

Tesis - Título Profesional - CRISTINA Y NAYELI.docx

 Universidad Peruana Union

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::29566:574043164

Fecha de entrega

1 abr 2026, 9:26 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

1 abr 2026, 9:28 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

Tesis - Título Profesional - CRISTINA Y NAYELI.docx

Tamaño del archivo

1.4 MB

26 páginas

5469 palabras

31.763 caracteres

15% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 11%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 13%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

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

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

Fuentes principales

- 11% Fuentes de Internet
- 2% Publicaciones
- 13% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

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

1	Internet	repositorio.upeu.edu.pe:8080	3%
2	Internet	hdl.handle.net	1%
3	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2025-04-15	<1%
4	Trabajos entregados	Universidad Tecnologica del Peru on 2025-12-05	<1%
5	Trabajos entregados	PREGRADO on 2025-10-30	<1%
6	Trabajos entregados	PREGRADO on 2025-10-30	<1%
7	Internet	repositorio.upla.edu.pe	<1%
8	Internet	repositorioinstitucional.buap.mx	<1%
9	Internet	vsip.info	<1%
10	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
11	Internet	revistainnovaeducacion.com	<1%

12	Internet	upc.aws.openrepository.com	<1%
13	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	<1%
14	Trabajos entregados	Centro Universitario Cardenal Cisneros on 2024-06-10	<1%
15	Trabajos entregados	Universitat Oberta de Catalunya on 2026-03-05	<1%
16	Internet	archive.org	<1%
17	Internet	repositorio.uct.edu.pe	<1%
18	Internet	repository.javeriana.edu.co	<1%
19	Trabajos entregados	Universidad Anahuac México Sur on 2025-11-19	<1%
20	Trabajos entregados	Universidad Catolica de Trujillo on 2025-07-18	<1%
21	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2025-11-13	<1%
22	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2025-12-30	<1%
23	Trabajos entregados	Universidad Privada San Juan Bautista on 2025-08-19	<1%
24	Trabajos entregados	Universidad de Huelva on 2023-05-21	<1%
25	Internet	repositorio.uceva.edu.co	<1%

26	Trabajos entregados uncedu on 2024-02-06	<1%
27	Internet www.researchgate.net	<1%

9

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD****Escuela Profesional de Psicología**

**Influencia de la adicción a las redes sociales en la
insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente
peruano, 2025**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo

Autoras:

Cristina Granados Espinoza

Nayeli Jasmín Pérez Santos

Asesora:

Mg. Jesenia Elizabeth Huamán Ramos
Grado académico

Tarapoto, febrero de 2026

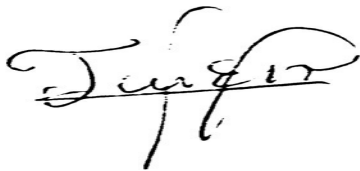
DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Jesenia Elizabeth Huamán Ramos, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Influencia de la adicción a las redes sociales en la insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente peruano, 2025”** de las autoras Cristina Granados Espinoza y Nayeli Jasmín Pérez Santos tiene un índice de similitud de 15 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Tarapoto, a los 11 días del mes de marzo del año 2026.



Mg. Jesenia Elizabeth Huamán Ramos

Acta de sustentación

Índice

1	Declaración jurada de originalidad de tesis.....	ii
	Acta de sustentación	iii
	Índice.....	iv
	Resumen	5
	Abstract	6
	Introducción.....	6
	Material y métodos	8
	Resultados	10
8	Discusión.....	13
	Conclusiones.....	14
	Referencias bibliográficas	15
	Anexos	19

Resumen

La investigación estuvo orientada a determinar la influencia de la adicción a las redes sociales en la insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente peruano, 2025. En una era donde las plataformas digitales difunden estándares de belleza, resultó fundamental analizar cómo la exposición a estos ideales influye en la valoración individual de su propia apariencia y en el desarrollo de comportamientos. Se desarrolló dentro de un enfoque cuantitativo, de carácter básico, con un nivel descriptivo-causal, empleando un diseño no experimental y de corte transversal. Contó con la participación de 618 estudiantes universitarias. Se empleó dos cuestionarios para la recopilación de datos. Los análisis indicaron que el 55 % de las universitarias exhibió un nivel moderado de adicción a las redes sociales, en tanto que el 37 % manifestó un grado elevado de insatisfacción con su imagen corporal. El análisis inferencial evidenció correlaciones significativas entre los distintos elementos que integran la adicción a redes sociales y la insatisfacción corporal, siendo la adicción general la más influyente ($r = 0.477$). Se concluye que no solo el tiempo dedicado a las redes, sino también el vínculo emocional que las estudiantes establecen con estas plataformas, puede afectar de manera considerable su percepción corporal.

Palabras clave: Adicción; imágenes idealizadas; medios sociales; percepción.

Abstract

The research aimed to determine the influence of social media addiction on body dissatisfaction among female university students in eastern Peru, 2025. In an era where digital platforms disseminate beauty standards, it was essential to analyse how exposure to these ideals influences individuals' assessment of their own appearance and the development of behaviours. It was developed within a quantitative approach, of a basic nature, with a descriptive-causal level, using a non-experimental and cross-sectional design. It involved the participation of 618 female university students. Two questionnaires were used for data collection. The analyses indicated that 55% of the university students exhibited a moderate level of social media addiction, while 37% expressed a high degree of dissatisfaction with their body image. The inferential analysis showed significant correlations between the different elements that make up social media addiction and body dissatisfaction, with general addiction being the most influential ($r = 0.477$). It is concluded that not only the time spent on social media, but also the emotional bond that students establish with these platforms, can significantly affect their body perception.

