

Articulo influencia de las redes sociales en la satisfacción..docx

 Universidad Peruana Union

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::29566:546626130

Fecha de entrega

15 ene 2026, 9:38 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

15 ene 2026, 9:43 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

Articulo influencia de las redes sociales en la satisfacción..docx

Tamaño del archivo

2.7 MB

47 páginas

8962 palabras

51.710 caracteres

15% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Coincidencias menores (menos de 12 palabras)

Fuentes principales

- 10%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 12%  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

- 10%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 12%  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	2%
2	Trabajos entregados	Universidad TecMilenio on 2025-11-15	1%
3	Internet	repositorio.upeu.edu.pe:8080	<1%
4	Trabajos entregados	UNIV DE LAS AMERICAS on 2025-03-12	<1%
5	Internet	rest-dspace.ucuenca.edu.ec	<1%
6	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
7	Trabajos entregados	Universidad Tecnologica del Peru on 2025-12-31	<1%
8	Internet	hdl.handle.net	<1%
9	Trabajos entregados	Universidad Francisco de Vitoria on 2024-05-29	<1%
10	Publicación	Chambi Quecara, Valerio Palacios. "Tecnologías de la información, comunicación ...	<1%
11	Internet	repositorio.ucsg.edu.ec	<1%

12	Trabajos entregados	Universidad de Salamanca on 2025-05-18	<1%
13	Trabajos entregados	Universidad Privada Antenor Orrego 2025 on 2025-07-20	<1%
14	Trabajos entregados	FUNIBER on 2025-09-20	<1%
15	Trabajos entregados	PREGRADO on 2025-10-30	<1%
16	Internet	repositorio.uct.edu.pe	<1%
17	Trabajos entregados	PREGRADO on 2025-10-30	<1%
18	Trabajos entregados	UNIBA on 2025-12-02	<1%
19	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2025-11-13	<1%
20	Trabajos entregados	Universidad San Ignacio de Loyola on 2024-09-18	<1%
21	Trabajos entregados	Universidad de Ciencias y Humanidades on 2024-12-07	<1%
22	Trabajos entregados	Instituto Reyna de las Américas on 2025-12-06	<1%
23	Trabajos entregados	Universidad Católica San Pablo on 2021-12-01	<1%
24	Trabajos entregados	Universidad Internacional de la Rioja on 2025-06-10	<1%
25	Trabajos entregados	Universidad Ricardo Palma on 2025-07-07	<1%

26	Trabajos entregados	Universidad Tecnológica de los Andes on 2023-11-23	<1%
27	Trabajos entregados	Universidad Tecnológica del Peru on 2025-12-05	<1%
28	Internet	repositorio.ucss.edu.pe	<1%
29	Trabajos entregados	Universidad Católica San Pablo on 2022-12-03	<1%
30	Trabajos entregados	Universidad Internacional Isabel I de Castilla on 2025-06-12	<1%
31	Trabajos entregados	Universidad Nacional Federico Villarreal on 2025-03-20	<1%
32	Trabajos entregados	Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas on 2024-06-06	<1%
33	Trabajos entregados	Universidad Privada del Norte on 2025-12-16	<1%
34	Trabajos entregados	Universidad Tecnológica del Peru on 2025-11-29	<1%
35	Internet	core.ac.uk	<1%
36	Internet	revistas.udh.edu.pe	<1%
37	Internet	www.aedem-virtual.com	<1%
38	Trabajos entregados	Corporación Universitaria del Caribe on 2024-06-04	<1%
39	Trabajos entregados	Institución Universitaria Tecnológico de Antioquia on 2024-04-16	<1%

40	Trabajos entregados	Pontificia Universidad Catolica del Ecuador - PUCE on 2025-07-16	<1%
41	Trabajos entregados	Universidad Francisco de Vitoria on 2025-01-13	<1%
42	Trabajos entregados	Universidad Nacional Federico Villarreal on 2025-03-17	<1%
43	Internet	dspace.ups.edu.ec	<1%
44	Internet	moam.info	<1%
45	Internet	repositorio.ulima.edu.pe	<1%
46	Internet	repositorioacademico.upc.edu.pe	<1%
47	Internet	riucv.ucv.es	<1%
48	Internet	riull.ull.es	<1%
49	Internet	www.scribd.com	<1%

1

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD****Escuela Profesional de Psicología****Influencia de las redes sociales en la satisfacción con la imagen corporal y sentido de vida en mujeres de la provincia de San Martín.**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo(a)

Por:

Patricia Samantha Quispe Rodas

Danna Melanie Panduro Torres

Daphne Almendra Bartra Vela

Asesor:

Mg. María Angelica Aponte Olaya

Tarapoto, enero de 2026

3

Declaración jurada de originalidad de tesis

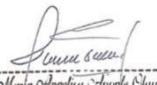
Yo María Angelica Aponte Olaya, docente de la Facultad de ciencias de la salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: "Influencia de las redes sociales en la satisfacción con la imagen corporal y sentido de vida en mujeres de la provincia de San Martín" de los autores Daphne Almendra Bartra Vela, Danna Melanie Panduro Torres y Patricia Samantha Quispe Rodas, 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.

1

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 30 días del mes de diciembre del año 2025.


María Angelica Aponte Olaya
LIC. PSICOLOGÍA
C.Ps.P. 20819

Mg. Maria Angelica Aponte Olaya

Acta de sustentación de tesis

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En San Martín, Tarapoto, Morales, a 11 día(s) del mes de diciembre del año 2025, horas 14:00, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Tarapoto, bajo la dirección del (de la) presidente(a)

Mtro. Don Eusebio Sáenz Gaspar, el (la) secretario(a) Mtro. Calisto Tapallima Mori y los demás miembros Mtra. Carmen Elena Sanchez Del Aguila y el (la) asesor(a) Mtra. Maria Angelica Aponte Olaya

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado "Influencia de los roles sociales en la satisfacción con la imagen corporal y sentido de vida en mujeres de la provincia de San Martín"

- de los (las) bachilleres:
- a) Daphne Almendra Bartra Vela
 - b) Danna Melanie Panduro Torres
 - c) Patricia Samantha Quispe Rodas

conducente a la obtención del título profesional de: Psicóloga (Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a) Daphne Almendra Bartra Vela

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	18	A-	Muy Bueno	Sobresaliente

Bachiller (b) Danna Melanie Panduro Torres

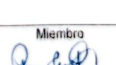
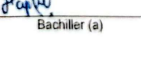
CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	18	A-	Muy Bueno	Sobresaliente

Bachiller (c) Patricia Samantha Quispe Rodas

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	18	A-	Muy Bueno	Sobresaliente

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y conducir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.


 Presidente
 
 Secretario(a)
 
 Asesor(a)
 
 Miembro
 
 Miembro
 
 Bachiller (a)
 
 Bachiller (b)
 
 Bachiller (c)

Agradecimiento

En primer lugar, expresamos nuestro agradecimiento a Dios por concedernos bienestar, fortaleza y discernimiento durante todo nuestro proceso de formación profesional.

Manifestamos nuestro reconocimiento a la Universidad Peruana Unión y a la Escuela Profesional de Psicología por la educación brindada y por fomentar el desarrollo de la investigación científica.

De manera particular, extendemos nuestro agradecimiento a nuestro(a) asesor(a) de tesis por su guía permanente, acompañamiento y aportes significativos, los cuales fueron esenciales para la realización del presente trabajo.

Asimismo, agradecemos a las mujeres que participaron de forma voluntaria en la investigación, por su colaboración y sinceridad al proporcionar la información necesaria para el desarrollo del estudio.

Finalmente, expresamos nuestro agradecimiento a nuestras familias y personas cercanas por su apoyo constante, comprensión y motivación a lo largo de este proceso académico.

49

Dedicatoria

Este trabajo está dedicado, en primer lugar, a Dios, por brindarnos dirección y fortaleza en cada etapa de nuestra formación profesional.

A nuestras familias, por su apoyo constante, cariño y confianza, los cuales han sido fundamentales para el logro de nuestras metas académicas y personales.

