

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO**  
**FACULTAD DE MEDICINA**  
**ESCUELA DE PSICOLOGÍA**



**Dismorfia corporal en jóvenes adultos que asisten a un gimnasio, Chiclayo**  
**2023**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE**  
**LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR**

**Karla Cecilia Ramos Delgado**

**ASESOR**

**Marilia Sibeles Cortez Vidal**

**<https://orcid.org/0000-0002-9360-9282>**

**Chiclayo, 2026**

**Dismorfia corporal en jóvenes adultos que asisten a un gimnasio,  
Chiclayo 2023**

PRESENTADA POR  
**Karla Cecilia Ramos Delgado**

A la Facultad de Medicina de la  
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo  
para optar el título de

**LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

APROBADA POR

Nelly Patricia, Becerra Escate  
PRESIDENTE

Estela Marcelo Ascencio  
SECRETARIO

Marilia Sibebe Cortez Vidal  
VOCAL

## **Agradecimiento**

Agradezco principalmente a Dios, quien iluminó mi camino y me llenó de sabiduría cada día para lograr el objetivo planteado. Gracias a mi mamá, Martha, por estar siempre a mi lado, brindándome su amor en todo momento y siendo mi motivación diaria. A mi papá, Edberd, por apoyarme en cada paso que doy, por confiar en mí y enseñarme, con amor, el verdadero valor de la vida. A mi hermana, Vanessa, por apoyarme en cada dificultad presentada y ser un ejemplo de fortaleza. A July, por ser un ejemplo de perseverancia y demostrarme que todo se logra con esfuerzo.

A mis mascotas, Hashi y Mateo, cuya presencia me ha brindado tranquilidad y compañía en cada desvelo.

# Dismorfia corporal en jóvenes adultos que asisten a un gimnasio, Chiclayo 2023

## INFORME DE ORIGINALIDAD



## FUENTES PRIMARIAS

1	tesis.usat.edu.pe	Fuente de Internet	3%
2	repositorio.ucv.edu.pe	Fuente de Internet	1%
3	hdl.handle.net	Fuente de Internet	1%
4	repositorio.ucsm.edu.pe	Fuente de Internet	1%
5	repositorio.uwiener.edu.pe	Fuente de Internet	1%
6	alicia.concytec.gob.pe	Fuente de Internet	1%
7	tesis.ucsm.edu.pe	Fuente de Internet	<1%
8	dspace.ups.edu.ec	Fuente de Internet	<1%

repositorio.uflo.edu.ar

## Índice

<b>Resumen</b> .....	<b>6</b>
<b>Abstract</b> .....	<b>7</b>
<b>Introducción</b> .....	<b>7</b>
<b>Revisión de la literatura</b> .....	<b>13</b>
<b>Materiales y métodos</b> .....	<b>25</b>
<b>Resultados y discusión</b> .....	<b>29</b>
<b>Conclusiones</b> .....	<b>35</b>
<b>Recomendaciones</b> .....	<b>35</b>
<b>Referencias</b> .....	<b>37</b>
<b>Anexos</b> .....	<b>42</b>

## Resumen

El objetivo de esta investigación fue determinar la sintomatología de la dismorfia corporal en jóvenes adultos que asisten a un gimnasio en la ciudad de Chiclayo, considerando tanto sexo como la edad de las personas que conformaron el estudio. La investigación fue de tipo descriptivo, con un enfoque cuantitativo y de diseño no experimental, transversal. La muestra la conformaron 105 participantes de 18 a 35 años, a los que se les seleccionó por conveniencia. La recolección de datos se realizó a partir del Cuestionario Complejo de Adonis en su versión en español, instrumento que se utilizó para determinar la dismorfia corporal en sus causales por indicadores perceptivos y conductuales. En la gran mayoría de los jóvenes evaluados se observó un nivel leve, lo que demuestra que las preocupaciones por la apariencia no impactaban con severidad en la vida diaria de las personas, aunque sí podrían traer preocupaciones negativas en la autoestima y la autopercepción física. En cuanto al sexo, si bien el nivel leve fue el más frecuente en ambos grupos, en el masculino se registró mayor proporción de casos en los niveles moderado y grave. Con respecto a la edad, la mayor presencia se dio en el grupo de 21 a 25 años, edad que se relaciona con gran nivel de presión social y mayor exposición a estéticas. Se concluye que entre la población evaluada hay signos iniciales de dismorfia corporal que demandan la necesidad de acción preventiva, especialmente en jóvenes adultos en situaciones en las que la apariencia tiene un valor social considerable.

Palabra clave: Dismorfia Corporal, Aspecto físico, sintomatología.

## Abstract

The objective of this research was to determine the symptoms of body dysmorphia in young adults attending a gym in the city of Chiclayo, considering both the sex and age of the participants. The research was descriptive, with a quantitative approach and a non-experimental, cross-sectional design. The sample consisted of 105 participants aged 18 to 35, selected by convenience sampling. Data collection was carried out using the Spanish version of the Adonis Complex Questionnaire, an instrument used to determine the causes of body dysmorphia through perceptual and behavioral indicators. The vast majority of the young adults evaluated showed a mild level of dysmorphia, demonstrating that concerns about appearance did not severely impact their daily lives, although they could potentially lead to negative concerns regarding self-esteem and physical self-perception. Regarding sex, while mild dysmorphia was the most frequent level in both groups, a higher proportion of cases were recorded in the moderate and severe levels among males. With respect to age, the highest prevalence was observed in the 21-25 age group, an age associated with high levels of social pressure and greater exposure to aesthetics. It is concluded that among the evaluated population, there are initial signs of body dysmorphia that necessitate preventive action, especially in young adults in situations where appearance has considerable social value.

Keywords: Body Dysmorphia, Physical Appearance, Symptomatology

## Introducción

La preocupación por la apariencia física se ha incrementado entre jóvenes adultos debido a un entorno sociocultural que impone estándares estéticos rígidos, convirtiendo la imagen corporal en un indicador de aceptación social y valor personal (Santos-Morocho 2022). Cuando el cuerpo real no coincide con el ideal cultural, emergen malestar emocional, autocritica y conductas orientadas a modificar la figura.

En este contexto emerge el trastorno dismórfico corporal (TDC), caracterizado por una preocupación excesiva por defectos mínimos o inexistentes que interfieren significativamente en la vida cotidiana (Salavert et al., 2019). Este cuadro suele acompañarse de vergüenza y temor al juicio social, factores que intensifican el malestar y afectan la funcionalidad personal.

La problemática se intensifica cuando los jóvenes se desenvuelven en entornos que promueven la comparación constante y la vigilancia de la apariencia, especialmente en escenarios digitales que difunden modelos corporales irreales (Casanova-Garrigós et al., 2025). En estos contextos, la valoración del cuerpo depende de la aprobación externa, generando sentimientos de inadecuación y expectativas estéticas difíciles de alcanzar.

La literatura señala que el TDC presenta mayor incidencia durante la adolescencia y adultez joven, etapas particularmente sensibles a las presiones socioculturales (Guamán y Pucha, 2023). Los cambios físicos y emocionales incrementan la vulnerabilidad frente al juicio social y favorecen la aparición de distorsiones perceptivas que afectan el bienestar psicológico

La evidencia internacional indica que la sobreexposición a mensajes centrados en la apariencia genera vergüenza, autodesprecio y sensación de evaluación constante, emociones estrechamente asociadas al TDC (Thomson y Thompson, 2024). Estas respuestas consolidan interpretaciones negativas sobre la propia imagen y favorecen conductas de evitación social

Paralelamente, la insatisfacción corporal impulsa esfuerzos persistentes por modificar el cuerpo en contextos donde se valoran cambios estéticos rápidos. En diversas regiones, los jóvenes transcurren a dietas restrictivas o rutinas intensivas para aproximarse a ideales culturales, configurando un escenario que puede anteceder distorsiones perceptivas y deterioro emocional (Santos-Morocho, 2022).

La expansión de contenido centrado en la apariencia en redes europeas y norteamericanas ha

intensificado la comparación social entre jóvenes que buscan validación estética, reforzando la idea de que el valor personal depende del atractivo físico (Gupta et al., 2023). La exposición continua a imágenes idealizadas favorece creencias disfuncionales y una autopercepción dependiente del juicio externo. Asimismo, la difusión de fotografías editadas y filtros digitales sostiene esa evaluación constante del cuerpo, incrementando el riesgo de malestar perceptivo (Chu & Teira, 2025).

En el contexto latinoamericano, los jóvenes crecen en entornos donde la apariencia influye significativamente en la valoración social, generando descontento corporal e inseguridad entre quienes no encajan en los modelos estéticos difundidos por medios y redes (Guamán & Pucha, 2023). En el ámbito universitario, esta presión se relaciona con prácticas alimentarias rígidas, ejercicio excesivo y verificación constante del cuerpo para alcanzar una imagen idealizada (Osorio, 2024).

Estas dinámicas convierten al cuerpo en un foco de autoexigencia y favorecen distorsiones perceptivas. En particular, los jóvenes que asisten a gimnasios se pueden presentar mayor vulnerabilidad, dado que conviven con modelos corporales normativos que intensifican la comparación y la atención a supuestos defectos físicos (Alonso et al., 2025).

En el Perú, la preocupación por la apariencia física afecta de forma notable a adolescentes y jóvenes, impulsada por la exposición continua a modelos idealizados difundidos por redes y medios digitales, lo que incrementa comparaciones y expectativas estéticas poco realistas (INEI, 2023; Ministerio de Salud, 2024). Este fenómeno resulta especialmente relevante considerando que los adolescentes representan más del 16 % de la población.