Keywords: Addiction; idealized images; social media; perception.

Introducción

En la era digital, las redes sociales (RS) han transformado la comunicación e interacción, influyendo en la construcción de la autoimagen física y generando preocupación por su repercusión en la autopercepción y salud mental de las mujeres (Vandenbosch et al., 2022). Asimismo, Castellano et al. (2021) sostienen que una imagen corporal negativa constituye un desafío relevante para la salud pública a escala global, debido a su estrecha relación con síntomas de trastornos psicológicos. La adicción a las redes sociales (ARS) se caracteriza como una conducta marcada por el uso desmesurado y sin control de estas plataformas, evidenciado por factores patológicos como la obsesión en el pensamiento, la conducta compulsiva y la incapacidad para regular impulsos y emociones (Vieira & Manzanares, 2022). Mientras tanto, la insatisfacción corporal (IC) se refiere al descontento que una persona experimenta al comparar su apariencia física real con un ideal percibido o socialmente establecido. Esta inconformidad puede estar influenciada por factores culturales, sociales y psicológicos, afectando la autoestima y el bienestar emocional (Vargas y Gaibor, 2024).

8

La ARS, reconocida como una manifestación de adicción a Internet, se identifica por el uso compulsivo y excesivo de estas plataformas, impulsado por la necesidad inmediata de estar informado, lo que afecta negativamente otras áreas de la rutina diaria (He & Yang, 2022). La ARS se debe, en gran parte, a la satisfacción que generan y a la variedad de funciones que ofrecen, lo que puede provocar una dependencia progresiva (Jih-Hsin et al., 2016). De conformidad con Baccarella (2018), etornos virtuales de socialización, como Facebook, Instagram, WeChat y TikTok se han consolidado como pilares clave de la comunicación moderna al promover la interacción, mantener relaciones y facilitar la autoexpresión. No obstante, un uso problemático de estas plataformas puede perjudicar el bienestar y el funcionamiento psicosocial de los usuarios (Cheng et al., 2021).

13

Las dimensiones de la variable ARS, según Escurra y Salas (2014) Son: a) Obsesión por las redes sociales (ORS). Alude a una obsesión persistente por las redes sociales, que genera la necesidad constante de estar en línea. Esta conducta puede provocar ansiedad o inquietud al no tener acceso a las plataformas, afectando la concentración y el desempeño en otras actividades cotidianas. b) Falta de control personal en el uso de las redes sociales (FCPRS). Hace alusión a la limitada capacidad para autorregular la duración y la periodicidad de actividades en plataformas de redes sociales, lo que lleva a las personas a prolongar su permanencia en ellas, incluso sabiendo que esto afecta negativamente su vida personal, académica o laboral. c) Uso excesivo de las redes sociales (UERS) involucra el empleo desmedido de los sitios de interacción social en internet que lleva al descuido de responsabilidades y actividades importantes, afectando las relaciones, el rendimiento académico o laboral, y la salud mental, lo que puede derivar en dependencia y aislamiento.

2

27

20

Insatisfacción corporal

Para Rafati et al. (2023) la IC es comprendida como los sentimientos negativos de un individuo acerca de su aspecto físico o peso, lo cual es un problema frecuente en las mujeres y puede dar lugar a diversos problemas de salud asociados.

Diversos estudios han demostrado que los medios sociales impactan notablemente en la manera en que las mujeres jóvenes construyen la percepción corporal de sí mismas (Di et al., 2022; Rosenqvist et al., 2024). Tal como indican Jiménez-Limas et al. (2022) son los estudiantes universitarios un grupo especialmente vulnerable. La imagen corporal se concibe como una combinación de percepciones mental y emocional que un sujeto tiene sobre su propio cuerpo, integrando aspectos perceptuales, afectivos y cognitivos (Balbuena, 2020), que a menudo generar insatisfacción cuando existe una discrepancia con los ideales estéticos, lo que conlleva riesgos físicos y mentales, incluyendo trastornos alimentario (Hao et al., 2022).

Esta insatisfacción puede estar intensificada por procesos de comparación social (Festinger, como se citó en Cano et al., 2023), en los que las personas evalúan su imagen al contrastarla con modelos idealizados. Según Cerea et al. (2022), las mujeres jóvenes son especialmente propensas a experimentar esta insatisfacción debido a los cambios corporales propios de la etapa vital y a los estándares socioculturales poco realistas. Yang et al. (2022) destaca que las imágenes idealizadas, acompañadas de comentarios valorativos como “Perfección” o “Metas corporales”, pueden afectar la autoestima. Pritchard et al. (2021) añaden que la baja autoestima vinculada a la imagen física puede fomentar conductas autocríticas y reducir la adopción de hábitos saludables. En este sentido, (Eck et al., 2022) advierten que una alta IC se asocia con prácticas perjudiciales como el uso de laxantes o dietas extremas. Finalmente, Alruwayshid et al. (2021) sustentan que el tiempo de exposición a redes sociales, más que el tipo de plataforma, se relaciona con mayores niveles de insatisfacción corporal.

25 Este estudio resultó de gran relevancia social, ya que analizó el impacto de la ARS en la IC de mujeres universitarias, pues se centró en la influencia de la exposición constante a ideales irreales. En tal sentido las principales beneficiarias son mujeres jóvenes adultas, las más expuestas a estos contenidos.