A todas aquellas personas que, de diversas maneras, nos ofrecieron su acompañamiento y palabras de ánimo durante el desarrollo de la presente investigación.

Finalmente, dedicamos este logro a nosotras mismas, en reconocimiento al esfuerzo, la perseverancia y el compromiso asumidos para culminar satisfactoriamente esta etapa profesional.

Tabla de contenidos

23	Influencia de las redes sociales en la satisfacción con la imagen corporal y sentido de vida en mujeres de la provincia de San Martín.....	1
1	Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo(a)	1
	Declaración jurada de originalidad de tesis	2
	Acta de sustentación de tesis	3
	Agradecimiento	4
	Dedicatoria.....	5
	Tabla de contenidos	6
43	Introducción	10
	1.1 Justificación	10
	1.2 Estado del Arte.....	13
	Objetivos.....	16
	Metodología.....	16
	Diseño	16
	3.5 Análisis de los datos	20
	3.6 Aspectos éticos	21
	Resultados.....	21
	Discusión	26
	Referencias	32

Anexo A: Consentimiento informado.....	38
Anexo B: Instrumentos de Recolección de Datos.....	39
Anexo C Matriz de operacionalización de variables	45

“Influencia de las redes sociales en la satisfacción con la imagen corporal y sentido de vida en mujeres de la provincia de San Martín”

“Influence of Social Media on Body Image Satisfaction and Meaning in Life among Women from the Province of San Martín”

Daphne Bartra^{1*}, Danna Panduro², Samantha Quispe³, Angelica Aponte⁴

Escuela Profesional de Psicología, Universidad Peruana Unión, Tarapoto, Perú

Resumen

En el presente estudio se planteó como objetivo determinar la influencia entre la adicción a las redes sociales, la satisfacción con la imagen corporal y el sentido de vida en mujeres de la provincia de San Martín. Se desarrolló una investigación básica, cuantitativa, con diseño no experimental, transversal y alcance correlacional–predictivo, con una muestra de 699 mujeres entre 18 y 25 años, seleccionadas mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Se aplicaron tres instrumentos estandarizados: la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS), el Body Shape Questionnaire (BSQ-14) y el Meaning in Life Questionnaire (MLQ). Los resultados evidenciaron que la insatisfacción corporal influyó en la adicción a las redes sociales ($\beta=0.560$, $p<.001$), indicando que una percepción negativa del cuerpo incrementa el uso de redes, posiblemente como medio de validación social. Asimismo, se encontró una relación negativa y significativa entre la adicción a redes y el sentido de vida ($p<.001$), sugiriendo que el uso excesivo de plataformas digitales podría disminuir la reflexión existencial. No se halló relación significativa entre la insatisfacción corporal y el sentido de vida, lo que sugiere independencia entre ambas variables. En conclusión, las redes sociales potencian la preocupación por la autoimagen, pero debilitan la construcción de un propósito vital auténtico.

Palabras clave: adicción a redes sociales, satisfacción con la imagen corporal, sentido de vida, mujeres universitarias, bienestar digital.

Abstract

The present study aimed to determine the influence among social media addiction, body image satisfaction, and meaning in life among women from the province of San Martín. A basic quantitative research design was employed, with a non-experimental, cross-sectional, and correlational–predictive approach. The sample consisted of 699 women aged between 18 and 25 years, selected through non-probabilistic convenience sampling. Three standardized instruments were administered: the Social Media Addiction

Scale (ARS), the Body Shape Questionnaire (BSQ-14), and the Meaning in Life Questionnaire (MLQ). The results showed that body image dissatisfaction significantly influenced social media addiction ($\beta = 0.560$, $p < .001$), indicating that a negative perception of one's body increases social media use, possibly as a means of seeking social validation. Additionally, a negative and significant relationship was found between social media addiction and meaning in life ($p < .001$), suggesting that excessive use of digital platforms may reduce existential reflection. No significant relationship was found between body image dissatisfaction and meaning in life, indicating independence between both variables. In conclusion, social media intensifies concerns about self-image while weakening the development of an authentic sense of life purpose.

Keywords: *social media addiction, body image satisfaction, meaning in life, university women, digital wellbeing.*

Introducción

1.1 Justificación

21 A nivel internacional, diversas investigaciones han demostrado que el uso frecuente de las redes sociales puede influir de manera significativa en la percepción corporal y en el bienestar emocional de los jóvenes. En particular, las plataformas centradas en contenidos visuales tienden a intensificar las comparaciones con ideales estéticos poco realistas, lo que incrementa la insatisfacción con la propia imagen, especialmente en mujeres jóvenes. Este fenómeno no se limita únicamente a la autoimagen, sino que también repercute en dimensiones más amplias del bienestar psicológico, como el sentido de vida. Cuando la interacción en redes se orienta principalmente a la búsqueda de aprobación externa o a la comparación constante con estándares inalcanzables, la autovaloración y el juicio personal pueden verse afectados de forma negativa. Aunque la magnitud de estos efectos varía entre estudios, la evidencia coincide en que el consumo indiscriminado de contenidos relacionados con la apariencia física puede deteriorar progresivamente la salud emocional y la valoración personal (Camacho-Vidal et al., 2023; Jiaqing et al., 2023; Karam et al., 2023; Marciano et al., 2024).

9 4 En esta misma línea, Bilal et al. (2021) y Masotti et al. (2024) identificaron que un uso elevado de redes sociales se asocia con problemas de autopercepción en adolescentes de Italia y Pakistán, siendo estos efectos más pronunciados en quienes no realizan actividad física, lo que sugiere que el sedentarismo puede intensificar la insatisfacción corporal. De manera similar, González et al. (2021) hallaron que la adicción a internet en adolescentes mexicanos se relaciona con niveles reducidos de autoestima y con un sentido de vida menos definido, lo cual puede contribuir a una percepción negativa del propio cuerpo.

4

Asimismo, investigaciones desarrolladas en España y en universidades latinoamericanas confirman que el uso problemático de redes sociales guarda relación con mayores niveles de ansiedad, soledad y síntomas depresivos en mujeres jóvenes. Además, la exposición frecuente a imágenes digitalmente modificadas favorece la comparación constante y afecta la forma en que las personas se perciben a sí mismas (Góngora, 2023; Vieira et al., 2022). Estos resultados coinciden con los hallazgos de Frias-Jorquera y Serrano-García (2024), quienes evidencian una asociación entre el uso intensivo de medios virtuales de interacción, un autoconcepto deteriorado y la adopción de prácticas perjudiciales en adolescentes sudamericanos. En conjunto, estas evidencias resaltan la necesidad de diseñar intervenciones preventivas que fomenten un uso responsable y equilibrado de las redes sociales a nivel global.

48

2

En los últimos años, diversos estudios también han explorado la relación entre el uso problemático de redes sociales y el sentido de vida en jóvenes y adolescentes. Los resultados indican que aquellas personas que cuentan con un mayor propósito vital y desarrollan actitudes de compasión tienden a presentar una menor dependencia de estas plataformas, lo que sugiere que el sentido de vida puede actuar como un factor protector frente a conductas adictivas. Además, se ha observado que actividades como la lectura contribuyen al fortalecimiento de este sentido vital, reduciendo la necesidad de recurrir de manera constante a las redes sociales (Sezgin et al., 2024).

2

En el ámbito nacional, distintas investigaciones evidencian una relación significativa entre el uso intensivo de redes sociales y el deterioro de la salud mental y la autoimagen en jóvenes y adolescentes peruanos. Otero-Carrillo et al. (2023) y Maguiña-Ballón y Chávez-Somoza (2024) señalan que los niveles elevados de comportamiento compulsivo hacia estas plataformas se asocian con síntomas de intranquilidad, malestar emocional

y alteraciones en la calidad del sueño, tanto en estudiantes universitarios de carreras de salud como en adolescentes de Lima. Estos hallazgos refuerzan la necesidad de implementar estrategias protectoras orientadas a promover un uso equilibrado de los medios de interacción social. De forma concordante, Yovera (2023) reporta que el uso compulsivo de redes sociales en adolescentes de Trujillo se vincula con dificultades en el autocontrol y un bajo rendimiento académico, lo que subraya la urgencia de intervenciones educativas y preventivas.

