

Licenciatura en Psicología
Trabajo Final Integrador

Autora: Carolina Ferrara

**INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN LA IMAGEN
CORPORAL DURANTE LA ADOLESCENCIA**

2023

Tutora: Dra. Cecilia Murata



Citar como: Ferrara, C. (2024). Influencia de las redes sociales en la imagen corporal durante la adolescencia. [Trabajo Final de Grado, Universidad]. RID ISALUD. <http://rid.isalud.edu.ar/handle/1/2554>

AGRADECIMIENTOS

A la profesora y Dra. Cecilia Murata por su buena disposición en todo momento y acompañamiento como tutora durante todo el proceso de construcción de este trabajo final integrador.

Agradecer también a Pablo Inguibert, seleccionado como docente tutor en base a la temática de este trabajo, por su valiosa orientación y apoyo a lo largo de la elaboración de este trabajo.

Por último, no dejar de agradecer a Dios y a cada miembro de mi familia que hizo posible que pudiera estudiar esta carrera y estuvo en cada momento de este largo recorrido brindando su apoyo, contención y recursos.

RESUMEN

Este trabajo aborda la relevante problemática de la influencia de las redes sociales en la imagen corporal durante la adolescencia. La elección de este tema se justifica por la creciente importancia de las redes sociales en la vida de los jóvenes y su potencial impacto en la percepción de sí mismos. La preocupación por la salud mental de los adolescentes, especialmente en relación con la autoestima y la imagen corporal, ha motivado la necesidad de comprender cómo las redes sociales pueden intensificar estos problemas al exponer a los jóvenes a imágenes idealizadas de cuerpos.

El objetivo general del estudio fue analizar la función de las redes sociales en la imagen corporal de los adolescentes. Para lograrlo, se plantearon objetivos específicos que abordan la relación entre el tiempo dedicado a las redes sociales y la autoimagen, el impacto de la exposición a imágenes ideales, la identificación de tipos de contenido y plataformas más utilizadas, y las posibles diferencias entre los sexos en estas experiencias.

Los resultados obtenidos revelan que, a pesar de un uso diario de las redes sociales, los participantes no presentan insatisfacción respecto a su imagen corporal. Se observa una leve adicción al uso de redes, sin consumo significativo de contenido relacionado con imágenes corporales ideales. Este hallazgo sugiere que, en la muestra estudiada, las variables de uso de redes e imagen corporal, no están entrelazadas.

Este estudio puede contribuir al conocimiento científico, ofreciendo información relevante para profesionales de la salud, educadores, padres y cuidadores, al proporcionar una perspectiva más detallada sobre la relación entre las redes sociales y la imagen corporal en la adolescencia.

Palabras clave: Adolescencia, Redes Sociales, Imagen Corporal.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
Contextualización de la problemática.....	1
Justificación y relevancia.....	1
PRESENTACIÓN DE LA PROBLEMÁTICA.....	5
BASE CONCEPTUAL.....	6
MARCO TEÓRICO.....	6
Adolescencia.....	6
Imagen corporal.....	8
Redes sociales.....	10
Adolescencia, imagen corporal y redes sociales.....	12
ESTADO DEL ARTE.....	14
Influencia de las redes sociales en la satisfacción de la imagen corporal de las adolescentes. Un proyecto de prevención, por María Romo del Olmo, 2020.....	14
Impacto de las redes sociales en la percepción de cuerpo saludable en el adolescente, por Rosales Paola y Gutiérrez Hernández Rosalinda, 2022.....	15
Imagen corporal y redes sociales en jóvenes de sexo femenino en etapa de adolescencia temprana, por Loreto Vergara González, 2020.....	15
ABORDAJE METODOLÓGICO.....	17
RESULTADOS.....	18
Evidencias empíricas recolectadas.....	18
Registros y análisis de información relevados durante el acercamiento empírico.....	20
DISCUSIÓN.....	21
Limitaciones del trabajo y recomendaciones para futuras indagaciones.....	27
CONCLUSIONES.....	28
REFERENCIAS.....	30
ANEXOS.....	33
Anexo 1.....	33
Anexo 2.....	34
Anexo 3.....	37
Anexo 4.....	39

INTRODUCCIÓN

Contextualización de la problemática

El trabajo final integrador está pensado contextualmente en el país de Argentina, durante el año 2023, en un contexto post pandemia, donde el uso de la tecnología y redes sociales ha ido en aumento. Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) se han integrado de manera orgánica en la vida cotidiana de las personas, teniendo un efecto notable en la forma en que los adolescentes y jóvenes se relacionan socialmente. Es difícil imaginar la vida diaria sin internet y las plataformas de redes sociales (Heredia y García, 2017). A su vez, se trabaja con la etapa de la adolescencia, tomando el testimonio de las encuestas realizadas a dos adolescentes de sexo femenino y dos adolescentes de sexo masculino.

Justificación y relevancia

La elección de estudiar sobre la influencia de las redes sociales en la imagen corporal de los adolescentes se justifica por su relevancia en la sociedad actual. Las redes sociales son una parte fundamental de la vida de los jóvenes, y su impacto en la percepción de sí mismos puede pensarse que es cada vez más evidente. La preocupación por la salud mental de los adolescentes, en particular en lo que respecta a la autoestima y la imagen corporal, ha llevado a la necesidad de comprender cómo las redes sociales pueden intensificar estos problemas al exponer a los jóvenes a imágenes idealizadas de cuerpos. La base empírica existente hasta el momento, respalda la conexión entre la exposición a estas imágenes en línea y la imagen corporal negativa.

Ahora bien, para justificar el recorte de esta problemática y lo expuesto hasta el momento, desde los fundamentos conceptuales, teóricos y empíricos se desarrollarán las definiciones de los principales conceptos del trabajo: Redes Sociales, Adolescencia, Imagen Corporal.

Comenzando con los fundamentos conceptuales, según el diccionario panhispánico del español jurídico, las redes sociales son:

Servicio de la sociedad de la información que ofrece a los usuarios una plataforma de comunicación a través de internet para que estos generen un perfil con sus datos personales, facilitando la creación de comunidades con base en criterios comunes y permitiendo la comunicación de sus usuarios, de modo que pueden interactuar mediante mensajes, compartir información, imágenes o vídeos, permitiendo que estas publicaciones sean accesibles de forma inmediata por todos los usuarios de su grupo.

Continuando, la definición de adolescencia según la Real Academia Española es la siguiente: “Período de la vida humana que sigue a la niñez y precede a la juventud”.

Por último, desde el artículo desarrollado por Vaquero-Cristobal, et al. (2013), la imagen corporal está definida como "la imagen que forma nuestra mente de nuestro propio cuerpo, es decir, el modo en que nuestro cuerpo se nos manifiesta" (p.28).

Ahora bien, desde los fundamentos teóricos, tomando el desarrollo de Graciela Esnaola, et al. (2008), destaca que las tecnologías de la información existen desde que el hombre ha empezado a comunicarse, pero que sin duda con el correr de los siglos se han producido innumerables cambios, por lo que esto demuestra que es relevante no quedarse con una única definición, sino poder ir pensando esta temática continuamente en su época correspondiente. Continúa diciendo:

Algunos definen a Internet como “La Red de Redes” otros como “Autopistas de la información”. Internet es una red de redes porque está hecha a base de unir muchas redes locales de computadoras, de empresas pequeñas y grandes y de particulares, de los puntos más diversos, es la Red de Redes porque superó todo lo conocido hasta el momento. Por Internet circulan constantemente cantidades increíbles de información, por ese motivo se la denomina también “Autopista de la información” (p.416).

También es relevante destacar la postura de Segovia en el texto “El estadio del screen” (2016), ya que comenta que como se haga uso de las redes sociales y como se inscriban en cada uno de los usuarios va a responder a las motivaciones inconscientes y conscientes, al deseo que movilizan y a síntomas individuales. Afirma que las redes sociales son un síntoma social. Por último, ya que esto se trata de una introducción, destaca que “Para muchos jóvenes, y no tan jóvenes, las redes sociales se han convertido en una nueva forma de hacer lazo. Un espacio de encuentro, aunque también de desencuentro, con el otro” (p.74). Es por esto la importancia de retomar en este trabajo la influencia que pueden tener las redes sociales en los adolescentes.

Con respecto a la adolescencia, hay muchas teorías que hablan sobre la relevancia de su estudio. Retomando a Arminda Aberastury (1984)

Los cambios psicológicos que se producen en este período y que son el correlato de cambios corporales, llevan a una nueva relación con los padres y con el mundo. Ello sólo es posible si se elabora lenta y dolorosamente el duelo por el cuerpo de niño, por la identidad infantil y por la relación con los padres de la infancia. Cuando el adolescente se incluye en el mundo con este cuerpo ya maduro, la imagen que tiene de su cuerpo ha cambiado, también su identidad, y necesita entonces

adquirir una ideología que le permita su adaptación al mundo y/o su acción sobre él para cambiarlo (p.15).

Además agrega: “Tanto las modificaciones corporales incontrolables como los imperativos del mundo externo que exigen del adolescente nuevas pautas de convivencia, son vividos al principio como una invasión” (p.16). Es por esto que es relevante estudiar esta etapa de la vida donde se producen cambios en los jóvenes y donde las influencias del mundo externo están muy marcadas.

Este trabajo es un recorte de la problemática de relevancia disciplinar, que se enfoca en la influencia de las redes sociales en la imagen corporal del adolescente. Adrián Grassi (2010) comenta al respecto que los cambios corporales relativos al desarrollo, imponen al psiquismo un trabajo de simbolización.

Los cambios corporales piden una revisita de la imagen especular. Un nuevo pasaje por el estadio del espejo como formador de la función del yo, el cual no es sin su imagen corporal, anuncia la importancia que toma la mirada, el tacto y el tiempo dedicado a decorar sus cambios (p.31).

Esto último introduce el concepto de imagen corporal, que justificado desde un fundamento teórico se lo puede pensar de este modo.

Ahora bien, según el artículo de Sandra Cornejo (2016)

Desde la escuela psicoanalítica se sostiene que la concepción del cuerpo no nos es otorgada per se desde el nacimiento, sino que se va construyendo a lo largo de la infancia. El descubrimiento fundamental radica en concebir el cuerpo no como un descubrimiento que realiza el infante, sino como una construcción que se desarrolla a lo largo de los primeros cinco años (...) En los primeros años de vida se gestan los aprendizajes primarios, como la expresión de los afectos, la actitud postural, la gestualidad y la mirada, a partir de los vínculos con los adultos significativos. Se configuran así las bases psicológicas de un concepto de cuerpo –la imagen corporal– particular, única y original (p.162).

Por último, para justificar el recorte desde lo empírico, se retoma una investigación realizada por María Romo del Olmo en 2020, cuyo título es “Influencia de las redes sociales en la satisfacción de la imagen corporal de las adolescentes. Un proyecto de prevención”. El objetivo general de este trabajo fue realizar un programa de prevención selectiva destinado a chicas adolescentes que incluya fundamentación teórica y práctica acerca del trastorno de la imagen corporal, las redes sociales y cómo éstas afectan a la autoestima y a la satisfacción con la imagen que tengan de sí mismas. La conclusión a la que llega es que la insatisfacción

de la imagen corporal es un problema importante en la población adolescente. “Son muchos los estudios realizados que manifiestan un aumento de este fenómeno y en gran medida se debe por el ideal de belleza sociocultural que existe y la influencia que ejerce sobre este problema las redes sociales” (p.30). Este trabajo particularmente en palabras de su autora implica “fundamento teórico y práctico con la finalidad de que las participantes a las que va destinado el programa actualicen sus conocimientos en cuanto a las redes sociales y aprendan nuevos conceptos sobre la imagen corporal, además de mejorar su autoestima” (p.30), por lo que propone determinadas actividades para trabajar sobre estos temas.