Material y métodos

5 El proceso investigativo se desarrolló con un enfoque cuantitativo, orientado a la obtención y procesamiento de datos cuantitativos para evaluar la relación existente entre las variables propuestas (Ramos, 2020). Fue de tipo básica, pues su propósito principal fue generar conocimientos teóricos y comprensivos sobre el fenómeno estudiado, sin la intención inmediata de aplicarlos a la solución de problemas prácticos (Relat, 2020). El nivel fue descriptivo-causal, ya que no solo se buscó describir las características de las variables, sino también identificar posibles relaciones de causa y efecto entre ellas (Hernández - Sampieri & Mendoza Torres, 2018). 22 Se utilizó un diseño no experimental, lo que implica que no se manipuló la variable independiente, sino que fueron analizados en las condiciones en que ocurrían dentro de su contexto natural (Hernández - Sampieri & Mendoza Torres, 2018). 5 Además, correspondió a un estudio de tipo transversal, dado que la información se recolectó en un solo momento o periodo fijo, permitiendo un análisis puntual de la situación objeto de estudio (Rodríguez y Mendivelso, 2018).

Participantes

La población de esta investigación estuvo integrada por universitarios del oriente peruano.

Como criterios de inclusión se consideró: ser estudiante universitaria matriculada en una universidad de Tarapoto durante el periodo 2025, contar con un rango etario de 18 a 30 años al momento de la recolección de datos y aceptar de forma voluntaria su participación en el estudio, lo cual se acreditó mediante la firma del consentimiento informado.

El conjunto muestral estuvo formado por 262 estudiantes de una universidad privada y 356 universitarias de una universidad nacional del oriente peruano, sumando un total de 618 participantes. Se utilizó un muestreo probabilístico de tipo aleatorio simple, considerando como unidad de análisis a cada estudiante universitaria.

Instrumento

El instrumento empleado fue el cuestionario, el cual es un documento que registra de manera estructurada los indicadores de las variables relacionadas con el objetivo de la encuesta (García et al., 2006). El instrumento que permitió la recopilación de información de la variable ARS fue la escala Adicción a Redes Sociales (ARS), la cual fue diseñada por Escurra y Salas (2014). Asimismo, cabe precisar que, el instrumento fue validado por criterio de expertos y su confiabilidad fue determinada en estudiantes universitarios de Lima en el año 2014, a través del análisis del Alfa de Cronbach, se alcanzaron valores por encima de 0.85 en cada dimensión.

El instrumento que permitió la evaluación de la variable IC en mujeres universitarias, fue la escala Body Shape Questionnaire (BSQ-14) en la versión corta del cuestionario diseñado por Cooper et al., (1987) el cual mide un solo factor o dimensión y fue adaptada y validada en una población universitaria de Lima, por Izquierdo-Cárdenas y Caycho-Rodríguez (2021). Dicha escala mostró una fiabilidad adecuada en términos de consistencia interna ($\omega = 0.962$) indicando que los ítems del cuestionario son altamente consistentes entre sí y que el instrumento es confiable para medir lo que pretende.

Procedimiento.

Con el fin de llevar a cabo la recolección de datos fue indispensable contar con la conformidad del comité de ética de las universidades de Tarapoto, lo que garantizó el cumplimiento de los principios éticos en la investigación. Asimismo, se respetaron los derechos de los participantes mediante la inclusión del consentimiento informado, el cual fue presentado como la primera pregunta del cuestionario. Solo aquellos que aceptaron participar de forma voluntaria continuaron con el llenado del instrumento.

Resultados

Tabla 1

Nivel de adicción a las RS y sus dimensiones, en mujeres universitarias del oriente peruano, 2025.

Nivel	ARS		ORS		FCPRS		UERS	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Bajo	210	34%	260	42%	193	31%	174	28%
Medio	341	55%	294	48%	354	57%	325	53%
Alto	67	11%	64	10%	71	11%	119	19%
Total	618	100%	618	100%	618	100%	618	100%

Nota. Datos recolectados tras la aplicación del cuestionario ARS en las universitarias de dos universidades de Tarapoto.

Según la Tabla 1 respecto a la adicción general a las RS, el 55 % de las participantes se situó en un nivel medio. Asimismo, el 48 % evidenció un nivel medio en la dimensión de ORS, mientras que el 57 % mostró un nivel medio en la carencia de control personal sobre el uso de dichas plataformas, siendo este el porcentaje más alto registrado en toda la tabla. Finalmente, el 53 % de las universitarias evidenció un nivel medio en el uso excesivo de RS.

Tabla 2

Nivel de insatisfacción corporal en mujeres universitarias del oriente peruano, 2025.

Nivel	Insatisfacción corporal	
	Nº	%
Bajo	173	28%
Medio	215	35%
Alto	230	37%
Total	618	100%

Nota. Datos recolectados tras la aplicación del cuestionario BSQ-14 en las universitarias de dos universidades de Tarapoto.

Según los datos de la Tabla 2, se observa que el 37% de las mujeres universitarias del oriente peruano en el año 2025 posee un nivel elevado de

insatisfacción corporal, lo que representa la proporción más elevada dentro de los tres niveles evaluados. En segundo lugar, el 35% de las estudiantes presenta un nivel medio, en tanto que únicamente el 28% evidencia un nivel bajo de insatisfacción corporal.

Tabla 3

Influencia de la ORS en la insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente peruano, 2025.

			VD: Insatisfacción corporal
Rho Spearman	de D1: ORS	Coeficiente correlación	de ,446**
		Sig. (unilateral)	,000
		N	618

Nota. Datos procesados en SPSS V27.