A nivel nacional, la dismorfia corporal se presenta como una problemática silenciosa, evidenciada por el incremento de dificultades relacionadas con la autoimagen y la autoestima. Sin embargo, la falta de un sistema de vigilancia específico limita la detección temprana y permite que el malestar asociado a la apariencia se consolide sin un acompañamiento oportuno.

En regiones como Ayacucho, la alta exposición de estudiantes universitarios a redes sociales incrementa la comparación con imágenes filtradas o editadas, reforzando la preocupación por supuestos defectos físicos difícilmente perceptibles para otros (García y Palomino, 2024). De manera similar, en Arequipa se observa que los jóvenes que asisten a gimnasios enfrentan una presión constante por alcanzar cuerpos ajustados a estándares dominantes, lo que incrementa el riesgo de distorsiones perceptivas asociadas a la dismorfia corporal (Surco y Pineda, 2024).

En Lima, la influencia de estándares estéticos globales, particularmente aquellos promovidos por la cultura coreana, genera sentimientos de insuficiencia y afecta la autovaloración en jóvenes (Oyanguren y Villa, 2025). La internalización de estos ideales incrementa la insatisfacción corporal y la búsqueda de aprobación externa. En los entornos educativos de la capital se evidencia un aumento de estudiantes con preocupaciones excesivas por partes específicas de su cuerpo, lo que repercute en su autoestima y participación social. Esta realidad revela la falta de programas preventivos que atiendan estas dificultades y permitan intervenir tempranamente (Valverde, 2025).

El panorama se vuelve más crítico en regiones rurales y zonas con limitada disponibilidad de servicios de salud mental, donde los jóvenes con preocupaciones persistentes sobre su apariencia no cuentan con orientación profesional oportuna. La expansión del acceso a internet en estas zonas aumenta la exposición a imágenes idealizadas, lo que genera una brecha entre la apariencia real y el ideal estético internalizado. Esta distancia contribuye al surgimiento de malestar emocional relacionado con la autoimagen, como se observa en estudios realizados con poblaciones de diversas regiones (Helden y Rospigliosi, 2024).

En consideración al entorno local, en Chiclayo, se observa que la insatisfacción corporal se presenta con frecuencia entre adolescentes y jóvenes influenciados por modelos corporales difundidos en redes y televisión. Esta influencia genera inconformidad y autocritica intensa, reforzada por la presión social y los comentarios de familiares o amigos sobre la apariencia. Dichos factores profundizan la vulnerabilidad emocional y consolidan la percepción de que ciertos atributos físicos deben ser modificados para ser socialmente aceptados, tal como se describe en la investigación realizada en la región (Diez y Torres, 2024).

En conjunto, estos factores evidencian que la dismorfia corporal en el Perú se desarrolla en un escenario marcado por la influencia digital, la presión estética y la insuficiencia de herramientas educativas y de salud mental. Las expectativas corporales idealizadas, reforzadas tanto por tendencias globales como por dinámicas locales, se integran en la autopercepción de los jóvenes, generando ansiedad, disminución de la autoestima, evitación social y conductas compulsivas orientadas a modificar la apariencia.

De todo lo mencionado se genera la siguiente pregunta de investigación ¿Cuál es la sintomatología de la dismorfia corporal en jóvenes adultos que asisten a un gimnasio en la ciudad de Chiclayo, 2023?

En coherencia con ello, la presente investigación tiene como objetivo general determinar la sintomatología de la dismorfia corporal en jóvenes adultos que acuden a gimnasios de la ciudad de Chiclayo. De igual manera, y en concordancia con el propósito central del estudio, se establecen como objetivos específicos identificar la sintomatología de la dismorfia corporal según sexo en los jóvenes adultos, así como identificar la sintomatología de la dismorfia corporal según edad en los jóvenes adultos que asisten a un gimnasio de la ciudad de Chiclayo, a fin de obtener una comprensión más detallada del fenómeno en la población objeto de estudio.

Esta investigación tiene su justificación práctica, ya que, busca entender cómo los jóvenes que asisten a gimnasios forman percepciones distorsionadas de su apariencia, un fenómeno que afecta su bienestar general y funcionamiento diario. Estudios recientes muestran que la exposición constante a imágenes corporales normativas aumenta la auto vigilancia y la autocrítica, lo que puede llevar a comportamientos de riesgo como el exceso en su entrenamiento y el uso de suplementos de rendimiento sin supervisión médica (Alonso et al., 2025). Además, no es raro que los jóvenes informen descontento por pequeñas diferencias con la imagen corporal ideal en contextos donde el rendimiento físico se convierte en una medida de aceptación social (Mariotti, 2023). Disponer de datos locales permitirá el diseño de estrategias preventivas y programas de apoyo psicológico que se ofrezcan en gimnasios y centros educativos.

Desde el punto de vista teórico del estudio tiene su justificación debido a que por medio de las teorías y concepciones, se discute los procesos de comparación social, auto objetivación y construcción de la imagen corporal, y cómo estos procesos se unen para explicar el desarrollo del trastorno dismórfico corporal, especialmente en adultos jóvenes. Se entiende que la imagen corporal está influenciada por factores cognitivos, emocionales y socioculturales, y cuando estos factores se alteran, la imagen corporal puede concebirse negativamente y de manera rígida (Santos-Morocho, 2022). Del mismo modo, investigaciones afirman que, los ideales estéticos transmitidos por redes sociales y medios de comunicación masiva realzan la internalización de estándares corporales inalcanzables y aumentan la insatisfacción corporal (Casanova-Garrigós et al., 2025). Así, esta investigación contribuirá al desarrollo de modelos explicativos existentes y a la comprensión de la relación entre el contexto sociocultural y la distorsión perceptual en la población peruana.

Este estudio se justifica a un nivel social, pues, investiga una problemática que cada vez afecta

más a los jóvenes, quienes sufren de presiones estéticas dentro y fuera de las redes sociales. Actualmente, la constante exposición a imágenes idealizadas causa sensaciones de insuficiencia que impactan en la autoestima, el activismo y la salud mental de las personas (Guamán y Pucha, 2023). Además, la dismorfia puede llevar a las personas a un estado de aislamiento y vergüenza que se traduce en el deterioro de las relaciones sociales y en la marginación social de los jóvenes (Thomson y Thompson, 2024). Informar a las personas sobre este problema puede ayudar a crear acciones de prevención, y a expandir la atención en salud mental, así como a sensibilizar en el ámbito educativo, en los centros de actividad física y el núcleo familiar sobre la necesidad de promover y conservar un comportamiento saludable hacia la propia imagen.

## **1.1. Revisión de Literatura**

### **1.1.1. Antecedentes**

En el ámbito internacional,

Alonso et al. (2025) analizó la relación entre el uso de redes sociales y la dismorfia corporal y el trastorno dismórfico corporal (DBD) y esquemas disfuncionales en una muestra de 117 estudiantes universitarios utilizando un enfoque cuantitativo transversal. El problema central se centró en identificar si la interacción digital intensiva modifica la autoimagen y activa patrones cognitivos rígidos. Los resultados evidenciaron relaciones significativas entre la insatisfacción corporal y esquemas como desconexión/rechazo ( $r = -0.56$ ) y sobrevigilancia/inhibición ( $r = -0.54$ ) y asociaciones con el uso compulsivo de redes sociales. La investigación confirmó que la auto percepción de uno estaba distorsionada cuando el contenido digital se sumaba a las cogniciones negativas, amplificando características dismórficas.

En el estudio de Rodríguez y Badenes (2025) determinaron la relación entre la orientación sexual y el trastorno dismórfico corporal (DBD) junto con la autoestima en 182 hombres adultos, utilizando un enfoque cuantitativo transversal. El estudio tenía como objetivo abordar la preocupación sobre la diferencia en el impacto de los estándares corporales en la autoimagen corporal. Los hallazgos del estudio revelaron que el 49.3 % de los participantes pertenecientes a minorías sexuales exhibieron un nivel significativamente más alto de DBD en comparación con sus contrapartes heterosexuales, junto con una autoestima disminuida. La conclusión general establece que la presión sociocultural y el estrés de las minorías amplifican la angustia

del DBD corporal junto con preocupaciones dismórficas elevadas.

Camacho-Vidal et al. (2023) investigaron la relación de Instagram y la imagen corporal en conexión con el sexo, la edad y el tiempo de uso; este estudio se relacionó bajo un enfoque no experimental, transversal en una muestra de 95 adolescentes. En la investigación se encontró que el 44.2% y el 50.5% pensaban en su cuerpo y apariencia física, respectivamente. La evidencia sugirió que la vergüenza corporal era mayor en individuos que usaban Instagram de 5 a 6 horas al día. La investigación concluyó que la autosupervisión corporal y la comparación social tienden a aumentar en los usuarios que tienen una alta frecuencia de uso de la aplicación y que el uso de la plataforma no está supervisado por los padres.

Correa y Garzón (2023) estudiaron cómo el uso de redes sociales se relaciona con la dismorfia corporal en 60 jóvenes adultos de 18 a 25 años de El Girón, ubicado en la zona norte de la ciudad de Quito utilizando un diseño correlacional cuantitativo. Este estudio analizó cómo el aumento en la frecuencia y en los tipos de interacción digital se asociaba con mayores preocupaciones sobre la imagen corporal y evidenció un patrón diferenciado según el sexo; el 55% de los participantes de la muestra que evidenciaron indicadores de dismorfia corporal correspondió al sexo masculino, mientras que el 45% opuesto era el sexo femenino. Además, una mayor cantidad de redes sociales totales, uso de internet y tiempo registrado en redes sociales se correlacionó positivamente con la insatisfacción y críticas negativas sobre la autoevaluación corporal. Así, los autores afirmaron que la mayor exposición social digital y la comparación con otros afectará negativamente la imagen corporal.

