficiente de confiabilidad en el Alfa de Cronbach: 0.84, mostrando una alta confiabilidad interna del instrumento por lo cual permitió el uso de este. Entre el valor de cada ítem variaron entre 0.20 y 0.69 mostrando de esa manera que la consistencia interna de ítem-test es confiable. (Ponce y Ecurra, 2011)

4.5. Procedimiento

Fase 1. Revisión bibliográfica: en esta primera etapa se destinó a la revisión de material bibliográfico con la finalidad de profundizar y conocer al tema e interiorizarme con todos los conceptos vinculados a la problemática de la presente investigación.

Fase 2. Coordinación con la unidad educativa: en esta etapa se coordinó en primera instancia con la directora, Lidia Amanda Sanguino quien tuvo previa coordinación con mi persona, a través de una carta de solicitud, por medio de la misma hizo conocer su alta preocupación por el uso que los estudiantes les están dando a las redes sociales, posteriormente se coordinó los horarios cediéndome así la materia de psicología una vez tomado el contacto con el profesor de dicha materia coordiné los horarios y días que podía disponer de su materia.

Fase 3. Selección de los instrumentos: En esta fase se procedió a la selección de los instrumentos, tomando en cuenta la validez y confiabilidad de los mismos, estos fueron: el cuestionario del uso de las redes sociales y el cuestionario IMAGEN, Evaluación de la insatisfacción con la imagen corporal

Fase 4. Aplicación del instrumento: En esta etapa se realizó la aplicación de los instrumentos a los estudiantes de la Unidad Educativa “Esteban Migliacci” turno tarde del nivel secundario que fueron parte de la muestra, tomando en cuenta las diferentes facultades pertenecientes a la misma, para poder alcanzar los resultados que vean contribuir a la investigación. Previo a la aplicación de los instrumentos se dio a conocer el motivo de mi presencia explicándoles la importancia de la colaboración y confidencialidad que presentaba el llenado de cada instrumento aplicado, mismo que tuvo una completa autorización de cada estudiante, y así también de la directora de la unidad educativa.

Etapa 4. Análisis e interpretación de los resultados: Con los respectivos instrumentos aplicados y llenados correctamente, se procedió al ordenamiento y sistematización de los datos obtenidos, tabulándolos mediante el programa informático,

para luego su posterior presentación y descripción en cuadros de frecuencias gráficas, de acuerdo a los objetivos y las hipótesis planteadas en este trabajo investigativo.

Etapa 4. Elaboración del informe: Después de ultimar el proceso de investigación se realizó la redacción del informe final, donde se puso en conocimiento los resultados que se obtuvieron en esta investigación.

Etapa 5. Presentación formal: Consiste en la presentación formal de la investigación, a las autoridades académicas, quienes evaluarán el trabajo para luego presentar y publicar los resultados y conclusiones de la investigación.

CAPÍTULO V
ANÁLISIS E
INTERPRETACIÓN DE
RESULTADOS

CAPÍTULO V

5. Análisis e interpretación de resultados

En el presente capítulo se presenta los resultados y la interpretación de los instrumentos aplicados a los adolescentes que son: cuestionario de uso de las redes sociales y cuestionario IMAGEN, Evaluación de la insatisfacción con la imagen corporal con la finalidad de relación del uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal en estudiantes del nivel secundario de la unidad educativa Esteban Migliacci de la ciudad de Tarija en la gestión 2022.

Se presenta los resultados a través de una serie de cuadros y gráficos que han sido sistematizados con el programa de Excel. En el que se refleja los puntajes numéricos y porcentuales más representativos de cada una de las variables a investigar planteado en el diseño metodológico procediendo de ello un análisis cuantitativo

Los resultados son presentados según el orden en que fueron planteados los objetivos específicos para finalmente concluir con el objetivo general.

Del mismo modo, se realizó el respectivo cruce de variables asociando los datos para tener una mayor comprensión de los resultados.

Todos los datos alcanzados a través de los instrumentos mencionados están organizados en cuadros, gráficas y amparados por la interpretación y análisis respectivamente.

Asimismo, en este capítulo se realizó un análisis de correlación de las variables a partir del método estadístico para hallar el coeficiente de correlación lineal de Pearson ($r=$) y determinar mediante este proceso el tipo de correlación que existe entre las diferentes variables

5.1. Objetivo N.º 1

Identificar el uso de las redes sociales (tiempo y frecuencia) en estudiantes de la Unidad Educativa Esteban Migliacci

Cuadro N.º 2

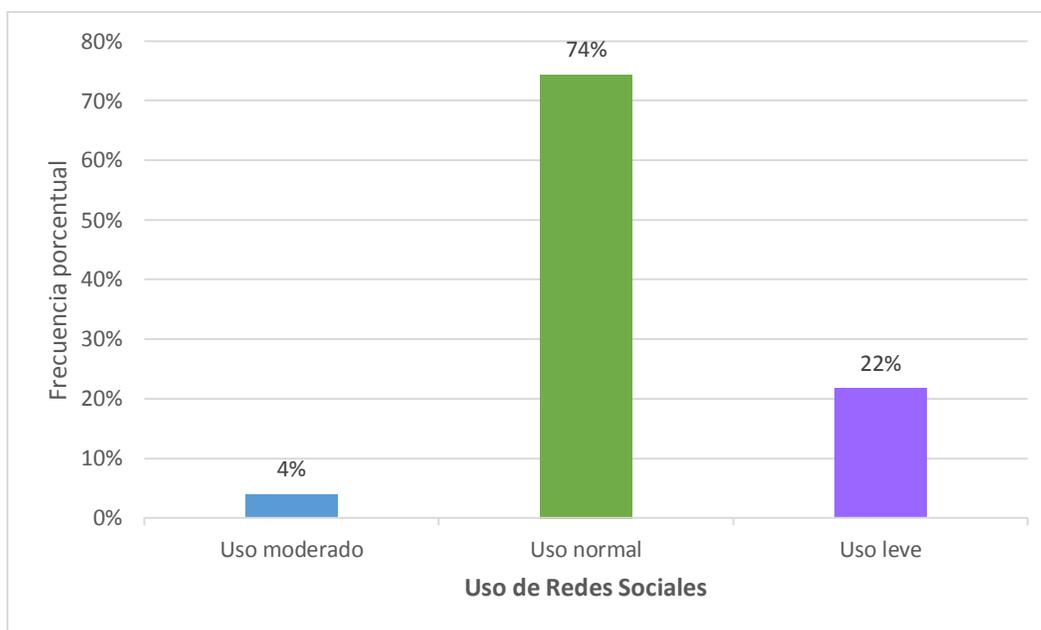
Uso de las redes sociales en estudiantes de la Unidad Educativa Esteban Migliacci

Uso de Redes Sociales	F	%
Uso exagerado	7	4%
Uso normal	113	74%
Uso leve	33	22%
Total general	153	100%

Fuente: cuestionario uso de las redes sociales

Grafico N.º 1

Uso de las redes sociales en estudiantes de la Unidad Educativa Esteban Migliacci



Fuente: cuestionario uso de las redes sociales

Según los datos obtenidos en el cuestionario de uso de las redes sociales, se obtuvieron los siguientes resultados en el Cuadro N°2 se puede observar que existe un nivel de uso normal de las redes sociales en adolescentes el 74% de la población encuestada, lo que quiere decir que el tiempo de uso que se mantienen conectados es de 2 a 3 horas diarias, entendiendo que pueden estar conectados por ciertas horas en estos medios pero mantienen cierto control, siendo conscientes del uso que hacen y considerando que no sea perjudicial para ellos. *“El uso de las redes sociales es un proceso donde se utilizan (Facebook, Twitter, whatsapp, Instagram y Tik Tok) con la finalidad de comunicación personal, entretenimiento y propósitos comerciales. Las redes sociales son comunidades virtuales es decir plataformas de internet que agrupan a personas que se relacionan entre sí y comparten información e intereses comunes”* (Castillo, 2014, págs. 12-13)

En la actualidad los beneficios del uso responsable de las redes sociales son muy fructífero para los adolescentes ya que estos medios están creados una nueva generación que es más abierta, más democrática que desarrolla un criterio de análisis diferente con pensamiento crítico, es muy importante que se desarrolle este tipo de pensamiento en los adolescentes ya que cualquier tipo de información que vean en redes sociales será procesada y analizada antes de consumirla. *“Los beneficios que brindan las redes sociales, están vinculados al uso que se le dan a estos medios por lo tanto se puede decir que la eliminación de peligros que tienen las redes sociales no es lo más factible ya que la sociedad en la que se vive no requiere jóvenes ignorantes en el mundo digital actual ya que forma parte del desarrollo humano, es por eso que deben indagar, equivocarse, asimilar sus errores, aprender para convertirse en adultos y ciudadanos digitales responsables. Los adolescentes son los principales usuarios en redes sociales y entre algunos beneficios que tienen estos medios son que están creando una generación mucho más abierta, más creativa, más democrática. Lo que quiere decir que en esta generación actual desarrollan un criterio de análisis diferente con un pensamiento crítico.”* (Quispe, 2018, pág. 23)

Si bien las redes sociales traen consigo distintos peligros para los estudiantes es muy importante que puedan crear una conciencia y darle la importancia necesaria al tema del uso excesivo de las mismas, para afrontar y no creer todo lo que vean en estas plataformas; los peligros a los que están expuestos tienen que ser un punto de partida para que otorguen un uso responsable de las redes sociales. Los beneficios que manifiestan las redes sociales están relacionados con el uso que se le dan a las mismas, por lo tanto, se puede decir que los peligros inciertos que les proporciona estas plataformas deben permitir a los adolescentes, indagar, equivocarse, asimilar sus errores, aprender para convertirse en adultos y ciudadanos digitales responsables. Los adolescentes en el contexto del uso de las redes sociales requieren desarrollar habilidades como asimilar, interpretar y reproducir información, es importante que para ello cada uno tenga un modo de percibir y procesar la información dependiendo del contexto y tipo de información que ve en redes sociales.