De acuerdo con la tabla 3, la ORS influye significativamente en la insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente peruano, 2025, considerando que la significancia unilateral arrojó un valor de 0.000 y que el Rho obtenido fue de 0,446, lo que establece que aproximadamente el 20% de la variabilidad de la insatisfacción corporal está estadísticamente influenciada por la ORS.

Tabla 4

Influencia de la FCPRS en la insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente peruano, 2025.

			VD: Insatisfacción corporal
Rho Spearman	de D2: FCPRS	Coeficiente de correlación	,436**
		Sig. (unilateral)	,000
		N	618

Nota. Datos procesados en SPSS V27.

De acuerdo con la Tabla 4, la carencia de autorregulación en el uso de RS produce un efecto significativo en la insatisfacción corporal de mujeres

universitarias del oriente peruano, 2025, considerando que la significancia unilateral presentó un valor de 0.000 y el Rho fue de 0.436, lo que evidencia que la carencia de capacidad de autocontrol frente al uso de RS, explica el 19 % de la variabilidad en la insatisfacción corporal.

Tabla 5

Influencia del UERS en la insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente peruano, 2025.

			VD: Insatisfacción corporal
Rho de Spearman	de D3: UERS	Coeficiente de correlación	de ,453**
		Sig. (unilateral)	,000
		N	618

Nota. Datos procesados en SPSS V27.

De acuerdo con la Tabla 5, la utilización desmedida de redes sociales incide de manera significativa en la insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente peruano, 2025, considerando que la significancia unilateral obtuvo un valor de 0.000 y el Rho de 0.453, lo que revela que la utilización excesiva de redes sociales explica el 21 % de la variabilidad en la insatisfacción corporal.

Tabla 6

Influencia de la ARS en la insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente peruano, 2025.

			VD: Insatisfacción corporal
Rho de Spearman	de VI: ARS	Coeficiente de correlación	de ,477**
		Sig. (unilateral)	,000
		N	618

Nota. Datos procesados en SPSS V27.

De acuerdo con la Tabla 6, la ARS influye significativamente en la insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente peruano, 2025, puesto que la

significancia unilateral arrojó un valor de 0.000 y el Rho de 0.477, lo que indica que la ARS influye en 23% en la variabilidad de la insatisfacción corporal.

Discusión

Los hallazgos muestran que una proporción considerable de estudiantes universitarias del oriente peruano presenta niveles medios de ARS, destacando particularmente los factores de obsesión (48 %), falta de control personal (57 %) y uso excesivo (53 %). Este hallazgo sugiere una relación equilibrada pero persistente entre el uso frecuente de RS y el desarrollo de patrones adictivos moderados, lo cual es semejante a lo reportado por Delgado-Rodríguez et al. (2022) en España, encontraron asociación entre la ARS y la IC en mujeres universitarias, indicando una mediación de factores como la conciencia e internalización de estándares corporales.

En cuanto a la insatisfacción corporal, se observó que el 37 % de las estudiantes muestra un nivel alto, siendo este el porcentaje más representativo entre los niveles evaluados. Este resultado coincide parcialmente con los hallazgos de Alruwayshid et al. (2021) en Arabia Saudita, donde la mayoría de estudiantes no presentó altos niveles de insatisfacción corporal, lo que difiere del presente estudio. No obstante, en ambos casos, el uso intensivo de redes sociales fue identificado como un factor influyente, aunque con distintos grados de impacto cultural y social.

A nivel correlacional, se comprobó que la totalidad de los componentes de la ARS influyen significativamente en la insatisfacción corporal, destacando la adicción general ($r = 0.477$), el uso excesivo ($r = 0.453$), la obsesión ($r = 0.446$) y la falta de control personal ($r = 0.436$). Estos resultados reafirman la hipótesis de que el uso desadaptativo de RS afecta de manera negativa la percepción del cuerpo en mujeres jóvenes. Es semejante a lo encontrado por Pedalino y Camerini (2022), quienes señalaron que el uso de Instagram reduce la apreciación corporal, principalmente condicionado por la comparación social con influencers, aunque difiere en que su estudio no encontró relación con las publicaciones personales o comentarios.

En el contexto latinoamericano, los resultados se asemejan a los hallazgos de Yacila y Atarama (2024) en Lima, quienes identificaron una relación negativa entre la ARS y la satisfacción corporal, especialmente en las dimensiones obsesión y uso excesivo. Del mismo modo, es congruente con el estudio de Estrada (2024), donde se reporta una asociación significativa entre la IC y los trastornos de conducta alimentaria, indicando que el malestar con la imagen corporal puede tener repercusiones clínicas en la salud mental y física.

No obstante, se diferencia del estudio de Bryson y Orezza (2024), en el que no se halló un vínculo concluyente entre IC y ARS, aunque sí con el riesgo de trastornos alimentarios. Esta diferencia podría explicarse por la variabilidad en

los instrumentos utilizados, las características sociodemográficas de las muestras o el tipo de redes sociales más empleadas.

Desde una perspectiva de salud pública, estos hallazgos son altamente relevantes. El vínculo significativo entre la ARS y la IC implica un riesgo potencial en la aparición de trastornos de la conducta alimentaria (TCA), depresión, ansiedad y otras problemáticas psicosociales en mujeres jóvenes. Tal como advierten Bryson y Orezza (2024), la exposición constante a contenidos que promueven estándares corporales poco realistas puede incrementar la vulnerabilidad a los TCA, especialmente en poblaciones femeninas en edad universitaria.