Dipré y Font (2022) analizaron la asociación entre el uso de filtros fotográficos y características de la dismorfia corporal entre jóvenes de 18 a 24 años. En ese sentido, el estudio se planteó determinar si las alteraciones digitales de una imagen provocan expectativas poco realistas de belleza. Los hallazgos revelaron que el 34.5% utiliza filtros fotográficos con frecuencia para influir estéticamente, mientras que el 28.2% se reporta a sí mismo ocultando defectos con maquillaje o filtros, y, sin embargo, solo el 19.5% expresó incomodidad por mostrar su rostro sin el maquillaje o filtros. El estudio concluyó que los filtros establecen estándares idealizados, aumentando la autocrítica y la propensión a la dismorfia.

En el ámbito nacional,

Soto y Valencia (2025) evaluaron el nivel de adicción a las redes sociales y la insatisfacción corporal en 300 estudiantes de Psicología de una universidad privada en Arequipa

utilizando un diseño cuantitativo descriptivo-correlacional. Estaban interesados en cómo la interacción digital habitual moldeaba la autoimagen. Encontraron que el 34% tenía alta adicción y el 67.7% tenía alta insatisfacción corporal; además, la correlación total entre las variables fue moderada y significativa ( $Rho = 0.33$ ;  $p < 0.001$ ). El estudio concluye que la comparación en redes sociales aumenta la autoexigencia estética.

Anicama (2025) analizó la relación entre la imagen corporal y los comportamientos de uso de redes sociales en una muestra de Perú utilizando un enfoque correlacional cuantitativo. El objetivo fue evaluar si la exposición a contenido idealizado conducía a distorsiones perceptuales y comportamientos de observación constante del físico. Los resultados indicaron un nivel predominante de preocupación por el cuerpo y una autoevaluación negativa que, basado en el uso de redes sociales, estaba estadísticamente asociada. El autor concluyó que la estimulación visual de las redes sociales resulta en estándares corporales por lo general alejados de la realidad, los cuales afectan el bienestar emocional.

Calderón & Vivar (2024) estudiaron la relación entre la adicción a las redes sociales y la dismorfia corporal en una muestra de 350 estudiantes universitarios del norte de Lima utilizando un enfoque correlacional cuantitativo. El estudio tuvo como objetivo determinar si el uso compulsivo de las plataformas de redes sociales aumentaba la preocupación por la apariencia. Se encontró una correlación significativa entre las dos variables ( $r = 0.625$ ,  $p = 0.000$ ) y también se encontró una proporción considerable de estudiantes en el rango de adicción moderada y alta. Los autores concluyeron que la constante exposición digital interrumpe la autopercepción, reforzando el ciclo de imagen corporal negativa.

Sandoval (2024) analizó la relación entre la insatisfacción corporal y el bienestar psicológico en 177 jóvenes adultos que entrenaban en Tumbes utilizando un diseño cuantitativo correlacional. El problema fue determinar cómo la autoevaluación física impacta el estado emocional para determinar cómo la comprensión del yo físico impacta el estado emocional en términos de que la autoevaluación física impacta el estado emocional. Los resultados demuestran una relación inversa significativamente fuerte ( $r = -0.431$ ,  $p = 0.000$ ) que indica que a medida que aumenta la insatisfacción con el yo, disminuye el bienestar. Se concluyó que la autocrítica del cuerpo es perjudicial para el estado emocional, incluyendo la autonomía, la autoaceptación y el propósito en la vida.

Hilario (2023) analizó la insatisfacción personal en relación con la autocrítica y la ansiedad en 286 estudiantes universitarios en Arequipa. El problema del estudio fue cómo la auto percepción física impacta los factores emocionales de malestar. Se reportó que el 47.6%

experimentaba una imagen corporal negativa alta, el 61.9% de los participantes estaba en una zona neutral con distorsiones reconocibles y el 94.4% presentó alta ansiedad rasgo correlacionada. Los resultados obtenidos reflejan una relación correlacional moderada, los cuales indican que la imagen negativa que tiene cada persona de sí mismo y la ansiedad mental se correlacionan negativamente y se extienden a una preocupación crónica alta respecto a la percepción de cada estudiante que conformó la investigación. El estudio indicó que la distorsión de la percepción, especialmente en relación con la imagen corporal, afectó negativamente a la estabilidad emocional ocasionando situaciones de ansiedad y preocupación constante.

Tica (2020) analizó la frecuencia de síntomas de trastornos dismórficos corporales y trastornos alimentarios en 250 jóvenes que asisten a gimnasios de Arequipa 2020. El problema de estudio fue de trastornos dismórficos corporales y trastornos alimentarios en jóvenes que asisten a gimnasios de Arequipa 2020. Se empleó un enfoque cuantitativo, tipo descriptivo correlacional, aplicándose instrumentos como la Escala del Complejo de Adonis para evaluar dismorfia corporal. Los hallazgos revelaron que 42 % de los participantes presentó niveles patológicos de síntomas de dismorfia corporal evidenciando una preocupación excesiva por la apariencia física y distorsión en la percepción corporal. Asimismo, se encontró que el 23,6 % presentó riesgo de trastornos de la conducta alimentaria, observándose una relación significativa entre ambas variables. El autor concluyó que la preocupación excesiva por el aspecto corporal en jóvenes asistentes a gimnasios constituye un factor de riesgo para el desarrollo de alteraciones psicológicas, destacando la importancia de abordar la dismorfia corporal desde una perspectiva preventiva y de salud mental.

En el ámbito local,

Romero (2025) estudió la conexión entre la adicción a las redes sociales y la insatisfacción corporal en 122 estudiantes de secundaria de Chiclayo. El análisis reveló una correlación positiva estadísticamente significativa entre las dos variables ( $r = 0.256$ ;  $p = 0.004$ ) y los niveles de adicción exhibieron una distribución del 27% bajo, 45% medio y 28% alto. En cuanto a la imagen corporal, la dimensión cognitivo-emocional registró un alto nivel (65.3%), mientras que la puntuación general también se situó a un nivel alto (67.7%). Los datos sugieren que el uso intensivo de las redes sociales coincide con una mayor insatisfacción con la apariencia propia. Romero concluyó que la exposición constante y prolongada a los ideales estéticos digitales promueve la crítica autocrática y afecta negativamente la imagen corporal de los adolescentes.

Huertas y Ríos (2025) estudiaron la relación de varios factores socioculturales y el trastorno dismórfico corporal en adolescentes de Nueva Arica. Entre los factores que favorecen al padecimiento en estudio; los medios de comunicación representaron el 22%, mientras que los círculos sociales inmediatos y las redes virtuales representaron el 21% cada uno. Del mismo modo, se identificó compartimientos bulímicos (26%), riesgo de anorexia (28%) y obesidad (26%). Además, se encontró que los hombres mostraron una mayor distorsión del peso y comportamientos asociados a la vigorexia, con una asociación del 48% y 31% respectivamente. El análisis identificó una fuerte correlación de los factores socioculturales y la severidad del trastorno, con un  $r$  valor igual a 0.78. Estos factores permitieron establecer un diagnóstico claro acerca de los síntomas de la dismorfia.

Ortiz (2023) investigó la conexión entre el uso de redes sociales y la percepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios en Chiclayo, utilizando un enfoque correlacional y cuantitativo. Los resultados demostraron una relación positiva y estadísticamente significativa entre las dos variables ( $r = 0.394$ ;  $p = 0.000$ ), sugiriendo que cuanto mayor es la conectividad, mayor es la percepción distorsionada del cuerpo. Además, la dimensión de insatisfacción corporal se encontró en .460, mientras que la preocupación por el peso fue de 0.347, ambos estadísticamente significativos. La conclusión del estudio destacó cómo el uso excesivo de redes sociales aumenta la incomodidad respecto a la apariencia de uno y fomenta patrones de comportamiento autocrítico persistente.

Nombera (2022) estudió la correlación de la imagen corporal y la autoestima en 381 jóvenes adultos en la ciudad de Chiclayo, Perú, y realizó su análisis basado en diferencias de sexo y niveles de autovaloración. El estudio reveló que la insatisfacción corporal se identificó entre un estado de moderada a extrema, la cual, estuvo presente en el 89% de las mujeres, mientras que, en los varones, la cifra fue del 22%. Además, la autoestima registrada fue del 67% de las mujeres y del 68% de los hombres en un rango de autoestima media a alta, sin embargo, se identificó que un 65% del total, mostró tener una autoestima en un nivel bajo. La autora concluyó que había una correlación de la auto-percepción negativa con la falta de estabilidad emocional, por lo tanto, había una vulnerabilidad psicológica en las personas que conformaron el estudio.

### **1.1.2. Bases Teóricas**

#### *Imagen corporal*

La imagen corporal es una construcción interna en donde hay una mezcla de percepciones,

pensamientos y sentimientos que influyen en la manera que la persona ve y evalúa su apariencia física. La manera en que una persona internaliza y construye su imagen corporal depende de una serie de factores, que pueden ser tanto individuales como contextuales (Santos-Morocho, 2022). Desde este punto de vista, la imagen corporal no se concentra en la simple observación de un cuerpo físico, sino que se dirige a la importancia subjetiva que un individuo construye en torno a su cuerpo, y que a su vez repercute en la manera en que se percibe, define y construye su identidad.

Cash y Pruzinsky explican que en la construcción de la imagen corporal hay interacciones de varias dimensiones tales como la perceptiva, la cognitivo-afectiva y la coherente, que, a su vez, componen una experiencia del cuerpo (citados en Guamán y Pucha, 2023). El componente perceptivo se refiere a la estimación del tamaño y de la forma del cuerpo; el componente cognitivo-valorativo se relaciona a creencias y juicios, así como expectativas que se tienen acerca de la apariencia. Por su parte, el componente afectivo integra emociones como agrado y frustración, así como el rechazo hacia el cuerpo. La forma en que estos elementos se combinan condiciona la forma en que una persona se siente y actúa en relación a su apariencia.