36

Por otro lado, Sandoval-Correa y Buelot-Becerra (2024) evidencian que la adicción a las redes sociales en adolescentes de instituciones educativas estatales del Perú está influenciada por factores como la autonomía personal, lo que sugiere que el entorno familiar y las dinámicas de crianza desempeñan un papel relevante en este comportamiento. De manera complementaria, la investigación de Vieira et al. (2022) en estudiantes universitarios limeños encontró que el comportamiento compulsivo en plataformas de interacción online se relaciona, aunque de forma moderada, con sentimientos de soledad, afectando negativamente el bienestar psicológico.

39

En términos generales, el uso compulsivo de los medios digitales impacta de manera negativa en la percepción corporal y la autoestima de los jóvenes, además de influir en su bienestar psicológico y en la construcción de la identidad personal. Estos efectos tienden a intensificarse cuando no existe un sentido claro de propósito vital, lo que incrementa la dependencia de la validación externa. Por ello, resulta fundamental promover estrategias que no solo regulen el uso de las redes sociales, sino que también fortalezcan la autoestima y el sentido de vida, contribuyendo a que los jóvenes desarrollen una relación más saludable con su imagen corporal y su bienestar emocional.

1.2 Estado del Arte

4

Diversas investigaciones a nivel internacional han demostrado que el uso intensivo de las redes sociales puede influir significativamente en la forma en que los jóvenes perciben su cuerpo y en su bienestar emocional. Especialmente, las plataformas con un fuerte énfasis en lo visual suelen fomentar comparaciones con estándares de belleza irreales, lo que incrementa la insatisfacción corporal, principalmente en mujeres jóvenes.

Este fenómeno no se limita únicamente a la autoimagen, sino que también puede extenderse a dimensiones más amplias del bienestar psicológico, como el sentido de vida. Cuando el uso de las redes sociales se orienta hacia la búsqueda permanente de aprobación externa o la comparación con estándares inalcanzables, es frecuente que se vea afectada de manera negativa la autovaloración y la percepción que la persona construye de sí misma. Aunque la intensidad de estos efectos difiere entre las investigaciones, existe una tendencia consistente que señala que la exposición constante a contenidos digitales centrados en la apariencia física puede perjudicar de forma gradual la salud emocional y la valoración personal (Camacho-Vidal et al., 2023; Jiaqing et al., 2023; Karam et al., 2023; Marciano et al., 2024).

9

De forma similar, Bilal et al. (2021) & Masotti et al. (2024) encontraron que los altos niveles de uso de redes sociales están asociados con problemas de autopercepción en adolescentes de Italia y Pakistán, siendo más intensos en aquellos que no participan en actividades físicas, lo cual sugiere que la falta de ejercicio agrava la insatisfacción corporal. De igual manera, González et al. (2021) identificaron que la adicción a internet en adolescentes mexicanos se asocia con una menor autoestima y un sentido de vida más difuso, lo que podría influir en una percepción negativa del propio cuerpo.

4

Además, estudios como los de Góngora (2023) en España y Vieira et al. (2022) en universidades latinoamericanas confirman que el uso problemático de redes sociales se correlaciona con altos niveles de ansiedad, soledad y síntomas depresivos en mujeres jóvenes, mientras que el acceso a imágenes alteradas digitalmente promueve la comparación constante y afecta la autopercepción. Estos hallazgos, en conjunto con los de Frias-Jorquera & Serrano-García (2024), quienes manifiestan un vínculo entre el empleo de medios virtuales de interacción, autoconcepto deteriorado y prácticas nocivas en adolescentes de la región sudamericana, subrayan la relevancia de desarrollar intervenciones preventivas que promuevan un uso consciente y equilibrado de estas plataformas a nivel global.

2

Durante los últimos años, distintos estudios han abordado la asociación entre el uso problemático de las redes sociales y el sentido de vida en jóvenes y adolescentes. Los resultados apuntan a que las personas con un mayor nivel de propósito y compasión tienden a mostrar una menor dependencia de estas plataformas. Esto sugiere que encontrar un significado en la propia vida puede actuar como un factor protector frente a conductas adictivas. Además, se ha visto que actividades como la lectura pueden reforzar ese sentido vital, ayudando a reducir la necesidad de recurrir constantemente a las redes sociales (Sezgin et al., 2024).

2

En el contexto nacional, diversos estudios destacan la relación entre el uso intensivo de redes sociales y el impacto negativo en la salud mental y la autoimagen, particularmente entre jóvenes y adolescentes peruanos. Otero-Carrillo et al. (2023) y Maguiña-Ballón & Chávez-Somoza (2024) determinan que el nivel significativo de comportamiento compulsivo hacia estas aplicaciones se relaciona con indicadores de

intranquilidad, abatimiento emocional y calidad deficiente del sueño en futuros profesionales de la salud y adolescentes limeños, destacando la necesidad de crear enfoques protectivos centrados en la utilización balanceada de medios de conexión social. Estos resultados coinciden con hallazgos de Yovera (2023), quien reporta que la prevalencia del uso compulsivo de redes en adolescentes de Trujillo genera problemas de autocontrol y afecta su desempeño académico, lo que refuerza la urgencia de intervenciones educativas y preventivas.

Asimismo, estudios como los de Sandoval-Correa & Buelot-Becerra (2024) demuestran que la adicción a las redes sociales en adolescentes peruanos de instituciones educativas estatales está influenciada por factores como la autonomía, lo que sugiere que las dinámicas familiares desempeñan también un rol en este comportamiento.

La investigación de Vieira et al. (2022) en estudiantes universitarios limeños respaldan estos hallazgos al encontrar que el comportamiento compulsivo en canales de interacción online se correlaciona, aunque de forma moderada, con sentimientos de soledad, lo cual afecta negativamente en el bienestar psicológico.

En términos generales, la interacción compulsiva en medios digitales impacta negativamente en la percepción del cuerpo y la autoestima de los jóvenes, además de influir en su bienestar psicológico y en la conformación de la identidad personal., especialmente cuando carecen de un sentido claro de propósito en la vida, lo que puede llevarlos a depender aún más de la validación externa, por lo que es fundamental impulsar estrategias que no solo regulen el uso de redes sociales, sino que también fortalezcan la

autoestima y el sentido de propósito, ayudando a los jóvenes a construir una relación más positiva con su imagen y bienestar.

8

Objetivos

Objetivo general: Determinar la capacidad predictiva de la adicción a las redes sociales y la satisfacción con la imagen corporal sobre el sentido de vida, así como la influencia existente entre estas variables, en mujeres de la provincia de San Martín.

5

O1: Analizar la influencia entre la adicción a las redes sociales con la satisfacción con la imagen corporal en mujeres de la provincia de San Martín.

27

O2: Examinar cómo la adicción a las redes sociales se vincula con el sentido de vida en mujeres de la provincia de San Martín.

O3: Evaluar la influencia entre la satisfacción con la imagen corporal con el sentido de vida en mujeres de la provincia de San Martín.

Metodología

Diseño.

El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, orientado a examinar de forma objetiva la influencia y el poder predictivo entre las variables, a partir del análisis de datos susceptibles de medición. Se enmarca dentro de una investigación no experimental, ya que las variables fueron observadas en su contexto natural sin ningún tipo de intervención; de corte transversal, debido a que la recolección de información se llevó a cabo en un solo momento; y de alcance correlacional y predictivo, al analizar tanto la relación existente como la capacidad de la adicción a las redes sociales y la satisfacción con la imagen corporal para explicar la variabilidad del sentido de vida y de la percepción corporal en la muestra estudiada (Arispe et al., 2020; Castro et al., 2020).

8

5

Asimismo, la investigación corresponde a un estudio de tipo básico, cuyo propósito fue profundizar en el conocimiento teórico acerca de la relación entre las variables de interés, sin aplicar procedimientos de manipulación experimental. El diseño metodológico

permitió recolectar información específica de la población femenina de la provincia de San Martín, lo que facilitó la identificación de patrones, asociaciones y efectos predictivos entre las variables analizadas.

