

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



**Influencia de la adicción a redes sociales en las actitudes alimentarias de
estudiantes universitarios de Chiclayo, 2024**

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

AUTOR

Adriana Alexandra Seclen Lozano

ASESOR

Marilia Sibeles Cortez Vidal

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

Chiclayo, 2026

**Influencia de la adicción a redes sociales en las actitudes
alimentarias de estudiantes universitarios de Chiclayo, 2024**

PRESENTADA POR

Adriana Alexandra Seclen Lozano

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

Fiorella Melissa Velasquez Tuesta

SECRETARIO

Marilia Sibeles Cortez Vidal

VOCAL

Dedicatoria

Esta investigación se la dedico a mis padres, por brindarme apoyo, amor, comprensión y confianza incondicional, en todos los ámbitos de mi vida

Agradecimientos

Le agradezco a Dios por iluminar mi camino; a mis padres, por el cariño y motivación constante para superarme y a mis docentes por los conocimientos impartidos y enseñanza en este trayecto.

Influencia de la adicción a redes sociales en las actitudes alimentarias de estudiantes universitarios de Chiclayo, 2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

12%
INDICE DE SIMILITUD

%
FUENTES DE INTERNET

12%
PUBLICACIONES

7%
TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

- 1** Abrante Rodríguez, Desiré. "Imagen Corporal y Uso de Redes Sociales en Jóvenes: Variables Psicológicas Asociadas", Universidad de La Laguna (Canary Islands, Spain), 2025
Publicación 1%
- 2** Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola
Trabajo del estudiante 1%
- 3** Submitted to Universidad Ricardo Palma
Trabajo del estudiante 1%
- 4** Mamani Tito, German. "Adicción a las redes sociales y agresividad en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané, 2023", Universidad Nacional del Altiplano de Puno (Peru), 2025
Publicación 1%
- 5** Vazquez Vila, Coraly. "Trastornos alimentarios y su relacion con la percepcion de la imagen corporal, la influencia de los modelos esteticos corporales y la autoestima.", Proquest, 2014.
Publicación 1%
- 6** Delia Gladys Rico Chanamé. "2 Adicción a Redes Sociales y Estrés Académico en estudiantes Universitarios: Equilibrio entre conectividad y bienestar", High Rate Consulting Publications, 2025 1%

Índice

Resumen	6
Abstract	7
Introducción	8
Revisión de literatura	9
Materiales y métodos	14
Resultados y discusión	17
Conclusiones	23
Recomendaciones.....	23
Referencias	24
Anexos.....	29

Resumen

Las redes sociales han ocupado espacio en la vida de los ciudadanos a nivel mundial; sin embargo, hacer un uso excesivo, puede conllevar a consumir contenido que genere actitudes alimentarias inapropiadas. Por ello, el presente estudio tuvo como objetivo analizar si la adicción a las redes sociales predice el riesgo de actitudes alimentarias en estudiantes universitarios de Chiclayo, así como identificar los niveles de adicción a redes sociales según sexo, determinar qué sexo predomina en la presencia de riesgo de actitudes alimentarias y explorar si las dimensiones de adicción a redes sociales predicen la variable dependiente. Para ello, se utilizó una metodología predictiva transversal, con una muestra de 310 estudiantes universitarios de 19 a 25 años, que estén entre el quinto a noveno ciclo, los cuales fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico. Los datos fueron recopilados mediante Eating Attitudes Test (EAT-12) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). Los resultados obtenidos fueron que la adicción a redes sociales predice en un 23.8% al riesgo de actitudes alimentarias ($p = <.001$; $\beta = .491$); el sexo con mayores niveles de adicción, fue el masculino; por el contrario, se halló que en las mujeres tienen mayor riesgo de actitudes alimentarias y la dimensión del cuestionario ARS que podría predecir a las actitudes alimentarias es la de obsesión por las redes sociales de manera moderada ($p = <.001$; $\beta = .509$).

Palabras clave: Adicción a redes sociales, actitudes alimentarias, estudiantes universitarios.

Abstract

Social media has become a big part of people's lives worldwide; however, excessive use can lead to consuming content that promotes unhealthy eating habits. Therefore, the objective of this study was to analyze whether social media addiction predicts the risk of eating disorders in university students in Chiclayo, as well as to identify levels of social media addiction according to gender, determine which gender is more prone to eating disorders, and explore whether the dimensions of social media addiction predict the dependent variable. To this end, a cross-sectional predictive methodology was used, with a sample of 310 university students aged 19 to 25, who are in their fifth to ninth year of study, selected through non-probabilistic sampling. Data were collected using the Eating Attitudes Test (EAT-12) and the Social Media Addiction Questionnaire (SMAQ). The results obtained were that social media addiction predicts 23.8% of the risk of eating attitudes ($p = <.001$; $\beta = .491$); the gender with the highest levels of addiction was male; on the contrary, it was found that women have a higher risk of eating attitudes, and the dimension of the ARS questionnaire that could predict eating attitudes is moderate obsession with social media ($p = <.001$; $\beta = .509$).

Keywords: Social media addiction, eating attitudes, university students.

Introducción

En Perú, los trastornos de conducta alimentaria (TCA) son una preocupación de interés público. Por ejemplo, según Jaramillo (2021), este problema se ha visto reflejado en el aumento de las consultas psicológicas y psiquiátricas, donde aproximadamente cinco de cada diez atenciones están relacionadas a ello. Esta situación se vincula estrechamente con la creciente exposición a las redes sociales, espacios en los que el aspecto físico es considerado como un sinónimo de éxito. Asimismo, Ciriaco (2023) reporta que, entre los años de 2018 y 2023, estos casos incrementaron en más del 300%, siendo los menores de edad uno de los grupos más afectados.

En tiempos de propagación masiva de COVID-19, las redes sociales pasaron a ocupar un rol importante en la vida de las personas, lo cual se ha mantenido hasta la actualidad. No solo permitieron mantener el contacto interpersonal en tiempos de aislamiento, sino que también se consolidaron como herramientas clave para la difusión de contenidos y estrategias de marketing. Este aumento en el consumo de plataformas como TikTok, Instagram, Facebook y Twitter podría incitar a estándares corporales irreales, que influyan negativamente en la percepción del cuerpo, especialmente entre la población joven. Estas plataformas tienen funciones de brindar información, entretenimiento, y a su vez comunicarnos con nuestros amigos y familiares; sin embargo, su uso excesivo e irresponsable, podría conllevar a riesgos para los usuarios, como la desinformación y normalización de conductas inapropiadas.

Las actitudes alimentarias pueden estar influenciadas por factores como la publicidad emergida entre las plataformas virtuales, o las imágenes de prototipo de cuerpos ideales en las redes sociales (Ojeda et al., 2021). Así mismo, según Benítez et al. (2019) es un problema presente en la población de jóvenes universitarios, pues su investigación indica que hay un riesgo alto de padecer TCA en dicho grupo etario. Encontró que la insatisfacción corporal obtenida fue de un 75% entre ambos sexos y el 40% de las mujeres obtuvieron obsesión por la delgadez; no obstante, los varones son quienes predominan en rasgos bulímicos con un 42%.

Diversos factores contribuyen a la creciente predisposición de los jóvenes universitarios a desarrollar trastornos alimenticios, entre los cuales destaca la influencia de los medios de comunicación y las redes sociales. Estas plataformas también son capaces de transmitir modelos corporales idealizados que, a través de la publicidad y el marketing, se presentan como estándares deseables. La exposición reiterada a cuerpos exhibidos o anuncios que promueven una figura corporal “ideal”, genera una presión social que afecta de forma directa la percepción de la imagen corporal por parte del público. Esta presión, sumada a factores como la dinámica familiar y las tensiones propias de la vida universitaria, puede

desencadenar desequilibrios psicológicos y emocionales. En este contexto, los medios de comunicación juegan un rol activo en la construcción y reforzamiento de estereotipos corporales, influyendo en la población juvenil (Zila-Velasque et al., 2022; Rivarola & Penna, 2006; Díaz-Plaza et al., 2022).