Grogan (Citado en Santos-Morocho 2022) menciona que, las connotaciones del cuerpo son de construcción social de acuerdo a procesos de aprendizaje, exposición a los medios, y mensajes culturales que dan valor a ciertas características físicas. Esta incidencia sociocultural es clave en la formación de los ideales del cuerpo que en la mayoría de los casos son de un gran rigor y una normatividad extrema. Por lo tanto, en la imagen del cuerpo se dan la intersección de los condicionamientos sociales y la psicología, elementos que podrían explicar la complejidad de la sensibilidad de las personas con su cuerpo.

### *Insatisfacción corporal*

La insatisfacción corporal ocurre debido a la comparación de la imagen personal del físico de una persona con la aspiración ideal del mismo. En ese sentido, esta persona realiza esta comparación teniendo en cuenta variables socioculturales a modo de referencia, y esto de forma sistemática y continua (Casanova-Garrigós, 2025). Estos ideales provocan un fenómeno de insatisfacción en el individuo, impactando así en el bienestar psicológico. Estos ideales provocan un fenómeno de insatisfacción en el individuo, impactando así en el bienestar psicológico.

La insatisfacción corporal tiene origen en la comparación social, la cual establece que el individuo se compara con otros en forma de competencia, y esto tiene efectos importantes en la

autoevaluación (Thompson & Thompson, 2025). Por consiguiente, se generan sentimientos de inferioridad, y a partir de esto, un ciclo de insatisfacción corporal se activa, es decir, la continua insatisfacción y la autoevaluación negativa provocan un deseo de cambio en el cuerpo, y esto se clasifica como inalcanzable en el ámbito social. La insatisfacción se vuelve más crítica en ambientes que valoran la apariencia como un criterio importante de evaluación.

Adoptando la teoría de la objetivación externa, se sugiere que los individuos pueden llegar a internalizar la mirada evaluativa de los demás, observándose como objetos abiertos a un valor externo (Camacho, 2023). Este proceso resulta en una constante revisión del cuerpo, así como preocupaciones persistentes sobre sus supuestos defectos. Este hecho lleva a la predisposición de estados de ansiedad corporal y deterioro de la relación con el cuerpo al centrarse en cómo se ve en lugar de cómo se siente.

#### *Alteraciones de la imagen corporal*

Las alteraciones en la imagen corporal, son aquellos cambios en el físico de una persona que incluyen modificaciones en la forma que la persona percibe, evalúa o siente su cuerpo. Estos cambios incluyen el comportamiento de la persona, el malestar o acciones que buscan enmendar lo que la persona considera defectos. Estos cambios se pueden manifestar como el descuido de la imagen corporal, la apariencia, el rechazo hacia parte del cuerpo o la imagen corporal en general (Correa y Garzón, 2023). Este fenómeno incluye la influencia o la interacción de creencias, emociones que pueden considerarse en el extremo, y la evaluación de la imagen corporal de forma desproporcionada.

Dahlenburg et al. (citado en Santos-Morocho, 2022) mencionan que las alteraciones de la imagen corporal surgen cuando la persona tiene relatividad de la imagen corporal a nivel perceptivo y el nivel cognitivo. Estas distorsiones llevan a la persona a utilizar un sesgo atencional que obstruye la atención como un recurso. Como consecuencia, la persona tiene la distorsión y la desconexión del cuerpo, y su atención se centra en las características que la persona considera defectuosa. Si esta distorsión persistente en la persona se relaciona con el valor de la imagen, la persona posiblemente desarrolle un sesgo, falta de regulación en las emociones y posiblemente en un trastorno que se relacionan con la psicología.

A través de la interacción con imágenes idealizadas en internet, los individuos corren el riesgo de desarrollar plantillas mentales del cuerpo susceptibles a una autoevaluación rígida y negativa, como sugieren Dipré y Font (2022). Este fenómeno promueve comparaciones sociales y conduce a expectativas corporales poco realistas, donde el cuerpo 'normal' se distorsiona para

satisfacer las fantasías de los individuos. El riesgo de una autoimagen distorsionada resulta en comportamientos compensatorios que incluyen la evitación social, rituales de búsqueda de cambios en el cuerpo y autoevaluación negativa, donde la distorsión se vuelve aún más arraigada.

### *Dismorfia corporal*

La dismorfia corporal es una alteración psicológica caracterizada por una preocupación persistente, tensa y desproporcionada por uno o más defectos percibidos en la apariencia física, los cuales pueden ser inexistentes o apenas perceptibles por los demás. Esta preocupación genera malestar clínicamente significativo e interfiere en el funcionamiento social, académico o personal del individuo. En el ámbito clínico, esta condición es denominada Trastorno Dismórfico corporal y se encuentra clasificada dentro del espectro de los trastornos obsesivo compulsivos (Tamayo y García, 2021)

Las personas con dismorfia corporal experimentan pensamientos intrusivos vinculados a su apariencia, acompañados de conductas repetitivas como mirarse frecuentemente en el espejo, el camuflaje de supuestos defectos, la comparación constante con otras personas o la búsqueda reiterada de procedimientos correctivos.

Desde la perspectiva neuropsicológica, Tamayo y García(2021) señala que las personas con dismorfia corporal tienden a centrar su atención en detalles específicos de su apariencia. Es decir, concentran su mirada en un detalle que consideran defectuoso y lo perciben como más de lo que realmente es. Esta forma de observarse refuerza la preocupación constante por la apariencia y mantiene la distorsión en la percepción del propio cuerpo.

Según Salavert (2019), el trastorno a menudo comienza en la adolescencia temprana, cuando el individuo comienza a experimentar los cambios corporales, la formación de la identidad y la sensibilidad al juicio social que son característicos de esta etapa del desarrollo. Durante esta etapa, hay un aumento en la autoobservación, lo que puede predisponer al individuo a la formación de esquemas cognitivos negativos vinculados a la apariencia física.

Asimismo, los procesos de autoevaluación involucrados en la dismorfia corporal están influenciados por las creencias internalizadas acerca del valor del cuerpo en la construcción de la identidad personal (Santos- Morocho, 2022). Cuando la valía personal se vuelve dependiente de la apariencia física, se establece una relación disfuncional con el propio cuerpo, reforzada por la comparación constante con ideales corporales establecidos.

Dentro de la dismorfia corporal se reconoce a la dismorfia muscular como un especificador.

Esta se caracteriza por la preocupación persistente por la percepción de insuficiente masa muscular o contextura delgada a pesar que el individuo presenta un desarrollo adecuado (Bermúdez, 2023). Maureen (2020) señala que las personas que actualmente sufren de dismorfia muscular, realizan una evaluación distorsionada de su apariencia, percibiendo un déficit corporal que objetivamente no existe. Esta distorsión se centra principalmente en la percepción de delgadez o falta de musculación. Como consecuencia, el individuo puede aportar conductas que ponen en riesgo su salud, como entrenamiento físico excesivo, el uso de esteroides o dietas restrictivas, con el objetivo de alcanzar el ideal corporal deseado.

#### *Factores asociados a la Dismorfia corporal*

Diversos enfoques coinciden en que el desarrollo del trastorno dismórfico corporal es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos y socioculturales (Tamayo y García, 2021). Desde el componente biológico, se ha señalado la posible participación de vulnerabilidades de neurocognitivas que influyen en la forma en que se procesa la información relacionada con la apariencia física.

Desde la dimensión psicológica, los esquemas cognitivos relacionados con la autocrítica, el perfeccionismo y el miedo al rechazo influyen cómo el individuo evalúa su apariencia. Chu (2025) explica que algunas formas de pensamiento rígido pueden magnificar imperfecciones menores hasta convertirlas en un foco de preocupación intensa.

En el ámbito social, Moreno (2024) especifica que la presión estética que los medios de comunicación, las redes sociales y los grupos de referencia ejercen, crean patrones de conducta y de comportamientos que, al ser internalizados, funcionan como lineamientos o estándares a seguir. Esta presión también puede ser un generador de expectativa en la figura, lo que puede constituir un factor predisponente. El contexto más cercano también colabora, en especial, si se complementa con el refuerzo de la comunicación que asocia la valía personal con la apariencia.

#### *La juventud como etapa de pertenencia en la sociedad*

Se ha identificado que en la etapa de la juventud adulta temprana se presenta una búsqueda activa de la identidad y del sentido de pertenencia, la cual guarda relación con la percepción y gusto por la apariencia física. Tal como menciona Garza (2024), se da en este momento un incremento en la sensibilidad a la evaluación social, de modo que la apariencia física se torna en un rasgo relevante a considerar en el autoconcepto. Dicha sensibilidad puede llevar a que pequeñas imperfecciones sean vistas como amenaza a la autoimagen, de modo que se hace más

evidentes una vulnerabilidad a distorsiones de tipo corporal.

Casanova-Garrigós (2025) menciona que los jóvenes adultos, tienden a tener una cierta inestabilidad en el plano de la estimación propia y también en el plano de la estabilidad emocional, esto a su vez puede jugar un rol respecto a cómo se interpreta la propia apariencia. La tensión que se asocia a expectativas de carácter social y profesional tienden a poner énfasis en la autocrítica, esto, por supuesto, hace más evidente la internalización de estereotipos estéticos y la construcción corporal.