3.2 Participantes.

Mediante un muestreo no probabilístico (Arias & Covinos, 2021) la muestra estuvo conformada por 699 participantes como se observa en la tabla 1, se excluyeron a aquellos que no respondieron la totalidad de las encuestas, aquellas estudiantes universitarias que no se encontraban en el rango de edad entre 18-25 años, que no cuenten con acceso a internet y que no se encontraron en la provincia por pasantías internacionales.

Tabla
Características demográficas de los participantes

1

Variables	Categorías	Frecuenci	Porcentaj
		a	e
Sexo	Femenino	699	100%
	Masculino	0	0%
Edad	18 a 20 años	220	35%
	21 a 22 años	290	38%
	23 a 24 años	140	21%
	>25 años	49	7%
¿Cuenta con acceso ilimitado a internet?	Sí cuento	699	100%

Commented [C1]: 3.2. Participantes
Plantear en este punto la tabla descriptiva de características de los participantes para su descripción.
Describe objetivamente los criterios de selección (criterios de inclusión y exclusión)

3.3 Instrumento.

Para la evaluación de la adicción a las redes sociales se utilizó la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS), elaborada por Ecurra y Salas (2014). Este instrumento está conformado por 24 ítems distribuidos en tres dimensiones: obsesión, falta de control

personal y uso excesivo. Las respuestas se registran mediante una escala tipo Likert de cinco categorías, que van desde 0 (nunca) hasta 4 (siempre). En cuanto a sus propiedades psicométricas, la escala presenta adecuada validez de constructo, evidenciada a través de un análisis factorial exploratorio, con un índice Kaiser-Meyer-Olkin de 0.95 y una prueba de esfericidad de Bartlett estadísticamente significativa ($p < 0.001$), utilizando rotación varimax que permitió la identificación de tres factores. Asimismo, el análisis factorial confirmatorio reportó índices de ajuste satisfactorios ($GFI > 0.90$; $RMSEA < 0.05$), lo que respalda la validez del instrumento. En relación con la confiabilidad, la escala muestra una consistencia interna elevada, con un coeficiente alfa de Cronbach total de 0.95.

La insatisfacción con la imagen corporal fue medida mediante el Body Shape Questionnaire – BSQ-14, versión abreviada validada por Izquierdo-Cádenas et al. (2021). Este instrumento consta de 14 ítems, evaluados en una escala Likert de seis alternativas de respuesta, que van desde 1 (nunca) hasta 6 (siempre). La validez del cuestionario fue comprobada mediante un análisis factorial confirmatorio, el cual evidenció un adecuado ajuste del modelo ($\chi^2 = 571.420$; $CFI = 0.962$; $SRMR = 0.051$). Además, se reportó una elevada confiabilidad interna, reflejada en un coeficiente omega de 0.96.

Para la medición del sentido de vida se empleó el Meaning in Life Questionnaire (MLQ), desarrollado por Steger (2006) y validado en población universitaria peruana por Travezaño-Cabrera et al. (2022). Esta escala evalúa dos dimensiones: presencia de sentido y búsqueda de sentido, a través de 10 ítems con formato Likert de siete puntos, cuyos valores oscilan entre 1 (totalmente falso) y 7 (totalmente verdadero). La validez del instrumento fue establecida mediante un análisis factorial confirmatorio, obteniendo

6

26

indicadores de ajuste adecuados (RMSEA = 0.075; SRMR = 0.059; CFI = 0.97; TLI = 0.96). Asimismo, la confiabilidad del cuestionario resultó satisfactoria, con coeficientes alfa de Cronbach de 0.83 para la dimensión presencia y de 0.88 para la dimensión búsqueda.

3.4 Procedimiento.

El desarrollo del proceso de investigación se llevó a cabo siguiendo una serie de etapas organizadas de forma sistemática y coherente. En una fase inicial, se gestionó la autorización correspondiente ante el Comité de Ética de la Universidad Peruana Unión, la cual fue aprobada mediante la Resolución N.º 0036-T-2025/UPEU-FCS-CF, garantizando el cumplimiento de los principios éticos fundamentales de autonomía, beneficencia y justicia.

14

Posteriormente, las investigadoras realizaron las coordinaciones necesarias para obtener el permiso de aplicación de los instrumentos en mujeres de la provincia de San Martín, brindando información clara y detallada sobre los objetivos, el alcance y la finalidad académica del estudio. La recolección de datos se efectuó a través de un formulario digital que incluyó el consentimiento informado, en el cual se precisó el carácter voluntario de la participación, la confidencialidad de la información y el derecho de las participantes a retirarse del estudio en cualquier momento, sin que ello generara consecuencias negativas.

La aplicación de los cuestionarios se realizó de manera virtual y anónima mediante plataformas digitales, asegurando la protección de la identidad de las participantes. Los datos obtenidos fueron utilizados exclusivamente con fines académicos y científicos. Finalmente, las autoras declararon no mantener conflictos de interés, lo que respalda la

objetividad, transparencia y el rigor ético que guiaron todas las etapas del proceso investigativo.

10

3.5 Análisis de los datos

El procesamiento y análisis de la información se llevó a cabo mediante el software estadístico Jamovi, el cual permitió ejecutar los procedimientos analíticos necesarios para el desarrollo del estudio. Considerando que la investigación incluyó tres variables principales, se empleó un modelo de ecuaciones estructurales (Structural Equation Modeling, SEM) con el propósito de evaluar de forma integral las relaciones y los efectos predictivos entre dichas variables.

Previo a la realización de los análisis correlacionales y predictivos, se examinó la validez estructural de los instrumentos mediante análisis factorial exploratorio (AFE) y análisis factorial confirmatorio (AFC). En el caso del Body Shape Questionnaire (BSQ) y del Meaning in Life Questionnaire (MLQ), se aplicó un análisis factorial confirmatorio, lo que conllevó a la eliminación de algunos ítems con cargas factoriales insuficientes, a fin de mejorar el ajuste del modelo. Por su parte, la Escala de Adicción a las Redes Sociales (ARS) fue sometida a un análisis factorial exploratorio, obteniéndose un índice Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) de 0.95, lo que evidenció una adecuada adecuación muestral para este tipo de análisis.

13

El procedimiento estadístico se inició con la evaluación de la normalidad de los datos a través de la prueba de Kolmogorov-Smirnov, con el objetivo de determinar el tipo de distribución de las variables. Dado que los resultados indicaron una distribución no normal, se optó por el uso del coeficiente de correlación de Spearman, el cual resulta apropiado para datos que no cumplen con el supuesto de normalidad.

12

Los resultados fueron organizados en tres tablas que incluyen estadísticas descriptivas y de confiabilidad, tales como la media (M), la desviación estándar (DE), los índices de asimetría y curtosis, así como los coeficientes alfa (α) y omega (ω). Asimismo, se reportaron indicadores inferenciales, entre ellos los coeficientes de correlación (R), los valores de significancia (p), los coeficientes beta (β) y los valores z, correspondientes tanto al modelo correlacional como al modelo de ecuaciones estructurales.

La sistematización preliminar de los datos se realizó en Microsoft Excel, mientras que los análisis estadísticos principales se ejecutaron en Jamovi. Finalmente, para la contrastación de las hipótesis se estableció un nivel de significancia del 5% ($p < 0.05$), de acuerdo con los criterios metodológicos propuestos por Rahman y Muktadir (2021).

3.6 Aspectos éticos

La investigación contó con la aprobación del Comité de Ética de la Universidad Peruana Unión, otorgada mediante la Resolución N.º 0036-T-2025/UPEU-FCS-CF, garantizando el cumplimiento de los principios éticos de beneficencia, autonomía y justicia. El principio de beneficencia se evidenció en el aporte al conocimiento científico sobre las variables analizadas, así como en la posibilidad de generar bases para el diseño de protocolos orientados a la identificación de situaciones de vulnerabilidad y al fortalecimiento del apoyo psicológico. Por su parte, el principio de autonomía fue asegurado mediante la obtención del consentimiento informado, garantizando la participación voluntaria de las participantes. Finalmente, el principio de justicia se aplicó a través de un proceso de selección equitativo y de carácter probabilístico de las participantes del estudio (Taquette & Borges, 2022).