Las redes sociales cada vez son más importantes y los adolescentes son los protagonistas principales sobre su uso como Facebook, WhatsApp, Instagram y tik tok, a medida que los mismo se conectan reciben información, lo que implica que muchos de los usuarios como parte de la inmadurez pueden ser influenciados por el contenido consumido por estos medios.

Los adolescentes que están en un constante uso de las redes sociales pueden definir sus características personales y determinar sus pensamientos, en torno a lo que la sociedad acepte como válido para ellos, es decir que piensan o sienten que eso que la sociedad impone los representa o son su arquetipo de referencia. Al ser las redes sociales plataformas donde los adolescentes aprenden practicando por medio del error se introducen en un medio virtual con un esquema idealizado teniendo cuenta los amigos con los que mantienen contacto y los familiares más cercanos y que sean relativamente de la misma edad que tienen ciertos intereses en común. *“Los adolescentes presentan cierto grado vulnerabilidad en las redes sociales por algunas características que son propias de la edad, en esta etapa es donde se le da mayor importancia y se prioriza el mundo social y las relaciones interpersonales, por lo que presentan una excesiva confianza en*

sus ideas, lo que les impide entender que cierta información percibida pueda ocasionarles problemas, así también no ayuda a que puedan identificar la veracidad de la información que reciben, por lo que pueden experimentar un impacto positivo o negativo en relación a su uso” (Campoverde & Naranjo, 2014 , pág. 9)

Por otro lado, nos encontramos con un número reducido de estudiantes que presentan un nivel de uso leve, representado por un 22% del total de la población de estudio, si bien este porcentaje es menor que el anterior adquiere su importancia considerando que este grupo de adolescentes utilizan las redes sociales alrededor de 4 a 5 horas diarias cabe aclarar que es un poco más de lo normal, indicando que puede relacionarse fácilmente en alguna red social es decir que el uso que le dan a las redes sociales son por tiempos considerables pero tienen cierto control. Las oportunidades que nos brindan las redes sociales permiten facilitar muchas actividades, asimismo contribuye en el desarrollo personal de los adolescentes, pero también conlleva múltiples riesgos ya que en redes se maneja bastante información que dificulta poder saber la fuente real y verificada en la que se difunde la misma, los adolescentes son más vulnerables a creer en cualquier tipo de información que es difundida en estas plataformas sea real o no sin verificar si el contenido que ven es de fuentes confiables o no.

Por otro lado, podemos observar una minoría con un 4% de los estudiantes que presentan un nivel de uso exagerado, a pesar de presentar un porcentaje notablemente menor al anterior es bastante importante ya que este pequeño grupo de estudiantes se conecta a redes sociales alrededor de 6 a 7 horas diarias. Los autores Ruiz y Oliva aseguran que el *“desmesurado uso de las redes sociales por los adolescentes, en su espacio pueden transformar el desarrollo personal y social, a su vez sobrellevan a desordenes psicológicos que van desde conductas antisociales, insatisfacciones, tendencia a la agresividad, manías, niveles altos de ausentismo escolar y desordenes de sueño”* (Cordobella Ruiz & Oliva, 2013, pág. 105). El uso excesivo de las redes sociales en los adolescentes principalmente les aísla de mundo real, por ende, cambian su forma de pensar, de relacionarse con su entorno social y su familia provocando problemas en salud física y emocional de los estudiantes.

Se debe reconocer que existe un exceso de información que puede verse y que genera un impacto en la vida de los adolescentes, sin dejar de señalar los peligros que aparecen cuando se pasa del uso al abuso, así también son más vulnerables, tienden a ser menos asertivos y suelen tener relaciones interpersonales pobre, por lo tanto tienen dificultades para desenvolverse en público, tienen una mayor probabilidad a presentar una baja autoestima por ello, muestran una percepción desvalorizada de su imagen corporal, de su autoconcepto y de su intelecto (Cordobella Ruiz & Oliva, 2013, págs. 105-106).

En conclusión, se establece a través de los resultados expuestos que los estudiantes presentan un predominio del 74% con un nivel de uso normal de las redes sociales, si bien existe una diferencia de discrepancia con un 22% de nivel de uso leve cabe aclarar que es un poco de lo normal

Cuadro N.º 3

Uso de las redes sociales

Parte I

Uso de redes sociales	No implica	Rara vez	Ocasional	Frecuente	Muy amenudo	Siempre	Total
	f	f	f	f	f	f	f
1 ¿Con qué frecuencia otras personas se quejan contigo acerca de la cantidad de tiempo que pasas conectado?	28 18%	63 41%	37 24%	11 7%	9 6%	4 3%	152 100%
2 ¿Con qué frecuencia públicas fotos en redes sociales?	103 68%	29 18%	8 5%	3 2%	3 2%	6 4%	152 100%
3 ¿Con qué frecuencia visitas las actualizaciones o publicaciones o mensajes de las redes sociales antes de hacer lo que tienes que hacer?	40 26%	53 35%	27 18%	17 11%	7 5%	8 5%	152 100%
4 ¿Con qué frecuencia pierdes la noción de tiempo estando conectado en redes sociales?	35 26%	62 41%	24 16%	8 5%	11 7%	12 8%	152 100%
5 ¿Con qué frecuencias reaccionas a la defensiva o en secreto cuando alguien te pregunta qué haces en las redes sociales?	73 48%	47 31%	18 12%	9 6%	3 2%	2 1%	152 100%
6 ¿Con qué frecuencia bloqueas pensar en los problemas que te perturban en tu vida con pensar en actividades de las redes sociales?	52 34%	38 25%	30 20%	16 11%	5 3%	11 7%	152 100%
7 ¿Con qué frecuencia te encuentras anticipado cuándo será la próxima vez que estarás en línea en una red social?	40 26%	41 27%	26 17%	24 16%	12 8%	9 6%	152 100%

Fuente: cuestionario uso de las redes sociales

A través de los resultados obtenidos del uso que los estudiantes tienen de las redes sociales se afirma lo siguiente.

Con respecto a la pregunta: ***¿Con qué frecuencia otras personas se quejan contigo acerca de la cantidad de tiempo que pasas conectado?*** El 65% de los estudiantes afirman que ocasionalmente o rara vez otras personas se quejan cuando están en un constante uso de las redes sociales. Es muy importante que los estudiantes puedan crear una conciencia y darle la importancia necesaria al tema del uso excesivo de las redes sociales, para afrontar y no creer todo lo que vean en estas plataformas, estos peligros a los que están expuestos tienen que ser un punto de partida para que den un uso responsable de las redes sociales.

Al respecto podemos argumentar que las redes sociales al tener una variedad de información infinita, capta y entretiene a los adolescentes por horas incontrolables mismos que en muchos casos no se percatan de la cantidad de tiempo que están en estos medios y están absorbiendo información de diversas fuentes que no son confiables.

El desmesurado uso de las redes sociales por los adolescentes, en su espacio pueden transformar el desarrollo personal y social, a su vez sobrellevan a desordenes psicológicos que van desde conductas antisociales, insatisfacciones, tendencia a la agresividad, manías, niveles altos de ausentismo escolar y desordenes de sueño es así como lo afirma el autor (Cordobella Ruiz & Oliva, 2013, pág. 105)

De acuerdo a la pregunta ***¿Con qué frecuencia visitas las actualizaciones publicaciones o mensajes de las redes sociales antes de hacer lo que tienes que hacer?*** El 53% de la población aseguran que ocasionalmente o rara vez visitan actualizaciones en las redes sociales en las muestran ya sea videos, publicaciones, juegos, etc. Asimismo, firman que rara vez están pendientes de los mensajes recibidos en las diferentes plataformas ya sea WhatsApp, Instagram o Facebook. Los adolescentes tienden a estar pendientes en gran medida a las actualizaciones que se dan en estos medios ya que ofrecen mucha variedad y novedad que es de interés para ellos y que evidentemente los capta.

Con respecto a la pregunta **¿Con qué frecuencia pierdes la noción de tiempo estando conectado en redes sociales?** El 57% de la población de estudio afirma que ocasionalmente o rara vez pierden la noción del tiempo en las redes sociales, es muy fácil perder la noción del tiempo debido al ilimitado contenido que se encuentra en estos medios, donde hay temas de interés para cada persona por ende al ver temas de interés personal hace que pierdas la noción del tiempo por ciertas horas

Los adolescentes que están en un constante uso de las redes sociales están expuesto a múltiple información pueden definir sus características personales y determinar sus pensamientos, en torno a lo que la sociedad acepte como válido para ellos, es decir que piensan o sienten que eso que la sociedad impone los representa o son su arquetipo de referencia. Al ser las redes sociales plataformas donde los adolescentes aprenden practicando por medio del error se introducen en medio virtual con un esquema idealizado teniendo cuenta los amigos con los que mantienen contacto y los familiares más cercanos y que sean relativamente de su edad que tienen ciertos intereses en común

Si bien los beneficios que brindan las redes sociales, están vinculados al uso que se le dan a estos medios por lo tanto se puede decir que la eliminación de peligros que tienen las redes sociales no es lo más factible ya que la sociedad en la que se vive no requiere jóvenes ignorantes en el mundo digital actual ya que forma parte del desarrollo humano, es por eso que los adolescentes deben indagar, equivocarse, asimilar sus errores, aprender para convertirse en adultos y ciudadanos digitales responsables.