Alonso (2025) menciona que en la vulnerabilidad psicológica se hace un marcado énfasis de la puesta en acción en los nuevos roles adultos, que conllevan una presión por cumplir estándares sociales. Esta etapa se asocia con la mayor exposición a demandas externas y a comparaciones interpersonales, que se asocian con el incremento de la preocupación de carácter estético. Es así, que los jóvenes se constituyen en un grupo de alto riesgo para el desarrollo de una imagen distorsionada de su cuerpo.

#### *Entrenamiento físico y su relación con la imagen corporal*

Los gimnasios suelen caracterizarse por tener un ambiente donde la apariencia física tiene un valor importante. Mariotti (2023) indica que en esta atmósfera se hace hincapié en la promoción de modelos ideales de la apariencia considerados fuertes, musculosos y definidos, los cuales son tomados como referencia por los grandes consumidores de estas instalaciones. La habitual exposición en la venta de servicios de estas instalaciones a cuerpos entrenados fomenta la comparación social y la presión por cambiar la apariencia.

Guamán y Pucha (2023) constatan que en los deportes se refuerza la creencia de que la disciplina física se relaciona directamente con la valía personal, razón por la cual puede asociarse en la percepción de la imagen corporal. La búsqueda de cambios visibles en el cuerpo se convierte en un objetivo central, lo que puede generar frustración si los cambios no se ajustan al ideal deseado, propiciando una actitud crítica hacia la propia apariencia de cada persona.

Correa y Garzón (2023) indican que algunos de los individuos que se encuentran en estas instalaciones se ven motivados a realizar una conducta que se caracteriza por la repetición de un acto que consiste en la revisión del cuerpo, a la cual se le atribuye la necesidad de corroborar que se está realizando un progreso de tipo físico. El gimnasio, en este sentido, se consolida como un lugar donde se puede tener un patrón de vigilancia constante de la apariencia, que incrementa la inquietud por defectos visibles e ideales de la apariencia.

#### *Modelos teóricos relacionados con la imagen corporal*

El modelo cognitivo de Beck postula que las creencias disfuncionales que afectan la forma en que el individuo interpreta su apariencia subyacen a las distorsiones en la imagen del cuerpo. Según Chu (2025), tales creencias pueden llevar a la persona a sobrevalorar pequeñas imperfecciones, lo que resulta en una percepción negativa crónica de su cuerpo. El procesamiento de información sesgado respecto al propio cuerpo prolonga la angustia y refuerza la autoevaluación negativa.

La Teoría Sociocultural argumenta que los estándares de imagen corporal que las personas utilizan para evaluar su apariencia están determinados por los ideales de imagen corporal propagados por la cultura. Camacho (2023) afirma que la presión para conformarse a tales ideales que proporciona la cultura de imagen corporal incluye discrepancias en la imagen corporal, es decir, una diferencia o brecha entre la imagen corporal real y la ideal. Esto explica cómo la imagen corporal percibida está gobernada por el impacto cultural.

Adicionalmente, la teoría de la objetivación sostiene que la autoevaluación constante del cuerpo desde un punto de vista externo conduce a que la persona se perciba como un elemento que debe estar en constante evaluación y valoración física. Moreno (2024) indica que esto resulta en una continua evaluación del cuerpo y en una preocupación por la apariencia personal, esto puede ocasionar un deterioro de su bienestar psicológico.

### *Denominación de Adultos Jóvenes*

Según Chacón (2009) y Papalia et al. (2012), la adultez temprana, también conocida como adultez joven, comprende el período de 20 a 40 años. Durante esta etapa, los adultos buscan alcanzar su plenitud personal en diversas áreas, como el ámbito laboral, donde adquieren una profesión y desarrollan sus habilidades. Además, señalan que, en el aspecto personal, es común que se alcance un equilibrio emocional. En esta fase, el individuo alcanza una estructura corporal definitiva, ya que su crecimiento biológico ha llegado a su fin. Por lo tanto, podemos referirnos a esta fase como la adultez biológica, marcada por el completo desarrollo anatómico y fisiológico de los órganos, así como por su plena capacidad de funcionamiento. Esto les permite ubicarse en el punto álgido de la curva de desarrollo normal.

## **Materiales y Métodos**

### **2.1. Diseño de Investigación y Tipo de Estudio**

El presente estudio es de tipo descriptivo, puesto que tiene como finalidad caracterizar el nivel de dismorfia corporal en la población de estudio, sin establecer relaciones causales entre

variables, de acuerdo con la clasificación propuesta por Ato López y Benavente (2013), los estudios descriptivos se orientan a especificar las propiedades, características y perfiles de personas o grupos respecto a un fenómeno determinado.

Asimismo, el diseño es no experimental, debido a que no se manipulan deliberadamente las variables, sino que se observan tal como se presentan en su contexto natural para posteriormente analizarlas (Hernández et al., 2014).

El estudio es de corte transversal, dado que la recolección de datos se realizó en un único momento temporal.

El enfoque es cuantitativo puesto que la recolección de datos se realizó con la finalidad de responder a los objetivos de la investigación, basándose en la medición numérica y el análisis estadístico (Sousa et al., 2007).

## 2.2. Población

La población estuvo constituida por 344 asistentes de gimnasio privado de la ciudad de Chiclayo, de la provincia de Chiclayo, departamento de Lambayeque. La información fue brindada por el área administrativa.

## 2.3. Muestra y Muestreo

Se realizó un muestreo no probabilístico de tipo intencional, se consideró un total de 182 asistentes del gimnasio, conformado por 91 participantes del sexo masculino y 91 del sexo femenino. No obstante, tras la aplicación de los criterios de exclusión establecidos en la investigación, se eliminaron aquellos cuestionarios que no cumplían con los requisitos o se encontraban incompletos, quedando una muestra final de 105 participantes

### 2.3.1. Criterios de inclusión para la selección de la muestra

- Participantes que se encuentren matriculados en el gimnasio.
- Participantes que asistan al menos tres días a la semana.
- Participantes que hayan aceptado el consentimiento informado.
- Participantes que su actividad principal sean ejercicios anaeróbicos.
- Participantes que estén de manera consecutiva durante 3 meses.

### 2.3.2. Criterios de exclusión

- Participantes que sean mayores de 35 años.
- Participantes que únicamente realicen ejercicio aeróbico.

### 2.3.3. Criterios de eliminación

- Participantes que hayan marcado doble respuesta o falta de datos demográficos.
- Participantes que al desarrollar el instrumento hayan omitido ítems.
- Participantes que se retiren durante la evaluación.

## 2.4. Técnicas e Instrumentos de Recolección de datos

En el presente estudio se empleó el Cuestionario del Complejo de Adonis desarrollado por de Latorre, Garrido y García (2015), es un instrumento diseñado para evaluar el grado de insatisfacción que presentan los individuos en relación con su apariencia física, así como las conductas orientadas a modificarla. Consta de 13 ítems con tres opciones de respuesta (donde 0 puntos corresponde a una opción no patológica, 1 punto la opción intermedia y 3 puntos corresponde a la opción patológica). El instrumento permite identificar el nivel de preocupación por la imagen corporal y determinar en qué medida esta podría influir negativamente en la vida cotidiana de los individuos, proporcionando información relevante sobre la presencia de síntomas relacionados a la dismorfia corporal.

Respecto a sus propiedades psicométricas, los autores reportaron una estructura de tres factores que explican el 65.29 % de la varianza total, obtenida mediante análisis factorial con rotación varimax. Asimismo, el instrumento presentó un coeficiente Alfa de Cronbach de  $\alpha = .880$  y un índice test-retest de .707, evidenciando adecuada consistencia interna y estabilidad temporal (Latorre-Román et al., 2015).

En el contexto peruano, el instrumento ha sido utilizado en investigaciones realizadas en población que asiste a gimnasios, como el estudio de Tica Delgado (2020). Asimismo, ha sido analizado psicométricamente en muestra peruana, reportando evidencias de validez emergente y discriminante (Yepez et al., 2022) lo que respalda su aplicabilidad en la presente investigación.

## Procedimiento

Se envió una carta de presentación a la directiva encargada de un gimnasio privado de la ciudad de Chiclayo, solicitando la aprobación para la aplicación del estudio (Ver Anexo C).

Una vez obtenida la aprobación por parte de los administrativos del lugar, se procedió a coordinar una reunión presencial, en el cual se acordó el lugar para llevar a cabo el procedimiento fueron ellos quienes establecieron el ambiente, tomando en cuenta los temas de precaución y así salvaguardar la integridad del investigador y de los asistentes. En la reunión se le informó y explicó a los miembros activos mayores de 18 años sobre la investigación a realizarse. Asimismo, se coordinó para el mes de inicios de septiembre realizar una convocatoria en donde todos los miembros se reunieron para poder aplicar el instrumento de manera presencial y colectiva, con una duración de 1 hora.

En primer lugar se tomó en cuenta, la solicitud de permiso al gimnasio seleccionado, a través de una carta de presentación a la administración del lugar. Posteriormente, se programaron fechas para poder evaluar a cada uno de los deportistas dentro de su respectivo establecimiento, específicamente en la sala de baile por ser un lugar más amplio y sin distractores. Se consideraron tres horarios en la mañana, tarde y noche, antes de que los participantes realizaran su actividad deportiva, teniendo en consideración en el horario que asisten los deportistas.

Seguidamente, se dio correctamente las indicaciones para resolver el cuestionario, mencionado que se desarrolló en línea mediante un código QR, esto se desarrolló de manera voluntaria y libre para cada uno de los deportistas, teniendo en cuenta que los resultados obtenidos serían únicamente con fines educativos y se mantendría en confidencialidad la identidad de cada participante para no poner en riesgo su privacidad, si en caso requiera los resultados se enviara por el correo personal que indico en sus datos, Posterior a ello, se analizó la base de datos obtenida utilizando los softwares estadísticos de Excel para el vaciado de datos y se empleó el programa Jamovi para el análisis de la fiabilidad.