En relación al contexto peruano, Tuesta (2021), determina en su estudio, que el 91,7% de su muestra, utilizaban diariamente el internet, pero había un uso de mayor relevancia en plataformas como Facebook (79,2%), comprobándose así que la adicción a redes, si está presente en jóvenes universitarios peruanos y resulta ser un factor preocupante.

Teniendo en cuenta lo mencionado, se planteó la siguiente interrogante ¿Influye la adicción a redes sociales en las actitudes alimentarias de estudiantes universitarios de Chiclayo, 2024?

El presente estudio, revisa si la adicción a redes sociales es un factor de riesgo que comprometa la salud mental respecto de los TCA, debido a que Jaramillo (2021), menciona un incremento de estos desde la adolescencia.

Por tanto, la investigación planteada, brinda un buen aporte al estudiar la regresión de estas variables, demostrando que la adicción a redes sociales tiene un efecto predictor sobre las actitudes alimentarias. A raíz de ello, resulta importante diseñar estrategias de intervención psicoeducativas orientadas a un uso adecuado de las redes sociales, incluyendo programas de promoción de la salud y prevención de TCA. Los hallazgos obtenidos, pueden fomentar el estudio de otras variables relacionadas como la autoestima, ansiedad, o regulación emocional, para fortalecer el modelo de predicción. Además, se contribuye a enriquecer la literatura sobre ambas variables tanto a nivel regional, como nacional.

El objetivo general de este trabajo fue, analizar si la adicción a redes sociales predice el riesgo de actitudes alimentarias en estudiantes universitarios de Chiclayo 2024, así como por otro lado, se encuentran los objetivos específicos como identificar los niveles de adicción a redes sociales según sexo, identificar qué sexo predomina en la presencia de riesgo de actitudes alimentarias y explorar si las dimensiones de adicción a redes sociales predicen el riesgo de actitudes alimentarias en estudiantes universitarios, Chiclayo, 2024.

Revisión de literatura

Antecedentes

Ojeda et al. (2021), efectuaron una indagación en España con el fin de poder corroborar si hay una relación entre el uso de las redes sociales con padecer algún problema de conducta alimentaria en jóvenes. Participaron 108 personas entre 18 y 30 años; de estos, 35 fueron hombres y 73 fueron mujeres, Para ello utilizaron el Eating Attitudes Test-26 (EAT-

26) en el que se midió el riesgo de tener algún TCA. Los resultados obtenidos mostraron que los participantes con edades más próximas a la adolescencia presentan mayor riesgo de desarrollar problemas de conducta alimentaria, del mismo modo, se determinó una relación significativa entre la frecuencia de uso de redes sociales y el riesgo de padecer un TCA.

Vall-Roqué et al. (2021), realizaron un estudio en España, con el objetivo de determinar si el incremento del uso de redes sociales producto del confinamiento por la COVID-19, influía en niveles de autoestima y en la percepción de la imagen corporal de adolescentes y jóvenes. Se realizó con 2601 mujeres con edades comprendidas entre 14 y los 35 años. Aplicaron un cuestionario de medidas de uso de las redes sociales, autoestima, insatisfacción corporal y afán de delgadez. Se obtuvo como resultado que existía un uso considerablemente alto de redes sociales como Instagram, TikTok, Twitter, Facebook y YouTube y que, además, existía una relación significativa entre el tiempo de uso de Instagram y la insatisfacción corporal.

Espinoza-Guillén & Chavez-Vera (2021), realizaron un análisis del uso de las redes sociales en 2018 jóvenes de una ciudad de Ecuador. Participaron ambos sexos entre las edades de 15 y 24 años. Para ello, se aplicó un cuestionario sociodemográfico y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). Los resultados indicaron que, los hombres pasaban conectados a las redes sociales (72.8%) y que ambos sexos dedicaban entre 3 y 4 horas diarias a su uso.

Bravo y Rodriguez (2025) desarrollaron una investigación no experimental, correlacional y transversal, en el cual buscaron determinar si existía relación entre la adicción a las redes sociales y el riesgo de TCA en adolescentes y adultos jóvenes. Los participantes fueron 102 que pertenecían a una agencia de modelaje. Aplicaron el cuestionario ARS y EAT-26. Se observó que el 32,4% de los participantes alcanzó un nivel alto de adicción a las redes sociales. La dimensión más destacada fue la de control oral, y se encontró una correlación positiva de magnitud moderada entre las variables, la cual resultó estadísticamente significativa.

Tuesta (2021) llevo a cabo un estudio durante la pandemia por la COVID-19 con el fin de determinar la dependencia a las redes sociales en universitarios peruanos, para ello, un total de 96 jóvenes participaron, con edades comprendidas entre los 15 y 29 años de edad, en el cual hicieron uso del cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS). Los resultados fueron que el 91,7% utilizaban internet diariamente, y revisan con mayor frecuencia las redes sociales; Facebook fue la más utilizada (79,2%).

Otero et al. (2023) llevaron a cabo un estudio observacional transversal, con el objetivo de determinar la asociación entre la adicción a redes sociales y la salud mental en estudiantes de Medicina Humana de la Universidad Ricardo Palma (Perú). Se contó con la participación de 454 estudiantes, a los cuales se les administraron el cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), la escala DASS-21 para medir depresión, ansiedad y estrés, y el índice de calidad del sueño de Pittsburgh (PSQI). Los hallazgos indicaron que, el 65,4% correspondía a mujeres y el 41% de la población encuestada se encontraba en nivel bajo de adicción, el 49,1% en nivel medio y 9,9% en nivel alto.

Cardozo (2022) realizó una investigación para determinar la frecuencia de problemas alimentarios y los factores asociados a estos. La investigación se desarrolló en 140 estudiantes universitarios pertenecientes a la carrera de Medicina Humana en Lambayeque, Perú. Para ello se aplicaron encuestas de manera virtual, utilizando el Eating Attitudes Test-26 (EAT-26), mediante el cual se identificó que el 5,3% presentó un diagnóstico probable de un TCA y de estos, el 100% correspondían al sexo femenino.

Bases teóricas

Adicción a las redes sociales

Las adicciones según Madrid (como se cita en Escurra & Salas, 2014), se definen como conductas que se identifican por comportamientos repetitivos que producen placer en la persona inicialmente; sin embargo, con el tiempo se instauran progresivamente como un hábito. Esto produce estados de necesidad descontrolados y en consecuencia el desarrollo de comportamientos adictivos derivados del placer que genera un estímulo.

Las redes sociales son aquellos sitios web disponibles en internet en los cuales, los usuarios realizan publicaciones de fotos, comparten información personal, formaciones académicas o laborales y establecen interacción tanto con personas de su entorno como con desconocidos. Estas plataformas facilitan la relación entre personas de todo el mundo de una manera más rápida y accesible (Hütt, 2012).

Respecto a la adicción a las redes sociales, esta es el resultado de acciones específicas relacionadas a su uso prolongado e inadecuado. Implica mantenerse activo en los entornos virtuales, revisar el celular de manera reiterada y ser partícipes de conversaciones virtuales, las que en ocasiones pueden ser en momentos inapropiados, como durante clases, comidas o mientras se conduce. Esta conducta puede generar el descuido de las relaciones interpersonales, tales como compartir tiempo con amigos, familia o pareja. Asimismo, puede producir la necesidad de permanecer conectado durante amplios períodos de tiempo, llegando incluso a afectar la alimentación y el descanso adecuado (Escurra & Salas, 2014).

Instagram

Instagram fue lanzada en el año 2010 y desde sus inicios tuvo una notable acogida, evidenciando el incremento del número de usuarios y descargas, lo que la posicionó como una de las plataformas más relevantes. Esta aplicación permite tomar y compartir fotos y vídeos, mediante publicaciones o historias, facilitando la difusión de contenido personal. Asimismo, incorporó la función de transmisiones en vivo luego de la compra de Facebook (Moreno, 2018). Según Kemp (2024), indica que, actualmente esta red social cuenta con aproximadamente 2000 millones de usuarios en el mundo.