A modo de destacar un artículo más, se encuentra el realizado por Rosales Paola y Gutiérrez Hernández Rosalinda (2022), llamado “Impacto de las redes sociales en la percepción de cuerpo saludable en el adolescente”. Este trabajo procura conocer el impacto de las redes sociales en la identidad del adolescente y en su percepción de la imagen corporal. Las principales conclusiones a las que llega son:

Las redes sociales han generado que las personas tengan una percepción equivocada de la imagen corporal y la buena salud. La preocupación excesiva de la imagen corporal es uno de los principales factores de alteraciones sobre la percepción de la salud, trayendo como consecuencia dietas alteradas, ejercicio excesivo, insatisfacción corporal y obsesión por las redes sociales (p.34-35).

Además agregan que:

Se concluye que la sociedad ha evolucionado dándonos a conocer nuevos estándares de belleza, que han provocado una alteración de las buenas prácticas nutricionales y físicas por medio de las redes sociales, siendo las industrias de belleza y venta los principales potenciadores de estos nuevos trastornos de conducta alimentaria como la vigorexia, principalmente en adolescentes que comienzan su transición con la búsqueda de identidad y con los adultos jóvenes que comienzan a demostrar su independencia y su búsqueda por la aceptación social (p.42).

En definitiva, las redes sociales y los medios de comunicación son como un arma de doble filo, ya que por un lado, pueden contribuir a fomentar prácticas saludables, pero por otro lado, si no se regulan adecuadamente, pueden dar lugar a comportamientos obsesivos que representan un riesgo para los usuarios. Estas plataformas tienen un considerable impacto en el desarrollo de problemas psicológicos, alimenticios, sociales y físicos.

Este estudio puede contribuir al conocimiento científico en beneficio de profesionales de la salud, educadores, padres y cuidadores. La solución metodológica de diseño del abordaje empírico será de orientación cualitativa, con un alcance correlacional. El control es de una investigación no experimental y la temporalidad es correspondiente a una investigación transversal.

Los instrumentos de recolección de datos implicados en el abordaje empírico consisten en la escala Body Shape Questionnaire (BSQ). Diseñado por Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn (1987) y adaptado por Raich, Mora, Soler, Ávila, Clos y Zapater (1996), la escala Social Media Addiction Scale-Student Form (SMAS-SF). Elaborada por Sahin (2018), y un cuestionario de elaboración propia sobre el uso de las redes sociales.

PRESENTACIÓN DE LA PROBLEMÁTICA

¿Cómo es la influencia de las redes sociales en la imagen corporal en la adolescencia?

El objetivo general será:

Analizar la función que desempeñan las redes sociales en la imagen corporal de los adolescentes.

Objetivos específicos:

1. Analizar la relación entre el tiempo dedicado a las redes sociales y la autoimagen de los adolescentes, observando si existe relación entre la frecuencia del uso y la percepción de la imagen corporal.
2. Conocer el impacto de la exposición a imágenes ideales de la imagen corporal en las redes sociales, en los adolescentes.
3. Identificar los tipos de contenido y plataformas más usadas.
4. Comparar si existen diferencias en las experiencias relacionadas con las redes sociales y la imagen corporal entre individuos de sexo femenino y masculino.

Las variables del presente trabajo serán entonces, adolescencia, redes sociales e imagen corporal.

BASE CONCEPTUAL

MARCO TEÓRICO

A continuación, se indagará en los conceptos y teorías fundamentales que sirven como base para el presente trabajo. En una primera instancia, se abordarán los términos asociados a la adolescencia, a continuación, se profundizará sobre el concepto de la imagen corporal, y finalmente, se explorará sobre el tema de las redes sociales. Luego, se procederá a integrar estas tres variables dentro de un mismo desarrollo para observar cómo se pueden relacionar entre ambas.

Adolescencia

Por lo general, esta etapa abarca el período que va desde los 11 hasta los 20 años. Durante este tiempo, las personas experimentan cambios biológicos y sexuales que las llevan hacia la madurez, mientras también buscan alcanzar la madurez emocional y social (Papalia, Wendkos y Duskin, 2009).

Conocemos entonces, que la adolescencia es una etapa de la vida en la que se experimentan cambios físicos, pero no solamente se trata de esto, sino que al mismo tiempo, se viven procesos psíquicos que ayudan a construir la propia identidad, lo cual es muy importante que suceda durante este período. Tomando las palabras de Arminda Aberastury (1984), comenta al respecto:

Los cambios psicológicos que se producen en este período y que son el correlato de cambios corporales, llevan a una nueva relación con los padres y con el mundo. Ello sólo es posible si se elabora lenta y dolorosamente el duelo por el cuerpo de niño, por la identidad infantil y por la relación con los padres de la infancia (p.15).

A raíz de esto entendemos que los cambios en la forma de pensar y sentir que van apareciendo casualmente en la adolescencia, están relacionados con los cambios y modificaciones que sufre el cuerpo. Esto hace que los adolescentes tomen una nueva postura frente a la vida y frente a los otros, pero sólo si logran aceptar estos nuevos cambios y separarse de esta posición e imaginario de niño y todo lo que ello conlleve.

Aberastury (1984) establece que una vez que el sujeto se va acostumbrando a su cuerpo maduro, su imagen corporal y su identidad cambian. Para poder adaptarse al mundo y posiblemente influir en él, el adolescente debe adquirir una ideología que le sirva de guía para ello. En este momento se va a encontrar entre los dos extremos de la dependencia y la independencia, donde se moverá entre el deseo de alejarse de lo familiar y la resistencia motivada por el miedo a perder lo que ya conoce, pero una vez llegada la madurez, entenderá que es necesaria la independencia pero siempre en un marco de necesaria dependencia.

Cabe destacar que todos estos movimientos hacen que sea, en palabras de Aberastury, “un período de contradicciones, confuso, ambivalente, doloroso, caracterizado por fricciones con el medio familiar y social. Este cuadro es frecuentemente confundido con crisis y estados patológicos” (1984, p.16), por lo que se le debe prestar total atención y cuidado.

Una vez que el adolescente puede empezar a aceptar estos aspectos aún de niño que lo componen, pero también los de adulto que están surgiendo simultáneamente, implica que comienza a aceptar los cambios de su cuerpo y pone en marcha el surgimiento de su nueva identidad. En esta etapa el adolescente experimenta fluctuaciones en su identidad, cambios bruscos, donde se pueden ver distintas versiones por ejemplo de su madurez, de su comportamiento, o incluso de su aspecto físico (Aberastury, 1984).

La problemática de relevancia disciplinar a desarrollar, propone el trabajo con la etapa de la adolescencia porque al ser un momento donde se experimentan diversas oscilaciones en su identidad, la presencia de las redes sociales puede ejercer influencia sobre dicho proceso en el que se encuentra el adolescente. En este periodo, “nos encontraremos con una multiplicidad de identificaciones contemporáneas y contradictorias; por eso, el adolescente se presenta como varios personajes: es una combinación inestable de varios cuerpos e identidades” (Aberastury, 1984, p.18-19). Al ser inestables, tal como dice Aberastury, lo que los adolescentes consumen en las redes sociales, especialmente cuando se trata de otras figuras o pares de referencia, puede impactar sobre la propia identidad y cuerpo del adolescente, incluyendo su imagen corporal. Esto es lo que se pretende estudiar en este trabajo.

Resulta interesante destacar el armado que desarrolla Rubén Efron (1997) para hablar de la vulnerabilidad que se vive en el recorrido de la adolescencia. El autor comenta que durante la adolescencia se va desplegando la subjetividad, y lo que forma parte de esta subjetivación son los procesos de la construcción de la identidad, de la apropiación y construcción del espacio subjetivo y los procesos de emancipación. El fracaso en el pasaje de cualquiera de estos procesos, da lugar a la desubjetivación que puede llevar a vacío emocional o intelectual, detención en el desarrollo, entre otros, lo cual deja marcas irreversibles. Para explicar esto de una manera más sencilla, toma el modelo de la langosta de mar desarrollado por Françoise Dolto, donde la langosta en un determinado momento pierde su concha que la protege y se oculta bajo una roca mientras segrega una nueva, pero si recibe algún golpe, le queda una herida para siempre. Puede reconstruir su caparazón que recubre sus heridas, formará cicatrices, pero no las borrará. El adolescente en este sentido está cambiando su caparazón, pero la vulnerabilidad se encuentra porque la sociedad no le brinda muchas rocas para protegerlo. “Es vulnerable entonces porque mientras realiza esta operación queda a la intemperie y las heridas que se le producen afectan todo el andamiaje sobre el que fue construyendo su estructura. La caparazón también se herirá al recubrir el cuerpo herido” (Efron, 1997, p.36).

Finalmente y retomando sobre los cambios corporales que suceden en la adolescencia, es importante mencionar y no pasar por alto lo que el autor Adrián Grassi (2010) comenta al respecto. Expresa que los cambios le imponen al psiquismo un trabajo de simbolización.

Los cambios corporales piden una revisita de la imagen especular. Un nuevo pasaje por el estadio del espejo como formador de la función del yo, el cual no es sin su imagen corporal, anuncia la importancia que toma la mirada, el tacto y el tiempo dedicado a decorar sus cambios (p.31).

Esta última información presentada sirve de introducción al concepto de imagen corporal, que será abordado en la siguiente sección.

Imagen corporal

Respecto al concepto de imagen corporal, suele haber una confusión con el término esquema corporal, pero es notable destacar que no se trata de lo mismo. Si tomamos el desarrollo de Dolto (1984), la autora hace la diferencia respecto al esquema corporal como específico de todos los individuos por igual, sea cual sea el contexto donde vivan y la época en la que se encuentren. Además, este esquema corporal es el que permite la objetivación de la intersubjetividad, de la relación con los otros. Ahora, la imagen del cuerpo, al contrario del esquema corporal, es propia de cada uno, es singular. Se encuentra relacionada al sujeto y a su historia. Dolto agrega “el esquema corporal es en parte inconsciente, pero también preconscious y consciente, mientras que la imagen del cuerpo es eminentemente inconsciente” (1984, p.21). Además de esto, la autora considera a la imagen del cuerpo como la manifestación viva de nuestras vivencias emocionales, y que gracias a ella y a su entrecruzamiento con el esquema corporal, es que podemos entrar en comunicación con el otro, ya que todo contacto con el otro se instaura en la imagen del cuerpo (1984).

Como últimas diferencias que destaca la autora entre esquema corporal e imagen corporal, cita:

El esquema corporal refiere el cuerpo actual en el espacio a la experiencia inmediata. Puede ser independiente del lenguaje, entendido como historia relacional del sujeto con los otros (...) El esquema corporal es evolutivo en el tiempo y en el espacio. La imagen del cuerpo refiere el sujeto del deseo a su gozar, mediatizado por el lenguaje memorizado de la comunicación entre sujetos. Puede hacerse independiente del esquema corporal. Se articula con él a través del narcisismo (Dolto, 1984, p.22).

Por otro lado, podemos tomar el desarrollo de Cornejo (2016) al respecto, donde expone que desde la visión del psicoanálisis, la concepción del cuerpo no es algo que se encuentre otorgado desde el nacimiento, sino

que se va construyendo a lo largo de la infancia. Comenta que no se trata de un descubrimiento del cuerpo que hace el niño, sino una construcción a lo largo de sus primeros cinco años. Este cuerpo se construye como una identificación en relación con otros cuerpos, como puede ser la familia o el grupo social, pero al mismo tiempo, es distinto y posee sus propias características. Entonces, durante los primeros años de vida, se establecen los fundamentos de aprendizaje primarios, que abarcan la expresión de las emociones, la postura, el lenguaje corporal y la comunicación visual, a través de las interacciones con los adultos significativos. Esto es lo que configura las bases psicológicas de la imagen corporal, particular y única de cada sujeto.