Resultados

4.1 Análisis descriptivo de las variables

En la Tabla 2 se observa que las participantes presentaron niveles predominantemente moderados en las variables evaluadas. En cuanto a la satisfacción con la imagen corporal, se registró una media de 48.3 (DE = 13.48), mientras que la adicción a las redes sociales alcanzó una media de 50.7 (DE = 19.78), lo que evidencia una tendencia general hacia valores intermedios acompañados de una variabilidad moderada. Respecto al sentido de vida, la media fue de 34.7 (DE = 8.05), reflejando una percepción de nivel moderado en esta dimensión. Los índices de asimetría y curtosis se mantuvieron dentro de los rangos aceptables de normalidad, con excepción del sentido de vida, cuya curtosis elevada (10.320) indica una marcada concentración de las respuestas alrededor de la media.

En relación con la confiabilidad de los instrumentos, tanto el coeficiente alfa de Cronbach como el omega de McDonald presentaron valores superiores a 0.70, lo que evidencia una consistencia interna adecuada. Estos resultados confirman que las escalas utilizadas son psicométricamente sólidas y apropiadas para la población analizada.

Tabla 2
Estadística de tendencia central, dispersión, forma y de fiabilidad

	M	DE	Asimetría	Curtosis	α	ω
Satisfacción con la imagen corporal	48.3	13.48	-0.2841	-0.0219	.947	.948
Adicción a las redes sociales	50.7	19.78	-0.0269	-0.4498	.965	.967
Obsesión	19.8	8.28	0.0912	-0.2222	.910	.921
Control Personal	13.0	5.39	-0.0370	-0.5532	.877	.878
Uso excesivo	17.9	7.01	-0.0600	-0.5460	.930	.930
Sentido de vida	34.7	8.05	-0.0591	10.320	.776	.793

Presencia de sentido	16.4	6.12	-0.1242	-0.6367	.909	.910
Búsqueda de sentido	18.3	4.97	-0.6256	0.4533	.853	.854

M = media, DE = desviación estándar, A = asimetría, α = alfa de Cronbach, ω = Omega de McDonald

4.2 Análisis inferencial

Los resultados presentados en la Tabla 3 muestran la existencia de relaciones estadísticamente significativas entre la adicción a las redes sociales (AdicciónRS) y la insatisfacción con la imagen corporal (Corporal) ($r = 0.535$; $p < .001$), lo que indica que a medida que aumenta el nivel de dependencia hacia las plataformas digitales, también se incrementa el descontento con la propia apariencia física. De manera consistente, las dimensiones que componen la adicción —obsesión ($r = 0.550$), falta de control ($r = 0.471$) y uso excesivo ($r = 0.498$)— evidenciaron asociaciones positivas con la insatisfacción corporal, lo que sugiere que las conductas compulsivas de uso y la dependencia emocional hacia las redes sociales influyen de forma significativa en la percepción del propio cuerpo.

Asimismo, se identificó una relación inversa y estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y el sentido de vida ($r = -0.234$; $p < .001$), lo que sugiere que un uso intensivo o prolongado de estas plataformas se asocia con una disminución del propósito vital y de la satisfacción con la propia existencia.

En relación con las dimensiones del sentido de vida, se observaron comportamientos diferenciados. La presencia de sentido mostró una correlación negativa de magnitud moderada con la adicción a las redes sociales ($r = -0.412$), mientras que la dimensión de búsqueda presentó una asociación positiva de baja intensidad ($r = 0.128$). Este último hallazgo podría interpretarse como una tendencia de las mujeres a incrementar su

participación en redes sociales en un intento por encontrar experiencias, vínculos o contenidos que les permitan otorgar mayor significado a sus vidas, percibiendo estos espacios digitales como posibles fuentes de propósito personal.

Tabla 3
Matriz de correlaciones

	[1]	[2]	[3]	[4]	[5]	[6]	[7]	[8]
Satisfacción con la imagen corporal [1]	—							
Adicción a las redes sociales [2]	0.535***	—						
Obsesión [3]	0.550***	0.961***	—					
Control personal [4]	0.471***	0.948***	0.865***	—				
Uso excesivo [5]	0.498***	0.958***	0.866***	0.886***	—			
Sentido de vida [6]	-0.023	-0.234***	-0.227***	-0.217***	-0.227***	—		
Presencia de sentido [7]	-0.142***	-0.412***	-0.362***	-0.420***	-0.413***	0.787***	—	
Búsqueda de sentido [8]	0.138***	0.128***	0.077*	0.166***	0.142***	0.651***	0.044	—

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$, AdiccionRS (Adicción a las redes sociales), Corporal (Satisfacción corporal), SentidoV (Sentido de vida)

Tal como se presenta en la Figura 1, se empleó un modelo de ecuaciones estructurales (SEM) con el propósito de analizar las relaciones existentes entre las tres variables principales del estudio: insatisfacción con la imagen corporal, adicción a las redes sociales y sentido de vida.

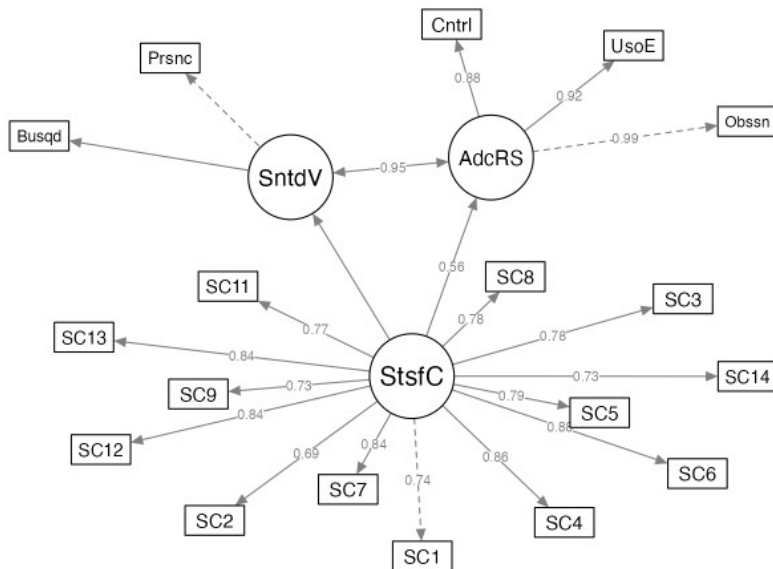
Los resultados evidenciaron que la insatisfacción con la imagen corporal ejerce un efecto positivo y estadísticamente significativo sobre la adicción a las redes sociales ($\beta = 0.560$; $p < .001$), lo que indica que mayores niveles de descontento corporal se asocian

con un uso más compulsivo y dependiente de las plataformas digitales. Asimismo, se identificó un efecto negativo y significativo de la insatisfacción corporal sobre el sentido de vida (Estimate = -1.425 ; $p < .001$), lo que sugiere que a medida que aumenta la preocupación por la apariencia física, disminuye la percepción de propósito y dirección en la vida. Desde una perspectiva psicológica, cuando la autoimagen ocupa un lugar central en el sistema de creencias personales, puede desplazar otros componentes esenciales del bienestar, como la búsqueda de significado y la realización personal.

En términos generales, el modelo presentó indicadores de ajuste adecuados, lo que respalda la consistencia estadística de las relaciones planteadas. En consecuencia, los resultados permiten inferir que las variaciones en la satisfacción con la imagen corporal explican de manera significativa los niveles de adicción a las redes sociales y el sentido de vida en la muestra evaluada.