Finalmente, el presente estudio aporta evidencia empírica sobre cómo cada dimensión de la ARS contribuye, en diferente medida, al incremento de la insatisfacción corporal. Estos resultados ponen de manifiesto la necesidad de implementar programas preventivos en el ámbito universitario que propicien una interacción prudente y reflexiva con las redes sociales, así como intervenciones psicoeducativas con el fin de fortalecer la imagen corporal positiva entre mujeres jóvenes, tal como recomiendan Pedalino y Camerini (2022).

Conclusiones

Los hallazgos indican que, si bien la mayoría no alcanza niveles críticos de adicción, existe una presencia considerable de conductas relacionadas con un uso moderado pero constante de redes sociales, especialmente en lo referido a la dificultad para ejercer control sobre su uso. Asimismo, más de un tercio de las universitarias experimenta altos niveles de inconformidad con su imagen corporal, lo cual podría afectar su salud emocional, autoestima y calidad de vida.

El análisis inferencial realizado en esta investigación confirma que cada una de las dimensiones de la ARS: obsesión, falta de control personal, uso excesivo y adicción general, influyen de manera significativa con la ICA en mujeres universitarias del oriente peruano. Entre estas, la adicción general evidenció la mayor influencia, lo que pone en evidencia que no solo el uso excesivo, sino el vínculo psicológico y emocional con las RS, puede incidir de forma considerable en la representación mental que las estudiantes elaboran sobre su imagen corporal.

Referencias bibliográficas

- Alruwayshid, M. S., Alduraywish, S. A., Allafi, A. H., Alshuniefi, A. S., Alaraik, E. F., Alreshidi, F., Almughais, E., & Alruwayshid, N. S. (2021). The influence of social media on body dissatisfaction among college students. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 10(4), 1741–1746. https://doi.org/10.4103/jfmipc.jfmipc_1529_20
- Baccarella, C. V. (2018). Social media? It's serious! Understanding the dark side of social media. *European Management Journal*, 36(4), 431–438. <https://doi.org/10.1016/j.emj.2018.07.002>
- Balbuena, F. (2020). Imagen y apariencia del cuerpo humano en la obra psiquiátrica de Paul Schilder. *Intersubjetivo*, 14(1), 37–45. https://www.researchgate.net/publication/338432158_Imagen_y_apariencia_del_cuerpo_humano_en_la_obra_psiquiatrica_de_Paul_Schilder
- Bryson, G., & Orezza, G. (2024). *Asociación entre la adicción a redes sociales, la insatisfacción de la imagen corporal y el riesgo de trastornos alimentarios, en estudiantes de una universidad privada de Perú* [Tesis de pregrado, Universidad Científica del Sur]. <https://repositorio.cientifica.edu.pe/handle/20.500.12805/3392>
- Cano, M., Moreno, Y., Mosquera, D., Lopera, A. M., Muñoz, M. J., Ramírez, M. A., Molina, L. F., & Montoya, J. (2023). Relación entre redes sociales y la autoimagen o imagen corporal en los usuarios de redes sociales. In C. U. Adventista (Ed.), *Redes Sociales Atrapamiento o Conexión Emocional* (p. 24). [https://repository.unac.edu.co/bitstream/handle/11254/1218/LIBRO Redes Sociales Atrapamiento o Conexión Emocional.pdf?sequence=3&isAllowed=y#page=51](https://repository.unac.edu.co/bitstream/handle/11254/1218/LIBRO%20Redes%20Sociales%20Atrapamiento%20o%20Conexi%C3%B3n%20Emocional.pdf?sequence=3&isAllowed=y#page=51)
- Castellano, S., Rizzotto, A., Neri, S., Currenti, W., Guerrera, C. S., Pirrone, C., Coco, M., & Corrado, D. (2021). The Relationship between Body Dissatisfaction and Eating Disorder Symptoms in Young Women Aspiring Fashion Models: The Mediating Role of Stress. *Investig. Health Psychol. Educ*, 11(2), 607–615. <https://doi.org/10.3390/ejihpe11020043>
- Cerea, S., Doron, G., Manoli, T., Patania, F., Bottesi, G., & Ghisi, M. (2022). Cognitive training via a mobile application to reduce some forms of body dissatisfaction in young females at high-risk for body image disorders: A randomized controlled trial. *Body Image*, 42, 297–306. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.07.010>
- Cheng, C., Yan-ching, L., Chan, L., & Luk, J. W. (2021). Prevalence of social media addiction across 32 nations: Meta-analysis with subgroup analysis of