En relación a esto, Dolto (1984) referenciado por Cornejo (2016), expresa que “para el niño, el rostro de sus padres que lo miran con amor, es el espejo de su cuerpo en orden” (p.163). Esto permite que la subjetividad del niño comience a gestarse como autoconcepto. Entonces, la imagen corporal se trata de una representación psicológica subjetiva y puede llegar a ser diferente de la apariencia real.

La autora Cornejo en su artículo (2016) desarrolla que la imagen corporal es la representación consciente e inconsciente del propio cuerpo a través de tres registros. Estos tres registros son la forma, el contenido y el significado. Dice para cada uno de ellos:

Forma: Se refiere a las percepciones conscientes en relación al tamaño y límites corporales. Cuál es el ancho, el alto, el peso y la postura corporal. Cuál es su ubicación en el espacio, percepción del movimiento y superficie corporal accesible a los órganos de los sentidos, esto es, que se captan a través de ellos.

Contenido: En este ítem entran las percepciones interoceptivas y propioceptivas y cenestésicas de hambre/saciedad, tensión/distensión, frío/calor; dolor, cansancio, etc.

Significado: el plano más inconsciente que corresponde al cuerpo erógeno y las representaciones del deseo subjetivo e individual, la capacidad de comunicar y simbolizar y crear relaciones vinculares con el entorno (p.163).

Por lo tanto, en resumen, la imagen corporal está relacionada con la forma en que las personas se ven a sí mismas y cómo se sienten acerca de su cuerpo. Esto es importante para su identidad personal y social, ya que influye en cómo se perciben a sí mismas y cómo se relacionan con los demás y el mundo que les rodea. La imagen corporal actúa como un espejo de cómo una persona se ve y cómo se siente consigo misma, lo que afecta su forma de interactuar en la sociedad (Cornejo, 2016).

Lo que interesa destacar respecto a este trabajo en particular, es lo que Cornejo desarrolla acerca de lo que sucede en la adolescencia con la imagen corporal. Ella dice “en la adolescencia se produce un revival de los

procesos de identificación, y se plantea una reorganización de la imagen corporal basamento fundamental de la autoestima impulsado por los cambios físicos y fisiológicos que se producen en esta etapa” (2016, p.163).

Además agrega un tema importante para retomar, al expresar “la necesidad además de salir de la posición infantil y generar la identidad propia y adulta, hace que la interacción con los grupos de pares cobre relevancia para lograr esta identidad” (p.163). Así observamos que tanto el tema de la adolescencia como el de la imagen corporal, están íntimamente relacionados y resulta interesante estudiar su conexión.

Los modelos culturales ofrecen símbolos y ejemplos que influyen en la percepción de la imagen estética, ética y sexual del cuerpo, al presentar y ofrecer imágenes ideales con las cuales los jóvenes pueden identificarse. En esta etapa evolutiva, la presión de seguir o lograr estos modelos ideales, puede llegar a afectar gravemente a quienes están en esta situación de vulnerabilidad, de la que ya hablamos que sucede en la adolescencia. La presión psicológica que ejercen estos estándares de belleza o éxito y el intento de adaptarse a ellos en esta etapa pueden dar lugar al desarrollo de comportamientos perjudiciales o potencialmente peligrosos, como dietas extremas, trastornos alimentarios, exceso de ejercicio, el uso de esteroides y otras sustancias (Cornejo, 2016).

Por último, no dejar de mencionar a Lacan con su ensayo “El estadio del espejo como formador de la función del yo tal como se nos revela en la experiencia psicoanalítica”, donde allí desarrolla las bases de la construcción de la identidad del individuo en relación con su propio cuerpo, donde el niño anticipa el dominio de su unidad corporal mediante una identificación con la imagen del semejante y por la percepción de su propia imagen en un espejo. Cuando el niño se identifica en el espejo demuestra un primer acto de inteligencia y establece una relación libidinal con la imagen de su cuerpo, y así se comienza a desarrollar una subjetividad y una creencia en un orden imaginario. Lacan señala que esa forma primordial con la que el infante se identifica, debería designarse como yo-ideal, para hacerla entrar en un registro de las identificaciones secundarias, las cuales tienen como función brindarle al sujeto una normalización libidinal. Así, la imagen del cuerpo propio en el espejo, yo ideal, es el soporte de la identificación primaria del niño con su semejante y se constituye en la fuente de las identificaciones secundarias que le permitirán al sujeto establecer y organizar su relación con la cultura (1949). En base a esta postura, podemos pensar que en la adolescencia con la llegada de los cambios y retomando lo que desarrolló Grassi (2010), es necesario un nuevo trabajo de simbolización, un nuevo pasaje por el estadio del espejo, una revisita de la imagen especular, donde el joven pueda construir su identidad ahora con este nuevo cuerpo que se le presenta.

Redes sociales

En los últimos años se ha producido una revolución tecnológica que tiene sus orígenes en 1969, con la creación de internet por parte del Departamento de Defensa de Estados Unidos, que ha

promovido el desarrollo y la masificación de nuevos aparatos tecnológicos, como computadores personales, teléfonos inteligentes y tablets, generando un intercambio global y expedito que plantea una modificación de los paradigmas de la comunicación (Arab y Díaz, 2015, p.8).

Ahora bien, tomando el desarrollo de Graciela Esnaola, et al. (2008), destaca que las tecnologías de la información existen desde que el hombre ha empezado a comunicarse, pero que sin duda con el correr de los siglos se han producido innumerables cambios, por lo que esto demuestra que es relevante no quedarse con una única definición, sino poder ir pensando esta temática continuamente en su época correspondiente. Citando las palabras de la autora:

Algunos definen a Internet como “La Red de Redes” otros como “Autopistas de la información”. Internet es una red de redes porque está hecha a base de unir muchas redes locales de computadoras, de empresas pequeñas y grandes y de particulares, de los puntos más diversos, es la Red de Redes porque superó todo lo conocido hasta el momento. Por Internet circulan constantemente cantidades increíbles de información, por ese motivo se la denomina también “Autopista de la información” (p.416).

Las redes sociales forman parte de la cultura y de la sociedad en nuestros tiempos, e inciden incluso en las formas de relación entre los sujetos y sus prácticas. Son consideradas un síntoma social. Actualmente, además de ocupar un lugar en la cultura, también aparece cada vez con mayor presencia en la clínica. Por lo tanto, las redes sociales no son un tema del cual estar ajenos, ya que tiene total importancia en la vida cotidiana de las personas (Segovia, 2016).

Martínez y González (2017) comentan en su artículo que con la llegada de las redes sociales, la información y el conocimiento están al alcance de cualquier individuo, donde toda persona puede autoformarse si cuenta con los recursos tecnológicos necesarios. Esto es una característica de la sociedad actual, ya que en el pasado, la información estaba sólo al alcance de unos pocos. A continuación, Castells (2000), citado en Martínez y González (2017), expresa que “la sociedad de la información supone una nueva revolución industrial” (p.1). Luego, los autores continúan citando a Freixa (2006) al destacar “en este marco de conexiones/desconexiones virtuales conviven dos generaciones, la generación ‘before computer’ y aquella que ha nacido y crecido interactuando con diversos dispositivos tecnológicos, los llamados ‘nativos/as digitales’” (p.1).

“Para muchos jóvenes, y no tan jóvenes, las redes sociales se han convertido en una nueva forma de hacer lazo. Un espacio de encuentro, aunque también de desencuentro, con el otro” (Segovia, 2016, p.74). Ya sea que se trate de encontrar viejos amigos o hacer nuevos, intercambiar imágenes, conversaciones, los “me

gusta”, entre otras funciones, todo tiene un valor subjetivo. El intercambio de mensajes que se produce entre sujetos y el afecto que le ponen a ello, es lo que crea y afirma lazos, formando un sentido de comunidad (Segovia, 2016).

En las redes sociales, comenta la autora Segovia (2016)

El sujeto se encuentra con las imágenes de esos otros con los que tiene contacto, en una ilusión narcisista, de ser visto y leído por todos. Ser parte de una red crea un sentido de pertenencia, un sentido de identidad al considerarse parte de la comunidad virtual (p.76).

Lo que entendemos de esto, es que a través de las redes sociales y comunidades virtuales, se genera un fuerte sentido de pertenencia e identidad en los individuos, además de llevar a una ilusión narcisista en la que las personas creen que están siendo observadas y evaluadas por todos.

Para finalizar, retomando el artículo escrito por Sandra Cornejo (2016), es relevante destacar su posición respecto de la existencia de las redes sociales hoy en día, siendo una buena manera de resumir lo expuesto hasta el momento. Citando de manera textual:

Algo especialmente interesante y particular de esta época es la existencia de las redes sociales, internet y la cultura de la exposición que amplía la mirada del otro a ámbitos antes inaccesibles. Cuestiones de la vida privada hoy trascienden a la vidriera virtual exponiéndonos a las miradas y opiniones de miles de personas desconocidas. Este grado de exposición influye en nuestra percepción de éxito/fracaso al compararnos con pares indiscriminadamente, generando ansiedad y frustración, sin evaluar si los ejemplos con los que nos comparamos son los adecuados (p.161).

Adolescencia, imagen corporal y redes sociales

En este apartado se busca hacer una articulación entre los distintos conceptos desarrollados previamente. Podemos decir entonces, que la adolescencia es una etapa crucial en la vida de una persona. Durante este período, los adolescentes experimentan una serie de cambios significativos, tanto físicos como psicológicos. Según las teorías de Aberastury (1984), la adolescencia marca una transición desde la infancia hacia la adultez, y estos cambios están estrechamente relacionados con la percepción de la propia imagen corporal y la construcción de la identidad.

A medida que los adolescentes atraviesan la pubertad, sus cuerpos experimentan transformaciones notables. Estos cambios físicos pueden ser desconcertantes y, a menudo, llevan a una reevaluación de la propia imagen corporal. Aberastury (1984) destaca que los adolescentes deben adaptarse a su cuerpo maduro y, al hacerlo,

cambian su percepción de sí mismos. Esta transformación puede ser un proceso desafiante, ya que los adolescentes luchan entre la independencia y la dependencia de lo familiar.

Es en este contexto que la imagen corporal juega un papel fundamental. La imagen corporal se refiere a la forma en que las personas se ven a sí mismas y cómo se sienten acerca de sus cuerpos. La adolescencia es un momento en el que la identidad personal se reorganiza, impulsada por los cambios físicos y fisiológicos que ocurren. Cornejo (2016) comenta que los adolescentes necesitan superar su posición infantil y desarrollar una identidad adulta, lo que implica una interacción crucial con grupos de pares.

Sin embargo, la adolescencia es ahora un período en el que la tecnología y las redes sociales desempeñan un papel importante en la construcción de la identidad. Las redes sociales, como parte integral de la sociedad actual, tienen un profundo impacto en la forma en que los adolescentes se relacionan con su imagen corporal y su identidad. Martínez y González (2017) señalan que las redes sociales proporcionan a los adolescentes un acceso sin precedentes a la información y a la autoformación. Esto ha llevado a una cultura de la exposición, donde las cuestiones de la vida privada se vuelven públicas, y las comparaciones con los demás son constantes.

La exposición constante a las opiniones y percepciones de otros en las redes sociales puede influir en la percepción de éxito y fracaso de un adolescente. La necesidad de pertenencia y el deseo de ser aceptado por los pares en línea pueden llevar a una ilusión narcisista en la que los adolescentes creen que están siendo observados y evaluados por todos. Esto puede generar ansiedad y frustración, ya que las comparaciones se hacen sin tener en cuenta si los modelos a los que se aspira son realistas o apropiados y los adolescentes pueden sentirse presionados para cumplir con estándares irreales de belleza y perfección que se presentan en sus feeds. Las fotos retocadas y los cuerpos idealizados que abundan en las redes sociales pueden generar inseguridades en la percepción de la imagen corporal (Tineo, 2022).