Facebook

Esta red social fue creada por Mark Zuckerberg en el año 2004. Con el pasar de los años, se convirtió en una plataforma dirigida al público en general y actualmente es una de las más concurrida a nivel mundial. Esta permite que las personas interactúen entre ellas y accedan a información vinculada con la identidad de los usuarios, facilitando el establecimiento de las relaciones amicales y otras formas de vínculo (Aspani et al., 2012).

La frecuencia de usuarios que utilizan esta plataforma es de aproximadamente 3049 millones de usuarios a nivel mundial (Kemp, 2024).

TikTok

El propósito de esta red social es entretener a los usuarios mediante la reproducción de videos cortos acompañados de música, así como, la creación de contenido con diversos efectos y herramientas aplicadas en la propia aplicación (Xu et al., 2019).

Con respecto a esta plataforma, Quiroz (2020) señala que los internautas asumen un rol pasivo frente a la información difundida; sin embargo, también participan activamente al imitar tendencias, modas o retos que promueven entre usuarios.

Según Kemp (2024) informa que su gran acogida se ve presente en la cantidad de usuarios que se presentan registrados en el 2024, los cuales alcanzan aproximadamente los 1562 millones de consumidores a nivel mundial.

X

De acuerdo con Parcelis (2014), esta plataforma fue fundada en 2006 con la finalidad de facilitar la comunicación e interacción entre usuarios; anteriormente fue denominada Twitter. Con el paso del tiempo, se consolidó como un espacio en el que los cibernautas comparten información, imágenes, opiniones y emociones, tanto de manera pública como privada, permitiendo además la conexión entre personas con intereses comunes. Según datos presentados por Kemp (2024), esta red social cuenta con aproximadamente 619 millones de usuarios activos, lo que refleja su alcance global y su impacto en la dinámica social actual.

Martínez-Pastor et al. (2023) señalan que en esta aplicación suelen presentar mensajes acompañados de determinados hashtags, en los que se acentúan temas relacionados con problemas que dañan la integridad de la persona. Este tipo de contenido puede incentivar a la imitación de conductas de riesgo como las autolesiones o prácticas vinculadas al control excesivo de la alimentación y figura corporal. Entre los hashtags más utilizados se encuentra #edtw.

Trastornos de conducta alimentaria

Díaz (2022), indica que son aquellos trastornos de gran significancia que afectan el comportamiento, emociones y creencias relacionadas con la alimentación y la imagen corporal. Estas alteraciones impactan en los esquemas cognitivos de la persona respecto a su forma de alimentarse, lo que puede generar un deterioro en su salud física, así como en sus relaciones interpersonales. Estos trastornos pueden estar influenciados por factores genéticos, sociales, familiares y personales.

Bulimia

La bulimia es uno de los TCA; según Díaz (2022), se distingue por la aparición de episodios recurrentes de atracones, los cuales se realizan en un determinado periodo en el que hay una ingesta de alimentos excesiva. Posteriormente, suelen aparecer sentimientos de culpa o malestar, lo que conduce a llevar a cabo conductas inapropiadas como el inducirse el vómito, usar laxantes o el ejercicio físico en exceso. Este patrón se repite con el tiempo, generando un ciclo persistente de atracones y conductas compensatorias que agravan el problema.

Anorexia

Este trastorno se caracteriza por una insatisfacción corporal marcada, que lleva a la persona a desear estar extremadamente delgada, con restricciones significativas en la ingesta de alimentos. Este problema surge a partir de la adopción de normas rígidas que el sujeto se expone para lograr perder peso de manera rápida y, en ocasiones, desproporcionada con su talla y edad. Asimismo, este trastorno, genera un miedo intenso a aumentar de peso, conllevando una autoexigencia constante respecto a la alimentación restringida y la práctica excesiva de ejercicio físico (Díaz, 2022).

Insatisfacción corporal

Esta es un factor desencadenante en personas con problemas relacionados con la alimentación. Cortez et al. (2023) menciona que se trata de la inconformidad con el propio cuerpo, la cual puede verse influenciada por los medios de comunicación y el entorno social. En estos contextos, se promueven determinados ideales físicos que, en muchos casos, generan

la necesidad de imitación. Dichos ideales suelen ser considerados atractivos, curvilíneos, definidos y con caras bonitas, aludiendo de que lo mostrado es la imagen perfecta de cómo debe encontrarse físicamente una persona. Esta representación altera el ideal de belleza de tanto hombres como mujeres, creyendo necesario ajustarse a esos estándares para ser aceptados en la sociedad.

Teoría del aprendizaje de Albert Bandura

Jara et al. (2018) mencionan que Bandura se basa en tres elementos significativos para definir el aprendizaje de la persona, los cuales son, la interacción con el contexto, la conducta y los procesos psicológicos individuales. Según este enfoque, el entorno, puede moldear la conducta de las personas ya sea de manera negativa o positiva, ya que existe una influencia recíproca que es establecida entre estos componentes. Asimismo, muchas conductas son aprendidas, producto de la observación e imitación de figuras significativas, como padres, vecinos y amigos. Del mismo modo, la autoeficacia resulta ser importante en este proceso, debido a que puede favorecer en una mayor persistencia y esfuerzo ante determinadas tareas, mientras que una baja autoeficacia puede generar desaliento y abandono. En este sentido, la adopción de hábitos alimenticios inadecuados o el desarrollo de una adicción a redes sociales, podrían ser resultado de un aprendizaje social, producto de la observación e imitación de modelos presentes en el entorno.

Modelo tripartito de la influencia

Thompson et al. (2002), explica cómo la insatisfacción corporal y TCA se pueden desarrollar a causa de tres principales influencias sociales: los medios de comunicación, la familia y los grupos de pares. Según estos autores, indican que cuando esto influye, contribuye a la construcción y refuerzo de determinados ideales de belleza, que suelen ser poco realistas, generando presión para cumplir estándares físicos difíciles de alcanzar.

El modelo propone dos procesos clave. El primero es la internalización del ideal corporal, es decir, adoptar como propio el ideal social de belleza, y por otro lado, la comparación social, proceso mediante el cual la persona evalúa su apariencia en función de otras. Cuando estos procesos se intensifican, pueden llegar a provocar una imagen corporal negativa, baja autoestima y conductas alimentarias de riesgo, incrementando la probabilidad de un TCA.

Este modelo permite comprender el impacto de la cultura y el contexto en la percepción corporal, especialmente en la adolescencia y juventud.

Materiales y métodos

Diseño de investigación.

El presente estudio es de tipo predictiva transversal, la cual según Ato et al. (2013), tiene como objetivo, poder examinar una relación funcional prediciendo una variable objetivo a partir de uno o más componentes predictivos. Debido a que se pretendió investigar si la variable de adicciones, es predictiva y funcional con respecto a la variable de actitudes alimentarias en estudiantes universitarios.

Participantes.

La población está compuesta aproximadamente por 11, 858 estudiantes de dos universidades privadas de Chiclayo, según lo reportado en los portales de transparencia hasta el periodo 2024-II. La muestra estuvo comprendida por 310 participantes, con edades de 19 a 25 años, tanto varones como mujeres, que estuvieran cursando su carrera entre el quinto al noveno ciclo. Estos participantes fueron seleccionados por muestreo no probabilístico, usando la técnica bola de nieve (Hernández, 2021). Se excluyeron aquellos estudiantes que no brindaron su consentimiento de manera voluntaria en el estudio y también a extranjeros que se encuentren realizando intercambio. De igual forma se eliminaron las respuestas de quienes no contestaron al menos a una pregunta en los cuestionarios, no colocaron datos sociodemográficos como: edad, ciclo, universidad a la que pertenecen o sexo.

Técnicas e instrumentos.