Cuadro N.º 4
Uso de redes sociales
Parte II

Uso de redes sociales	No implica	Rara vez	Ocasional	Frecuente	Muy amenudo	Siempre	Total
	f	f	f	f	f	f	f
8.¿Con qué frecuencia temes que la vida sin una red social sería aburrida vacía y sin alegría?	47 31%	44 29%	18 12%	15 10%	12 8%	16 11%	152 100%
9. ¿Con qué frecuencia te sientes molesto o molesta o gritas cuando alguien te molesta cuando estás en una red social?	65 43%	46 30%	17 11%	7 5%	6 4%	11 7%	152 100%
10. ¿Con qué frecuencia pierdes el sueño al estar conectado en una red social hasta muy tarde?	56 37%	33 22%	21 14%	12 8%	14 9%	16 11%	152 100%
11. ¿Con qué frecuencia te sientes preocupado por estar desconectado de las redes sociales o fantasías con estar conectado?	62 41%	45 30%	16 11%	6 4%	12 8%	11 7%	152 100%
12. ¿Con qué frecuencia te encuentras diciendo solo unos minutos más cuando te encuentras conectado a una red social?	35 23%	46 30%	30 20%	10 7%	11 7%	20 13%	152 100%
13. ¿Con qué frecuencia intenta disminuir la cantidad de tiempo que pasas conectado a una red social sin lograrlo?	40 26%	54 36%	24 16%	20 13%	3 2%	11 7%	152 100%
14.¿Con qué frecuencia tratas de ocultar cuánto tiempo estás conectado a una red social?	58 38%	41 27%	27 18%	11 7%	7 5%	8 5%	152 100%
15.¿Con qué frecuencia eliges pasar más tiempo en una red social que salir con los demás?	60 39%	40 26%	15 10%	11 7%	11 7%	15 10%	152 100%
16.¿Con qué frecuencia te sientes deprimido cuando te encuentras desconectado?	64 42%	40 26%	12 8%	13 9%	11 7%	12 8%	152 100%

Fuente: cuestionario uso de las redes sociales

A través de los resultados obtenidos en Cuadro N° 4 del uso que los estudiantes realizan de las redes sociales se afirma lo siguiente:

En la pregunta **¿Con qué frecuencia intenta disminuir la cantidad de tiempo que pasas conectado a una red social sin lograrlo?** El 52% de la población asegura que ocasionalmente o rara vez tienen intentos de disminuir la cantidad de tiempo que pasan en las redes sociales. Los adolescentes en el contexto del uso de las redes sociales requieren desarrollar habilidades como asimilar, interpretar y reproducir información, es importante que para ello cada uno tenga un modo de percibir y procesar la información dependiendo del contexto y tipo de información que ve en redes sociales

A respecto podemos argumentar que los adolescentes presentan cierto grado vulnerabilidad en las redes sociales por algunas características que son propias de la edad, en esta etapa es donde se le da mayor importancia y se prioriza el mundo social y las relaciones interpersonales, por lo que presentan una excesiva confianza en sus ideas, lo que les impide entender que cierta información percibida pueda ocasionarles problemas, así también no ayuda a que puedan identificar la veracidad de la información que reciben, por lo que pueden experimentar un impacto positivo o negativo en relación a su uso (Campoverde & Naranjo, 2014 , pág. 9)

Por otro lado, en la pregunta **¿Con qué frecuencia te encuentras diciendo solo unos minutos más cuando te encuentras conectado a una red social?** Los estudiantes afirman que ocasionalmente o rara vez postergan su horario de desconexión de las redes sociales para después. Si bien estos medios tienen masiva información que es de interés de los adolescentes permiten que los mismos puedan estar conectados de manera ilimitada lo que hace que los estudiantes puedan estar en línea absorbiendo cualquier tipo de contenido en la misma (Cordobella Ruiz & Oliva, 2013, pág. 105). Las redes sociales manejan entretenimiento para los adolescentes por ende suele ser complejo para el adolescente dejar ese mundo digital en el que se sumerge. Asimismo, contribuye en favor del desarrollo personal de los adolescentes, pero también conlleva múltiples riesgos.

5.2. Objetivo N.º 2

Analizar la insatisfacción de imagen corporal en sus componentes perceptivos subjetivos y conductual que presentan los estudiantes de la Unidad Educativa Esteban Migliacci.

Cuadro N.º 5

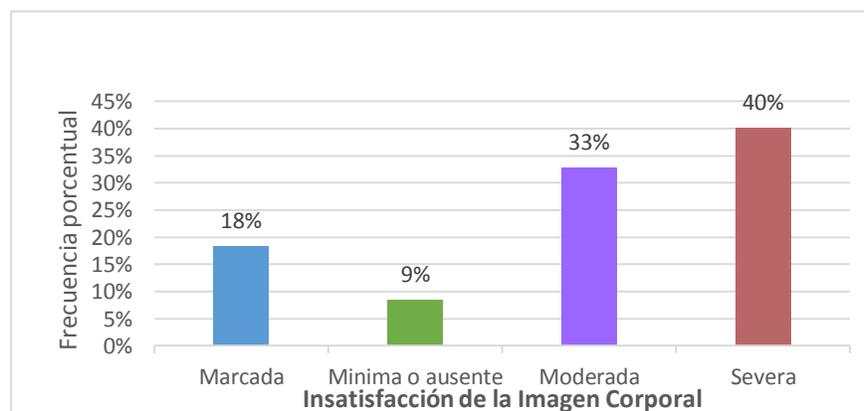
Insatisfacción de la Imagen Corporal en estudiantes de la Unidad Educativa Esteban Migliacci

Insatisfacción de la Imagen Corporal	f	%
Marcada	28	18%
Minima o ausente	13	9%
Moderada	50	33%
Severa	61	40%
Total general	153	100%

Fuente: cuestionario de insatisfacción de imagen corporal

Insatisfacción de la Imagen Corporal en estudiantes de la Unidad Educativa Esteban Migliacci

Grafico N.º 2



Fuente: cuestionario de insatisfacción de imagen corporal

Es importante tener en cuenta que *“la imagen corporal es un constructo complejo que envuelve tanto la percepción que tenemos de todo el cuerpo, como del movimiento y límites de este, la experiencia personal de actitudes, pensamientos, sentimientos y valoraciones que creamos, sentimos, el modo de comportarnos derivada de las cogniciones y los sentimientos que experimentamos”* (Raich, 2000) citado en (salazar, 2013, pág. 18) Es importante considerar, que la imagen corporal es una representación del cuerpo, incluye los pensamientos, emociones, evaluaciones que realizamos y sentimos y puede estar impregnada de sentimientos positivos o negativos de indudable atribución en el autoconcepto.

Según el análisis obtenido en el cuadro N° 5 se puede observar con un valor porcentual del 40% que los adolescentes muestran un nivel de insatisfacción de imagen corporal severa, esto refleja poca aceptación y valoración así su aspecto físico. Por lo general esta insatisfacción corporal se da porque los adolescentes atraviesan cambios físicos y psicológicos en su vida diaria, que los condicionan, obteniendo actitudes manifiestas de rechazo o al contrario, apego a su imagen corporal. La insatisfacción de imagen corporal podría estar marcado por valoraciones subjetivas que cada uno expresa con respecto a sí mismo, dichas valoraciones que los adolescentes en varios casos asumen comportamientos parecidos al de su entorno familiar, en la actualidad, otros factores han venido marcando, como las redes sociales.

Gran parte de los adolescentes están insatisfechos con alguna parte de su cuerpo, lo preocupante es debido a que la insatisfacción de imagen corporal en algunos casos desata ciertos comportamientos que van contra la salud física y emocional del individuo como cuando la persona tiene intentos de querer cambiar su aspecto físico, la insatisfacción corporal podría acarrear a las personas a estimular verdaderas cicatrices al pretender forjar desaparecer las mismas. Es decir que la insatisfacción de imagen corporal hace referencia a la forma en que uno aprecia, cree, concibe y procede respecto a su imagen corporal que va a depender de la madurez que vaya obteniendo el adolescente. Es decir que las personas tienen una valoración negativa sobre imagen corporal que puede estar asociado con una

baja autoestima ya que presentan malestar o intranquilidad con su imagen que puede desencadenar comportamientos que van contra la salud física y emocional de la persona.

“Los adolescentes son los que se encuentran más vulnerables a adoptar una actitud en la que siempre se van a ver como inferiores al resto, debido a que los mismos pasan por un periodo de cambios tanto físicos como psicológicos por ende pueden compararse con bastante personas distinta a ellos, y, en consecuencia, sacarse defectos, lo que lleva a una continua atención del cuerpo junto con comparaciones, en concreto, se puede decir que genera una insatisfacción corporal a mediada de la internalización de los estándares de belleza, ya que si se controla estos estándares de belleza desciende la insatisfacción corporal”. (Solano Pinto & Cano Vindel, 2010, págs. 15-16). La insatisfacción corporal proviene de un proceso de comparación, de auto evaluación y auto rechazó hacia su propio aspecto físico, la preocupación excesiva por la imagen corporal no es excepción en la actualidad en la que vivimos. En el transcurso de los años los estándares de belleza se han venido adaptando en cada parte del mundo y cada cultura ha desarrollado nuevos conceptos y estándares de belleza de esta forma la insatisfacción de imagen corporal esta diferenciada por tres aspectos importantes socioculturales, biológicos y ambientales.

Por otro lado, podemos observar que un determinado grupo de estudiantes con un porcentaje del 33% presentan un nivel de insatisfacción de imagen corporal moderado, si bien es un grupo no es tan significativo es importante aclarar que los mismos tienden a subestimar su imagen corporal, pero son más conscientes de que deben aceptarse tal cual son, sin embargo los adolescentes están en una etapa de constante cambios tanto físicos como psicológicos por ende existe múltiples causas y factores que puede influir para que presente insatisfacciones hacia su propia imagen corporal que van desde ámbito familiar, cultural y social. La insatisfacción de imagen corporal podría estar marcado por valoraciones subjetivas que cada uno expresa con respecto a sí mismo, dichas valoraciones que los adolescentes en varios casos asumen comportamientos parecidos al de su entorno familiar, en la actualidad, otros factores han venido marcando, como las redes sociales.