En síntesis, la adolescencia es un período de cambios profundos en la identidad y la imagen corporal. Las redes sociales, al proporcionar una plataforma para la exposición constante y las comparaciones, desempeñan un papel significativo en la percepción de la imagen corporal y la construcción de la identidad de los adolescentes. Como resultado, es esencial abordar la influencia de las redes sociales en la adolescencia y su relación con la imagen corporal para comprender mejor a los jóvenes en la era digital.

ESTADO DEL ARTE

En esta sección se expondrán las investigaciones pertinentes relacionadas con la temática abordada en el presente trabajo, la cual es la influencia de las redes sociales en la imagen corporal durante la adolescencia, enfatizando en los objetivos de investigación, la metodología utilizada y los resultados obtenidos.

Influencia de las redes sociales en la satisfacción de la imagen corporal de las adolescentes. Un proyecto de prevención, por María Romo del Olmo, 2020.

El objetivo general de este trabajo fue realizar un programa de prevención selectiva destinado a chicas adolescentes que incluya fundamentación teórica y práctica acerca del trastorno de la imagen corporal, las redes sociales y cómo éstas afectan a la autoestima y a la satisfacción con la imagen que tengan de sí mismas, intentando lograr así aumentar la satisfacción corporal y la autoestima, favoreciendo el bienestar de cada una de ellas. Para ello propone determinadas actividades para trabajar sobre estos temas.

Los objetivos específicos son enumerados a continuación:

- 1) Evaluar autoestima y autoconcepto.
- 2) Adquirir conocimientos sobre las redes sociales y trastorno de imagen corporal.
- 3) Demostrar diferencia entre redes sociales y realidad.
- 4) Incrementar la autoestima.
- 5) Reforzar el autoconcepto y la confianza en uno mismo.
- 6) Desarrollar la valía personal.
- 7) Fomentar la aceptación de uno mismo y concienciación de que cada persona es diferente.
- 8) Adoptar hábitos saludables.
- 9) Mejorar habilidades sociales en contextos virtuales.
- 10) Promover el ejercicio físico sano.

Su diseño fue de tipo cuantitativo, y los instrumentos de recolección de datos fueron: Body Shape Questionnaire, Escala de Autoestima de Rosenberg y Encuesta de satisfacción del programa. Además de los instrumentos mencionados, también fueron necesarios otros materiales audiovisuales, videos y fotografías para llevar a cabo el desarrollo de las actividades. El estudio estuvo dirigido a chicas adolescentes que se encontraban entre primer y cuarto curso de la Enseñanza Secundaria Obligatoria (E.S.O.).

Los resultados obtenidos demostraron que la insatisfacción de la imagen corporal es un problema importante en la población adolescente. Son muchos los estudios ya realizados que manifiestan un aumento de este fenómeno y en gran medida se debe por el ideal de belleza sociocultural que existe y la influencia que ejerce sobre este problema las redes sociales. Es por eso por lo que programas como el que ha sido propuesto anteriormente por este trabajo, pueden ser muy beneficiosos para la mejora y prevención de problemas más

graves que pueden desarrollarse a través de este si no se actúa, sobre todo en adolescentes ya que son los más vulnerables a las influencias de la sociedad por la etapa evolutiva en la que se encuentran.

Impacto de las redes sociales en la percepción de cuerpo saludable en el adolescente, por Rosales Paola y Gutiérrez Hernández Rosalinda, 2022.

Los objetivos del presente trabajo de investigación fueron conocer el impacto que tienen las redes sociales en la percepción de un cuerpo saludable, y si éste en realidad lo es.

Su diseño fue de tipo cualitativo, y acerca de los instrumentos empleados para la recolección de datos, implicó la revisión bibliográfica, donde se consideraron aquellos documentos que abordan los temas de vida saludable, imagen corporal y redes sociales.

Los resultados principales obtenidos fueron que las redes sociales han generado que las personas tengan una percepción equivocada de la imagen corporal y la buena salud. La preocupación excesiva de la imagen corporal es uno de los principales factores de alteraciones sobre la percepción de la salud, trayendo como consecuencia dietas alteradas, ejercicio excesivo, insatisfacción corporal y obsesión por las redes sociales. De acuerdo a esta revisión, se observó que es necesario profundizar más en el tema para lograr diseñar programas de prevención e intervención en adolescentes y adultos jóvenes, pues se identifica en la información reportada que este es un grupo de edad vulnerable por los cambios físicos y psicosociales, presentando mayor riesgo a desarrollar algunas psicopatologías alimentarias, resultado de alguna interacción con las variables de insatisfacción corporal, amor propio, actividad física, vigorexia, distorsión de cuerpo saludable, afición por comportamientos poco saludables y redes sociales, siendo los principales modificadores de la percepción de imagen corporal. Se concluye que la sociedad ha evolucionado dándonos a conocer nuevos estándares de belleza, que han provocado una alteración de las buenas prácticas nutricionales y físicas por medio de las redes sociales, siendo las industrias de belleza y venta los principales potenciadores de estos nuevos trastornos de conducta alimentaria, principalmente en adolescentes que comienzan su transición con la búsqueda de identidad y con los adultos jóvenes que comienzan a demostrar su independencia y su búsqueda por la aceptación social.

Imagen corporal y redes sociales en jóvenes de sexo femenino en etapa de adolescencia temprana, por Loreto Vergara González, 2020.

El objetivo general de esta investigación se basa en comprender cómo el proceso de inserción precoz y posterior uso de las redes sociales incide en la imagen corporal, en términos identitarios, en adolescentes de sexo femenino en etapa temprana del desarrollo. Los objetivos específicos se detallan a continuación:

- 1) Identificar los motivos por los cuales las jóvenes deciden abrir sus cuentas antes de la edad permitida por las mismas redes sociales.
- 2) Distinguir uso, frecuencia, motivaciones, interacciones y tipos de participación que realizan las jóvenes en las redes sociales, y la incidencia en su vida cotidiana.
- 3) Analizar de qué forma el cuerpo se vive como una fuente de identidad, de autoconcepto y de autoestima.
- 4) Asociar las experiencias en línea de la adolescente con características propias de su etapa de desarrollo, tales como satisfacción con su propio cuerpo, IMC, contexto social (entorno), conducta de los pares e influencers, estereotipos sociales y de género; y analizar la forma en que éstas inciden en la imagen corporal de las jóvenes.
- 5) Contrastar cómo se modela la identidad digital vs la identidad real, en función de la conducta (opinión) de otros en las plataformas digitales, y cómo esto afecta en la autopercepción y desarrollo identitario de la adolescente.

Su diseño fue de tipo cualitativo, las participantes fueron alumnas de séptimo y octavo básico del colegio San Joaquín de Renca de la Región Metropolitana de Chile. Acerca de los instrumentos de recolección de datos, el procedimiento realizado fue realizar una encuesta sobre el uso de redes sociales, con el fin de identificar a aquellas usuarias que cumplan con los criterios de inclusión y exclusión establecidos, que se describirán posteriormente. Las niñas que cumplieran con el criterio de haber abierto una cuenta entre los 10 y 12 años fueron seleccionadas para participar en un focus group. Se realizan 3 focus groups, de 6, 5 y 5 participantes. Se realiza una entrevista semi-estructurada a 9 jóvenes, seleccionadas de los focus group, según su nivel de participación en las redes. Posterior a las entrevistas se aplica una mini encuesta acerca de la apreciación de su propio aspecto físico y donde se recogen las medidas de peso y altura de las participantes, como forma de tener una estimación de su IMC.

Los resultados principales arrojaron que las jóvenes le otorgan una relevancia preponderante al físico, tanto en la evaluación de sí mismas, como al de las personas a las que siguen desde sus perfiles de redes sociales. Si bien el buscar personas con atractivo físico no es un objetivo planteado por las jóvenes para el uso de las redes sociales, sí resultaría ser un criterio de selección de las personas con que interactúan. Lo que buscarían en estas plataformas es un espacio de entretenimiento y de apoyo emocional, percibiendo que es un lugar donde se sienten acompañadas. Todas las entrevistadas coinciden en que en las redes sociales se resalta un prototipo de imagen física que se caracteriza por ser, para el caso de las mujeres: alta, flaca y atractiva; y para los hombres: físico hermoso, musculoso, de ojos verdes o azules. En cuanto al estereotipo femenino, es un ideal al que se ven permanentemente expuestas, con el que se comparan y se autoevalúan permanentemente, y que las jóvenes quisieran tener. En cuanto al estereotipo masculino, este sería aplicado como el principal criterio para elegir a los hombres que siguen en las redes sociales.

ABORDAJE METODOLÓGICO

La solución metodológica de diseño del abordaje empírico será de orientación cualitativa, con un alcance correlacional. El control es de una investigación no experimental y la temporalidad es correspondiente a una investigación transversal.

Por cuestiones éticas del trabajo, se otorgó un consentimiento informado¹ a los participantes, previo a la realización de las encuestas.

Los instrumentos de recolección de datos implicados en el abordaje empírico consisten en:

- Escala Body Shape Questionnaire (BSQ)². Diseñado por Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn (1987) y adaptado por Raich, Mora, Soler, Ávila, Clos y Zapater (1996). Este cuestionario está compuesto por 34 ítems.
- Social Media Addiction Scale-Student Form (SMAS-SF)³. Elaborada por Sahin (2018), para estudiantes de bachillerato y universitarios de Turquía. Traducida y adaptada al español. Este cuestionario está compuesto por 29 ítems.
- Cuestionario de elaboración propia sobre uso de redes sociales⁴. Este cuestionario está compuesto por 10 preguntas, 9 de ellas constan de múltiples respuestas y una de ellas es para responder con las propias palabras. Busca identificar los tipos de contenido y plataformas más usadas y conocer el impacto de la exposición a imágenes ideales de la imagen corporal en las redes sociales, en los adolescentes.

Acerca de las características relevantes del tipo de participantes asociado a la problemática de relevancia disciplinar, se contó con la participación de cuatro adolescentes, dos de sexo femenino y dos de sexo masculino.

El primer participante seleccionado para el trabajo es una adolescente de sexo femenino, con una edad de 13 años. Actualmente, se encuentra realizando el primer año de secundaria en Buenos Aires, Argentina. Correspondiente al año 2023.

El segundo participante seleccionado es un adolescente de sexo masculino, de la edad de 13 años. Actualmente también se encuentra realizando el primer año de la secundaria en Buenos Aires, Argentina. Correspondiente al año 2023.

El tercer participante seleccionado es una adolescente de sexo femenino, de la edad de 17 años. Actualmente se encuentra realizando el último año de la secundaria en Buenos Aires, Argentina. Correspondiente al año 2023.

¹ Ver anexo 1

² Ver Anexo 2

³ Ver Anexo 3

⁴ Ver Anexo 4

El cuarto participante seleccionado se trata de un adolescente de sexo masculino de 18 años. Actualmente ya finalizó sus estudios en el colegio secundario. Es residente de Buenos Aires, Argentina. Correspondiente al año 2023.