## **2.5. Aspectos éticos**

El proyecto fue evaluado por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo para su aprobación. De igual manera, el proyecto fue analizado mediante el software anti plagio Turnitin el cual alcanzó menor o igual al 12%. Se tomaron en cuenta los principios del Informe Belmont según la National Commission for the Protection of Human (1979) en el cual hacen énfasis, el respeto a las personas, reconociendo al colaborador como una persona autónoma que decidirá de manera voluntaria participar o no del estudio. Se respetó la integridad de los participantes, y los datos obtenidos fueron utilizados únicamente con fines de investigación. Se entregó el consentimiento informado (Ver Anexo B), invitando a los participantes a formar parte del estudio.

Con relación al principio de beneficencia, no existieron riesgos para los participantes durante la investigación. Finalizado el estudio, se brindaron recomendaciones a la institución/empresa con el objetivo de diseñar y ejercer programas de promoción y prevención. En relación al principio de justicia, se garantizó un tratamiento equitativo de todos los participantes.

## **2.6. Plan de procesamiento y análisis de datos**

Luego de la aplicación del instrumento, los datos recolectados fueron procesados en un software libre, donde se generó una base de datos que contenía la codificación de cada respuesta según la escala Likert de los instrumentos. Para obtener la frecuencia de la sintomatología de la dismorfia corporal en los jóvenes adultos, se sumaron los puntajes obtenidos, posteriormente se ubicaron en percentiles para asignarles una categoría, luego se elaboraron las tablas de frecuencia.

De igual manera, para determinar los niveles de dismorfia corporal, se sumaron los puntajes de todos los ítems, los cuales fueron clasificados en niveles correspondientes.

Los niveles fueron establecidos a partir de la distribución de los puntajes obtenidos en la muestra.

## **Resultados y discusión**

### **3.1. Dismorfia corporal en jóvenes adultos que asisten a un gimnasio**

En la tabla 1, se observa que, en cuanto a los jóvenes adultos que asisten a un gimnasio predomina el nivel leve (74.3%)

Tabla 1

*Frecuencias de los niveles de dismorfia corporal en jóvenes adultos*

<b>Niveles</b>	<b>Frecuencias</b>	<b>F %</b>
Grave	1	1.0
Leve	78	74.3
Moderado	26	24.8

Los resultados muestran que la mayor parte de los jóvenes adultos encuestados presentó un nivel leve de dismorfia corporal, seguido de niveles moderados y únicamente un caso grave. Las investigaciones apuntan a que, de acuerdo a la literatura, los desajustes de la imagen corporal se presentan frecuentemente de la siguiente manera: insatisfacción, autocritica y una vigilancia constante del propio cuerpo. (Santos-Morocho, 2022; Guamán & Pucha, 2023). También se ha reportado esta misma tendencia a nivel internacional, donde la exposición a estándares estéticos rígidos se relacionó a la aparición de preocupaciones en niveles no clínicos severos, pero de manera constante. (Casanova-Garrigós et al., 2025). Los resultados sugieren que los participantes se encontraban en una primera faceta de distorsión perceptiva en donde la presión social y digital desempeñó un rol de displacer, pero no en forma de una sintomatología de incapacitación. Este hecho resaltó la evaluación de los factores socioculturales como predictores de esta condición, en particular los que describieron Huertas y Ríos en el 2025.

Los resultados permitieron la interpretación en cuanto a la alta prevalencia de los casos de leves con dismorfia vinculada con la creciente influencia de los entornos digitales y socioculturales en la autoevaluación corporal de los jóvenes, tal como señalan diversos estudios sobre la presencia de niveles leves de dismorfia corporal en esta población (Gupta et al., 2023; Ortiz, 2023; Valverde, 2025). En este sentido, los resultados obtenidos indicaron la concepción de que la dismorfia corporal no se origina de forma abrupta, la dismorfia corporal se manifiesta lentamente, aumentando progresivamente de forma dependiente a la cultura, a las emociones y a la estructura del entorno, lo que hace evidente el requerimiento del desarrollo de la dismorfia y un incremento progresivo de la misma.

En el nivel moderado de dismorfia, el dato de la dismorfia fue congruente con antecedentes que evidenciaron cómo los jóvenes que se encontraban en contextos de comparación constante, de modo especial en gimnasios o en redes sociales, desarrollaban mayor auto vigilancia y conductas de valoración consiente de la apariencia (Alonso Rozo et al., 2025; Osorio, 2024). En la literatura se describía que la internalización de cánones de belleza inalcanzables respondía a un incremento de la ansiedad estética, lo que podría dar cuenta de la progresión hacia estos niveles moderados en que las preocupaciones se tornaban más recurrentes y emocionalmente disruptivas (Thomson & Thompson, 2024). Del mismo modo, las investigaciones de este país evidenciaron que los adolescentes y los jóvenes que sufrían presiones estéticas en contextos educativos y comunitarios tendían a configurar esquemas de cuerpo más rígidos, lo que a su vez reforzaba la autovaloración negativa (Valverde, 2025; Nombera, 2022). Así, se constató que los resultados obtenidos reflejaron una dinámica coherente, a los documentados reportes de

estudios de la región de América Latina.

La presencia mínima de casos con dismorfia severa coincidió con los estudios clínicos que indicaron que los casos severos suelen tener una prevalencia más baja y se desarrollan particularmente cuando hay distorsiones perceptuales junto con autocrítica que quedan sin abordar durante mucho tiempo (Salavert Jiménez et al., 2019). Además, investigaciones previas mostraron que la transición hacia un nivel severo estaba asociada con patrones obsesivos, marcada evitación social y comportamientos extremos destinados a corregir supuestos defectos (Camacho, 2023; Dipré & Font, 2022). El hecho de que esta muestra solo tuviera un caso en esta categoría indicó que la población evaluada no había alcanzado ese nivel de deterioro, lo más probable es que los factores socioculturales funcionaran más como desencadenantes tempranos en lugar de agentes que consolidaban el trastorno, como lo describieron Surco y Pineda (2024) y García & Palomino (2024). Esto reforzó la necesidad de implementar medidas preventivas orientadas a evitar la progresión hacia niveles más severos del trastorno.

### **Dismorfia corporal en jóvenes adultos que asisten a un gimnasio según sexo**

En la tabla 2, se observa que con relación al sexo, el nivel leve de dismorfia corporal predominó en el sexo femenino (44.8) %

Tabla 2

*Frecuencias de los niveles de dismorfia corporal en jóvenes adultos según sexo*

Sexo	Niveles	Frecuencias	F %
Femenino	Grave	0	0.0 %
	Leve	47	44.8 %
	Moderado	10	9.5 %
Masculino	Grave	1	1.0 %
	Leve	31	29.5 %
	Moderado	16	15.2 %

Los resultados han indicado una mayor presentación de dismorfia corporal entre las mujeres en niveles que varían de leves a moderados, lo que coincide con estudios previos que señalan

a la población femenina como más vulnerable a las presiones estéticas perpetradas por las redes sociales y los medios digitales (Nombera, 2022; García & Palomino, 2024). Esta tendencia se debió a la internalización temprana de ideales corporales irreales y a una mayor exposición a mensajes centrados en la apariencia, factores que aumentan la autocrítica y la incomodidad con la imagen corporal (Casanova-Garrigós et al., 2025). Así, la distribución observada en la tabla sugiere que los factores socioculturales actuaron con más intensidad en las mujeres, reforzando la percepción inadecuada del físico. En el caso de los hombres, la ocurrencia de niveles moderados y la aparición de un caso severo se relacionaron con hallazgos descritos en estudios sobre la presión de la imagen corporal masculina, especialmente en deportes o gimnasios con modelos de cuerpo musculoso y normativamente dominantes (Alonso Rozo et al., 2025; Mariotti, 2023). Los diversos autores señalaron que la observación corporal por parte de los varones, estaba dirigida hacia expectativas de fuerza y volumen muscular, lo que podría resultar en preocupaciones dismórficas asociadas con la percepción de estar con un físico inferior (Surco y Pineda, 2024). Así, los niveles observados en este estudio reflejaron un patrón que era consistente con los estudios que advirtieron que los hombres no estaban libres de distorsiones perceptuales, aunque impulsadas por presiones estéticas diferentes de las femeninas.

La dismorfia y su distribución según el sexo también coincidieron con las hipótesis que sostuvieron que la imagen del cuerpo era configurada por componentes afectivos, cognitivos y sociales que actuaban de forma diferenciada en hombres y mujeres (Santos-Morocho, 2022). En el caso de las mujeres, los procesos de comparación social y auto objeción figuraban como mecanismos que auspiciaban el predominio de niveles menores con la dismorfia, en tanto en varones la presión por poseer y mantener una imagen con cuerpo musculoso y/o tonificado, ha sido señalado por varios autores como una importante causa de la dismorfia muscular (Bermúdez, 2023). Estas diferencias confirmaron que la construcción del cuerpo ideal era distinta de acuerdo con el sexo y el contexto sociocultural en que estaba inmerso cada grupo.

Los resultados de la tabla evidenciaron que tanto hombres como mujeres exhibieron los mismos niveles de dismorfia corporal como función de su contexto social, aunque con diferentes manifestaciones. Los estudios nacionales informaron sobre la mayor vulnerabilidad a la insatisfacción corporal y los trastornos como consecuencia de la presión estética en entornos educativos y comunitarios (Valverde, 2025; Ortiz, 2023). Esto se agravó por la constante exposición a imágenes filtradas y editadas, ya que se informó que esto influía negativamente en

la autopercepción y establecía estándares poco razonables tanto para hombres como para mujeres (Gupta et al., 2023). Analizar el cuerpo de los encuestados por sexo no solo apoyó los hallazgos en la literatura, sino que, lo más importante, enfatizó la necesidad de estrategias personalizadas para abordar las especificidades de cada grupo.