- classification schemes and cultural values. *Addictive Behaviors*, 117, 8. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106845>
- Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairbum, C. G. (1987). The development and validation of the body shape questionnaire. *Eating Disorders*, 6(4), 485–494. [https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/1098-108X\(198707\)6:4%3C485::AID-EAT2260060405%3E3.0.CO;2-O](https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/1098-108X(198707)6:4%3C485::AID-EAT2260060405%3E3.0.CO;2-O)
- Delgado-Rodríguez, R., Linares, R., & Moreno-Padilla, M. (2022). Social network addiction symptoms and body dissatisfaction in young women: exploring the mediating role of awareness of appearance pressure and internalization of the thin ideal. *Journal of Eating Disorders*, 10(117), 11. <https://link.springer.com/article/10.1186/s40337-022-00643-5>
- Di, C., Nerini, A., Policardo, G. R., & Matera, C. (2022). Predictors of Acceptance of Cosmetic Surgery: Instagram Images-Based Activities, Appearance Comparison and Body Dissatisfaction Among Women. *Aesthetic Plastic Surgery*, 46, 502–512. <https://link.springer.com/article/10.1007/s00266-021-02546-3>
- Eck, K. M., Quick, V., & Byrd-Bredbenner, C. (2022). Body Dissatisfaction, Eating Styles, Weight-Related Behaviors, and Health among Young Women in the United States. *Nutrients*, 14(18), 3876. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/nu14183876>
- Escurra, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, 20(1), 73–91. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
- Estrada, E. (2024). Insatisfacción corporal y los trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de una universidad privada: Un estudio correlacional. *Ayay-Arista, Guido Pujaico-Espino, Ricardo Yupanqui-Pino, Efraín*, 1(61), 626–635.
- Hao, M., Fang, Y., Yan, W., Gu, J., Hao, Y., & Wu, C. (2022). Relationship between body dissatisfaction, insufficient physical activity, and disordered eating behaviors among university students in southern China. *BMC Public Health*, 22(2054). <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12889-022-14515-9>
- He, Z., & Yang, W. (2022). Impulsiveness as potential moderators of the relation between social media dependence and eating disorders risk. *BMC Psychology*, 10(120), 7. <https://link.springer.com/article/10.1186/s40359-022-00830-8>
- Hernández - Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la*

investigación: las rutas: cuantitativa ,cualitativa y mixta (M. G. H. Educación (ed.)). <http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/1292>

Izquierdo-Cárdenas, S., & Caycho-Rodríguez, T. (2021). Insatisfacción corporal en mujeres universitarias: nuevas evidencias psicométricas del Body Shape Questionnaire de 14 ítems (BSQ-14). *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 21(2), 112–126. <https://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v21n2/1578-8423-cpd-21-2-112-126.pdf>

Jih-Hsin, T., Ming-Chun, C., Cheng-Ying, Y., Tsai-Yuan, C., & Yao-An, L. (2016). Personality traits, interpersonal relationships, online social support, and Facebook addiction. *Telematics and Informatics*, 33(1), 102–108. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.tele.2015.06.003>

Jiménez-Limas, K., Miranda-Barrera, V. A., Muñoz-Díaz, K. F., Novales-Huidobro, S. R., & Chico-Barba, G. (2022). Body Dissatisfaction, Distorted Body Image and Disordered Eating Behaviors in University Students: An Analysis from 2017–2022. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 19(18), 11482. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph191811482>

Pedalino, F., & Camerini, A.-L. (2022). Instagram Use and Body Dissatisfaction: The Mediating Role of Upward Social Comparison with Peers and Influencers among Young Females. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1543. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph19031543>

Rafati, F., Dehdashti, N., & Sadeghi, A. (2023). The relationship between instagram use and body dissatisfaction, drive for thinness, and internalization of beauty ideals: a correlational study of Iranian women. *Feminist Media Studies*, 23(2), 361–377. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/14680777.2021.1979065>

Ramos, C. (2020). Alcances de una investigación. *CienciaAmérica*, 9(3), 1–6. <https://doi.org/10.33210/ca.v9i3.336>

Relat, M. (2020). Introducción a la investigación básica. *British Journal of Cancer*, 1(1), 221–227. <http://www.revista.unam.mx/vol.7/num7/art55/int55.htm>

Rodríguez, M., & Mendivelso, F. (2018). Diseño de investigación de corte transversal. *Revista Médica Sanitas*, 21(3), 141–146. <https://revistas.unisanitas.edu.co/index.php/rms/article/view/368>

Rosenqvist, E., Konttinen, H., Berg, N., & Kiviruusu, O. (2024). Development of Body Dissatisfaction in Women and Men at Different Educational Levels During the Life Course. *International Journal of Behavioral Medicine*, 31, 718–729. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12529-023-10213-x>

- Vandenbosch, L., Fardouly, J., & Tiggemann, M. (2022). Social media and body image: Recent trends and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101289. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.12.002>
- Vargas, Y. N., & Gaibor, I. A. (2024). Insatisfacción corporal y dependencia emocional en estudiantes universitarios. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 6(7), 128–137. <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v6i7.1312>
- Vieira, C. M., & Manzanares, E. L. (2022). Adicción a las redes sociales y soledad en estudiantes universitarios limeños. *Informaciónpsicología*, 123, 2–14. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/96432213/01-REV_123-_1926_ok.pdf_filename_UTF-801-REV_123-_1926_ok-libre.pdf?1672156969=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DAdiccion_a_las_redes_sociales_y_sol edad.pdf&Expires=1743001486&Signature=XFIhv
- Yacila, A., & Atarama, A. (2024). *Adicción a redes sociales y satisfacción con la imagen corporal en alumnas de una universidad privada de Lima*. Tesis de pregrado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.
- Yang, F., Qi, L., Liu, S., Hu, W., Cao, Q., Liu, Y., Tang, M., Lv, Z., Zhou, Z., & Yang, Y. (2022). Body Dissatisfaction and Disordered Eating Behaviors: The Mediation Role of Smartphone Addiction and Depression. *Nutrients*, 14(6), 1281. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/nu14061281>

Anexos

Anexo 1: Sumisión de artículo

CARTA DE ACEPTACIÓN

Date: 2026-01-20

Autor(s): Cristina Granados Espinoza, Nayeli Jasmin Pérez Santos, Jesenia Elizabeth Huamán Ramos, Karen Culqui Rojas

Title: Influencia de la adicción a las redes sociales en la insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente peruano, 2025

Estimado autor(s), felicitades su artículo científico ha sido aceptado para publicación luego de una revisión por pares ciegos en *Perspectiva XXI*, página web <https://perspectivaxxi.com/> ISSN: 3103-151X en Publicación continua Vol 4. Núm. 1 (2026). Las decisiones y acciones del Consejo Editorial se basan en principios éticos basados en la creencia de que las revistas científicas y los editores deben seguir los últimos avances de las revistas científicas.