RESULTADOS

Evidencias empíricas recolectadas

En primer lugar, se realizó la escala “Body Shape Questionnaire (BSQ)” que está diseñada para medir la preocupación por la imagen corporal y la insatisfacción con la forma del cuerpo en las personas. El BSQ consta de una serie de preguntas que los participantes deben responder, y sus respuestas se puntúan para determinar el nivel de insatisfacción con la forma del cuerpo. Las respuestas a estas preguntas se califican en una escala de puntuación, donde las respuestas que indican una mayor insatisfacción con la forma del cuerpo obtienen una puntuación más alta. Las opciones se puntúan como: Nunca= 1, Raramente= 2, Algunas veces= 3, A menudo= 4, Muy a menudo= 5, Siempre= 6. La puntuación total se suma para proporcionar una medida de la insatisfacción con la imagen corporal. Cuanto mayor sea la puntuación, mayor será la preocupación y la insatisfacción con la forma del cuerpo. El rango menor a 81 puntos no indica preocupación, de 81 puntos a 110 indica una leve preocupación, de 111 a 140 una preocupación moderada, y mayor a 140 una preocupación extrema. Es importante recordar que una puntuación alta en el BSQ no necesariamente indica la presencia de un trastorno alimentario, ya que muchas personas pueden tener preocupaciones moderadas sobre su imagen corporal sin tener un trastorno clínico.

En el caso de la participante de sexo femenino de 13 años, en base a sus respuestas, dió un puntaje de 40, lo que nos indica que no se encuentra con una preocupación considerable sobre su imagen corporal.

Respecto al participante de sexo masculino de 13 años, en base a sus respuestas, resultó en un puntaje de 49, lo que nos indica que no hay preocupación considerable ni insatisfacción con su imagen corporal.

Continuando con los resultados de la participante de sexo femenino de 17 años, en base a sus respuestas dió un puntaje de 46, lo que nos indica que no hay una preocupación considerable en relación a su imagen corporal.

Por último, el puntaje del participante de sexo masculino de 18 años fue de 53, donde en base a este resultado podemos observar que no se indica una preocupación e insatisfacción por la imagen corporal.

Luego, se continuó con la toma del cuestionario “Social Media Addiction Scale-Student Form (SMAS-SF)”, que consta de 29 ítems y 4 subdimensiones. Los ítems del 1 al 5 pertenecen a la subdimensión de "tolerancia

virtual"; los ítems del 6 al 14 pertenecen a la subdimensión de "comunicación virtual"; los ítems del 15 al 23 están en la subdimensión de "problemas virtuales" y los ítems del 24 al 29 están en la subdimensión de "información virtual". Todos los ítems de la escala son positivos. El puntaje máximo que se puede obtener en la escala es 145 y el mínimo es 29 donde: Totalmente en desacuerdo= 1, En desacuerdo= 2, Ni de acuerdo ni en desacuerdo= 3, De acuerdo= 4, Muy de acuerdo= 5. Puntuaciones más altas indican que el individuo se percibe a sí mismo como un "adicto a las redes sociales", según las palabras de los creadores de la escala.

Las puntuaciones en el SMAS-SF se distribuyeron de la siguiente manera: "Sin adicción" de 28 a 58, "adicción leve" de 59 a 87, "adicción moderada" de 88 a 116, y "adicción grave" de 117 a 145.

Con respecto a la participante de 13 años, la escala SMAS-SF arrojó un puntaje de 76, lo que indicaría una "adicción leve" a las redes sociales.

En el caso del participante de 13 años también, la escala SMAS-SF arrojó un puntaje de 63, lo que indicaría una "adicción leve" a las redes sociales.

Siguiendo con la participante de 17 años, la escala SMAS-SF arrojó un puntaje de 74, lo que nos indica una "adicción leve" a las redes sociales.

Por último, la escala SMAS-SF realizada por el adolescente de 18 años, arrojó un puntaje de 77, lo que indica una "adicción leve" a las redes sociales.

Para finalizar, se aplicó un cuestionario de elaboración propia llamado "Cuestionario sobre uso de redes sociales" que busca identificar los tipos de contenido y plataformas más usadas y conocer el impacto de la exposición a imágenes ideales de la imagen corporal en las redes sociales, en los adolescentes. Esta encuesta consta de 10 ítems, donde 9 de ellos son de múltiple opción y el otro ítem para responder con las propias palabras.

Con respecto a las evidencias obtenidas, resulta interesante destacar preguntas específicas que dan cuenta de la temática abordada en el trabajo, y las respuestas que se obtuvieron por parte de los participantes encuestados. Las preguntas retomadas son las siguientes: 1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10.

A la pregunta: *¿Con qué frecuencia utilizas las redes sociales?*, los cuatro adolescentes contestaron de igual manera "a diario".

Sobre la pregunta: *¿Qué tipo de contenido prefieres consumir en redes sociales?*, tres de los adolescentes contestaron "videos" y el adolescente de sexo masculino de 18 años marcó las opciones "imagenes, videos, memes".

En: *¿Cuál es tu plataforma de redes sociales favorita y por qué?*, donde ellos podían responder con sus palabras, tres de ellos contestaron “instagram” y el adolescente de sexo masculino de 13 años contestó “youtube”.

Ahora bien, en la pregunta: *¿Sigues a influencers o celebridades en redes sociales que promueven una imagen corporal ideal?*, tanto la adolescente de 13 años y el adolescente de 18 años respondieron “sí, ocasionalmente”, y el adolescente de 13 años como la adolescente de 17 años marcaron la opción “no, nunca”.

La siguiente pregunta resulta interesante destacar por sus resultados arrojados. Sobre: *¿Cómo te sientes después de ver publicaciones de personas con cuerpos considerados "ideales" en redes sociales?*, el adolescente de 18 años contesta “inseguro/a o insatisfecho/a”. Siguiendo con la adolescente de 13 años, contesta “Más seguro/a y motivado/a”. Luego, tanto en el caso del adolescente de 13 años como la adolescente de 17 años contestaron “indiferente”.

Una de las últimas preguntas propuestas es: *¿Has experimentado alguna vez inseguridad o insatisfacción con tu propio cuerpo después de ver imágenes de cuerpos "ideales" en redes sociales?*, en donde tres de los adolescentes contestaron “no estoy seguro/a”, y la adolescente de 13 años contestó “sí, ocasionalmente”.

Con la pregunta: *¿Crees que las redes sociales tienen un impacto en la percepción de tu propia imagen corporal?*, tanto la adolescente de 13 años como la adolescente de 17 años, contestaron “No, no creo que tengan impacto”. Los adolescentes de sexo masculino de 13 y 18 años contestaron “Sí, en cierta medida”.

Finalizando, en la pregunta: *¿Qué tipo de contenido en redes sociales te hace sentir más inseguro/a acerca de tu imagen corporal?*, el adolescente de 18 años contestó “Imágenes de celebridades”.

Luego, las adolescentes de 13 y 17 años contestaron “Fotos retocadas”. Por último, el adolescente de 13 años contestó “Publicaciones de fitness”.

Registros y análisis de información relevados durante el acercamiento empírico

De modo general, podemos decir que con la evidencia empírica recabada, en lo que respecta a la imagen corporal, los participantes no cuentan con una insatisfacción sobre su imagen corporal, ni es considerada una preocupación actualmente. En relación a la información obtenida por las encuestas sobre las redes sociales, en general los adolescentes hacen uso diario de las redes sociales y deriva en una adicción leve. Se puede llegar a estas conclusiones en base a los puntajes obtenidos por cada uno de los participantes en cada escala,

y sacando el promedio, corresponde a los siguientes resultados: no indica preocupación por la imagen corporal y adicción leve a las redes sociales.

Ahora bien, si nos basamos en esta información obtenida, encontramos que el uso de las redes sociales no afecta en la construcción de la imagen corporal, por lo que no se verían entrelazadas ambas variables, demostrando que en estos casos el uso de las redes sociales no influye sobre la imagen corporal y las preocupaciones que el adolescente pueda tener sobre ella.

La información que se obtuvo en relación a las redes sociales y la imagen corporal, fue que usualmente algunos de ellos siguen contenido en redes sociales relacionado a imágenes corporales ideales, pero no a todos ellos les afecta haciéndolos sentir inseguros o insatisfechos con su propio cuerpo. Además, acerca de la conciencia sobre si las redes sociales pueden tener un impacto en la percepción de su propia imagen corporal, los participantes de sexo masculino fueron los que contestaron que sí en cierta medida, y las participantes de sexo femenino contestaron que no creen que tengan impacto, lo que resulta interesante para discutir en la siguiente sección sobre la idea e información que surgió a base de las evidencias empíricas de otros autores, acerca de que las mujeres son las que se ven más afectadas en su percepción de la imagen corporal por el uso de las redes sociales y el tipo de contenido que consumen.

La pregunta que queda para pensar es si el uso de las redes sociales continuara así o se intensificara, podría existir un futuro riesgo manifestado en insatisfacción y preocupación con la imagen corporal.

DISCUSIÓN

En esta sección se desarrolla la interpretación teórica y conceptual de lo abordado empíricamente.

Comenzando con los resultados de la escala Body Shape Questionnaire (Cooper, 1987), desde su interpretación de los resultados obtenemos que la puntuación de cada ítem se suma para proporcionar una medida de la insatisfacción con la imagen corporal. Cuanto mayor sea la puntuación total, mayor será la preocupación y la insatisfacción con la forma del cuerpo. El rango menor a 81 puntos no indica preocupación, de 81 puntos a 110 indica una leve preocupación, de 111 a 140 una preocupación moderada, y mayor a 140 una preocupación extrema. En base a las evidencias empíricas recolectadas por el cuestionario, la media fue de 47 puntos, lo que nos indica que a rasgos generales, los participantes no presentan preocupación o insatisfacción por su imagen corporal.

En lo que respecta a la escala Social Media Addiction Scale-Student Form (Sahin, 2018), los ítems del 1 al 5 pertenecen a la subdimensión de "tolerancia virtual"; los ítems del 6 al 14 pertenecen a la subdimensión de "comunicación virtual"; los ítems del 15 al 23 están en la subdimensión de "problemas virtuales" y los ítems

del 24 al 29 están en la subdimensión de "información virtual". El puntaje máximo que se puede obtener en la escala es 145 y el mínimo es 29. Por lo tanto, las puntuaciones en el SMAS-SF se distribuyeron de la siguiente manera: "Sin adicción" de 28 a 58, "adicción leve" de 59 a 87, "adicción moderada" de 88 a 116, y "adicción grave" de 117 a 145. En el caso de las evidencias empíricas recolectadas, la media fue de 72,5 puntos, lo que a rasgos generales nos indica una adicción leve a las redes sociales.

Siguiendo con los resultados del cuestionario de elaboración propia sobre el uso de las redes sociales, la conclusión a la que se llega es los participantes adolescentes utilizan diariamente las redes sociales, y usualmente algunos de ellos siguen contenido en redes sociales relacionado a imágenes corporales ideales, pero a la mayoría no les afecta de un modo que los haga sentir inseguros o insatisfechos con su propio cuerpo. Además, acerca de la conciencia sobre si las redes sociales pueden tener un impacto en la percepción de su propia imagen corporal, la totalidad de los participantes de sexo masculino fueron los que contestaron que sí en cierta medida, y la totalidad de las participantes de sexo femenino contestaron que no creen que tengan impacto.

Ahora bien, si tomamos en cuenta estos resultados arrojados por las encuestas realizadas y observamos las evidencias empíricas informadas por otros investigadores en estudios científicos, encontramos que por ejemplo que en la investigación de Vergara González (2020) llamada "Imagen corporal y redes sociales en jóvenes de sexo femenino en etapa de adolescencia temprana", los datos arrojaron que:

Son variados los sentimientos asociados a lo que las jóvenes ven en las publicaciones de otros y lo que experimentan al realizar sus propias publicaciones, pero en su gran mayoría se asocian a cuestionamientos sobre su propia imagen y sentimientos de minusvalía, sobre todo en el caso de sentirse menos atractivas, con mayor peso corporal o más inseguras de sí mismas (p.62).