Se hizo uso de la técnica de encuesta mediante la aplicación de la adaptación del test de Actitudes alimentarias (EAT-12) realizado por Veloso et al. (2010). Este es un instrumento que tiene como objetivo encontrar si el evaluado posee actitudes frente a la alimentación que lo estén perjudicando en ese sentido. Consta de 12 ítems, divididos en 3 dimensiones, de las cuales cada una posee 4 ítems. La escala de respuestas oscila de nunca hasta siempre considerándose del 1-6 en la puntuación. La escala de calificación es de 1 “Nunca”, 2 “Raramente”, 3 “Alguna vez”, 4 “A menudo”, 5 “Muy a menudo”, 6 “Siempre”. Este test se responde marcando la alternativa que más se identifique en cada una de las frases del cuestionario. Esta versión reducida del cuestionario cuenta con un análisis factorial confirmatorio ($\chi^2 / g.l = 2.08$; GFI = .92; AGFI = .88; CFI = .94; RMSEA = .071). Además de Alfa de Cronbach para los tres factores pueden ser considerados satisfactorios: hacer dieta (.87), bulimia y preocupación por la alimentación (.60) y control oral (.52). Se realizó la validez de contenido de dicha prueba, para poder aplicarla bajo el contexto de estudiantes universitarios de Chiclayo.

Se aplicó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) construido por Escurra & Salas (2014), a través de la técnica de encuesta, el cual tiene como objetivo determinar si los estudiantes universitarios presentan adicción a las redes sociales teniendo en cuenta

criterios del diagnóstico de adicción a sustancias del DSM-V. Este cuestionario consta de 24 ítems, 16 dividido en 3 dimensiones, de los cuales, la primera dimensión posee 10 ítems, la segunda presenta 6 ítems y la tercera dimensión consta de 8 ítems. La escala de respuesta se da entre nunca hasta siempre, considerándose una puntuación de 0-4. La escala de calificación es de 0 “Nunca”, 1 “Rara vez”, 2 “Algunas veces”, 3 “Casi siempre” y 4 “siempre”, teniendo en cuenta que el ítem 13 se puntúa de manera inversa. En este cuestionario, se respondió de acuerdo a cómo se identifica el evaluado según la premisa presentada. Por otra parte, este instrumento fue construido y validado en Perú, el cual presenta evidencias de validez de contenido a través de la V de Aiken, de la misma manera se realizó análisis factorial exploratorio y confirmatorio donde los índices de ajuste son ($\chi^2(238) = 35.23$; $p < .05$; $\chi^2/df = 1.48$; GFI = .92; RMR = .06; RMSEA = .04; AIC = 477.28), finalmente la confiabilidad se evaluó mediante el alfa de Cronbach en donde se obtuvo .91, .88 y .92.

Procedimientos.

Los datos fueron recolectados durante el mes de setiembre. Se contactó de manera virtual e individual a estudiantes de dos universidades, a quienes se les explicó el objetivo del estudio y se les invitó a participar voluntariamente. Posteriormente, se les solicitó que compartieran el enlace del formulario con otros estudiantes que cumplieran con los criterios de inclusión, permitiendo de esta manera la ampliación progresiva de la muestra a través de sus redes de contacto. Los instrumentos fueron aplicados a través del Formulario Google, al cual se pudo acceder a través de un enlace o código QR difundido también por redes sociales como Facebook, Instagram y WhatsApp. El formulario incluyó el consentimiento informado, ficha de datos sociodemográficos y ambas pruebas.

Aspectos éticos.

La investigación fue evaluada por el comité de Ética de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, con la finalidad de hacer respetar las normas bioéticas pertinentes para todos los procesos de recolección y procesamiento de la información obtenida.

Del mismo modo, se hizo uso del índice de similitud, a través del informe del software Turnitin, donde se alcanzó un valor menor a 25%.

En la presente investigación se garantizó el principio de respeto y autonomía, ya que los participantes decidieron intervenir de manera voluntaria, sin ningún tipo de condicionamiento.

En relación con el principio de integridad, al tratarse de un estudio realizado de forma virtual, se brindó el consentimiento informado en formato digital, donde se explicaron de

manera clara y comprensible los objetivos de la investigación, así como los beneficios, riesgos y derechos del participante.

En cuanto al principio de justicia, se aseguró que los participantes no fueran privados de ningún beneficio al que tuvieran derecho.

Finalmente, se garantizó el principio de confidencialidad, evitando la identificación personal. Los datos recopilados fueron utilizados únicamente con fines académicos y eliminados una vez procesados.

La información recogida producto de las respuestas dadas en los cuestionarios aplicados, fue utilizada bajo los principios éticos de investigación, con responsabilidad, evitando dañar la integridad de los usuarios, así mismo, los resultados fueron mostrados de manera transparente (APA, 2017).

Procesamiento y análisis de datos.

Después de obtener las respuestas de los participantes en los instrumentos, se trasladaron los datos a la hoja de cálculo de Microsoft Excel, en donde se realizó la codificación de respuestas y la suma de puntajes directos. Seguidamente, se utilizó el programa JAMOVI para el análisis de datos. Para los objetivos predictivos, se aplicó un análisis de regresión lineal múltiple, con el fin de evidenciar la predicción de las dimensiones de la adicción a redes sociales sobre las actitudes alimentarias. Para ello, se evaluó la multicolinealidad mediante el factor de inflación de la varianza (VIF) y la independencia de los errores a través del estadístico de Durbin-Watson. Asimismo, como parte del análisis multivariado, se reportó la varianza explicada, los coeficientes beta estandarizados (β) y sus respectivos niveles de significancia, con el propósito de evaluar el ajuste del modelo y la contribución individual de cada variable predictora. En relación a los objetivos descriptivos, se utilizó la estadística descriptiva mediante la realización de baremos y la distribución de frecuencias en porcentajes para poder identificar los niveles de adicción a redes sociales y de actitudes alimentarias, según la variable sociodemográfica de sexo, así como también las dimensiones. Finalmente, para visualizar los resultados se elaboraron tablas.

Resultados y discusión

Analizar si la adicción a redes sociales predice el riesgo de actitudes alimentarias en estudiantes universitarios de Chiclayo, 2024

En la Tabla 1, se observa que la variable de adicción a redes sociales predice en un nivel moderado ($p = <.001$; $\beta = .491$) a las actitudes alimentarias, explicando el 23.8% de la funcionalidad del modelo. (ver Tabla 1)

Tabla 1

Adicción a redes sociales como predictor de actitudes alimentarias en estudiantes universitarios de Chiclayo, 2024

	Actitudes alimentarias			
	β	R ²	ΔR^2	p
Adicción a redes sociales	.491	.241	.238	<.001

Estos hallazgos guardan relación con los de Bravo y Rodríguez (2025), quienes evidenciaron una correlación positiva moderada y estadísticamente significativa entre la adicción a redes sociales y el riesgo de TCA en adolescentes y adultos jóvenes; dado que los resultados del presente estudio, muestran una tendencia congruente. Estos resultados fortalecen el vínculo entre el uso problemático de redes sociales y determinadas actitudes alimentarias disfuncionales. De manera similar, en esta investigación se encontró que la adicción a redes sociales predice en un nivel moderado las actitudes alimentarias, al igual que en el estudio mencionado, el uso excesivo de redes sociales es un factor predisponente de actitudes alimentarias de riesgo. Ambos hallazgos evidencian que la exposición constante a plataformas digitales, puede influir significativamente en la percepción corporal y en el desarrollo de actitudes alimentarias problemáticas, especialmente en jóvenes.

Por otro lado, este hallazgo guarda relación con lo reportado por Ojeda et al. (2021), dado que evidenciaron una asociación significativa entre el uso excesivo de redes sociales y el riesgo de presentar TCA. Si bien las variables no son exactamente las mismas, ambas investigaciones coinciden en señalar que, utilizar intensivamente estas plataformas, se relaciona con indicadores de riesgo en el ámbito alimentario. De igual manera, Vall-Roqué et al. (2021), pese a que en su estudio se abordó específicamente la percepción corporal y no directamente las actitudes alimentarias, ambas variables, se encuentran estrechamente relacionadas, por lo que respalda la significancia obtenida en el modelo planteado.