Perspectiva XXI es una revista científica de acceso abierto con revisión doble ciego (pares ciegos) su principal propósito es diseminar los hallazgos de investigaciones en áreas multidisciplinarias. Dirigida a un público compuesto por docentes, investigadores, estudiantes y profesionales interesados en la investigación científica donde se evalúa la calidad y la relevancia de cada contribución.

Saludos.

Editor en Jefe
Ing. Mg.
Darwin Pico



Dialnet

MIAR



Crossref



WhatsApp: +593999212518

revistaperspectivaxxi@gmail.com

Anexo 2: Resolución de designación de dictaminadores



"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA"

RESOLUCIÓN N° 0194-T-2025/UPeU-FCS-CF

Naña, Lima, 02 de setiembre de 2025

VISTO:

El expediente de los(las) bachilleres **CRISTINA GRANADOS ESPINOZA**, identificado(a) con Código Universitario N° 201711766 y **NAYELI JASMIN PEREZ SANTO**, identificado(a) con Código Universitario N° 202012071, de la Carrera Profesional de Psicología, de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Peruana Unión,

CONSIDERANDO:

Que la Universidad Peruana Unión tiene autonomía académica, administrativa y normativa, dentro del ámbito establecido por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad;

Que la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, mediante sus reglamentos académicos y administrativos, ha establecido las formas y procedimientos para la designación del Comité Dictaminador del artículo científico;

Que los(las) bachilleres **CRISTINA GRANADOS ESPINOZA** y **NAYELI JASMIN PEREZ SANTO**, han concluido el desarrollo del trabajo de investigación, redactado su artículo científico con la opinión favorable de su asesor y solicita la designación del Comité Dictaminador respectivo;

Estando a lo acordado en la sesión del Consejo de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, celebrada el 02 de setiembre de 2025, y en aplicación del Estatuto y Reglamento General de Investigación de la Universidad;

SE RESUELVE:

Designar el Comité Dictaminador encargado de administrar el proceso de dictamen correspondiente a la tesis en formato artículo, presentado por los(las) bachilleres, otorgándoles un plazo máximo de diez (10) días hábiles, posterior a la fecha de recepción de la presente resolución, para emitir el dictamen respectivo a través de la plataforma oficial, como sigue:

Tesistas	Código	Título	Asesor	Dictaminadores
Bach. Cristina Granados Espinoza.	201711766	"Influencia de la adicción a las redes sociales en la insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente peruano, 2025"	Mtra. Jesenia Elizabeth Huamán Ramos	Mg. Rosa Mercedes Ramirez Guerra.
Bach. Nayeli Jasmin Perez Santo.	202012071			Mtra Sara Elizabeth Orbeagozo Fasanando.

Regístrese, comuníquese y archívese.



Alifz
Dra. Lili Albertina Fernández Molocho
DECANA



EVO
Dra. María Esther Valencia Orrillo
SECRETARIA ACADÉMICA

A
V

Anexo 3: Carta de aprobación de comité de ética

 **UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN** **VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN**

"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA"

Tarapoto, 07 de julio de 2025.

OFICIO N° 012-2025-UNSM/VRINV

Señora:
Mg. JANIA ELIZABETH JAIMES SONCCO
Coordinadora de la Escuela Profesional de Psicología – CT
Universidad Peruana Union

Presente. –

ASUNTO : Aceptación para aplicación de instrumentos de investigación de tesis de pregrado, en la Universidad Nacional de San Martín.

Ref. CARTA N° 302-2025/UPeU-CT- EP.PSIC
CARTA CIRCULAR N° 000012-2025-UNSM/VRINV

De mi especial consideración

Mediante la presente, me dirijo a usted para saludarle cordialmente a nombre de la Universidad Nacional de San Martín, y del equipo del Vicerrectorado de Investigación que me honro en representar, y al mismo tiempo en atención al documento de referencia, se da a conocer la aceptación para aplicar los instrumentos de investigación titulada "Influencia de la adicción a las redes sociales en la insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente peruano, 2025" a cargo de las Bachilleres de la Universidad Peruana Union: señoritas Cristina Granados Espinoza con DNI 74568122 y Nayeli Jasmín Pérez Santos con DNI 75352890; como parte de su requisito para optar el título profesional en Psicología.

Asimismo, nos comprometemos en brindar las facilidades a las tesis para el ingreso a las aulas de clases de la Universidad Nacional de San Martín, con la finalidad que realicen su encuesta presencial en las Facultades de la UNSM

Esperando haber cumplido con lo solicitado, me suscribo de usted.

Atentamente 

 **Dra. DHPNE VIENA OLIVEIRA**
Vicerrector de Investigación
Universidad Nacional de San Martín



LOCAL CENTRAL
Jr. Maynas N° 177 – Tarapoto, Perú
+51 (042) 48 0107
vicerrectoriainvestigacion@unsm.edu.pe
<https://unsm.edu.pe/>



Lima, Ñaña, 22 de abril de 2025

EL COMITÉ DE ÉTICA Y BIOÉTICA DE INVESTIGACIÓN DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LASALUD

CONSTA

Que el proyecto de investigación de **Cristina Granados Espinoza**, identificada con DNI No. **74568122**, **Nayeli Jasmin Pérez Santos**, identificada con DNI No. **75352890** y su asesor(a) el **Mtra. Jesenia Elizabeth Huamán Ramos**, identificado(a) con DNI No. **73485003**, con el título: **"Influencia de la adicción a las redes sociales en la insatisfacción corporal de mujeres universitarias del oriente peruano, 2025"**, fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética y Bioética de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud; considerando su calidad científica, bienestar de los participantes, y en conformidad con los estándares éticos establecidas en el Código de ética para la Investigación de la Universidad Peruana Unión (CoEIn - UPeU).