También, en el caso de esta investigación realizada por Vergara González (2020), se tomó como referencia los casos de unas adolescentes entrevistadas, donde el investigador plasma los comentarios que realizaron tales como "Ver imágenes de otros me ha hecho opacarme a mí misma... Me miraba al espejo y se me venían a la mente las imágenes. Pucha yo no tengo lo mismo. La con buen cuerpo me hace sentir menos y la más gordita me hace sentir bien" o "Me desprecio a mí misma porque no me gusta como soy tanto física como psicológicamente... Tengo amigas que tienen un cuerpo que me gustaría tener y cuando publican me siento mal, triste" (p. 62). Esto demuestra que las redes sociales y la exposición a imágenes de otras personas pueden tener un impacto significativo en la autoestima y la percepción de la imagen corporal de las adolescentes, lo que a su vez puede afectar su bienestar psicológico. Esta es una preocupación importante en el contexto actual, donde la imagen y la comparación social en línea son comunes entre los jóvenes (Vergara González, 2020).

Si tomamos como ejemplo la otra investigación traída en la sección del estado del arte, realizada por Romo del Olmo (2020) llamada “Influencia de las redes sociales en la satisfacción de la imagen corporal de las adolescentes. Un proyecto de prevención”, también llega a la siguiente conclusión:

La insatisfacción de la imagen corporal es un problema importante en la población adolescente. Son muchos los estudios realizados que manifiestan un aumento de este fenómeno y en gran medida se debe por el ideal de belleza sociocultural que existe y la influencia que ejerce sobre este problema las redes sociales (p.30).

Como podemos observar, y trayendo una última investigación como ejemplo, realizada por Rosales Paola y Gutiérrez Hernández Rosalinda (2022), este grupo de edad se encuentra en una etapa vulnerable debido a los cambios tanto físicos como psicosociales que experimentan, lo que aumenta la probabilidad de desarrollar ciertas psicopatologías relacionadas con la alimentación. Estas patologías suelen surgir a raíz de diversas influencias, como la insatisfacción con la propia imagen corporal, la autoestima, la participación en actividades físicas, la obsesión por lograr un cuerpo "perfecto", la percepción distorsionada de lo que es una imagen corporal saludable, la adopción de comportamientos poco saludables, y la exposición a través de las redes sociales. Estos factores juegan un papel fundamental en la modificación de la percepción de la imagen corporal en este grupo de edad como lo es la adolescencia.

Dicho esto, es cierto que estas investigaciones se corresponden mutuamente, llegando a conclusiones similares, pero si lo pensamos en relación a lo abordado empíricamente en este trabajo final integrador, no encontramos la evidencia de que haya una relación entre las variables redes sociales e imagen corporal, demostrando que en estos casos el uso de las redes sociales no afecta sobre la construcción de la imagen corporal y las preocupaciones que el adolescente pueda tener sobre ella.

Además, otro dato que no se corresponde con lo informado por los investigadores en los estudios científicos analizados, es que se enfocaron principalmente en las adolescentes de sexo femenino, dejando por fuera del estudio a los adolescentes de sexo masculino, ya que ellas serían las más predispuestas a tener conflictos con su imagen corporal debido a la influencia de las redes sociales. En este trabajo, se buscó la participación de ambos sexos para poder determinar si existía alguna diferencia en las experiencias con las redes sociales y su imagen corporal, y los resultados arrojaron que acerca de la conciencia sobre si las redes sociales pueden tener un impacto en la percepción de su propia imagen corporal, los participantes de sexo masculino fueron los que contestaron que sí en cierta medida, y las participantes de sexo femenino contestaron que no creen que tengan impacto, no correspondiéndose con la evidencia de que las mujeres son las que se ven más afectadas en su percepción de la imagen corporal por el uso de las redes sociales y el tipo de contenido que

consumen, según las investigaciones retomadas en este trabajo de Romo del Olmo (2020), Rosales y Gutiérrez (2022) y Vergara González (2020).

La pregunta que queda planteada para pensar en este caso es si el uso de las redes sociales continuara así o se intensificara, podría existir un futuro riesgo manifestado en insatisfacción y preocupación con la imagen corporal, lo que sí se correspondería con lo abordado empíricamente por los otros investigadores como Romo del Olmo (2020), Rosales y Gutiérrez (2022) y Vergara González (2020) en sus estudios, pero por el momento no podemos dar respuesta sobre ello.

En relación a cómo se podría explicar conceptualmente lo abordado empíricamente, partamos desde la base de que en la adolescencia “nos encontraremos con una multiplicidad de identificaciones contemporáneas y contradictorias; por eso, el adolescente se presenta como varios personajes: es una combinación inestable de varios cuerpos e identidades” (Aberastury, 1984, p.18-19). Al ser inestables, tal como dice Aberastury, por este periodo de cambios que se atraviesan, es que se planteaba que, lo que los adolescentes consumen en las redes sociales, especialmente cuando se trata de otras figuras, pares de referencia, o modelos culturales que ofrecen símbolos y ejemplos que influyen en la percepción de la imagen estética, ética y sexual del cuerpo, presentando y ofreciendo imágenes ideales con las cuales los jóvenes pueden identificarse, la presión de seguir o lograr estos modelos ideales, puede llegar a afectar gravemente a quienes están en esta situación de vulnerabilidad o inestabilidad, de la que hablamos que sucede en la adolescencia. La presión psicológica que ejercen estos estándares de belleza o éxito y el intento de adaptarse a ellos en esta etapa pueden dar lugar al desarrollo de comportamientos perjudiciales o potencialmente peligrosos, y pueden impactar sobre la propia identidad y cuerpo del adolescente, incluyendo su imagen corporal. La imagen corporal está relacionada con la forma en que las personas se ven a sí mismas y cómo se sienten acerca de su cuerpo. Esto es importante para su identidad personal y social, ya que influye en cómo se relacionan con los demás y el mundo que les rodea (Cornejo, 2016).

A raíz de la evidencia empírica recolectada, vemos que en el caso de los adolescentes que participaron, si bien utilizan diariamente las redes sociales, usualmente la mayoría de los participantes no consumen contenido relacionado a imágenes corporales ideales, y por lo tanto no se demuestra que tengan problemas con su imagen corporal. El no tener insatisfacción con su imagen, puede ser debido a que no consumen estos contenidos, o porque directamente comentan que no les afecta de algún modo haciéndolos sentir inseguros sobre la percepción de su imagen corporal. Lo que sí ubicamos, es que si bien no son de interactuar con publicaciones de este estilo, al preguntarles si las redes sociales pueden tener un impacto en la percepción de su propia imagen corporal, los participantes de sexo masculino, en este caso dijeron que sí podrían influir en la percepción de su imagen corporal, mientras que las adolescentes de sexo femenino seleccionaron que no creen que tengan impacto en su imagen corporal. Estas diferencias en las experiencias, pueden ser propias de

la adolescencia, donde cada sujeto la atraviesa a su modo y donde aparecen cambios en la forma de pensar y sentir, lo que hace que los adolescentes tomen una nueva postura frente a la vida y frente a los otros, sólo si logran aceptar estos nuevos cambios que llegan y pueden separarse de esta posición e imaginario de niño y todo lo que ello conlleva (Aberastury, 1984). Por esta razón, es comprensible que algunos tengan una experiencia y perspectiva diferente a la de otros, y dependa de la vivencia de cada uno. Si bien en este caso no se relacionan comúnmente con estos contenidos de imágenes corporales ideales, unos pueden tener mayor conciencia sobre el impacto que podría generar en cada uno, que otros. Esto puede deberse al grado de madurez o conocimiento con el que cuentan cada uno de ellos. Aberastury (1984) mencionaba al respecto que una vez que el adolescente puede empezar a aceptar estos aspectos aún de niño que lo componen, pero también los de adulto que están surgiendo simultáneamente, implica que comienza a aceptar los cambios de su cuerpo y pone en marcha el surgimiento de su nueva identidad, y es en esta etapa que el adolescente experimenta fluctuaciones en su identidad, cambios bruscos, donde se pueden ver distintas versiones de su madurez, de su comportamiento, o incluso de su aspecto físico.

Hasta el momento, existe una idea muy presente y real acerca de que las mujeres tienen mayor predisposición a desarrollar un trastorno alimenticio o a tener problemas con su imagen corporal debido a la presión social, a los modelos estéticos corporales o por lo que difunden los medios de comunicación. Todo esto lo estudia Vergara González (2020) en su investigación, y resulta interesante poder retomar su planteamiento en sus propias palabras:

Vivimos en una sociedad donde predomina un innegable culto al cuerpo, con especial presión sobre la mujer. Se ha visto que Internet y las redes sociales promueven la delgadez, el comportamiento dietético y la pérdida de peso a través de imágenes idealizadas de mujeres delgadas. Este patrón de ideal estético se comienza a internalizar, de esta forma, a corta edad y se va potenciado con el tiempo a través de la mayor exposición a la publicidad y a las redes sociales. Esto hace que las jóvenes luchen por un estándar de belleza poco realista y natural y se sientan mal consigo mismas cuando no pueden lograrlo. La adolescencia es un periodo crucial en el desarrollo, por lo que este patrón donde se ensalza la belleza física podría ser un componente central en el autoconcepto, sobre todo cuando el cuerpo no calza con el ideal, pudiendo potencialmente provocar en muchas jóvenes insatisfacción corporal y deterioro en la autoestima. La pregunta que surge es si esta presión sólo opera para el género femenino o es una situación transversal para todos (p.17-18).

Así como justifica esto, también en su estudio retoma otras investigaciones que dieron como resultado que las mujeres están más insatisfechas con su imagen corporal que los varones, pero tal como menciona al final, es una pregunta para hacerse acerca de si es una situación transversal para todos los géneros, y no solo para lo femenino. Si bien este trabajo se basó en una muestra pequeña, los resultados mostraron que los varones

también podrían verse afectados por los contenidos de redes sociales que consumen, influyendo sobre su imagen corporal, cuestión que no sólo atañe a las mujeres.

Por último, retomando los objetivos planteados al comienzo del trabajo, el general era analizar la función que desempeñan las redes sociales en la imagen corporal de los adolescentes, y en base a los resultados empíricos de este trabajo, notamos que no hay evidencia de que las redes sociales estén asociadas a la imagen corporal de estos adolescentes, no ejerciendo influencia que lleve a una preocupación. Ahora, si lo pensamos desde los artículos traídos por otros investigadores, tal como ya mencionamos, el uso de las redes sociales puede influir sobre la percepción que el adolescente tenga de su propia imagen corporal, ya que las redes sociales desempeñan un papel importante en la construcción de la identidad (Romo del Olmo, 2020), (Rosales y Gutiérrez, 2022), (Vergara González, 2020). Estas tienen un profundo impacto en la forma en que los adolescentes se relacionan con su imagen corporal y su identidad. Las fotos retocadas y los cuerpos idealizados que abundan en las redes sociales pueden generar inseguridades en la percepción de la imagen corporal (Tineo, 2022).