En la actualidad, nuevos factores han venido marcando la insatisfacción de imagen corporal en los adolescentes como: las redes sociales, mediante las cuales se encuentra

múltiple e instantánea información a través de videos, imágenes y otros, que puede repercutir en la imagen corporal de los adolescentes, asociando imágenes de belleza a aspectos positivos y de éxito, asimismo el ambiente en el que se desarrolla la persona es bastante importante ya que depende del tipo de crianza y cultura que tenga su hogar para crear insatisfacciones hacia su imagen corporal.

Es importante considerar, que la imagen corporal es una representación del cuerpo, y puede estar impregnada de sentimientos positivos o negativos de indudable atribución en el autoconcepto.

Los autores (Solano Pinto & Cano Vindel, 2010, págs. 16-20) aseguran que *“existen diversas causas para la aparición de insatisfacción de imagen corporal que van desde factores familiares, sociales, culturales, de aprendizaje, personalidad, hasta el uso de redes sociales. La insatisfacción de la imagen corporal es una expresión de discrepancia del individuo con la apariencia y dimensión de su cuerpo o partes de él que no concuerda con una realidad objetiva”*.

En conclusión, se puede indicar que los estudiantes presentan insatisfacción de imagen corporal que oscila entre 40% a nivel de insatisfacción severa y 33% moderada, esto quiere decir que presentan poca aceptación hacia su imagen corporal sin embargo son conscientes de que tienen que aceptarse tal cual son, aunque en algunos casos con poca aceptación de sí mismos

Cuadro N.º 6

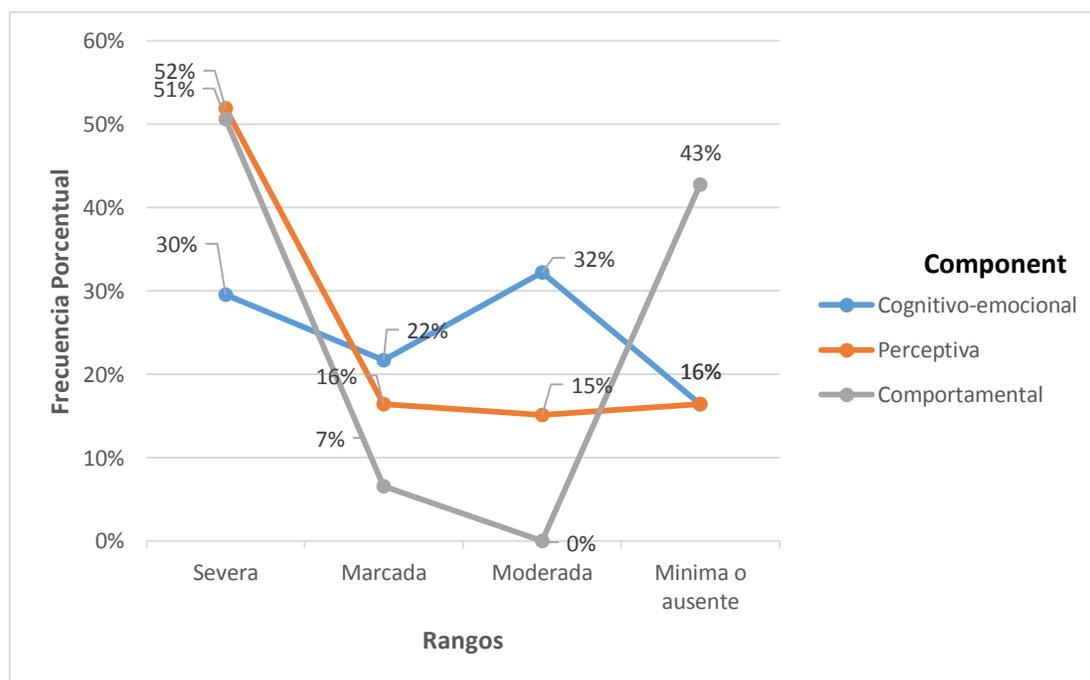
Componentes insatisfacción de la imagen corporal

Componentes insatisfacción de la imagen corporal	Severa		Marcada		Moderada		Minima o ausente		Total	
	f	%	f	%	F	%	f	%	f	%
Cognitivo-emocional	46	30%	33	22%	49	32%	25	16%	153	100%
Perceptiva	79	52%	25	16%	23	15%	25	16%	153	100%
Comportamental	77	51%	10	7%	0	0%	65	43%	153	100%

Fuente: cuestionario de insatisfacción de imagen corporal

Grafico N.º 3

Componentes insatisfacción de la imagen corporal



Fuente: cuestionario de insatisfacción de imagen corporal

La insatisfacción de imagen corporal *“es una expresión de discrepancia del individuo con la apariencia y dimensión de su cuerpo o partes de él que no concuerda con una realidad objetiva”* (Solano Pinto & Cano Vindel, 2010, pág. 15). La insatisfacción corporal emana de un proceso cognitivo de comparación, de auto evaluación y auto rechazó hacia su imagen corporal, la preocupación excesiva por la imagen corporal no es excepción en la actualidad en la que vivimos. En el transcurso de los años los estándares de belleza se han venido adaptando en cada parte del mundo y cada cultura ha desarrollado nuevos conceptos y estándares de belleza de esta forma la insatisfacción de imagen corporal esta diferenciada por tres aspectos importantes socioculturales, biológicos y ambientales.

Según los resultados obtenidos a través de la presente investigación en el cuadro N° 6 como en su respectiva grafica con el 52% de la población total que presenta un nivel de insatisfacción severa en el componente perceptivo, lo que quiere decir que los adolescentes tienen preocupaciones significativas en la percepción de su imagen corporal con ciertas distorsiones sobre de su imagen corporal, así mismo tienen subestimaciones al percibir su cuerpo como inferior a los demás. El componente perceptivo según el autor. (Solano Pinto & Cano Vindel, 2010, págs. 15-16) Es la *“creencia o sensación subjetiva de haber alcanzado un peso por encima de lo deseado o una figura deforme. A lo que hace referencia son a esas percepciones del cuerpo que tenemos y que se relaciona con información sobre el tamaño y forma de éste, así como también de sus partes. La distorsión perceptiva es la modificación de la percepción que se exterioriza en una imposibilidad para valorar con veracidad el tamaño corporal”*

La imagen corporal perceptiva es como percibimos nuestro cuerpo, o forma en como imaginamos nuestro cuerpo no siempre es una representación real de nuestra imagen corporal, es una percepción, no la verdad objetiva. La percepción es un proceso cognoscitivo engañoso, las afirmaciones de reflexión que creamos sobre nosotros mismos mantienen distorsionada nuestra visión perceptiva de nuestra imagen corporal.

La imagen que forman los adolescentes en su mente de su propio cuerpo es el modo en el que su cuerpo se manifiesta, esto implica que la idea que los estudiantes tengan no es necesariamente consistente en su apariencia física real, si no que por el contrario la importancia de las actitudes y valoraciones que hacen de su propio cuerpo. La insatisfacción de imagen corporal podría estar marcado por valoraciones subjetivas que cada uno expresa con respecto a sí mismo, dichas valoraciones que los adolescentes en varios casos asumen comportamientos parecidos al de su entorno familiar, en la actualidad, otros factores han venido marcando, como las redes sociales

Con los resultados obtenidos cabe aclarar que los estudiantes mostraron una cierta tendencia a la sobreestimación de su imagen corporal, es decir una percepción distorsionada de su imagen que puede tener consecuencias significativas, de manera negativa como los trastornos alimentarios como la anorexia, las personas anoréxicas, llegan con frecuencia al punto de extenuación perdiendo entre un 15% a un máximo de 60% del peso corporal normal.

Las motivaciones primarias de su disgusto para el comer, son un temor angustioso de estar con sobrepeso junto con una imagen distorsionada de su cuerpo. (Morales, Ramires, & Ureña, 2002, págs. 36-37) Y la bulimia nerviosa habitualmente empieza a principios de la adolescencia cuando las jóvenes pretenden realizar dietas restrictivas, que fracasan y reaccionan con atracones, se purgan mediante la toma de laxantes, pastillas para la dieta o medicamentos para reducir líquidos o inducen el vómito. (Morales, Ramires, & Ureña, 2002, págs. 35-36). Las personas bulímicas tienen un peso corporal de nivel normal alto. Las estimaciones de la prevalencia de bulimia entre mujeres jóvenes varían, aunque algunos investigadores sostienen que este problema es subestimado porque muchos adolescentes son capaces de ocultar sus purgas o vómitos, y no se presentan pérdida significativa de peso.

Al analizar los datos encontramos existe un predominio de la población con un 51% de los sujetos de estudio, que presentan insatisfacción de imagen corporal severa a nivel del componente comportamental. Cabe mencionar que los estudiantes presentan ciertas conductas que incluye comportamientos o acciones que hacen con relación a su imagen

corporal como (evitar comer ciertas cosas, vestirse con tratando de no mostrar parte de su que no son de su agrado, evitar salir por que no se siente cómodo con su imagen). El *“componente comportamental hace referencia a ciertas conductas que realizan como provocarse el vómito, utilizar laxantes, tirar la comida, realizar ejercicios de manera excesiva* (Solano Pinto & Cano Vindel, 2010, págs. 15-16)

Las conductas que los estudiantes tienen se derivan de la percepción y de los sentimientos que están asociados con la imagen corporal, puede ser su exhibición, la evitación, la comprobación de la imagen corporal es el modo en el que uno se percibe, imagina, siente y actúa respecto a su propio cuerpo. Las personas que poseen insatisfacción nunca se sienten satisfechas con nada, la mayoría de veces les falta algo para poder ser completamente felices por lo que en su mayoría tienden a fijarse en inalcanzables que generalmente son personas que nunca se conforman con nada y quieren hacer hasta lo imposible por lograrlo.