Los resultados obtenidos, pueden comprenderse por los factores socioculturales actuales. La exposición continua a redes sociales que promueven ideales estéticos poco realistas, interviene en la comparación social y evaluación corporal, los cuales han sido vinculados con el desarrollo de insatisfacción corporal y conductas alimentarias de riesgo (Fardouly et al., 2015). En este sentido, las redes sociales no solo cumplen funciones recreativas o informativas, sino que también, pueden convertirse en espacios donde se refuerzan prácticas extremas relacionadas con la alimentación.

La Teoría del Aprendizaje Social de Bandura, indica que las personas logran aprender conductas a través de la observación de modelos sociales, por lo tanto, bajo ese contexto, el uso constante de las redes sociales, puede predecir actitudes alimentarias inapropiadas, y generar una exposición constante a las personas por los cuerpos idealizados que se muestran en distintas plataformas, fomentando comparaciones e insatisfacción corporal que conllevan a algún tipo de TCA (Jara et al., 2018).

Asimismo, el Modelo de Influencia Tripartita propuesto por Thompson et al. (2002) respalda estos hallazgos, puesto que plantea que los medios de comunicación actúan como agentes socioculturales que influyen en la comparación social. Estos procesos pueden generar una percepción corporal negativa y en la adopción de actitudes alimentarias disfuncionales. Por tanto, los resultados del presente estudio se alinean con este modelo teórico, evidenciando que un mayor nivel de adicción a redes sociales se asocia con una mayor probabilidad de presentar actitudes alimentarias de riesgo en jóvenes universitarios.

Identificar los niveles de adicción a redes sociales según sexo en estudiantes universitarios, Chiclayo, 2024.

En lo que respecta a los niveles de adicción a redes sociales según sexo, se puede observar que, en relación al sexo femenino, en el nivel bajo hay un 25.2%, en el nivel medio un 51.6% y en el alto un 23.2%. De igual forma, en relación al sexo masculino en el nivel bajo, se halló a un 28.4%, en nivel medio un 42.6% y en alto el 29%. (ver Tabla 2)

Tabla 2

Niveles de adicción a redes sociales según sexo

Niveles de Adicción a las redes sociales	Sexo		Total
	Femenino	Masculino	
Alto	36 23.2 %	45 29%	81 26.1 %
Medio	80 51.6 %	66 42.6 %	146 47.1 %
Bajo	39 25.2 %	44 28.4 %	83 26.8 %
Total	155 100%	155 100 %	310 100 %

Estos resultados evidencian que tanto en mujeres como en varones predomina el nivel medio de adicción a redes sociales, coincidiendo con lo reportado por Otero et al. (2023), quienes también encontraron predominancia en este nivel. Asimismo, se observa que el porcentaje en nivel alto es ligeramente mayor en varones, lo que guarda coherencia con Espinoza-Guillén y Chávez-Vera (2021), quienes señalaron que el sexo masculino es quien utiliza con más frecuencia las redes sociales.

Los datos obtenidos también concuerdan con lo señalado por López (2023), quien refiere que los hombres suelen hacer un uso más constante de las redes sociales, principalmente con fines de entretenimiento y comunicación. Por otro lado, las mujeres tienden a utilizar estas plataformas para vínculos interpersonales o informarse. Esta diferenciación en los motivos de uso, puede explicar los resultados de esta investigación, donde se observa que los varones se encuentran ligeramente en una proporción mayor de nivel alto, aunque ambos sexos presenten porcentajes significativos en el nivel medio.

Golpe et al. (2017), indican que los hombres son quienes acceden más a conectarse de manera continua, porque tienden a jugar de manera competitiva, así como también, dedicar más tiempo de ocio, acceder a contenido pornográfico y realizar apuestas; por el contrario, las mujeres, según estos autores son quienes acceden en menor porcentaje, no obstante, suelen estar más tiempo en redes sociales como Instagram, mensajería instantánea y estudio.

Identificar qué sexo predomina en la presencia de riesgo de actitudes alimentarias en estudiantes universitarios, Chiclayo, 2024.

En relación al sexo que predomina en el riesgo de actitudes alimentarias, se obtuvo que el sexo femenino en el nivel bajo está presente en un 25.2%, en nivel medio un 43.2% y en alto el 31.6%. De igual manera, en relación al sexo masculino en cuanto al nivel bajo, se halló a un 30.3%, en nivel medio un 46.5% y en alto el 23.2%. Por lo cual, se puede afirmar que el sexo femenino es el que está más expuesto a la presencia de riesgo de actitudes alimentarias. (ver Tabla 3)

Tabla 3

Sexo que predomina en el riesgo de actitudes alimentarias

Niveles de actitudes alimentarias	Sexo		Total
	Femenino	Masculino	
Alto	49	36	85
	31.6 %	23.2 %	27.4 %
Medio	67	72	139
	43.2 %	46.5 %	44.8 %

Bajo	39 25.2 %	47 30.3 %	86 27.7 %
Total	155 100%	155 100%	310 100%

En relación con el riesgo de actitudes alimentarias según sexo, los resultados evidencian que el nivel alto es mayor en mujeres, lo que indica una mayor vulnerabilidad del género femenino frente a este tipo de conductas y que coincide con lo reportado por Cardozo (2022), quien también encontró que el sexo femenino presenta mayor exposición de actitudes alimentarias disfuncionales.

Del mismo modo, estos resultados se pueden explicar por factores socioculturales que ejercen una presión diferenciada según género. Los estereotipos de delgadez y los ideales de belleza difundidos por las redes sociales, impactan con mayor intensidad en el sexo femenino, alterando la satisfacción corporal. Los universitarios se encuentran en un periodo de transición caracterizado por altos niveles de estrés, cambios en los hábitos alimenticios y mayor presión social, lo cual puede incrementar la aparición de conductas alimentarias inadecuadas, especialmente en el género femenino (Maldonado et al., 2024).

La prevalencia según el género que predomina en padecer algún TCA en diversos estudios, indican que el sexo femenino es el más expuesto en mujeres adolescentes y jóvenes (Arija-Val, et al. 2022). Asimismo, la Asociación contra la anorexia y la bulimia (2022), indica que, de cada 10 casos de TCA, 9 son mujeres y 1 es hombre, es decir, que ser mujer implica estar más expuesta a ello.

Explorar si las dimensiones de adicción a redes sociales predicen el riesgo de actitudes alimentarias en estudiantes universitarios, Chiclayo, 2024.

En la Tabla 4, se evidencia que la única dimensión que podría predecir a las actitudes alimentarias es la Obsesión por las redes sociales ($p = <.001$; $\beta = .509$), sin embargo, la interacción de las tres variables, solo puede explicar en un 25.9% el funcionamiento de las actitudes alimentarias. (ver Tabla 4)

Tabla 4

Dimensiones de adicción a redes sociales como predictor de actitudes alimentarias en estudiantes universitarios de Chiclayo, 2024

Actitudes alimentarias				
	β	R^2	ΔR^2	p
Obsesión por las redes sociales	.509	.267	.259	<.001
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	-.156	.267	.259	.174
Uso excesivo de las redes sociales	.154	.267	.259	.217

En el estudio de Bravo y Rodríguez (2025) evidenciaron una correlación moderada en una muestra con características particulares, como el de pertenecer a una agencia de modelaje, donde la imagen corporal es más relevante; en la presente investigación, el modelo de regresión indicó que la dimensión de obsesión a las redes sociales resulta ser un predictor importante. Esto indica que, aunque la influencia es significativa, existen otros factores individuales, sociales y culturales que también intervienen en el desarrollo de dichas actitudes, especialmente en población universitaria. Para los estudiantes, la obsesión por redes sociales puede crear comparaciones sociales que antes podrían no existir, por lo cual se vuelven una fuente de estándares corporales que generan insatisfacción, aunque no estén en un entorno de exigencia estética.