Respecto a los objetivos específicos, el primero es acerca de analizar la relación entre el tiempo dedicado a las redes sociales y la autoimagen de los adolescentes, observando si existe relación entre la frecuencia del uso y la percepción de la imagen corporal, lo que en base a los resultados obtenidos, los adolescentes hacen uso diario de las redes sociales, resultando en una adicción leve, pero a pesar de eso, no parece tener impacto sobre la percepción de la imagen corporal, no encontrando relación entre ambas variables en este primer momento. El segundo objetivo era conocer el impacto de la exposición a imágenes ideales de la imagen corporal en las redes sociales, en los adolescentes. Según lo arrojado por el cuestionario, los resultados en general, marcaron que luego de ver publicaciones de personas con cuerpos considerados ideales, se sienten indiferentes, siendo la minoría la que respondió que se sentían inseguros o insatisfechos, o más seguros y motivados. Además, sobre la pregunta si habían experimentado alguna vez inseguridad o insatisfacción con su propio cuerpo después de ver imágenes de cuerpos ideales en redes sociales, la mayoría contestó que no estaban seguros, y una minoría contestó que sí había sentido inseguridad o insatisfacción ocasionalmente. Con respecto a este objetivo, la última pregunta fue si creían que las redes sociales tienen un impacto en la percepción de su propia imagen corporal, por lo que la mitad contestó que no creían que tuvieran impacto, y la otra mitad contestó que sí tenían impacto en cierta medida. El tercer objetivo específico era identificar los tipos de contenido y plataformas más usadas, y en general, las plataformas de redes sociales que más frecuentan son Instagram y Tiktok, y en menor medida Facebook y Youtube. Sobre los tipos de contenido, en general todos indicaron que preferían consumir videos, y la minoría agregó que consumían imágenes y memes (chistes). Acerca de qué contenido en redes sociales los hacía sentir más inseguros con su imagen corporal, la mayoría de respuestas fueron sobre las fotos retocadas, y en menor lugar, sobre las publicaciones de fitness e imágenes de celebridades. Finalizando, con el cuarto y último objetivo, se buscó comparar si

existen diferencias en las experiencias relacionadas con las redes sociales y la imagen corporal entre los individuos de sexo femenino y masculino. La diferencia que podemos encontrar en general en base a la evidencia empírica recolectada por este trabajo, fue sobre la conciencia acerca de si las redes sociales pueden tener un impacto en la percepción de su propia imagen corporal, donde los participantes de sexo femenino fueron las que contestaron que no creen que tengan impacto, y los participantes de sexo masculino fueron los que contestaron que sí en cierta medida. Luego, en general, no se encontraron otras diferencias significativas en las experiencias relacionadas con las redes sociales y la imagen corporal.

Limitaciones del trabajo y recomendaciones para futuras indagaciones

La principal limitación de este estudio radica en el tamaño reducido de la muestra. El trabajo final integrador se llevó a cabo con un número limitado de participantes, lo cual puede afectar la generalización de los resultados. Es importante destacar que la pequeña muestra puede no ser representativa de la diversidad que podría existir en la población objetiva del trabajo. Futuras investigaciones podrían considerar el aumento del tamaño de la muestra para mejorar la validez externa y observar si se corresponde con las demás investigaciones existentes hasta el momento. De todos modos cabe aclarar que el presente trabajo se llevó a cabo en un contexto particular, con condiciones y características específicas.

Es preciso reconocer que la participación de los adolescentes en el uso de las redes sociales puede estar directamente influenciada por las autorizaciones de sus padres o tutores, especialmente a una edad temprana. Esta dinámica plantea una consideración importante que podría condicionar la efectividad del estudio. Como recomendación para futuras investigaciones, sería esencial indagar sobre la participación de los adolescentes en redes sociales. Los criterios de exclusión podrían aplicarse inicialmente a aquellos que no utilicen ninguna plataforma de redes sociales, ya que su experiencia podría diferir significativamente de aquellos que participan activamente en estas plataformas. Otro criterio adicional entonces, podría ser la presencia o ausencia de autorización parental para el uso de redes sociales. Esto permitirá diferenciar entre aquellos adolescentes que toman decisiones autónomas respecto a su participación en las redes sociales y aquellos cuyas interacciones están más directamente supervisadas por sus padres o tutores.

Por último, acerca de la pregunta que queda planteada en las discusiones sobre pensar en este caso si el uso de las redes sociales continuara así o se intensificara, podría existir un futuro riesgo manifestado en insatisfacción y preocupación con la imagen corporal, corresponde para otro tipo de diseño de trabajo de investigación si nos interesara buscar la respuesta. Podría pensarse en un trabajo con un alcance más descriptivo para abarcar la temática con amplitud en todos los aspectos posibles y explicativo para determinar causas y consecuencias, efectos e impactos, además de ser correlacional como ya se plantea en

este trabajo, con un tiempo de investigación longitudinal que implica que sea a lo largo del tiempo y se repita la investigación en momentos sucesivos.

CONCLUSIONES

En conclusión, este trabajo final integrador se basó en poder desarrollar la compleja relación entre la adolescencia, las redes sociales y la imagen corporal. La adolescencia, es una fase crucial de transición que implica cambios significativos tanto físicos como psicológicos, según las teorías de Aberastury (1984) que pudimos desarrollar. Este período de transformación puede generar una reevaluación de la propia imagen corporal, especialmente cuando los adolescentes atraviesan la pubertad y experimentan cambios notables en sus cuerpos.

La construcción de la identidad durante la adolescencia se ve influenciada por factores sociales y culturales, y en la era digital actual, las redes sociales desempeñan un papel fundamental en esta construcción. Sin embargo, los resultados empíricos obtenidos por las escalas Body Shape Questionnaire (BSQ), Social Media Addiction Scale-Student Form (SMAS-SF) y por el cuestionario de elaboración propia sobre el uso de las redes sociales, indican que, a pesar del uso diario y la leve adicción a las redes sociales por parte de los adolescentes participantes, no hay evidencia de que estas afecten negativamente su percepción de la imagen corporal.

Contrario a las expectativas basadas en investigaciones previas, como las de Romo del Olmo (2020), Rosales y Gutiérrez (2022) o la de Vergara González (2020), la mayoría de los participantes no consumen contenido relacionado con imágenes corporales ideales, y llegar a tener una exposición ocasional, en general, no parece generar preocupaciones significativas sobre la propia imagen corporal.

En relación a la participación de los adolescentes de sexo masculino con la participación de las adolescentes de sexo femenino, se observa una diferencia interesante en la percepción del impacto de las redes sociales en la imagen corporal. Mientras que las participantes de sexo femenino expresaron no creer que las redes sociales tengan un impacto significativo, los participantes de sexo masculino reconocieron que sí podrían influir en cierta medida. Estas diferencias de percepción podrían relacionarse con la manera en que no sólo cada participante se expone y se identifica con el contenido en las redes sociales, sino también con las experiencias propias de la adolescencia, donde cada sujeto la atraviesa a su modo y donde aparecen cambios en su forma de pensar y sentir, lo que hace que los adolescentes tomen una nueva postura frente a la vida y frente a los otros.

A pesar de no encontrar una cuestión entrelazada entre el uso de las redes sociales y la imagen corporal en este grupo específico de adolescentes, es esencial reconocer la diversidad de experiencias que pueden existir en la adolescencia, y cómo la construcción de la identidad e imagen corporal podría verse influenciada por diferentes factores, tales como la presión social, los modelos estéticos corporales o por la difusión de los medios de comunicación (Vergara González, 2020). Este trabajo contribuye a la comprensión de cómo los adolescentes se relacionan con las redes sociales en términos de su imagen corporal, destacando la importancia de considerar la variabilidad individual en esta etapa crucial del desarrollo.

Si retomamos los objetivos planteados al comienzo del trabajo, el general era analizar la función que desempeñan las redes sociales en la imagen corporal de los adolescentes, y aunque no se encontró evidencia clara de una relación entre ambas variables, se observó en base a los objetivos específicos que en relación al uso diario y su percepción corporal, aunque los adolescentes usan las redes diariamente, no hay una relación clara con la insatisfacción corporal. Continuando, respecto a la exposición a imágenes ideales, la mayoría se muestra indiferente tras ver imágenes ideales, solo una minoría experimenta inseguridades ocasionales. Sobre el tipo de contenido y plataformas, Instagram y TikTok son las plataformas más frecuentes, donde la mayoría elige consumir videos y no suelen sentir inseguridad al interactuar con contenido de figuras corporales ideales. Por último, respecto a las diferencias de sexo en las experiencias relacionadas con las redes sociales y la imagen corporal, las adolescentes tienden a creer que las redes no impactan significativamente, mientras que los adolescentes varones reconocen cierta influencia, resultados llamativos para seguir indagando donde se puedan incluir a más varones en estos estudios.

REFERENCIAS

- Aberastury, A., & Knobel, M. (1984). *La adolescencia normal: Un enfoque psicoanalítico*. Buenos Aires: Paidós.
- Arab, E. & Díaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e Internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 7-13. DOI: [10.1016/j.rmclc.2014.12.001](https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2014.12.001)
- Cooper, P.J., Taylor, M.J., Cooper, Z., & Fairbum, C.G. (1987). The development and validation of the body shape questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, Vol.6, 485-494.
- Cornejo, Sandra. (2016). Cuerpo, imagen e identidad. Una relación (im)perfecta. *Cuadernos del Centro de Estudios en Diseño y Comunicación. Ensayos*, Vol.58, 1-10. DOI: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1853-35232016000300017&lng=es&tlng=es.
- Dolto, F. (1984). La imagen inconsciente del cuerpo. En Françoise Dolto “*Esquema corporal e Imagen corporal*”. (Cap 1, pp. 9-42). Buenos Aires: Paidós.
- Efrón, R. (1996). Subjetividad y adolescencia, en Konterllnik, I. & Jacinto. (comps.), *Adolescencia, pobreza, educación y trabajo*. Buenos Aires: Losada/Unicef.
- Esnaola, G., García, E., Escobar Chavez, E., Altera, S., Tarzio, C., Fernández, G., Stracquadini, C., Salazar, G., & Varano, L. (2008, noviembre). El lugar del afecto en la construcción de la subjetividad en escenario de la cibercultura. *XV Jornadas de Investigación y Cuarto Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur*. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. DOI: <https://www.aacademica.org/000-032/23>
- Grassi, A. (2010). Adolescencia: reorganización y nuevos modelos de subjetividad. En: Grassi, A. y Córdoba, N. “*Entre niños, adolescentes y funciones parentales*”. (Parte 1, pp. 29-35). Buenos Aires: Entre Ideas.
- Lacan, J. (1949). *El estadio del espejo como formador de la función del yo tal como se nos revela en la experiencia psicoanalítica*. (pp. 86-93). Escritos, Vol. 1, Buenos Aires: Siglo Veintiuno.

- Martínez Heredia, N., & González García, E. (2017). Potential risks of social media use in adolescents. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, Vol.13, 6-10. DOI: <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.13.2120>
- Papalia, D., Wendkos, S. & Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo: de la infancia a la adolescencia*. México: Mc Graw Hill.
- Real Academia Española: Diccionario de la lengua española, 23.^a ed., [versión 23.6 en línea]. <https://dle.rae.es> [octubre de 2023].
- Real Academia Española: Diccionario panhispánico del español jurídico (DPEJ) [en línea]. <https://dpej.rae.es/> [octubre de 2023].
- Romo del Olmo, M. (2020). *Influencia de las redes sociales en la satisfacción de la imagen corporal de las adolescentes. Un proyecto de prevención*. Tesis de grado. Universidad de Cádiz. DOI: <http://hdl.handle.net/10498/23419>.
- Rosales, P. & Gutiérrez Hernández, R. (2022). Impacto de las redes sociales en la percepción de cuerpo saludable en el adolescente. *Revista: CiNteB - Ciencia, nutrición, terapéutica y bioética*. Vol 1, No.2. DOI: <https://revistas.uaz.edu.mx/index.php/cinteb/article/view/1479>.
- Sahin, C. (2018). Social media addiction scale-student form: the reliability and validity study. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 17(1), 169-182.
- Segovia, I. (2016). Dejar de estar, ¿dejar de ser? Redes Sociales, una breve mirada. En Cueto, E., Santiere, A. *El estadio del screen* (pp.73-80). Buenos Aires: Letra Viva.
- Tineo, L. (2022). *Impacto de las redes sociales en la imagen corporal de adolescentes, Lima-2020*. Doctoral disertación, Tesis de grado. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Repositorio UPCH. DOI: <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/11566>
- Vaquero-Cristóbal, R., Alacid, F., Muyor, J., & López-Miñarro, P. (2013). *Imagen corporal; revisión bibliográfica*. DOI: <https://dx.doi.org/10.3305/nh.2013.28.1.6016>.