El autor (Salazar, 2016 pág. 16) nos indica *“que los adolescentes tienden a fijarse objetivos inalcanzables y, con frecuencia, les cuesta poner límites a sus anhelos y aceptar que no lo pueden tener todo en la vida”* Los estudiantes al presentar cierto desagrado hacia su propia imagen corporal surgen comportamientos destructivos hacia misma, que pueden ir desde dietas estrictas, la utilización de laxantes, en otras ocasiones pueden aislarse no participar en eventos sociales.

La valoración de la imagen corporal se forma tomando como valores la satisfacción o insatisfacción con el propio cuerpo, entre estos valores se incluyen las creencias de la autoevaluación. La imagen corporal hace mención a la importancia subjetivo, conductual y emocional del cuerpo que gira alrededor de la autoevaluación. *“los factores más importantes en la persona pertenecen a situaciones de la vida diaria que ejercen influencia en ella de una manera más o menos constante o mantenida respecto a su imagen, incluyendo diálogos internos, emociones de acciones de autorregulación de la imagen corporal.”* (Leandro, 2018, pág. 36).

El análisis de resultados nos permite observar objetivamente que existe un valor porcentual del 32% de la población muestral con un nivel de insatisfacción en el

componente cognitivo-emocional moderado, lo que quiere decir que los estudiantes tienen preocupaciones hacia su imagen corporal presentando ciertos sentimientos, emociones y actitudes negativas hacia el mismo. Esto quiere decir que los estudiantes muestran poca aceptación y valoración así su aspecto físico. Por lo general esta insatisfacción corporal se da porque los adolescentes atraviesan cambios físicos y psicológicos en su vida diaria, que los condicionan, obteniendo actitudes manifiestas de rechazo o al contrario, apego a su imagen corporal. *La insatisfacción cognitivo-emocional deseo y necesidad de tener un cuerpo delgado o realizar una dieta miedo a engordar sensación de estar ganando peso o a la irritabilidad y el malestar emocional asociados al aspecto físico* (Solano Pinto & Cano Vindel, 2010, pág. 15)

Los adolescentes presentan emociones y sentimientos negativos que experimentan respecto a hacia su aspecto físico, lo que quiere decir tiene una percepción distorsionada de su imagen corporal viéndolo de manera equivocada de lo que en realidad es, el adolescente se siente avergonzado de su aspecto físico, constantemente se siente angustiado dentro de su cuerpo, desea ser diferente cumpliendo aquellos estándares de belleza que son impuestos por la sociedad. Cabe mencionar que estos sentimientos están influenciados por el uso que realizamos hacia las redes sociales, sin embargo, la cultura también influye sobre estas percepciones, el hecho de rechazar tu imagen corporal no va ser un requisito de cambio por ende las comparaciones que se realicen debe al menos sentirse incluido y no así excluidos. Si bien en el componente cognitivo engloba todo lo que son los pensamientos y creencias que tenemos sobre nuestro cuerpo, es importante ser realista sobre lo que queremos de nuestra imagen corporal.

La imagen corporal que los estudiantes tienen no solo es un asunto de vanidad, la imagen corporal de insatisfacción moderada a nivel cognitivo-emocional puede tener un impacto negativo en la salud mental y física. Las redes sociales en la actualidad son de suma importancia ya que es la nueva cultura digital en la que los adolescentes se encuentran sumergidos ya contiene una infinidad información a través de imágenes, videos donde muestran cuerpos perfectos, una vida llena de comodidades que está muy alejado de la realidad en la que se vive, misma que implica comparaciones de quienes

consumen este tipo de contenido mismo que genera diferentes sentimientos hacia su propia imagen corporal” (Ferrando, 2020, págs. 21-22)

En conclusión se puede indicar que la insatisfacción de imagen corporal a nivel del componente perceptivo con un 52% de la muestra total presenta un nivel de insatisfacción severa, que hace referencia a aquellas creencias o sensación subjetiva de la imagen corporal, por otro lado con un 51% de los estudiantes que presentan insatisfacción de imagen corporal severa a nivel del componente comportamental, son estudiantes presentan ciertas conductas que incluye comportamientos o acciones que hacen con relación a su imagen corporal, el 32% de la población muestral con un nivel de insatisfacción moderada a nivel del componente cognitivo-emocional, presentan sentimientos y emociones negativas hacia su imagen corporal

5.3 Objetivo N° 3

Determinar la relación entre el uso de las redes sociales y la insatisfacción de la imagen corporal en los adolescentes

Cuadro N.º 7

Uso de las redes sociales según la insatisfacción de la imagen corporal en los adolescentes

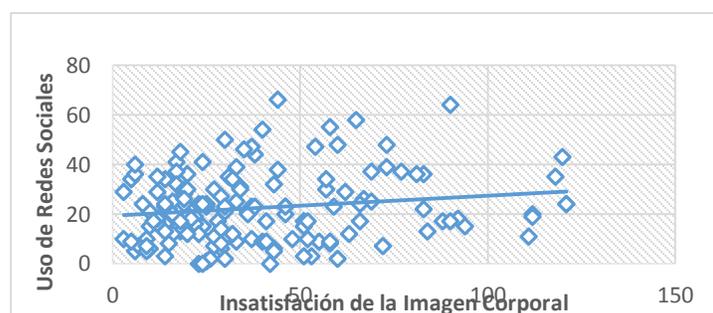
Insatisfacción de la Imagen Corporal	Uso de Redes Sociales						Total	
	Uso moderado		Uso Normal		Uso Leve			
	f	%	f	%	f	%	f	%
Severa	4	3%	40	26%	17	11%	62	40%
Marcada		0%	24	16%	4	3%	28	18%
Moderada	2	1%	38	25%	10	7%	50	33%
Minima o ausente		0%	11	7%	2	1%	13	9%
Total general	6	4%	113	74%	33	22%	153	100%

Cuadro N.º 8

Análisis correlacional según el uso de las redes sociales y la insatisfacción de la imagen corporal en los adolescentes

Medida de relación	Correlación hallada	N
Coefficiente de correlación r de Pearson	r = 0.16	153

Grafico N.º 4



En el cuadro N° 7 se describe los resultados donde se puede observar que el uso de las redes sociales se establece en un nivel normal con una frecuencia porcentual del 26% de la población presentado insatisfacción de imagen corporal severa lo que quiere decir que el uso que los adolescentes le dan a las redes sociales no interfiere de manera significativa sobre su imagen corporal. Sin embargo, los resultados respaldan la idea de que las redes sociales puedan ser una plataforma en la que se potencia y se produce una comparación entre iguales en relación con el atractivo físico y la imagen corporal.

Los adolescentes que están en un constante uso de las redes sociales pueden definir sus características personales y determinar sus pensamientos, en torno a lo que la sociedad acepte como válido para ellos, es decir que piensan o sienten que eso que la sociedad impone los representa o son su arquetipo de referencia. Las redes sociales en la actualidad contienen una infinidad información a través de imágenes, videos donde se muestran cuerpos perfectos, una vida llena de comodidades que está muy alejado de la realidad en la que se vive, misma que implica comparaciones de quienes consumen este tipo de contenido a pesar de que muchos son conscientes de que las imágenes y videos son editados.

A pesar de que todos se percaten de imágenes han sido editadas, la insatisfacción hacia el aspecto físico “es una respuesta emocional de “no soy lo suficientemente bueno” y que puede ser difícil de evitar. Muchos adolescentes se estresan por cómo se ven en las fotos publicadas en estas plataformas y se sienten mal consigo mismos.

Al ser las redes sociales plataformas donde los adolescentes aprenden practicando por medio del error se introducen en medio virtual con un esquema idealizado teniendo cuenta los amigos con los que mantienen contacto y los familiares más cercanos y que sean relativamente de su edad que tienen ciertos intereses en común. Es importante señalar que los adolescentes presentan cierto grado vulnerabilidad en las redes sociales por algunas características que son propias de la edad, en esta etapa es donde se le da mayor importancia y se prioriza el mundo social y las relaciones interpersonales, por lo que presentan una excesiva confianza en sus ideas, lo que les impide entender que cierta información percibida pueda ocasionarles problemas, así también no ayuda a que puedan

identificar la veracidad de la información que reciben, por lo que pueden experimentar un impacto positivo o negativo en relación a su uso (Campoverde & Naranjo, 2014 , pág. 9)

Las redes sociales se han expandido bastante y juegan un papel primordial para reproducir estándares de belleza en los adolescentes, esta población se caracteriza por ser más vulnerable ante ciertos contenidos en redes sociales, que afectan la visión y percepción que de alguna manera hace que los adolescentes se comprometan a querer cumplir un cierto parámetro de imagen impuesta en estos medios, y por consiguiente se vuelvan dependientes de la misma.

Las redes sociales, han jugado un papel fundamental para reproducir estándares de belleza debido a que mediante las redes se transmite un sin fin de imágenes constantemente de hombres y mujeres de “cuerpos perfectos” afectando la visión y la percepción de las personas y en especial de los adolescentes obligándoles de alguna manera a volverse dependientes de esa imagen que se propaga masivamente en las redes sociales como Facebook, Instagram, Pinterest, YouTube, aplicaciones propias (Apps), revistas online y blogs” (Marulanda Cuevas & Quiñones Quiñones, 2021, págs. 36-37).

Al analizar los resultados sobre la insatisfacción imagen corporal en los estudiantes, es importante aclarar que no solo es un asunto de vanidad, la insatisfacción de imagen corporal severa puede tener un impacto negativo en la salud mental y física de los adolescentes quienes mostraron cierta tendencia a la sobreestimación de su imagen corporal, es decir una percepción distorsionada de su imagen que puede tener consecuencias significativas, de manera negativa como los trastornos alimentarios, la anorexia y bulimia.