Griffiths (como se cita en Pellegrino et al., 2022) señala que el uso problemático de redes sociales involucra una preocupación excesiva y motivación interna por conectarse, lo que refleja un componente cognitivo y emocional más que solo la cantidad de tiempo conectado. Indica que la adicción se da por un patrón de preocupación excesiva y consecuencias negativas en la vida de la persona, por lo que abarca más que el uso excesivo de las plataformas.

Según el modelo Tripartita de la Influencia de Thompson et al. (2002), plantea que los medios de comunicación, los pares y la familia, son factores que influyen de manera clave en el desarrollo de la imagen corporal, los TCA y, por ende, a las actitudes alimentarias de riesgo. En las redes sociales se presentan distintos modelos corporales a los cuales muchas personas están expuestas a ver mientras más tiempo pasen en ellas. La obsesión amplifica la exposición a estos modelos idealizados en redes, generando más comparaciones sociales y aumentando la insatisfacción corporal.

Conclusiones

El uso constante de estas plataformas virtuales podría tener un impacto negativo en la percepción de la imagen corporal de los estudiantes, afectando así sus actitudes alimentarias.

Se encontraron niveles medios predominantes en la adicción a redes sociales. Sin embargo, existe un porcentaje más elevado de adicción en el sexo masculino con un 29%, ello quiere decir, que un número considerable de estudiantes varones, presentan uso excesivo de las plataformas.

En cuanto al riesgo de actitudes alimentarias en los estudiantes con quienes se realizó la investigación, el sexo femenino es el que está más expuesto evidenciándose en un 31.6% frente al 23.2% en el nivel alto, encontrándose en un porcentaje más elevado en comparación del sexo masculino. Esto quiere decir que, en su mayoría, las mujeres, sean más propensas a padecer de algún TCA.

Finalmente, se encontró que la dimensión de obsesión por las redes sociales es significativa; por el contrario, no se evidenció la influencia entre la dimensión de falta de control personal en el uso de las redes sociales y la variable dependiente, y, de igual manera, tampoco con la dimensión de uso excesivo de redes sociales.

Recomendaciones

Diseñar y aplicar charlas y talleres de sensibilización dirigidos a estudiantes universitarios, que estén orientados al uso consciente, saludable y seguro de las redes sociales, para promover hábitos digitales que prevengan conductas asociadas al excesivo uso de estas plataformas.

Es recomendable que las instituciones generen programas de promoción y prevención dirigidas especialmente al sexo femenino quien es la población más propensa a actitudes alimentarias disfuncionales, en la que se aborden el correcto uso de los hábitos alimenticios. Además, abordar factores de riesgo, como la presión social ejercida por los medios de comunicación sobre la imagen corporal, promoviendo la autoestima y el desarrollo de una imagen corporal positiva.

Se recomienda realizar investigaciones a futuro que incluyan otras variables en las que se encuentre causa efecto en relación con las actitudes alimentarias, con el objetivo de orientar intervenciones más específicas.

Capacitar a los docentes y tutores que interactúan con los estudiantes universitarios en la identificación temprana de señales relacionadas con la adicción a redes sociales y actitudes alimentarias disfuncionales, para poder fortalecer la prevención del riesgo de desarrollar algún TCA.

Referencias

- American Psychological Association. (2017). *Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct*. APA. www.apa.org/ethics/code/index.aspx
- Arija-Val, V., Santi-Cano, M., Novalbos-Ruiz, J., Canals, J., & Rodríguez-Martín, A. (2022). Caracterización, epidemiología y tendencias de los trastornos de la conducta alimentaria. *Nutrición Hospitalaria*, 39(2), 8-15. <https://dx.doi.org/10.20960/nh.04173>
- Asociación contra la anorexia y la bulimia (2022). *Los trastornos de conducta alimentaria ¿Qué son los TCA? Factores de riesgo y síntomas*. <https://www.acab.org/es/los-trastornos-de-conducta-alimentaria/que-son-los-tca/factores-de-riesgo-y-sintomas/>
- Aspani, S., Sada, M., & Shabot, R. (2012). Facebook y vida cotidiana. *Alternativas en Psicología*, (27), 107-114. <https://alternativas.me/attachments/article/12/9.%20Facebook%20y%20vida%20cotidiana%20-%20Alternativas%20en%20Psicolog%C3%ADa%20-%202027.pdf>
- Ato, M., López, J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/analesps.29.3.178511/152221>
- Benítez, A., Sánchez, S., Bermejo, M., Franco, L., García-Herráiz, M., & Cubero, J. (2019). Análisis del riesgo de sufrir trastornos alimentarios en jóvenes universitarios de Extremadura (España). *Enfermería Global*, 18(54), 124-143. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412019000200005
- Bravo M. & Rodriguez, M. (2025). Adicción a las redes sociales y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes y adultos jóvenes. *Revista ecuatoriana de psicología*, 8(22), 326–342. <https://doi.org/10.33996/repsi.v8i22.199>
- Cardozo, Y. (2022). *Frecuencia de trastornos alimenticios y factores asociados en estudiantes de la Facultad de Medicina de una universidad lambayecana, 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/4636/1/TL_CardozoAyonYmySolange.pdf
- Ciriaco, M. (2023, 28 de octubre). Crisis silenciosa en Perú: Trastornos alimenticios en menores de edad se triplicaron en 5 años. *El Comercio*. <https://elcomercio.pe/peru/trastornos-alimenticios-en-menores-de-edad-crecieron-300-en-5-anos-el-avance-de-la-problematica-en-las-regiones-y-los-signos-de-alarma-informe-anorexia-bulimia-salud-mental-obesidad-vigorexia-ecdata-noticia/?ref=ecr>

- Cortez, C., Romo, G., Sagnai, J., & Mena, V. (2023). Insatisfacción corporal y las habilidades sociales en los adolescentes. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 5(4), 282-291. <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v5i4.667>
- Díaz, C. (2022). Trastornos de la conducta alimentaria. *Revista Aosma*, (31), 68-74.
- Díaz-Plaza, M., Belmonte-Cortés, S., Novalbos-Ruiz, J., Santi-Cano, M., & Rodríguez-Martín, A. (2022). Publicidad y medios de comunicación en los trastornos de la conducta alimentaria. *Nutrición Hospitalaria*, 39(2). <https://doi.org/10.20960/nh.04179>
- 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>
- Espinoza-Guillén, M., & Chavez-Vera, S. (2021). El uso de las redes sociales: Una perspectiva de género. *Maskana*, 12(2), 19-24. <https://doi.org/10.18537/mskn.12.02.03>
- Fardouly, J., Diedrichs, P., Vartanian, L. & Haliwell, E. Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body image*, 13, 38-45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>
- Golpe, S., Gomez, P., Kim, S., Braña, T. & Rial, A. (2017). Diferencia de sexo en el uso de internet en adolescentes españoles. *Psicología Conductual*, 25(1), 129-146. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2018/10/08.Golpe_25-1.pdf
- Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3). https://www.researchgate.net/publication/366367215_Aproximacion_a_los_distintos_tipos_de_muestreo_no_probabilistico_que_existen/link/6417513c66f8522c38ba9a6a/download
- Hütt, H. (2012). Las redes sociales: Una nueva herramienta de difusión. *Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*, 91(2), 121-128. <https://www.redalyc.org/pdf/729/72923962008.pdf>
- Jara, M., Olivera, M., & Yerrén, E. (2018). Teoría de la personalidad según Albert Bandura. *Revista JANG*, 7(2), 22-25.
- Jaramillo, A. (2021, 10 de agosto). EsSalud alerta sobre aumento de casos de trastornos alimentarios en adolescentes desde los 11 años. *El Peruano*. <https://elperuano.pe/noticia/126450-essalud-alerta-sobre-aumento-de-casos-de-trastornos-alimentarios-en-adolescentes-desde-los-11-anos>