### **Dismorfia corporal en jóvenes adultos que asisten a un gimnasio según edad**

En la tabla 3, se observa que, en cuanto a la edad, predominan los niveles leves en todos los rangos etarios evaluados, siendo el grupo de 21 a 25 años el que concentra la mayor frecuencia de casos.

Tabla 3

Frecuencias de los niveles de dismorfia corporal en jóvenes adultos según edad

Rango de edad	Niveles	Frecuencias	% del Total
21-25 años	Grave	1	1.0 %
	Leve	50	47.6 %
	Moderado	13	12.4 %
26-30 años	Grave	0	0.0 %
	Leve	27	25.7 %
	Moderado	11	10.5 %
31-35 años	Grave	0	0.0 %
	Leve	1	1.0 %
	Moderado	2	1.9%

Los hallazgos indicaron que la mayor concentración de dismorfia corporal ocurrió dentro del rango de edad de 21 a 25 años, lo que coincidió con hallazgos en la literatura que describen este rango de edad como un período crítico en el desarrollo de la identidad y la imagen corporal de una persona (Garza, 2024; Casanova-Garrigós et al., 2025). En este período, los jóvenes experimentan una intensa presión sociocultural y enfrentan expectativas estéticas difundidas por las redes sociales y entornos donde la apariencia es de importancia central, como gimnasios y universidades (Guamán & Pucha, 2023; Mariotti, 2023). La predominancia de niveles leves y moderados de dismorfia corporal dentro de este rango de edad afirmó la noción de que la autoobservación y la comparación social alcanzaron su punto máximo en este rango

de edad, causando distorsiones perceptuales que, si bien no se manifiestan de forma severa clínicamente, representan un riesgo significativo de progresión significativa hacia formas más severas de dismorfia corporal.

Las diferencias en los dos grupos que conformaron el estudio se produjeron con mayor notoriedad en el rango de edad de 26 a 30 años, lo que se alinea con investigaciones previas que afirman que los individuos consolidan una identidad propia más estable con un sistema de valores interno, los cuales son menos dependiente de los comentarios o juicios externos (Thomson & Thompson, 2024; Santos-Morocho, 2022). Esta disminución está relacionada con la cohorte de edad que está menos influenciada por el cuerpo ideal y se debe a una mayor estabilidad emocional, lo que disminuye los efectos de la constante comparación social como se describe en (Osorio, 2024). Es consistente con el grupo de edad de 31 a 35, que reportó tener la menor incidencia de dismorfia corporal, lo que apoya la afirmación de que la dismorfia corporal es más prevalente en los adultos jóvenes que deben lidiar con la presión social, la intensa exposición digital y cambios personales rápidos que crean un ambiente para la distorsión perceptual (Alonso Rozo et al., 2025).

## **Conclusiones**

Los jóvenes adultos que asisten a un gimnasio presentan principalmente niveles leves de dismorfia corporal. No se observa un predominio de niveles severos; sin embargo, estas preocupaciones podrían asociarse con malestar en la autoestima y la percepción de la imagen corporal.

En relación con el sexo, el nivel leve de dismorfia corporal predominó en ambos grupos; no obstante, los niveles de mayor severidad (moderado y grave) se presentaron con mayor frecuencia en hombres.

En cuanto a los grupos etarios evaluados, los jóvenes adultos de 21 a 25 años y 26 a 30 años presentan principalmente niveles leves de dismorfia corporal.

## **Recomendaciones**

Se recomienda que los gimnasios deben implementar dentro de sus programas de

entrenamiento, charlas de orientación psicológica, las cuales estén enfocadas en la prevención de la dismorfia corporal, buscando promover el fortalecimiento de la autoestima y la construcción de una relación más sana con el cuerpo de cada persona. La etapa leve de esta afección se considera clave para realizar medidas oportunas y evitar la progresión de síntomas hacia un nivel moderado o severo. Los programas de estas intervenciones pueden incluir talleres sobre control de la comparación social, uso de redes y percepciones sobre el cuerpo.

Se recomienda a los entrenadores y personal que labora en el gimnasio, la capacitación para el reconocimiento de comportamientos derivados de la dismorfia corporal, lo que se considera más pertinente en el caso de los varones, donde se encuentra la mayor tendencia y un caso severo. La sensibilización de los trabajadores de un gimnasio permite que los usuarios reciban orientación que evita la reificación de los estereotipos corporales, que, actúan en colaboración con la difusión de una rutina equilibrada de ejercicio.

Se sugiere la planificación de campañas dirigidas a los jóvenes adultos entre 21 y 35 años, los cuales estén dirigidos a proporcionar materiales educativos sobre la imagen corporal, que ofrezcan modelos estéticos variados y que promuevan actividades de positividad corporal. La búsqueda de convenios con instituciones educativas, centros comunitarios y centros de acondicionamiento físico facilitará la creación de redes de apoyo que reduzcan el impacto de los ideales corporales muchas veces inalcanzables y promuevan actitudes y comportamientos más saludables hacia el ejercicio y la imagen corporal.

## Referencias

Aguilar, A. (2023). Uso de redes sociales y percepción de la imagen corporal en estudiantes universitarios de la provincia de Chiclayo. [*Tesis de Licenciatura*. Universidad Señor de Sipán]. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/11992>

Alonso, C., Domínguez, D., & Duque, M. (2025). Relación entre la dismorfia corporal asociada al uso de redes sociales y la presencia de esquemas desadaptativos en jóvenes universitarios. [*Tesis de Maestría*. Universidad de San Buenaventura, Bogotá]. <https://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstreams/4d1ee60d-2324-4a36-ac3f-8277d1f5241b/download>

Anicama, F. (2025). Nivel de depresión, ansiedad y estrés asociado a vigorexia en usuarios de gimnasios del área de musculación en Callao en el periodo marzo 2024 - mayo 2024. [*Tesis de Licenciatura*. Universidad Norbert Wiener]. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/entities/publication/a1c13876-3100-43af-b088-e8a572f6f898>

Ato, M., López-García, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>

Bermúdez, L., Herrera, K., & Fernández, M. (2023). Actualización del trastorno dismórfico corporal. *Revista Médica Sinergia*, 8(2), 1-8. doi:<https://doi.org/10.31434/rms.v8i2.967>

Calderon, N., & Vivar, V. (2024). Dismorfia corporal y adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Lima Norte, 2023. [*Tesis de Licenciatura*. Universidad Privada del Norte]. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/45529>

Camacho-Vidal, P., Díaz-López, A., & Sabariego-García, J. (2023). Relación Entre el uso de Instagram y la Imagen Corporal . *Apuntes de Psicología*, 41(2), 117-122.

doi:<https://doi.org/10.55414/ap.v41i2.1537>

Casanova-Garrigós, G., Torrubia-Pérez, E. C., Capera, J., Mora-López, G., & Albacar-Riobóo, N. (2025). Influencia de las redes sociales en la imagen corporal de adolescentes: una revisión integrativa. *Enfermería Global*(75), 1-17. doi:<https://doi.org/10.6018/eglobal.622331>

Chacón, N. (2009). La adultez temprana. <http://lesright.blogspot.com>

Chu, C., & Teira, G. (2025). Estudio del TDC en jóvenes adultos y su relación con redes sociales, una revisión narrativa. *Semilla científica*, 6, 96-105. doi:10.37594/sc.v1i6.1615

Correa, A., & Garzón, J. (2023). Relación entre el uso de redes sociales y la dismorfia corporal en jóvenes entre 18-25 años en el sector el Girón en el periodo. [*Tesis de Licenciatura*, Universidad politécnica salesiana. ]

Diez, X., & Torres, C. (2024). Insatisfacción con la imagen corporal en adolescentes de una institución educativa de Chiclayo, 2024. [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/13286>

Dipré, L., & Font, L. (2022). Asociación del uso de filtros en fotografías en redes sociales con rasgos de dismorfia corporal [*Tesis de Licenciatura*. Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña]. <https://repositorio.unphu.edu.do/>

Garza, R., Cardoso, V., & Gonzáles, C. (2024). El trastorno dismórfico corporal y las redes sociales. *Revista Mexicana de Medicina Familiar*, 11, 33-37. <https://doi.org/10.24875/RMF.23000067>

Guamán, J., & Pucha, D. (2023). Alteraciones de la imagen corporal y personalidad en adolescentes y adultos jóvenes. [Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional de Chimborazo]. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/11882>

Gupta, M., Jassi, A., & Krebs, G. (2023). The association between social media use and body dysmorphic symptoms in young people. *Frontiers in Psychology*, 14, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1231801>

Helden, C., & Rospigliosi, A. (2024). Insatisfacción corporal en adolescentes: Un estudio cualitativo de las alteraciones de la imagen corporal. *Tesis de Licenciatura*. Universidad De Lima. <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/22421>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw Hill.

Hilario, L. (2023). Insatisfacción de la imagen corporal y estado de ansiedad en jóvenes universitarios de una universidad privada. [*Tesis de Licenciatura*. Universidad Católica de Santa María]. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/25a3ec42-3a9b-433e-9738-70632bcda749/content>

Huertas, D., & Rios, J. (2025). Factores asociados al trastorno dismórfico corporal en adolescentes de una institución educativa de Chiclayo 2024. [*Tesis de Licenciatura*. Universidad Señor de Sipán]. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/15955>  
INEI. (2023). *Estado de la Niñez y Adolescencia: Enero-Febrero-Marzo 2023* (Informe Técnico N° 02). <https://m.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/boletines/02-informe-tecnico-ninez-y-adolescencia-ene-feb-mar-2023.pdf>

Latorre-Román, P. Á., Garrido, M. E., & García, F. (2015). Análisis de la estructura factorial y propiedades psicométricas del cuestionario del complejo de Adonis. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(3), 1245–1252.