Las personas anoréxicas, llegan con frecuencia al punto de extenuación perdiendo entre un 15% a un máximo de 60% del peso corporal normal. Las motivaciones primarias de su disgusto para el comer, son un temor angustioso de estar con sobrepeso junto con una imagen distorsionada de su cuerpo. (Morales, Ramirez, & Ureña, 2002, págs. 35-36) Y la bulimia nerviosa habitualmente empieza a principios de la adolescencia cuando las jóvenes pretenden realizar dietas restrictivas, que fracasan y reaccionan con atracones, se

purgan mediante la toma de laxantes, pastillas para la dieta o medicamentos para reducir líquidos o inducen el vómito. (Morales, Ramires, & Ureña, 2002, págs. 36-37). Las personas bulímicas tienen un peso corporal de nivel normal alto. Las estimaciones de la prevalencia de bulimia entre mujeres jóvenes varían, aunque algunos investigadores sostienen que este problema es subestimado porque muchos adolescentes son capaces de ocultar sus purgas o vómitos, y no se presentan pérdida significativa de peso.

En ese sentido la construcción de identidad en los adolescentes, en cuanto a la belleza de imagen corporal se refiere, está ajustada en lo que se observa desde los medios de comunicación, cuando se pretende plasmar insatisfacciones de belleza corporal, pero que es irreal a partir de la publicidad y las redes sociales.

En el análisis de correlaciones entre las distintas variables empleadas en la presente investigación se encuentran la relación hallada del uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal en los adolescentes es de: $r = 0.16$, lo que indica que existe una *correlación positiva muy baja*. Este resultado de correlación corresponde a una relación poco significativa o nula.

Este análisis puede verse ratificado con los resultados del cuadro N° 8, donde encontramos que existe un predominio de puntuaciones en el nivel de uso normal de las redes sociales y en insatisfacción de imagen corporal puntuado un con nivel severo. Estos resultados exponen que no se puede determinar una relación de variables de poca significancia, facilitando lugar a la existencia de variables externas que determinen el tiempo de uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal.

En conclusión, de acuerdo a los resultados obtenidos los estudiantes presentan un nivel de insatisfacción severa establecido con un nivel de uso normal de las redes sociales, lo que indica que el tiempo de uso que le dan a las redes sociales no interfiere de manera significativa sobre la imagen corporal que los estudiantes crean de sí mismos.

Cuadro N.º 9

Uso de las redes sociales según la insatisfacción cognitivo-conductual en los adolescentes

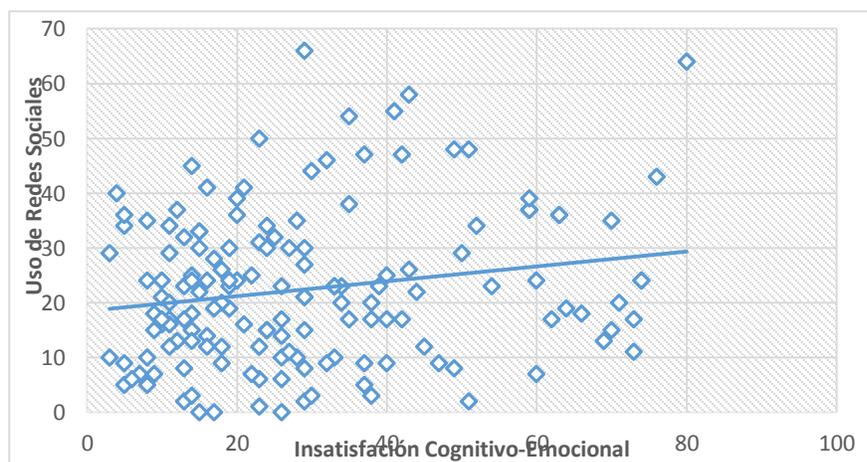
Insatisfacción Cognitivo-Emocional	Uso de Redes Sociales							
	Uso moderado		Uso Normal		Uso Leve		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Severa	3	2%	30	20%	12	8%	45	30%
Marcada	1	1%	26	17%	6	4%	34	22%
Moderada	2	1%	37	24%	10	7%	49	32%
Minima o ausente		0%	20	13%	5	3%	25	16%
Total general	6	4%	113	74%	33	22%	153	100%

Cuadro N.º 10

Análisis correlacional según el uso de las redes sociales y la insatisfacción cognitivo-conductual en los adolescentes

Medida de relación	Correlación hallada	N
Coefficiente de correlación r de Pearson	r = 0.19	153

Grafico N.º 5



Según los resultados obtenidos en los estudiantes del nivel secundario de la unidad educativa Esteban Migliacci nos permite analizar el cruce de variables entre las redes sociales y la insatisfacción cognitivo- emocional.

La insatisfacción cognitivo-emocional se entiende como *deseo y necesidad de tener un cuerpo delgado o realizar una dieta miedo a engordar sensación de estar ganando peso o a la irritabilidad y el malestar emocional asociados al aspecto físico* (Solano Pinto & Cano Vindel, 2010, pág. 15).

El análisis de resultados nos permite observar objetivamente que existe un nivel de insatisfacción cognitivo- emocional marcada, asimismo con un nivel de uso de las redes sociales normal, lo que quiere decir que los estudiantes tienen preocupaciones hacia su imagen corporal presentando ciertos sentimientos, emociones y actitudes negativas, lo que manifiesta que los estudiantes muestran poca aceptación y valoración así su aspecto físico, por lo general esta insatisfacción corporal se da porque los adolescentes atraviesan cambios físicos, psicológicos y sociales en su vida diaria, que los condicionan, obteniendo actitudes manifiestas de rechazo o al contrario, apego a su imagen corporal, sin embargo cabe aclarar que las redes sociales no influyen de manera significativa sobre el nivel de insatisfacción del componente cognitivo-emocional en los estudiantes.

Cabe indicar que si bien los adolescentes presentan sentimientos y actitudes negativas hacia su imagen no simplemente se alude a las redes sociales, sino que también existen otros factores como la crianza, su entorno, la cultura, etc. Por lo general esta insatisfacción corporal se da porque los adolescentes atraviesan cambios físicos y psicológicos en su vida diaria, que los condicionan, obteniendo actitudes manifiestas de rechazo o al contrario, apego a su imagen corporal.

Los adolescentes presentan emociones y sentimientos negativos que experimentan respecto a hacia su aspecto físico, lo que quiere decir tienen una percepción distorsionada de su imagen corporal viéndolo de manera equivocada de lo que en realidad es, el adolescente se siente avergonzado de su aspecto físico, constantemente se siente angustiada dentro de su cuerpo, desea ser diferente cumpliendo aquellos estándares de belleza que son impuestos por la sociedad

La imagen corporal que los estudiantes tienen no solo es un asunto de vanidad, la imagen corporal de insatisfacción moderada a nivel cognitivo-emocional puede tener un impacto negativo en la salud mental y física. Las redes sociales en la actualidad son de suma importancia ya que es la nueva cultura digital en la que los adolescentes se encuentran sumergidos ya que contienen una infinidad de información a través de imágenes, videos donde muestran cuerpos perfectos, una vida llena de comodidades que está muy alejado de la realidad en la que se vive, misma que implica comparaciones de quienes consumen este tipo de contenido mismo que genera diferentes sentimientos hacia su propia imagen corporal” (Leandro, 2018, pág. 36)

Los adolescentes presentan emociones y sentimientos negativos que experimentan respecto a su aspecto físico, lo que quiere decir tiene una percepción distorsionada de su imagen corporal viéndolo de manera equivocada de lo que en realidad es, el adolescente se siente avergonzado de su aspecto físico, constantemente se siente angustiado dentro de su cuerpo, desea ser diferente cumpliendo aquellos estándares de belleza que son impuestos por la sociedad.

Cabe mencionar que estos sentimientos están influenciados de cierta manera por el uso que realizamos de las redes sociales, sin embargo, la cultura también influye sobre estas percepciones, el hecho de rechazar tu imagen corporal no va a ser un requisito de cambio por ende las comparaciones que se realicen deben al menos sentirse incluido y no así excluidos. Si bien en el componente cognitivo engloba todo lo que son los pensamientos y creencias que tenemos sobre nuestro cuerpo, es importante ser realista sobre lo que queremos de nuestra imagen corporal.

La relación entre las redes sociales y la insatisfacción cognitivo-emocional es de $r=0,19$ lo que indica que existe una *correlación positiva muy baja*, los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación pueden ser interpretados como una relación poco significativa o nula, al obtener un coeficiente de correlación positiva muy baja.

Los resultados pueden ser verificados en el cuadro N° 9 donde encontramos que existe una influencia de puntuaciones del nivel de uso de las redes sociales y la insatisfacción

cognitivo-conductual lo que se convertirá en una relación de variables de poco significativo.

En conclusión, los estudiantes que forman parte de esta investigación presentan insatisfacción en el componente cognitivo- conductual marcada en relación con el nivel de uso de las redes sociales normal, indicando de esta manera que no solo el uso de las redes sociales es una variable que va influir en la insatisfacción corporal.