- Kemp, S. (2024). *Digital 2024: Global overview report*. DataReportal. https://datareportal.com/reports/digital-2024-global-overview-report?utm_source=Global_Digital_Reports&utm_medium=Analysis_Article&utm_campaign=Digital_2024&utm_content=Digital_2024_Deep_Dive_Article
- Lopez, A. (2023). Influencia del género en el uso de las redes sociales virtuales en estudiantes universitarios. *APANAC*, 258-253.
- Maldonado, J., Zambrano, N. & Mancilla, K. (2024). Estereotipos de belleza en redes sociales: impacto en la autoestima femenina. *Religación*, 9(40), e2401183. <https://doi.org/10.46652/rgn.v9i40.1183>
- Martínez-Pastor, E., Atauri-Mezquida, D., Nicolás-Ojeda, M., & Blanco-Ruiz, M. (2023). Visualización e interpretación de las interacciones en los mensajes de autolesiones no suicidas en Twitter. *Revista Hispana para el Análisis de Redes Sociales*, 34(2), 238-253.
- Martínez, X., Dafonte, A., & García, S. (2017). Usos de las aplicaciones móviles de mensajería en la docencia universitaria: Telegram. *UMA Editorial*. https://www.investigobiblioteca.uvigo.es/xmlui/bitstream/handle/11093/905/Telegram_docencia.pdf?sequence=1
- Moreno, A. (2018). *Uso de las redes sociales Facebook, Twitter e Instagram en el informativo Extremadura Noticias de canal Extremadura Televisión* [Tesis de licenciatura, Universidad de Extremadura]. https://dehesa.unex.es:8443/bitstream/10662/8154/1/TFGUEX_2018_Moreno_Fernandez.pdf
- Ojeda-Martín, A., López-Morales, M., Jáuregui-Lobera, I., & Herrero-Martín, G. (2021). Uso de redes sociales y riesgo de padecer TCA en jóvenes. *Revista JONNPR*, 6(10), 1289-1307. <https://jonnpr.com/PDF/4322.pdf>
- Otero, F., Picoy, P., & Espinoza, 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). <http://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v23i4.5920>
- Parcelis, M. (2014). Función e innovación social: el caso Twitter. *Revista Iberoamericana de Ciencia, Tecnología y Sociedad - CTS*, 9(25), 53-71. <https://www.redalyc.org/pdf/924/92429919004.pdf>

- Pellegrino, A., Stasi, A. y Bhatiasevi, V. (2022). Research trends in social media addiction and problematic social media use: A bibliometric analysis. *Front Psychiatry*, (13). 10.3389/fpsyt.2022.1017506
- Quiroz, N. (2020). TikTok: la aplicación favorita durante el aislamiento. *Revista Argentina de Estudios de Juventud*, (14), 1-9. <https://doi.org/10.24215/18524907e044>
- Rivarola, M., & Penna, F. (2006). Los factores socioculturales y su relación con los trastornos alimentarios e imagen corporal. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 8(2), 61-72. <https://www.redalyc.org/pdf/802/80280205.pdf>
- Rodriguez, M. y Bravo, M. (2025). Adicción a las redes sociales y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes y adultos jóvenes. *Revista ecuatoriana de psicología*, 8(22), 326 – 342. <https://doi.org/10.33996/repsi.v8i22.199>
- Thompson, K., Van den Berg, P., Obremski-Brandon, K. & Covert, M. (2002). The Tripartite Influence model of body image and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation testing the mediational role of appearance comparison. *Journal of Psychosomatic Research*, 53(5), 1007-1020. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(02\)00499-](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(02)00499-)
- Tuesta, J. (2021). Dependencia de los universitarios peruanos a las redes sociales durante la pandemia de la COVID-19. *Investigación y Postgrado*, 36(1), 131-144. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8035988>
- Vall-Roqué, H., Andrés, A., & Saldaña, C. (2021). The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances, and self-esteem among adolescent and young women. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 110(6). <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2021.110293>
- Veloso, V., Lucena, S., Santos, W., Gouveia, S., & Cavalcanti, J. (2010). Test de actitudes alimentarias: Evidencias de validez de una nueva versión reducida. *Interamerican Journal of Psychology*, 44(1), 28-36.
- Xu, L., Yan, X., & Zhang, Z. (2019). Research on the Causes of the “Tik Tok” App Becoming Popular and the Existing Problems. *Journal of Advanced Management Science*, 7(2), 10.18178/joams.7.2.59-63
- Zila-Velasque, J., Grados-Espinoza, P., Regalado-Rodríguez, K., Luna-Córdova, C., Sierra, G., Diaz-Vargas, M., Sifuentes-Rosales, J., & Diaz-Vélez, C. (2022). Prevalencia y factores del trastorno de conducta alimentaria en estudiantes de Medicina Humana del Perú en el contexto de la pandemia de COVID-19: Estudio multicéntrico. *Revista*

Colombiana de Psiquiatría, 54(1),

1-10.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0034745022000853?via%3Dihub>

Anexos

Anexo 01. Resultados de Juicio de Expertos

Ítems	Categorías	V de Aiken	IC 95%	Ítems adaptados
1. Estoy preocupado/a por el deseo de estar más delgado/a.	Claridad	.93	[.70-.99]	No requiere modificación
	Coherencia	.8	[.55-.93]	
	Relevancia	.8	[.55-.93]	
2. Me da mucho miedo pesar demasiado.	Claridad	1	[.80-1.00]	No requiere modificación
	Coherencia	.8	[.55-.93]	
	Relevancia	.8	[.55-.93]	
3. Me he propuesto hacer régimen	Claridad	.4	[.20-.64]	Requiere modificación
	Coherencia	.73	[.48-.89]	
	Relevancia	.87	[.62-.96]	
4. Cuando hago ejercicio, pienso en quemar calorías.	Claridad	.93	[.70-.99]	No requiere modificación
	Coherencia	.93	[.70-.99]	
	Relevancia	1	[.80-1.00]	
5. Siento que los alimentos controlan mi vida.	Claridad	.8	[.55-.93]	No requiere modificación
	Coherencia	.67	[.42-.85]	
	Relevancia	.67	[.42-.85]	
6. Me siento impulsado/a vomitar después de las comidas.	Claridad	.93	[.70-.99]	No requiere modificación
	Coherencia	1	[.80-1.00]	
	Relevancia	1	[.80-1.00]	
7. Me preocupo mucho por la comida.	Claridad	.87	[.62-.96]	No requiere modificación
	Coherencia	.8	[.55-.93]	
	Relevancia	.8	[.55-.93]	
8. A veces me he atiborrado de comida, sintiendo que era incapaz de parar de comer.	Claridad	.67	[.42-.85]	No requiere modificación
	Coherencia	.73	[.48-.89]	
	Relevancia	.93	[.70-.99]	
9. Los demás piensan que estoy demasiado delgado/a.	Claridad	.8	[.55-.93]	No requiere modificación
	Coherencia	.8	[.55-.93]	
	Relevancia	.8	[.55-.93]	
10. En las comidas tardo más tiempo que los demás.	Claridad	.87	[.62-.96]	No requiere modificación
	Coherencia	1	[.80-1.00]	
	Relevancia	1	[.80-1.00]	
11. Tengo la impresión de que los demás preferirían que yo comiese más.	Claridad	1	[.80-1.00]	No requiere modificación
	Coherencia	1	[.80-1.00]	
	Relevancia	1	[.80-1.00]	
12. Noto que los demás me presionan para que coma.	Claridad	.93	[.70-.99]	No requiere modificación
	Coherencia	.8	[.55-.93]	
	Relevancia	.8	[.55-.93]	