Figura 1

Modelo SEM (modelo de ecuaciones estructurales)



Nota. AdcRS (Adicción a las redes sociales), StsfC (Satisfacción corporal), SntdV (Sentido de vida)

Discusión

Los resultados obtenidos a partir del modelo estructural evidenciaron que la insatisfacción con la imagen corporal ejerce una influencia significativa sobre la adicción a las redes sociales ($\beta = 0.560$; $p < .001$). Este hallazgo sugiere que las mujeres que presentan una valoración negativa de su cuerpo tienden a incrementar el uso de plataformas digitales, posiblemente como una estrategia para obtener reconocimiento social, interacción interpersonal y reforzamiento de la autoaceptación. Estos resultados guardan una concordancia parcial con la teoría de usos y gratificaciones planteada por Katz, Blumler y Gurevitch, citada por Kasirye (2021), la cual sostiene que las personas utilizan los medios digitales para satisfacer diversas necesidades personales y sociales. No obstante, los hallazgos difieren de lo reportado por Camacho-Vidal et al. (2023) y

Jiaqing et al. (2023), quienes señalan que las redes sociales con énfasis visual suelen intensificar las comparaciones sociales y promover mayores niveles de insatisfacción corporal.

2 En el contexto particular de la provincia de San Martín, las participantes parecen haber establecido una relación más crítica y reflexiva con el entorno digital, empleando las redes sociales principalmente como medios de expresión personal. Esta característica podría estar asociada a factores socioculturales propios de la región, como una menor influencia de los estándares corporales occidentales y la presencia de una identidad regional que prioriza la naturalidad y la autenticidad, en concordancia con lo señalado por Karam et al. (2023).

18 En relación con el segundo objetivo específico, el modelo estructural reveló una asociación negativa y estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y el sentido de vida ($p < .001$), lo que indica que un uso intensivo de estas plataformas se vincula con una menor percepción de propósito existencial. La exposición constante a estímulos digitales, sumada a la búsqueda reiterada de gratificación inmediata, podría estar limitando la participación en actividades introspectivas y experiencias personales significativas, elementos fundamentales para la construcción del sentido vital. Este resultado coincide con los hallazgos de González et al. (2021), quienes identificaron que la adicción a internet se asocia con una menor autoestima y un sentido de vida menos definido. De manera similar, Sezgin et al. (2024) señalan que contar con un propósito vital actúa como un factor protector frente a conductas adictivas digitales, reforzando la relación inversa observada. Asimismo, estudios como los de Vieira et al. (2022), Otero-Carrillo et al. (2023) y Maguiña-Ballón y Chávez-Somoza (2024) reportan vínculos entre el uso compulsivo de redes sociales, sentimientos de soledad, ansiedad y una

disminución del bienestar psicológico, lo cual es consistente con el patrón identificado en esta investigación. Estos resultados encuentran sustento teórico en la teoría de la compensación social de Valkenburg y Peter, citada por Sun y Zhang (2021), la cual plantea que las personas con dificultades para establecer vínculos presenciales significativos tienden a recurrir a las redes sociales como una alternativa de conexión emocional.

Por otra parte, no se halló una asociación estadísticamente significativa entre la insatisfacción con la imagen corporal y el sentido de vida, lo que sugiere que ambas variables funcionan de manera relativamente autónoma. Este hallazgo contrasta con lo señalado por Marciano et al. (2024), quienes reportaron una relación entre la insatisfacción corporal y el deterioro del bienestar psicológico. Sin embargo, esta diferencia podría atribuirse a factores educativos y culturales propios del contexto de San Martín, donde la construcción del sentido de vida estaría vinculada a aspectos distintos de la apariencia física. Esta independencia puede comprenderse a la luz del modelo de influencia propuesto por Donovan et al. (2020) y de la teoría de la autodeterminación de Ryan y Deci (2020), que plantean que las personas pueden satisfacer sus necesidades de autonomía y competencia en dominios no asociados a lo estético, favoreciendo una diferenciación adaptativa. Dicho proceso permite preservar el equilibrio emocional sin recurrir a la validación basada en la apariencia, lo que evidenciaría un mayor nivel de madurez psicológica y un contexto educativo orientado a una valoración integral del individuo, en consonancia con lo planteado por Steger (Wong, 2023).

En conjunto, el modelo estructural confirmó un patrón particular de relaciones, en el cual la insatisfacción o satisfacción con la imagen corporal favorece un uso más intensivo de las redes sociales, mientras que el énfasis excesivo en la apariencia física

se asocia con una menor percepción del sentido de vida. Estas relaciones reflejan una realidad en la que la tecnología puede reforzar la preocupación por la autoimagen y, al mismo tiempo, fragmentar la construcción del propósito existencial. Este planteamiento coincide parcialmente con lo señalado por Góngora (2023) y Frias-Jorquera y Serrano-García (2024), quienes destacan la influencia ambivalente del entorno digital sobre el bienestar psicológico. Sin embargo, el contexto regional de San Martín parece ofrecer factores protectores, como la diversidad cultural y una fuerte identidad comunitaria, que atenúan los efectos negativos observados en otros entornos. Desde una perspectiva teórica integrada, estos resultados pueden explicarse a partir del modelo cognitivo-conductual de Davis (Tian et al., 2021) y la teoría de la objetivación de Winn y Cornelius (2020), las cuales señalan que las gratificaciones obtenidas a través de la exposición digital pueden fortalecer temporalmente la autoestima, pero limitar el desarrollo de un sentido de vida estable. A su vez, la teoría de la autodeterminación de Ryan y Deci (2020) respalda la idea de que las personas pueden mantener dominios de bienestar independientes, diferenciando la validación corporal de la búsqueda de propósito personal, lo que evidencia una mayor capacidad adaptativa en las mujeres de San Martín.

Entre las principales limitaciones del estudio se encuentra el hecho de que la muestra estuvo conformada exclusivamente por mujeres de la provincia de San Martín, lo que restringe la generalización de los resultados a poblaciones masculinas. Esta limitación resulta relevante considerando que el uso de redes sociales, la percepción de la imagen corporal y la construcción del sentido de vida pueden manifestarse de manera distinta según el género, influenciadas por factores socioculturales, presiones estéticas diferenciadas y procesos de socialización específicos. No obstante, es importante destacar que el tamaño muestral fue adecuado y que se utilizaron instrumentos

validados, junto con procedimientos éticos rigurosos, lo que otorga solidez a los hallazgos y los posiciona como un punto de partida confiable para futuras investigaciones.

En este sentido, investigaciones posteriores podrían superar estas limitaciones mediante la inclusión de muestras masculinas y mixtas, así como mediante el uso de diseños longitudinales que permitan analizar la evolución de las variables a lo largo del tiempo. Asimismo, la incorporación de factores contextuales adicionales, como el tipo de redes sociales utilizadas, el tiempo diario de exposición, las condiciones socioeconómicas o las dinámicas familiares, contribuiría a profundizar y ampliar la comprensión de las relaciones identificadas, manteniendo enfoques metodológicos similares.

Conclusiones

En relación con las conclusiones del estudio, los resultados evidenciaron que la adicción a las redes sociales se encuentra significativamente asociada con la satisfacción e insatisfacción con la imagen corporal. En este sentido, se observa que las mujeres que presentan una valoración negativa de su apariencia física tienden a utilizar con mayor intensidad las plataformas digitales, posiblemente como una estrategia para obtener validación externa y reconocimiento de su imagen personal, los cuales pueden verse reforzados a través de la interacción en estos entornos virtuales.

Asimismo, se identificó una relación inversa y estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y el sentido de vida, lo que sugiere que un mayor tiempo de uso y una mayor dependencia de estas plataformas se vinculan con una menor percepción de propósito existencial. Este hallazgo podría explicarse por el desplazamiento de actividades reflexivas, experiencias personales significativas y

espacios de introspección, como consecuencia de la dedicación excesiva a la interacción digital, evidenciando así los efectos fragmentadores del uso adictivo de la tecnología sobre el bienestar psicológico.