Cuadro N.º 11

Uso de las redes sociales según la insatisfacción perceptiva en los adolescentes

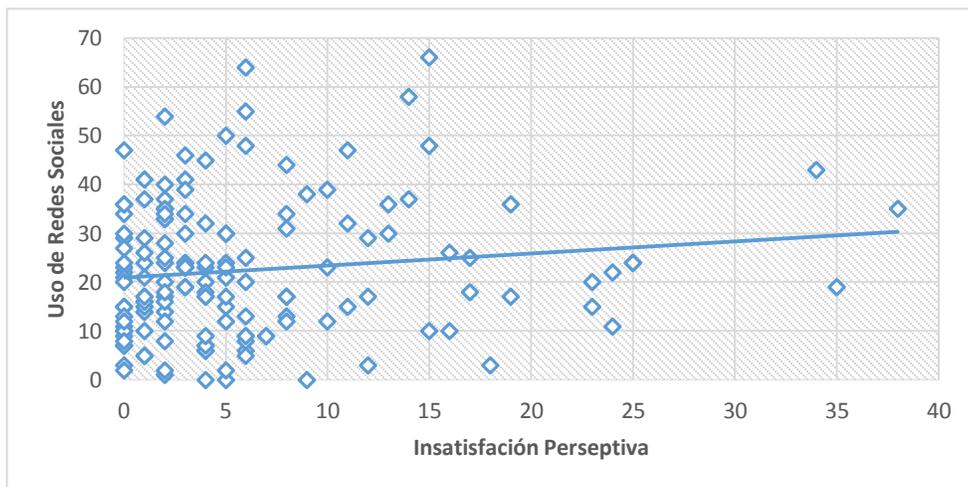
Insatisfacción Perceptiva	Uso de Redes Sociales							
	Uso moderado		Uso Normal		Uso Leve		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Severa	4	3%	57	38%	18	12%	79	52%
Marcada	1	1%	20	13%	4	3%	25	16%
Moderada	1	1%	15	10%	7	5%	23	15%
Minima o ausente		0%	21	14%	4	3%	26	16%
Total general	6	4%	113	74%	33	22%	153	100%

Cuadro N.º 12

Análisis correlacional según el uso de las redes sociales y la insatisfacción perceptiva en los adolescentes

Medida de relación	Correlación hallada	N
Coefficiente de correlación r de Pearson	r = 0.13	153

Grafico N.º 6



Según los resultados obtenidos en los estudiantes del nivel secundario de la unidad educativa Esteban Migliacci nos permite analizar el cruce de variables entre las redes sociales y la insatisfacción perspectiva

En primer lugar, podemos observar que los estudiantes presentan insatisfacción perspectiva severa con un nivel de uso de las redes sociales del 38%, lo que quiere decir que los adolescentes tienen preocupaciones significativas en la percepción de su imagen corporal con distorsión sobre de su imagen corporal, así mismo tienen subestimaciones al percibir su cuerpo como inferior a los demás.

El autor (Solano Pinto & Cano Vindel, 2010, pág. 15) afirma que la insatisfacción perceptiva *“hace referencia a aquellas creencias o sensación subjetiva de haber alcanzado un peso por arriba de lo deseado o una figura deforme según su perspectiva”*. Es decir, como percibimos nuestro cuerpo, o forma en como imaginamos nuestro cuerpo no siempre es una representación real de nuestra imagen corporal, es una percepción, no la verdad objetiva. La percepción es un proceso cognoscitivo engañoso, las afirmaciones de reflexión que creamos sobre nosotros mismos mantienen distorsionada nuestra visión perceptiva de nuestra imagen corporal.

La imagen que forman los adolescentes en su mente de su propio cuerpo es el modo en el que su cuerpo se manifiesta, esto implica que la idea que los estudiantes tengan de su imagen corporal no es necesariamente consistente en su apariencia física real, si no que por el contrario la importancia de las actitudes y valoraciones hacen de su propio cuerpo.

La insatisfacción de imagen corporal podría estar marcado por valoraciones subjetivas que cada uno expresa con respecto a sí mismo, dichas valoraciones que los adolescentes en varios casos asumen comportamientos parecidos al de su entorno familiar, en la actualidad, otros factores han venido marcando, como las redes sociales.

Con los resultados obtenidos cabe aclarar que los estudiantes mostraron una cierta tendencia a la sobreestimación de su imagen corporal, es decir una percepción distorsionada de su imagen que puede tener consecuencias significativas, de manera

negativa como los trastornos alimentarios como la anorexia, las personas anoréxicas, llegan con frecuencia al punto de extenuación perdiendo entre un 15% a un máximo de 60% del peso corporal normal. Las motivaciones primarias de su disgusto para el comer, son un temor angustioso de estar con sobrepeso junto con una imagen distorsionada de su cuerpo. (Morales, Ramires, & Ureña, 2002, págs. 35-36). Y la bulimia nerviosa habitualmente empieza a principios de la adolescencia cuando las jóvenes pretenden realizar dietas restrictivas, que fracasan y reaccionan con atracones, se purgan mediante la toma de laxantes, pastillas para la dieta o medicamentos para reducir líquidos o inducen el vómito. (Morales, Ramires, & Ureña, 2002, pág. 35). Las personas bulímicas tienen un peso corporal de nivel normal alto. Las estimaciones de la prevalencia de bulimia entre mujeres jóvenes varían, aunque algunos investigadores sostienen que este problema es subestimado porque muchos adolescentes son capaces de ocultar sus purgas o vómitos, y no se presentan pérdida significativa de peso.

En conclusión, se puede indicar que los adolescentes presentan insatisfacción en el componente perspectivo severo con un nivel de uso de las redes sociales normal

La relación hallada entre las variables redes sociales y la insatisfacción perspectiva es de: $r = 0.13$, lo que indica que existe una *correlación positiva muy baja*. Este resultado de correlación corresponde a una relación poco significativa o nula.

Este análisis puede comprobarse con los resultados del cuadro N° 12, donde encontramos que existe una superioridad de los niveles de uso normal de redes sociales, del mismo modo, existe de insatisfacción perspectiva. Estos resultados demuestran que no se puede determinar una relación de variables de poca significancia, dando lugar a la objetividad de variables que externamente influyan tanto en el desarrollo del uso de las redes sociales y la insatisfacción perspectiva.

Cuadro N.º 13

Uso de las redes sociales según la insatisfacción comportamental en los adolescentes

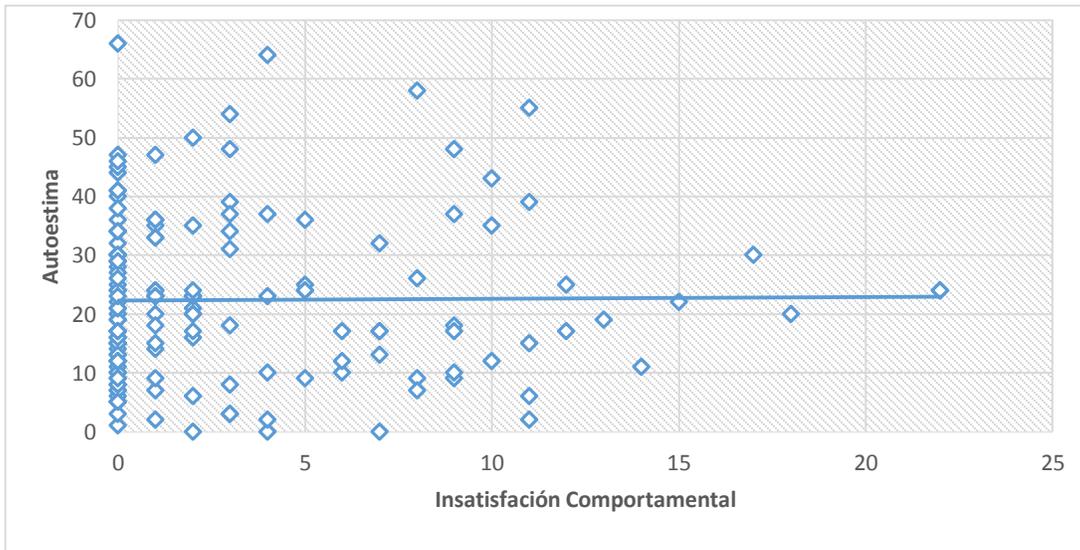
Insatisfacción Comportamental	Uso de Redes Sociales							
	Uso moderado		Uso Normal		Uso Leve		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Severa	5	3%	56	37%	16	11%	77	51%
Marcada		0%	6	4%	4	3%	11	7%
Minima o ausente	1	1%	51	34%	13	9%	65	43%
Total general	6	4%	113	74%	33	22%	153	100%

Cuadro N.º 14

Análisis correlacional según el uso de las redes sociales y la insatisfacción comportamental en los adolescentes

Medida de relación	Correlación hallada	N
Coefficiente de correlación r de Pearson	r = 0.01	153

Grafico N.º 7



Según los resultados obtenidos en los estudiantes del nivel secundario de la unidad educativa Esteban Migliacci nos permite analizar el cruce de variables entre las redes sociales y la insatisfacción comportamental

Al analizar los datos encontramos una insatisfacción comportamental severa, con un nivel de uso normal representado por un valor porcentual del 37%. Cabe mencionar que los estudiantes presentan ciertas conductas que incluyen comportamientos o acciones que hacen con relación a su imagen corporal (evitar comer ciertas cosas, vestirse tratando de no mostrar parte de su cuerpo que no es de su agrado, evitar salir por que no se siente cómodo con su imagen). El “*componente comportamental hace referencia a ciertas conductas que realizan como provocarse el vómito, utilizar laxantes, tirar la comida, realizar ejercicios de manera excesiva* (Solano Pinto & Cano Vindel, 2010, pág. 15), si bien las redes sociales juegan un papel importante dentro de lo que implica hacer dietas bastantes rígidas, contar calorías, etc. No siempre son las redes sociales quienes impulsan a realizar ciertas conductas y la presente investigación corrobora aquello.

Las conductas que los estudiantes tienen se derivan de la percepción y de los sentimientos que están asociados con la imagen corporal. Puede ser su exhibición, la evitación, la comprobación de la imagen corporal es el modo en el que uno se percibe, imagina, siente y actúa respecto a su propio cuerpo. Las personas que poseen insatisfacción nunca se sienten satisfechas con nada, la mayoría de veces les falta algo para poder ser completamente felices por lo que en su mayoría tienden a fijarse en inalcanzables que generalmente son personas que nunca se conforman con nada y quieren hacer hasta lo imposible por lograrlo. El autor (Salazar,2016, pág. 35)nos indica “*que los adolescentes tienden a fijarse objetivos inalcanzables y, con frecuencia, les cuesta poner límites a sus anhelos y aceptar que no lo pueden tener todo en la vida*”.