Mariotti, M. (2023). El impacto de los filtros de las redes sociales en la autoimagen y la dismorfia corporal y su predisposición a la cirugía estética: Una revisión sistemática. [*Tesis de Maestría*. Universidad Europea Valencia]. <https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/7160/TFMMilagros%20Elizabeth%20Manotti.pdf>

Maureen, V., Nyoman, D., & Adiartha, P. (2020). Predictor of muscle dysmorphia among members of fitness centers in Denpasar City, Bali, Indonesia. *Public Health and Preventive Medicine Archive* 8(1), 4-10. <https://doi.org/10.53638/phpma.2020.v8.i1.p02>

Moreno, A. (2024). El trastorno dismórfico corporal y uso de redes sociales en adolescentes Una revisión teórica sistemática. [*Tesis de Maestría*. Universidad de Alcalá].

[https://ebuah.uah.es/xmlui/bitstream/handle/10017/61622/TFM\\_Moreno\\_Viejo\\_2024.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://ebuah.uah.es/xmlui/bitstream/handle/10017/61622/TFM_Moreno_Viejo_2024.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ministerio de Salud. (2024, 27 de noviembre). *La presión del “físico ideal” aumenta riesgos de trastornos alimentarios en adolescentes*. Plataforma Digital Única del Estado Peruano. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/1299246-la-presion-del-fisico-ideal-aumenta-riesgos-de-trastornos-alimentarios-en-adolescentes>

Nombera, D. (2022). *Imagen corporal y autoestima en adultos jóvenes del distrito de Chiclayo, 2022*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Señor de Sipán]. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/9641>

Osorio, N. (2024). *Dismorfia corporal y conductas alimenticias de riesgo en usuarios del gimnasio de la universidad politécnica salesiana durante el periodo 2024*. [Tesis de licenciatura, Universidad politécnica salesiana]. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/29140/1/UPS-GT005812.pdf>

Oyanguren, N. (2025). *Construcción de la imagen corporal según estándares de belleza coreanos en limeños de 19-29 años*. [Tesis de Licenciatura. Universidad de Lima] [https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/22767/T018\\_72379826\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/22767/T018_72379826_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano* (12.<sup>a</sup> ed.). McGraw-Hill.

Rodríguez, A., & Badenes, L. (2025). Body dissatisfaction, muscle dysmorphia, eating disorder and self-esteem in Spanish men of different sexual orientations. *Current Psychology*, 44, 11508–11522. doi:<https://doi.org/10.1007/s12144-025-07939-0>

Romero, R. (2025). *Adicción a las redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de un colegio estatal de secundaria de Chiclayo, 2023*. [Tesis de Licenciatura. Universidad Santo Toribio de Mogrovejo]. <https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/8612?locale=de>

Salavert, J., Clarabuch, A., & Trillo, M. (2019). *Trastorno Dismórfico Corporal: revisión*

sistemática de un trastorno propio de la adolescencia. *Revista de psiquiatría infanto-juvenil*, 36(1), 4-19. doi:<https://doi.org/10.31766/revpsij.v36n1a1>

Sandoval, L. (2024). Insatisfacción con la imagen corporal y bienestar psicológico en adultos jóvenes que acuden a gimnasios del distrito de Tumbes, 2023 [ *Tesis de Licenciatura*. Universidad Nacional de Tumbes]. <https://repositorio.untumbes.edu.pe/items/6f2e2955-b0b54416-b5a0-605201e788f9>

Santos-Morocho, J. (2022). *Psicopatología de la imagen corporal*. CID - Centro de Investigación y Desarrollo. doi:[https://doi.org/10.37811/cli\\_w731](https://doi.org/10.37811/cli_w731)

Soto, J., & Valencia, A. (2025). Relación entre adicción a redes sociales e insatisfacción corporal en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Arequipa, 2023. [ *Tesis de Licenciatura*. Universidad Continental]. [https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/17214/11/IV\\_FHU\\_501\\_TE\\_Soto\\_Valencia\\_2025.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/17214/11/IV_FHU_501_TE_Soto_Valencia_2025.pdf)

Sousa, V. D., Driessnack, M., & Mendes, I. A. C. (2007). An overview of research designs relevant to nursing: Part 1: Quantitative research designs. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 15(3), 502–507. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692007000300022>

Surco, J., & Pineda, D. (2024). Factores de personalidad y dismorfia corporal en usuarios del gimnasio gylmar en arequipa, 2024. [ *Tesis de Licenciatura*. Universidad Autónoma de Ica]. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstreams/5514370b-813e-41e8-9256d17edd3915fd/download>

Tamayo, M., & García, A. (2021). Trastorno dismórfico corporal. *Revista homeostasis*, 3(2), 29-37. <https://revistahomeostasis.com/r/julio-2021/a/trastorno-dismorfico-corporal>

Thomson, K., & Thompson, A. (2024). The experiences of individuals with body dysmorphic

disorder: A systematic review and thematic synthesis of qualitative research. *Body Image*, 50, 1-12. doi:<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2024.101727>

Tica Delgado, A. (2020). *Frecuencia de síntomas de trastornos dismórficos corporales y alimentarios en jóvenes que asisten a gimnasios de Arequipa, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio Institucional UCSM. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/>

Valverde, Y. (2025). Prevalencia del trastorno dismórfico corporal y el autoestima en estudiantes de secundaria del Colegio Hans Christian Oersted, Lima, 2024.[ *Tesis de Licenciatura*. Universidad Norbert Wiener]. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/entities/publication/a2c3e5df-5d24-4a1a-921f-389585b27482>

Yépez-Álvarez, M., Negli-Ortega, F., & Ramos-Vargas, L. (2022). Evidencias de validez convergente y discriminante del Cuestionario del Complejo de Adonis en una muestra peruana. *Psicología UNEMI*, 6(10), 36–50. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol6iss10.2022pp36-50p>

## Anexos

### ANEXO A

#### Consentimiento para participar en un estudio de investigación

##### Datos informativos:

Institución	:	Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
Investigadores	:	Ramos Delgado Karla Cecilia
Título	:	Dismorfia corporal en jóvenes adultos que asisten a un gimnasio en Chiclayo 2023

##### Propósito del Estudio:

Se le invita a participar del estudio con la finalidad determinar la sintomatología de dismorfia corporal en jóvenes adultos miembros de un gimnasio de Chiclayo

##### Procedimientos:

Si usted acepta participar en este estudio, se desarrollará los siguientes pasos:

Se iniciará con una explicación sobre en que consiste la investigación y cada uno de los instrumentos

Se resolverán las dudas correspondientes

Se brindará a los participantes el formato de consentimiento (Ver Anexo B) para firmarlo

Se procederá a la aplicación de los test, tomando en cuenta, que se realizará de firma presencial y colectiva, con una duración máxima de 30 minutos

##### Riesgos:

No se prevén riesgos por participar en este estudio.

##### Beneficios:

Usted se beneficiará con una encuesta, como parte de un proceso evaluación. Si lo desea, se le informará de manera confidencial los resultados que se obtengan a partir de la investigación mediante el correo electrónico del investigador principal [Karlal1rs02@gmail.com](mailto:Karlal1rs02@gmail.com) y al celular **938645815**

##### Costos e incentivos

Usted no deberá pagar nada por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole, únicamente la satisfacción de colaborar a un mejor entendimiento del tema en estudio.

##### Confidencialidad:

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas serán codificadas usando un número de identificación que garantiza la confidencialidad. Si los resultados de este programa son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participan en este estudio. Sus archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

##### Uso futuro de la información obtenida:

La información una vez procesada será eliminada.

Autorizo guardar la base de datos: SI  NO

##### Derechos del participante:

Si usted decide participar en el estudio, y si por algún motivo desiste, puede retirarse de éste en cualquier momento, sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio, **Karla Cecilia Ramos Delgado** al tel. **938645815**.

Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Comité de Ética en investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, al correo: [comiteetica.medicina@usat.edu.pe](mailto:comiteetica.medicina@usat.edu.pe)

##### CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo en qué consiste mi participación en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento, sin perjuicio alguno hacia mi persona.

Participante|

Fecha:

Nombre

DNI:

## ANEXO B



Chiclayo, 10 de julio de 2023

Carta N°216-2023-USAT-EPSI

Sr. Ali Alza Díaz  
Gimnasio fitness House  
Presente.

**Asunto: Taller de Investigación**

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo y a la vez presentarle a la Srta. **KARLA CECILIA RAMOS DELGADO**, con documento de identidad N° 72731925, estudiante del VII Ciclo Académico, quien actualmente cursa la asignatura Taller de Investigación I cuyo docente es el **Dr. Rony Edinson Prada Chapoñán**, docente del programa de estudios de Psicología.

Estimado señor, el estudiante se encuentra realizando el proyecto de Tesis, titulado: **"Dismorfia corporal en jóvenes adultos que asisten a gimnasios, Chiclayo 2023"**, producto acreditable de la asignatura y requisito del Plan de Estudios.

Por tal motivo, recorro a usted para que brinde las facilidades, permitiéndole la recolección de información necesaria para ejecutar su proyecto de Tesis.

Agradeciéndole por la deferencia que se sirva brindar a la presente le anticipo los sentimientos de mi consideración y estima.

Atentamente,



**Mgtr. Nelly Patricia Becerra Escate**  
Directora  
Escuela de Psicología