Por otra parte, se corroboró la ausencia de una relación estadísticamente significativa entre la satisfacción con la imagen corporal y el sentido de vida en mujeres de la provincia de San Martín, lo que sugiere que ambas variables se desarrollan de forma independiente. En este escenario, el nivel de aceptación o insatisfacción con la apariencia física no actúa como un predictor directo del sentido vital, lo cual puede entenderse como una forma de diferenciación adaptativa entre el bienestar corporal y el bienestar existencial, aun cuando el modelo de ecuaciones estructurales evidenció significancia sin presentar un coeficiente beta asociado.

Finalmente, los resultados respaldan la presencia de un modelo dual de influencia, en el cual la satisfacción o insatisfacción con la imagen corporal se ve intensificada por el uso de las redes sociales. No obstante, la percepción de la imagen física, aunque mostró una asociación aparente dentro del modelo SEM, no evidenció un efecto directo sobre el sentido de vida, lo que confirma la independencia funcional entre ambas variables.

30

Referencias

- Arias, J., & Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación* (1st ed.). Enfoques Consulting EIRL. <https://eesppnsrmaadrededios.edu.pe/libros/3.pdf>
- Arispe, C., Yangali, J., Guerrero, M., Lozada, O., Acuña, L., & Arellano, C. (2020). *La investigación científica. Una aproximación para los estudios de posgrado* (Primera). Universidad Internacional del Ecuador. <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/4310/1/LA%20INVESTIGACI%C3%93N%20CIENT%C3%8DFICA.pdf>
- Armaza, J. (2023). El riesgo del uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de Latinoamérica. *SciELO*. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.5241>
- Bilal, A., Wazir, S., & Farooq, B. (2021). Relationship between Body Image Dissatisfaction and Social Media Usage in Young Women. *Pakistan Journal of Humanities and Social Sciences*, 9(3). <https://doi.org/10.52131/pjhss.2021.0903.0151>
- Camacho-Vidal, P., Díaz-López, A., & Sabariego-García, J. A. (2023). Relación entre el uso de Instagram y la imagen corporal de los adolescentes. *Apuntes de Psicología*, 41(2). <https://doi.org/10.55414/ap.v41i2.1537>
- Castro, A., Parra, E., & Arango, I. (2020). Glosario para metodología de la investigación. In *Working Paper ESACE* (Vol. 1, Issue 8). <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/5ANJB>
- Dharejo, N., Aini, M., Saleeh, M., Jiaqing, X., & Brony, M. (2023). Effects of Social Media Use on Adolescent Psychological Well-Being: A Systematic Literature Review. *International Journal of Interactive Mobile Technologies (IJIM)*, 17(20), 171–191. <https://doi.org/10.3991/ijim.v17i20.44663>
- Donovan, C. L., Uhlmann, L. R., & Loxton, N. J. (2020). Strong is the New Skinny, but is it Ideal?: A Test of the Tripartite Influence Model using a new Measure of Fit-Ideal

Internalisation. *Body Image*, 35, 171–180.
<https://doi.org/10.1016/J.BODYIM.2020.09.002>

El Comercio. (2023, November 11). *El impacto de las redes sociales en los adolescentes y cómo usarlas de manera más provechosa*. https://elcomercio.pe/corresponsales-escolares/el-impacto-de-las-redes-sociales-en-los-adolescentes-y-como-usarlas-de-manera-mas-provechosa-loreto-noticia/#google_vignette

Escurra, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73–91.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>

Frias-Jorquera, A., & Serrano-García, I. (2024). Nivel de dependencia hacia las redes sociales, autoestima y hábitos de vida saludable en jóvenes en formación. *Journal of Sport and Health Research*, 16(3), 357–372. <https://doi.org/10.58727/JSR.108389>

Góngora, V. (2023). Actividades en redes sociales, insatisfacción corporal, ideales de belleza y apreciación corporal en mujeres adultas. *Psychology, Society & Education*, 15(2), 19–27. <https://doi.org/10.21071/psye.v15i2.15798>

González, P., Salazar, J., Castellanos, E., Camacho, J., Enríquez, C., & Conzatti, M. (2021). The meaning of life as a mediator between self-esteem and Internet addiction in adolescents. *Enfermería Global*, 64, 519–531.
<https://doi.org/10.6018/eglobal.482691>

Izquierdo-Cárdenas, S., Caycho-Rodríguez, T., Barboza-Palomino, M., & Reyes-Bossio, M. (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://doi.org/10.6018/cpd.432521>

- Jiaqing, X., Aini, M., Ezaleila, S., & Dharejo, N. (2023). The Impact of Social Media on Women's Body Image Perception: A Meta-Analysis of Well-being Outcomes. *International Journal of Interactive Mobile Technologies (IJIM)*, 17(20), 148–170. <https://doi.org/10.3991/ijim.v17i20.44665>
- Karam, J. M., Bouteen, C., Mahmoud, Y., Tur, J. A., & Bouzas, C. (2023). The Relationship between Social Media Use and Body Image in Lebanese University Students. *Nutrients* 2023, Vol. 15, Page 3961, 15(18), 3961. <https://doi.org/10.3390/NU15183961>
- Kasirye, F. (2021). The Importance of Needs in Uses and Gratification Theory. *Advance*. <https://doi.org/10.31124/advance.14681667.v1>
- Maguiña-Ballón, A., & Chávez-Somoza, A. R. (2024). El impacto negativo del uso excesivo de las redes sociales en la salud mental de jóvenes peruanos. *Revista Apuntes de Ciencia & Sociedad*, 12(2), 46–64. <https://journals.continental.edu.pe/index.php/apuntes/article/view/884>
- Manolică, A., Ceban, I., Rozolyo-Ben-Hamozeg, N., & Hopşa, E. (2022). The meaning of life at 20 years old. Generation Z consumers. *The Annals of the University of Oradea. Economic Sciences*, 31(31(1)), 449–457. [https://doi.org/10.47535/1991auoes31\(1\)042](https://doi.org/10.47535/1991auoes31(1)042)
- Marciano, L., Lin, J., Sato, T., Saboor, S., & Viswanath, K. (2024). Does social media use make us happy? A meta-analysis on social media and positive well-being outcomes. *SSM - Mental Health*, 6. <https://doi.org/10.1016/j.ssmmh.2024.100331>
- Masotti, S., Piva, T., Zerbini, V., Raisi, A., Menegatti, E., Pagani, A., Bigoni, C., Ballarin, E., De Luca, F., Zaccagni, L., Rinaldo, N., Toselli, S., Gualdi-Russo, E., Argenton, A., Veli, A., Mazzoni, G., & Mandini, S. (2024). Assessing the Relationship between

Body Image Satisfaction and Physical Activity in Italian Adolescents: A Cross-Sectional Investigation. *Children* 2024, Vol. 11, Page 818, 11(7), 818. <https://doi.org/10.3390/CHILDREN11070818>

Osorio, C., Ortiz, E., Avendaño-Prieto, B., & Hernández-Pozo, M. del R. (2022). Sentido de vida y su asociación con la ansiedad y la depresión en jóvenes. *Interdisciplinaria*, 39(2), 355–368. <https://doi.org/10.16888/interd.2022.39.2.22>

Otero-Carrillo, F., Picoy-Romero, P. R., & Espinoza-Rojas, R. (2023). Impacto de la adicción a redes sociales en la salud mental de los estudiantes de medicina humana, en tiempos de COVID-19. *Revista de La Facultad de Medicina Humana*, 23(4). <https://doi.org/10.25176/RFMH.v23i4.5920>

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>

Sandoval-Correa, D., & Buelot-Becerra, K. (2024). Estilos de crianza y adicción a las redes sociales en adolescentes de la selva, Perú. *Desafíos*, 15(1). <https://doi.org/10.37711/desafios.2023.15.1.407>

Sezgin, A., Anuştekin, M., & Nas, E. (2024). Examining the Meaning of Life, Compassion, and Social Media Addiction in High School Students. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 45, 133–155. <https://doi.org/10.14582/duzgef.2024.223>

Sun, Y., & Zhang, Y. (2021). A review of theories and models applied in studies of social media addiction and implications for future research. *Addictive Behaviors*, 114. <https://doi.org/10.1016/J.ADDBEH.2020.106699>