La valoración de la imagen corporal se forma tomando como valores la satisfacción o insatisfacción con el propio cuerpo, entre estos valores se incluyen las creencias de la autoevaluación. La imagen corporal hace mención a la importancia subjetivo, conductual y emocional del cuerpo que gira alrededor de la autoevaluación. “*En este enfoque los factores más importantes en la persona pertenecen a situaciones de la vida diaria que*

ejercen influencia en ella de una manera más o menos constante o mantenida respecto a su imagen, incluyendo diálogos internos, emociones de acciones de autorregulación de la imagen corporal.” (Leandro, 2018, págs. 36-37).

En conclusión, los estudiantes que forman parte de la presente investigación se encuentran que tiene insatisfacción comportamental severa, con un nivel de uso de las redes sociales normal

La relación hallada entre las variables redes sociales y la insatisfacción perspectiva es de: $r = 0.01$, lo que indica una *correlación positiva muy baja*, esto significa que el resultado de correlación corresponde a una relación poco significativa o nula.

Este análisis puede comprobarse con los resultados del cuadro N° 10, donde encontramos que existe una superioridad de los niveles de uso normal de redes sociales, del mismo modo, existe de insatisfacción perspectiva. Estos resultados demuestran que no se puede determinar una relación de variables de poca significancia, dando lugar a la objetividad de variables que externamente influyan tanto en el desarrollo del uso de las redes sociales y la insatisfacción comportamental

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y

RECOMENDACIONES

CAPÍTULO VI

Conclusiones y recomendaciones

6. Conclusiones

A partir del análisis e interpretación de los instrumentos aplicados se llegó a las siguientes conclusiones con respecto a la relación del uso de las redes sociales y la insatisfacción de la imagen corporal en estudiantes del nivel secundario de la unidad educativa Esteban Migliacci de la ciudad de Tarija de la gestión 2022.

Las conclusiones son presentadas según fueron planteados los objetivos específicos, así mismo se da respuesta a cada una de las hipótesis para concluir con el objetivo general.

Con relación al primer objetivo: **“Identificar el uso de las redes sociales (tiempo y frecuencia) en estudiantes del nivel secundario”**, mediante este objetivo se puede argumentar que:

El uso de las redes sociales es un proceso donde los adolescentes utilizan (Facebook, Instagram, WhatsApp, Tik Tok) con la finalidad de comunicación personal, lo que implica la comunicación con los amigos o la familia y entretenimiento como juegos, videos, aplicaciones del momento, etc. En los resultados obtenidos en la presente investigación los estudiantes presentan un predominio del 74% con un nivel de uso normal, seguido de un pequeño grupo con el 22 % de los estudiantes que presentan un nivel de uso leve, cabe aclarar que es un poco más de lo normal. Esto quiere decir que el tiempo de uso es de 2 a 5 horas diarias, entendiendo que pueden estar conectados por ciertas horas en estos medios, pero tienen cierto control sobre su uso siendo conscientes del uso que hacen y considerando que no sea perjudicial

Por otro lado, con respecto a la hipótesis que fue planteada específicamente para este objetivo que dice *“el nivel de uso de las redes sociales (tiempo y frecuencia) es exagerado en estudiantes de la unidad educativa Esteban Migliacci”*. Es **rechazada** puesto que los estudiantes presentan un nivel de uso normal, por lo tanto, a pesar de tener conexión a

estos medios por tiempos considerables tienen cierto control siendo conscientes del uso que hacen y considerando que no sea perjudicial para ellos mismos

Con respecto al segundo objetivo “**describir la insatisfacción de imagen corporal en sus componentes perceptivo, subjetivo (cognitivo-emocional) y conductual**” se argumenta que:

La insatisfacción de imagen corporal es una expresión de discrepancia del individuo con la apariencia y dimensión de su cuerpo o partes de él que concuerda con la realidad

Se puede indicar que la insatisfacción de imagen corporal en el componente perceptivo con el 52% de la población total presenta un nivel de insatisfacción severa que hace referencia a aquellas creencias o sensación subjetiva de la imagen corporal.

Por otro lado, se tiene que el 51% de los estudiantes que presentan insatisfacción severa a nivel del componente comportamental cabe mencionar que los estudiantes presentan cierto displacer o disgusto por su apariencia física que puede llevar a tener conductas como evitar comer, vestirse tratando de no mostrar parte de su cuerpo que no sea de su agrado, evitar salir porque no siente cómodo con su imagen corporal

Para referirnos al componente cognitivo-emocional que contribuye el deseo y necesidad de tener un cuerpo con una imagen corporal ideal, según los resultados obtenidos en este componente el 32% de los adolescentes muestran con un nivel de insatisfacción moderada, es decir sentimientos, emociones y actitudes negativas hacia su aspecto físico presentando así poca aceptación y valoración a su imagen corporal

Con respecto a la hipótesis planteada “*existe insatisfacción de imagen corporal caracterizada por la insatisfacción perceptiva severa, insatisfacción cognitivo-emocional severa e insatisfacción conductual moderada*”. Es **aceptada** puesto que los estudiantes de nuestro medio presentan cierto grado de insatisfacción de imagen corporal en cada uno de los componentes tanto perceptivo, subjetivo (cognitivo-emocional) y conductual.

En respuesta a tercer objetivo específico **“determinar la relación entre el uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal en los adolescentes”** se puede argumentar que:

Los datos obtenidos permiten inferir que existe una correlación estadísticamente positiva muy baja entre las variables, uso de las redes y la insatisfacción de imagen corporal en los estudiantes participantes, de acuerdo al índice de cálculo de correlación de Pearson $r= 0.16$ lo que refleja una correlación positiva muy baja, esto indica que mientras mayor sea el nivel de uso de las redes sociales, mayor será la insatisfacción de imagen corporal en los estudiantes.

Asimismo, los adolescentes al presentar un nivel de uso de las redes sociales normal y responsable, no va intervenir de manera directa sobre la insatisfacción sobre su aspecto físico y seguridad en sí mismo lo que va a permitir desenvolverse con seguridad en cualquier ambiente ya sea familiar o social. Automáticamente tendrá capacidad para poder seleccionar que tipo de contenido es beneficioso y productivo para sí mismo.

Con respecto a la hipótesis para este objetivo específico que dice: *“existe una relación positiva entre el uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal de los estudiantes”* la misma es aceptada sin embargo es positiva muy baja.

En relación al objetivo general el cual señala lo siguiente: **“determinar la relación que existe entre el uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal en los estudiantes del nivel secundario de la unidad educativa Esteban Migliacci de la ciudad de Tarija en la gestión 2022”**.

Se puede concluir de manera general, que existe una correlación estadísticamente positiva muy baja, pero no nula en el uso de las redes sociales y la insatisfacción de imagen corporal en los estudiantes.

Es así que como resultado de dicha correlación y análisis se puede concluir que a mayor uso de las redes las redes sociales mayor será la insatisfacción de imagen corporal. Todo esto puede deberse también a factores familiares o culturales que se relacionan con la insatisfacción de imagen corporal.

6.1 Recomendaciones

A partir de los resultados proporcionados en esta investigación es importante destacar que el uso de las redes sociales puede ser de utilidad o perjudicial para los adolescentes, esto depende del uso que le den a las mismas y el control que tengan al usarlas, en base a las conclusiones anteriormente puntualizadas se establecen las siguientes recomendaciones:

A los adolescentes que hacen uso de las redes sociales

- Es importante que los adolescentes realicen un uso responsable de las redes sociales aprovechar para informarse ya que estas plataformas son una fuente importante de aprendizaje, por el gran contenido de valor que se comparte en estos medios, no acceder a vínculos de procedencia desconocida sin verificar que la información este sustentada por paginas confiables ya que la sobrecarga de información hace que sea complejo poder distinguir que páginas de estos medios brindan información real.
- Los adolescentes que se hallan en un nivel leve se les recomienda fomentar una rutina en la que se evite el uso a estos medios por ciertas horas al día lo que va a permitir acceder a nuevas perspectivas y por tanto fomentar la creatividad

A los padres de familia:

- En este sentido, los padres son parte fundamental para el uso responsable de las redes sociales en sus hijos por ende deben, formar advertencias y supervisión constante del manejo de estos medios que realizan los adolescentes. Hacer mención de la necesidad de un uso prudente, reservado y controlado de las redes sociales
- Los padres deben mantenerse actualizados sobre el uso de redes sociales y de la información que sus hijos manejan en estos medios. Los padres de familia se deben informar sobre el funcionamiento de las redes sociales, las ventajas o desventajas

del mismo para que así puedan ejercer un control más lineal y responsable del uso de estos medios.

A la unidad educativa:

- Es importante que la unidad educativa más allá de brindar las habituales clases de computación a los estudiantes, puedan incrementar sus objetivos e incluir una formación integral sobre el uso de las redes sociales para favorecer el uso responsable. Asimismo, los profesores deben tener un papel más activo en la prevención y control del uso las redes sociales desarrollando orientaciones a los estudiantes.

A futuros investigadores

- De esta manera, se sugiere que futuras investigaciones podrían continuar con una línea de investigación que permitan controlar y generar nuevos diseños experimentales como pueden ser los efectos ante exhibiciones de imágenes y videos cuyos contenidos están directamente enmarcados en mensajes de triunfo personal relacionado a un cuerpo perfecto, con el fin de identificar si existe mayor significancia y precisión en la relación de las variables
- Asimismo, se sugiere que se tenga en cuenta sobre qué redes sociales pueden generar mayor efecto en la percepción de la imagen corporal, por otro lado, los resultados de este trabajo pueden entenderse como el punto de partida a nuevos trabajos que ofrecen una serie de elementos que entenderán el fenómeno de las redes sociales