Anexo 02. Resultados de estudio piloto

	Medi a	DE	Vari anza	Asim etría	Curtos is	Rit	α	1	2	3	4	5	6
ÍTE M 1	3.03	1.497	2.24	.204	-.7838	.729		20 %	20 %	16. 7%	30%	6.7%	6.7%
ÍTE M 2	3.33	1.446	2.092	.247	-.5823	.796	.79	10 %	20 %	26. 7%	23.3 %	10%	10%
ÍTE M 3	3.37	1.066	1.137	.465	.5849	.348	7	3.3 %	10 %	53. 3%	16.7 %	13.3 %	3.3%
ÍTE M 4	3.57	1.478	2.185	.341	-.6699	.594		6.7 %	13. 3%	40 %	13.3 %	10%	16.7 %
ÍTE M 5	3.03	1.351	1.826	.564	-.1377	.857		10 %	30 %	26. 7%	20%	6.7%	6.7%
ÍTE M 6	1.7	.915	.838	.948	-.3618	.62	.9	56. 7%	20 %	20 %	3.3%	–	–
ÍTE M 7	3.3	1.119	1.252	.304	.0559	.833		3.3 %	20 %	36. 7%	26.7 %	10%	3.3%
ÍTE M 8	2.97	1.217	1.482	.436	-.8338	.841		6.7 %	36. 7%	26. 7%	13.3 %	16.7 %	–
ÍTE M 9	2	1.174	1.379	1.368	1.3004	.87		40 %	40 %	6.7 %	6.7%	6.7%	–
ÍTE M 10	2.4	.894	.8	.632	1.2609	.651	.91	13. 3%	43. 3%	36. 7%	3.3%	3.3%	–
ÍTE M 11	2	1.287	1.655	1.457	1.8652	.941	9	46. 7%	30 %	6.7 %	13.3 %	–	3.3%
ÍTE M 12	1.87	1.252	1.568	1.736	2.9848	.831		53. 3%	26. 7%	6.7 %	10%	–	3.3%

Anexo 03. Percentiles de niveles de adicción a redes sociales

	Total ARS
N	310
Perdidos	0
Media	46.1
Mediana	46
Desviación estándar	19.2
Mínimo	0
Máximo	92
10percentil	21.9
20percentil	28
25percentil	32
30percentil	35
40percentil	41
50percentil	46
60percentil	52
70percentil	57
75percentil	59
80percentil	63
90percentil	70.1

Anexo 04. Percentiles de niveles de actitudes alimentarias

	Total EAT-12
N	310
Perdidos	0
Media	33
Mediana	31
Desviación estándar	10.5
Mínimo	12
Máximo	68
10percentil	21
20percentil	25
25percentil	26
30percentil	27
40percentil	28.6
50percentil	31
60percentil	34
70percentil	37
75percentil	38
80percentil	41
90percentil	49

Anexo 05. Consentimiento informado

Datos informativos:

Institución : Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo

Investigadora: Seclen Lozano Adriana Alexandra

Título : Influencia de la adicción a redes sociales en las actitudes alimentarias de estudiantes universitarios de Chiclayo, 2024

Propósito de estudio

Apreciado estudiante universitario: Este estudio tiene como objetivo analizar si la adicción a las redes sociales (ARS) predice el riesgo en las actitudes alimentarias (EAT-12) en estudiantes universitarios de Chiclayo 2024. En tal sentido, al desarrollar ambos cuestionarios, daré por entendido que ofrece su consentimiento informado.

Procedimientos:

Si usted acepta participar en este estudio se le pedirá que responda a las preguntas de dos cuestionarios presentados a continuación, los cuales poseen una duración aproximada de 15 minutos.

Riesgos:

Los posibles riesgos son mínimos al participar en este estudio.

Beneficios:

Los datos recopilados, serán material de uso para determinar si la adicción a redes sociales predice el riesgo en actitudes alimentarias.

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. Una vez procesados los datos, serán eliminados.

Uso de la información obtenida:

Deseamos conservar la información obtenida de los cuestionarios guardada en un archivo por un periodo de 2 años, con el fin de verificar la fuente de la presente investigación. Posterior a ello, será eliminado.

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 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

Anexo 06. EAT-12

ÍTEMS	Nunca	Raramente	Alguna vez	A menudo	Muy a menudo	Siempre
1. Estoy preocupado/a por el deseo de estar más delgado/a						
2. Me da mucho miedo pesar demasiado						
3. Me he propuesto hacer régimen alimenticio.						
4. Cuando hago ejercicio, pienso en quemar calorías						
5. Siento que los alimentos controlan mi vida						
6. Me siento impulsado/a a vomitar después de las comidas						
7. Me preocupo mucho por la comida						
8. A veces me he atiborrado de comida, sintiendo que era incapaz de parar de comer						
9. Los demás piensan que estoy demasiado delgado/a						
10. En las comidas tardo más						

tiempo que los demás						
11. Tengo la impresión de que los demás preferirían que yo comiese más						
12. Noto que los demás me presionan para que coma.						

Anexo 07. Cuestionario de adicción a redes sociales

ÍTEMS	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Rara vez	Nunca
1. Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
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.					
---	--	--	--	--	--

Anexo 08. Correos solicitando permisos para utilizar cuestionarios

SECLLEN LOZANO ADRIANA ALEXANDRA
 Para: vvgouveia@hotmail.com
 Lun 19/08/2024 20:18

Este mensaje está en Portugués (Brasil) Traducir a Español No traducir nunca de Portugués (Brasil)

Boa noite, querido Valdiney Veloso Gouveia, sou Adriana Seclen Lozano, aluna do 8º ciclo de Psicologia da Universidade Católica Santo Toribio de Mogrovejo - Lambayeque - Peru. O motivo pelo qual estou escrevendo esta mensagem é que estou iniciando meu projeto de tese e o tema escolhido é a dependência de redes sociais como preditor de risco de atitudes alimentares em estudantes universitários, portanto, gostaria de pedir sua permissão para usar o instrumento do qual você fez uma versão reduzida (EAT-12) e se você poderia me fornecer os itens e as escalas de sua pesquisa "Eating Attitudes Test: Evidence of Validity of a New Reduced Version".
 Aguardo sua pronta resposta.
 Muito obrigado, tenha um bom dia.

SECLLEN LOZANO ADRIANA ALEXANDRA
 Para: e.salasb@hotmail.com; mescurra@peru.com
 Lun 19/08/2024 17:34

Buenas tardes estimados Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas, soy Adriana Seclen Lozano estudiante del 8º ciclo de Psicología de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo - Lambayeque - Perú. El motivo por el cual les escribo este mensaje es que me encuentro empezando a realizar mi proyecto de tesis y mi tema elegido es la adicción a redes sociales como predictor de riesgo de actitudes alimentarias en estudiantes universitarios, por ello, quería pedirles permiso para hacer uso del instrumento que construyeron y validaron y si me podrían proporcionar los ítems, baremos y niveles de su investigación "CONSTRUCCIÓN Y VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS)".
 Espero su pronta respuesta.
 Muchas gracias, que tengan un buen día.

Anexo 09. Aprobación por parte de comité de ética



CONSEJO DE FACULTAD
RESOLUCIÓN N° 126-2026-USAT-FMED
Chiclayo, 25 de febrero de 2026

Vista la solicitud virtual N° TRL-2026-2970 en virtud de la aprobación con fecha 18 de febrero de 2026 por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina del Proyecto de Investigación de la estudiante SECLÉN LOZANO ADRIANA ALEXANDRA, del Programa de Estudios de Psicología. Asesor: Dra. Marilia Sibebe Cortez Vidal.

CONSIDERANDO:

Que esta investigación forma parte de las áreas y líneas de investigación del Programa de Estudios de Psicología.

Que el proyecto de Investigación denominado: **INFLUENCIA DE LA ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN LAS ACTITUDES ALIMENTARIAS DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE CHICLAYO, 2024**, fue aprobado por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina.

En uso de las atribuciones conferidas por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo;

SE RESUELVE:


Artículo 1º.- Anular y dejar sin efecto la Resolución N° 417-2024-USAT-FMED de fecha 26.09.2024.

Artículo 2º.- Declarar aprobado el Proyecto de Investigación para continuar con el proceso de recolección de datos y finalización del mismo.


Artículo 3º.- Dar a conocer la presente resolución a la interesada.

Regístrese, comuníquese y archívese.




Mtro. Martha Roxana Rodríguez Rodríguez
 Secretaria Académica
 Facultad de Medicina




Mtro. Sorey Garlet Gayoso Dianderas
 Decano (e)
 Facultad de Medicina