Para mantener la aprobación del Comité de Ética y Bioética, se tiene que cumplir con los siguientes requisitos:

1. Cada participante debe dar su consentimiento informado. Los menores de edad deben registrar su asentimiento informado bajo el consentimiento de uno de sus padres o tutores legales, en caso de trabajos prospectivos. En caso de trabajos retrospectivos, se debe contar con la carta de autorización de la institución para el uso de los datos, si no es de acceso público.

Los resultados de este proyecto puedan ser publicados con referencia a aprobación Número **2025-CEB-FCS-UPeU-070**

Fecha de aprobación: 2025-04-22
Fecha de expiración: 2026-04-22



Dgo. José Luis Yareta Yareta
Presidente
Comité de Ética y Bioética - FCS



Dgo. Rita Cordova Soncco
Secretaria
Comité de Ética y Bioética - FCS

Villa Unión – Ñaña, altura Km. 19 de la Carretera Central, Lurigancho-CHOSICA, Lima 15, Perú
Teléfono (01) 618-6300 Fax: 6186339 Casilla 3564 Web: www.upeu.edu.pe Email: universidadperuanaunion@upeu.edu.pe

Anexo 4: Instrumentos

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS)

Reciba un cordial saludo de Cristina Granados Espinoza y Nayeli Pérez Santos; egresadas de la Escuela Profesional de Psicología, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión. Esta encuesta tiene como propósito a investigar la Influencia de la adicción a las redes sociales sobre la insatisfacción corporal en mujeres. La información que usted provea será utilizada solo con fines de investigación y, por lo tanto, los datos serán tratados con la más estricta confidencialidad. Su participación es muy valiosa, pero es totalmente voluntaria y no será obligatorio llenar la encuesta si así lo desea. Si decide participar en este estudio, por favor responda el cuestionario, asimismo puede dejar de llenarlo en cualquier momento, si así lo decide.

He leído los párrafos anteriores y reconozco que al llenar y entregar este cuestionario estoy dando mi consentimiento para participar en este estudio.

Acepto ()

Datos sociodemográficos

Edad: _____

El número debe estar comprendido entre 18 y 30 años

Estado civil:

Soltera ()

Casada ()

Conviviente ()

Viuda ()

Divorciada ()

Nacionalidad

Peruana ()

Otra ()

¿A qué área profesional pertenece la carrera que usted está estudiando actualmente?

Educación ()

Humanidades y Artes ()

Ciencias Sociales, Comerciales y Derecho ()

Ciencias Naturales, Exactas y de la Computación ()

Ingeniería, Industria y Construcción ()

Agropecuaria y Veterinaria ()

Ciencias de la Salud ()

Universidad (este dato tiene propósitos clasificatorios y no será revelado en el informe final)

Universidad Peruana Unión ()

Universidad César Vallejo ()

Universidad Nacional de San Martín ()

Tipo de universidad

Publica ()

Privada ()

Departamento de procedencia

Escala ARS

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre

N° Ítems	Descripción	Respuestas				
		1	2	3	4	5
01	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
02	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
03	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
04	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales					

05	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
06	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
07	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
08	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
09	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales					
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

¡Gracias por su participación!

Body Shape Questionnaire de 14 ítems (BSQ-14)

Nos gustaría saber cómo te has sentido respecto a tu figura en las últimas CUATRO SEMANAS. Por favor lee cada pregunta y marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace. Recuerda que no hay respuesta correcta o incorrecta, sólo ubica lo que esté más de acuerdo con tu experiencia y no olvides responder a todas las afirmaciones.

Nunca	Raramente	A veces	A menudo	Muy a menudo	Siempre
1	2	3	4	5	6

N° Ítems	Descripción	Respuestas					
		1	2	3	4	5	6
01	¿Te has preocupado tanto por tu figura que has pensado que tendrías que ponerte a dieta?						
02	Estar con chicas delgadas ¿te ha hecho fijarte en tu figura?						
03	Al fijarte en la figura de otras chicas ¿la has comparado con la tuya desfavorablemente?						
04	Estar desnuda (por ej. cuando te bañas) ¿te ha hecho sentir gorda?						
05	Comer dulces, pasteles u otros alimentos con muchas calorías ¿te ha hecho sentir gorda?						
06	¿Te has sentido excesivamente gorda o redondeada?						
07	¿Te has sentido avergonzada de tu cuerpo?						
08	Preocuparte por tu figura ¿te ha hecho ponerte a dieta?						
09	¿Has pensado que la figura que tienes es debido a tu falta de control?						
10	¿Te has preocupado que otra gente vea rollitos alrededor de tu cintura o tu estómago?						
11	¿Has pensado que no es justo que otras chicas sean más delgadas que tú?						
12	Verte reflejada en un espejo o en un aparador ¿te ha hecho sentirte mal con tu figura?						
13	¿Te has fijado más en tu figura estando en compañía de otras personas?						
14	La preocupación por tu figura ¿te ha hecho pensar que deberías hacer ejercicio?						

¡Gracias por su participación!