Vergara González, L. (2020). *Imagen corporal y redes sociales en jóvenes de sexo femenino en etapa de adolescencia temprana*. Tesis de grado. Universidad de Chile. DOI:

<https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/176181>

ANEXOS

Anexo 1

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA PARTICIPACIÓN EN EL ESTUDIO

Yo, el/la abajo firmante, comprendo y acepto voluntariamente que mi hijo/a, cuyo nombre aparece abajo, participe en el estudio propuesto por Carolina Ferrara como parte de su trabajo final integrador para la Licenciatura en Psicología. A continuación, se proporciona información detallada sobre la naturaleza y los objetivos del estudio, así como los derechos como participante.

Descripción del Estudio:

Este estudio consiste en completar tres cuestionarios breves que tomarán aproximadamente 20 minutos de su tiempo. Los cuestionarios se relacionan con la temática de redes sociales e imagen corporal. Es importante tener en cuenta que no hay respuestas correctas ni incorrectas en este estudio. La información recopilada se utilizará exclusivamente con fines académicos y de investigación para el trabajo final integrador.

Confidencialidad:

Se garantiza que toda la información proporcionada en el estudio se mantendrá en estricta confidencialidad. Su nombre y cualquier información personal identificable serán eliminados de los datos recopilados, y solo se utilizarán de manera anónima y agregada en el informe del trabajo final. Nadie, aparte del investigador principal, tendrá acceso a las respuestas.

Riesgos y Beneficios:

No se anticipan riesgos asociados con su participación en este estudio. La información recopilada no se utilizará para diagnosticar, por lo tanto no se hará ningún tipo de devolución. Sin embargo, este estudio tiene el beneficio de contribuir a la investigación sobre la relación entre las redes sociales y la imagen corporal, lo que podría ser útil para comprender mejor esta problemática en la sociedad. Su participación ayudará a avanzar en el conocimiento en este campo.

Contacto:

Si tengo alguna pregunta o inquietud sobre el estudio o mis derechos como participante, puedo ponerme en contacto con Carolina Ferrara en carolinaferrara.2001@gmail.com.

Agradecimiento:

Agradezco su disposición para participar en este estudio, ya que su contribución es esencial para el éxito de mi trabajo final integrador. Su participación es muy valiosa.

Consentimiento:

Al firmar a continuación, confirmo que he leído y comprendido la información proporcionada anteriormente sobre el estudio y que consiento voluntariamente en participar.

Nombre del participante:

Firma del tutor/responsable:

Fecha:

Anexo 2
Body Shape Questionnaire

Nos gustaría saber cómo te has sentido respecto a tu figura. Marca con una X donde corresponda.

		Nunca	Raramente	Algunas Veces	A menudo	Muy a menudo	Siempre
1	Cuando te aburres, ¿te preocupas por tu figura?						
2	¿Has estado tan preocupada/o por tu figura que has pensado que debías ponerte a dieta?						
3	¿Has pensado que tus muslos, caderas o nalgas son demasiado grandes en proporción con el resto de tu cuerpo?						
4	¿Has tenido miedo a engordar?						
5	¿Te ha preocupado que tus músculos no sean lo suficientemente firmes?						
6	Sentirte llena/o (después de una gran comida), ¿te ha hecho sentir gorda/o?						
7	¿Te has sentido tan mal con tu figura que has llegado a llorar?						
8	¿Has evitado correr para que tu figura no rebotara?						
9	Estar con chicas/os delgadas/os, ¿te ha hecho fijarte en tu figura?						
10	¿Te ha preocupado que tus muslos se ensanchen cuando te sientas?						
11	El hecho de comer poca comida, ¿te ha hecho sentir gorda/o?						
12	Al fijarte en la figura de otras/os chicas/os, ¿la has comparado con la tuya desfavorablemente?						

13	Pensar en tu figura, ¿ha interferido en tu capacidad de concentración (cuando miras la televisión, lees o mantienes una conversación)?						
14	Estar desnuda/o (por ejemplo, cuando te duchas), ¿te ha hecho sentir gorda/o?						
15	¿Has evitado llevar ropa que marque tu figura?						
16	¿Te has imaginado cortando partes gruesas de tu cuerpo?						
17	Comer dulces, pasteles u otros alimentos con muchas calorías, ¿te ha hecho sentir gorda/o?						
18	¿Has evitado ir a actos sociales (fiestas, etc) porque te has sentido mal con tu figura?						
19	¿Te has sentido excesivamente gordo/a o redondeado/a?						
20	¿Te has sentido acomplejado/a por tu cuerpo?						
21	Preocuparte por tu figura, ¿te ha hecho poner a dieta?						
22	¿Te has sentido más a gusto con tu figura cuando tu estómago estaba vacío (por ejemplo, por la mañana)?						
23	¿Has pensado que la figura que tienes es debido a tu falta de autocontrol?						
24	¿Te ha preocupado que otra gente vea rollitos alrededor de tu cintura o estómago?						
25	¿Has pensado que no es justo que otras chicas o chicos sean más delgados que tú?						
26	¿Has vomitado para sentirte más delgada/o?						
27	Cuando estás con otras personas, ¿te ha preocupado ocupar demasiado espacio (por ejemplo, sentándote en un sofá o en el autobús)?						
28	¿Te ha preocupado que tu figura tenga aspecto de celulitis?						
29	Verte reflejada/o en un espejo ¿te ha hecho sentir mal por tu figura?						
30	¿Te has pellizcado zonas del cuerpo para ver cuanta grasa tenías?						

31	¿Has evitado situaciones en las que la gente pudiese ver tu cuerpo (por ejemplo, en vestuarios comunes de piscinas o duchas)?						
32	¿Has tomado laxantes para sentirte más delgada/o?						
33	¿Te has fijado más en tu figura estando en compañía de otras personas?						
34	La preocupación por tu figura, ¿te ha hecho pensar que deberías hacer ejercicio?						

Anexo 3

Social Media Addiction Scale-Student Form

A continuación se presentan diferentes estados relacionados con el uso de las redes sociales en Internet. Se te pide que leas cada expresión cuidadosamente y marques el número que consideres que se acerca a tu situación, donde **1- Totalmente en desacuerdo, 2- En desacuerdo, 3- Ni de acuerdo ni en desacuerdo, 4- De acuerdo, 5- Muy de acuerdo.**

No omitas ningún elemento y marca cada estado, por favor.

1	Estoy ansioso por ir a las redes sociales	1	2	3	4	5
2	Busco conectarme a Internet en todas partes para acceder a las redes sociales	1	2	3	4	5
3	Lo primero que hago cuando me despierto es conectarme a las redes sociales	1	2	3	4	5
4	Veo las redes sociales como escape del mundo real	1	2	3	4	5
5	Una vida sin redes sociales no tiene sentido para mí	1	2	3	4	5
6	Prefiero usar las redes sociales a pesar de estar acompañado	1	2	3	4	5
7	Prefiero las amistades de las redes sociales que las presenciales	1	2	3	4	5
8	Me expreso mejor con las personas de las redes sociales	1	2	3	4	5
9	Aparento ser lo que yo quiero en las redes sociales	1	2	3	4	5
10	Por lo general, prefiero comunicarme con personas a través de las redes sociales	1	2	3	4	5
11	Hasta mi familia se enfada porque no puedo dejar de usar las redes sociales	1	2	3	4	5
12	Quiero pasar el tiempo en las redes sociales cuando estoy solo	1	2	3	4	5
13	Prefiero la comunicación virtual en las redes sociales para salir	1	2	3	4	5
14	Las actividades de las redes sociales se afianzan en mi vida cotidiana	1	2	3	4	5
15	Omito mis tareas porque paso mucho tiempo en las redes sociales	1	2	3	4	5
16	Me siento mal si estoy obligado a disminuir el tiempo que paso en las redes sociales	1	2	3	4	5

17	Me siento infeliz cuando no estoy en las redes sociales	1	2	3	4	5
18	Me emociona estar en las redes sociales	1	2	3	4	5
19	Utilizo las redes sociales con tanta frecuencia que me olvido de mi familia	1	2	3	4	5
20	El mundo misterioso de las redes sociales siempre me cautiva	1	2	3	4	5
21	Ni siquiera noto que tengo hambre y sed cuando estoy en las redes sociales	1	2	3	4	5
22	Noto que mi productividad ha disminuido debido a las redes sociales	1	2	3	4	5
23	Tengo problemas físicos debido al uso de las redes sociales	1	2	3	4	5
24	Uso las redes sociales incluso cuando voy por la calle para estar informado al instante sobre los acontecimientos	1	2	3	4	5
25	Me gusta usar las redes sociales para mantenerme informado sobre lo que sucede	1	2	3	4	5
26	Navego en las redes sociales para mantenerme informado sobre lo que comparten los grupos de medios sociales	1	2	3	4	5
27	Paso más tiempo en las redes sociales para ver algunos eventos/ acontecimientos especiales (por ejemplo, cumpleaños)	1	2	3	4	5
28	Mantenerme informado sobre las cosas relacionadas con mis cursos (ej. tarea, actividades) me hace estar siempre en las redes sociales	1	2	3	4	5
29	Siempre estoy activo en las redes sociales para estar inmediatamente informado sobre qué comparten amigos y familia	1	2	3	4	5

Anexo 4

Cuestionario sobre Uso de Redes Sociales

A continuación, habrá un listado de 10 preguntas sobre tu uso de las redes sociales, te pido que marques la opción que más se acerque a tu respuesta.

1. ¿Con qué frecuencia utilizas las redes sociales?

- A diario
- Varias veces a la semana
- Una vez a la semana
- Menos de una vez a la semana

2. ¿Cuáles son las redes sociales que más frecuentas?

- Facebook
- Instagram
- Twitter
- Snapchat
- TikTok
- Otras (especifica):

3. ¿Qué tipo de contenido prefieres consumir en redes sociales?

- Imágenes
- Videos
- Noticias
- Memes
- Otro (especifica):

4. ¿Cuál es tu plataforma de redes sociales favorita y por qué?

5. ¿Sigues a influencers o celebridades en redes sociales que promueven una imagen corporal ideal?

- Sí, con frecuencia
- Sí, ocasionalmente
- No, nunca

6. ¿Cómo te sientes después de ver publicaciones de personas con cuerpos considerados "ideales" en redes sociales?

- Más seguro/a y motivado/a
- Indiferente
- Inseguro/a o insatisfecho/a

7. ¿Has experimentado alguna vez inseguridad o insatisfacción con tu propio cuerpo después de ver imágenes de cuerpos "ideales" en redes sociales?

- Sí, con frecuencia
- Sí, ocasionalmente
- No, nunca
- No estoy seguro/a

8. ¿Has tomado medidas, como hacer dieta o realizar ejercicio en exceso, debido a la influencia de las imágenes de cuerpos ideales en las redes sociales?

- Sí, a menudo
- Sí, en algunas ocasiones
- No, nunca
- No por ese motivo

9. ¿Crees que las redes sociales tienen un impacto en la percepción de tu propia imagen corporal?

- Sí, en gran medida
- Sí, en cierta medida
- No, no creo que tengan impacto
- No estoy seguro/a

10. ¿Qué tipo de contenido en redes sociales te hace sentir más inseguro/a acerca de tu imagen corporal?

- Imágenes de celebridades
- Fotos retocadas
- Publicaciones de fitness
- Otro (especifica):