- Tian, Y., Zhao, Y., Lv, F., Qin, N., & Chen, P. (2021). Associations Among the Big Five Personality Traits, Maladaptive Cognitions, and Internet Addiction Across Three Time Measurements in 3 Months During the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2021.654825>
- Tong, W. T., Bono, S. A., & Low, W. Y. (2023). The impact of social media on mental health among young people. *https://doi.org/10.1177/10105395231198919*, 35(6–7), 449–450. <https://doi.org/10.1177/10105395231198919>
- Travezaño-Cabrera, A., Vilca, L. W., Quiroz-Becerra, J., Huerta, S. L., Delgado-Vallejos, R., & Caycho-Rodríguez, T. (2022). Meaning of life questionnaire (MLQ) in peruvian undergraduate students: study of its psychometric properties from the perspective of classical test theory (CTT). *BMC Psychology*, 10(206). <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00913-6>
- Vieira, C., Manzanares, E., & Salas-Blas, E. (2022). Adicción a las redes sociales y soledad en estudiantes universitarios limeños. *Informació Psicològica*, 123, 2–14. <https://doi.org/10.14635/ipsic.1926>
- Winn, L., & Cornelius, R. (2020). Self-Objectification and Cognitive Performance: A Systematic Review of the Literature. *Frontiers in Psychology*, 11(20). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00020>
- Wong, P. T. P. (2023). Meaning in Life. In *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research* (pp. 4202–4207). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-031-17299-1_1755
- Yovera, A. (2023). Salud mental de adolescentes: Adicción a redes sociales. *Journal of Neuroscience and Public Health*, 3(3), 409–417. <https://doi.org/10.46363/jnph.v3i3.2>

Anexo A: Consentimiento informado**Relación entre la adicción a las redes sociales, satisfacción con la imagen corporal y sentido de vida en mujeres de la provincia de San Martín.**

Hola, somos egresadas de la carrera de Psicología de la Universidad Peruana Unión y actualmente estamos desarrollando un proyecto de investigación que busca comprender cómo se relacionan la adicción a las redes sociales, la satisfacción con la imagen corporal y el sentido de vida en mujeres de la provincia de San Martín. Te invitamos a participar de este estudio y a contribuir con el desarrollo de nuestro trabajo. Los resultados serán usados con fines de investigación y serán completamente anónimos y confidenciales. Asimismo, he de recordar que no existe respuesta correcta ni incorrecta, solo pedimos vuestra sinceridad al momento de responder las preguntas. Agradecemos tu colaboración con esta encuesta.

En caso de consultas o dudas, comunicarse a los siguientes correos:

daphnebartra@upeu.edu.pe

dannapanduro@upeu.edu.pe

samanthauispe@upeu.edu.pe

Anexo B: Instrumentos de Recolección de Datos

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

INSTRUCCIONES

A continuación, se presentan 24 ítems relacionados al uso de las redes sociales. Por favor, responde a todos ellos con sinceridad, ya que no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas.

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

Marque un aspa(X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

Nº	Ítems	0	1	2	3	4
1	Siento una gran necesidad de permanecer conectado(a) a alguna red social.					
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					

8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a 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.					

Cuestionario de la satisfacción con la imagen corporal

INSTRUCCIONES: A continuación, se presentan una serie de frases que hacen referencia a diferentes pensamientos, emociones y comportamientos asociados a tu figura. Por favor, indica con qué frecuencia se dan en ti dichas situaciones, de acuerdo con la siguiente escala:

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

N o	Ítems	1	2	3	4	5	6
1	¿Te has preocupado tanto por tu figura que has pensado que tendrías que ponerte a dieta?						
2	Estar con chicas delgadas ¿Te ha hecho fijarte en tu figura?						
3	Al fijarte en la figura de otras chicas ¿la has comparado con la tuya desfavorablemente?						
4	¿Estar desnuda (por ej. cuando te bañas) ¿te ha hecho sentir gorda?						
5	Comer dulces, pasteles u otros alimentos con muchas calorías ¿Te ha hecho sentir gorda?						
6	¿Te has sentido excesivamente gorda o redondeada?						
7	¿Te has sentido avergonzada de tu cuerpo?						

8	Preocuparte por tu figura ¿Te ha hecho ponerte a dieta?						
9	¿Has pensado que la figura que tienes es debido a tu falta de control?						
11	¿Has pensado que no es justo que otras chicas sean más delgadas que tú?						
12	Verte reflejada en un espejo o en un aparato ¿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?						

MLQ: Cuestionario de Sentido de Vida (Meaning of life questionnaire)

Instrucciones:

Por favor, dedique un momento a pensar lo que le hace sentir que su vida es importante y tiene un significado. Con esas ideas en mente, por favor, responda a las siguientes cuestiones tan sincera y exactamente como pueda. Y tenga en cuenta que se trata de cuestiones muy subjetivas, que no tienen una respuesta correcta o incorrecta. Responda utilizando la siguiente escala.

Totalmente falso	Bastante falso	Mayormente falso	Ni verdadero ni falso	Mayormente verdadero	Bastante verdadero	Totalmente verdadero
1	2	3	4	5	6	7

Ítems		1	2	3	4	5	6	7
1.	Sé cuál es el propósito de mi vida.							
2.	Estoy buscando algo que me haga sentir que vivo una vida significativa.							
3.	Siempre estoy buscando encontrar el propósito de mi vida.							
4.	Mi vida tiene un propósito claro.							

5.	Sé muy bien lo que da sentido a mi vida.							
6.	Descubrí el propósito de mi vida, el cual me da plena satisfacción.							
7.	Siempre estoy buscando algo que me haga sentir que mi vida tiene un propósito.							
8.	Estoy en la búsqueda de un propósito o misión para mi vida.							

Anexo C

Matriz de operacionalización de variables

Variab les	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensi ones	Indicad ores	Escal a
Adicci ón a las redes sociale s	Se define como la dependencia a las plataformas sociales implicando un uso desmedido y obsesivo, este patrón se caracteriza por una falta de autocontrol, negligencia de	Se medirá a través de un cuestionario de Adicción a Redes Sociales elaborado por Escurra y Salas, que evalúa tres dimensiones: obsesión, control personal y uso	Obsesió n	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23	Ordin al
			Control personal	4, 11, 12, 14, 20, 24	
			Uso excesivo	1, 8, 9, 10, 16,	

	responsabilidades fundamentales y alteraciones emocionales cuando no se accede a ellas (Amador-Ortíz, 2021).	excesivo, el cual utiliza una escala ordinal tipo Likert. Un puntaje alto indica mayor nivel de adicción a las redes sociales (González et al., 2021).		17, 18, 21	
Satisfacción en la imagen corporal	Consiste en la apreciación y aceptación positiva que un individuo tiene de su propio cuerpo, incluyendo su apariencia, forma y tamaño siendo un estado mental en el que la persona se siente cómoda y conforme con su físico, valorando sus características únicas y reconociendo que su apariencia no define su valor intrínseco	Se evaluará mediante un cuestionario de BSQ-14 (Body Shape Questionnaire-14) expuesta en Izquierdo-Cádenas et al. (2021) que mide una dimensión la cual es la insatisfacción corporal y empleando una escala ordinal tipo Likert.	Insatisfacción corporal	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13	Ordinal

	(Chérrez & Garcia, 2024).				
Sentido de vida	Se define como la percepción subjetiva de que la vida posee significado, propósito y coherencia, proporcionando a la persona una dirección clara y motivación para afrontar los desafíos (Steger, 2006; Travezaño-Cabrera et al., 2022).	Se evaluará mediante el Meaning in Life Questionnaire (MLQ), desarrollado por Steger (2006) y validado en población peruana por Travezaño-Cabrera et al. (2022). Esta escala mide dos dimensiones: presencia y búsqueda de sentido, a través de 8 ítems con formato Likert de 7 puntos.	Presencia de sentido	1, 4, 5, 6	Ordinal
			Búsqueda de sentido	2, 3, 7, 8	Ordinal