



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



**Redes Sociales y el desarrollo de Trastornos Alimenticios en Jóvenes de sexo femenino
en edades entre 17 y 21 años de la Universidad Popular del Cesar.**

Ivanna Karina Manjarres Suarez



María Carolina Corzo Mendoza

Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales

Universidad Popular del Cesar

Programa de Psicología

2022

 <p>Universidad Popular del Cesar</p>	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	 <p>PROGRAMA DE PSICOLOGÍA Universidad Popular del Cesar PSI</p>
--	--	--

Redes Sociales y el desarrollo de Trastornos Alimenticios en Jóvenes de sexo femenino en edades entre 17 y 21 años de la Universidad Popular del Cesar.

Proyecto de grado para optar al título de psicólogas

Ivanna Karina Manjarres Suarez

María Carolina Corzo Mendoza

Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales

Universidad Popular del Cesar

Programa de Psicología

2022





**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Dedicatoria

El presente proyecto de grado es dedicado a nuestros padres que han hecho un gran sacrificio día a día para brindarnos las herramientas necesarias para poder culminar esta carrera universitaria, han sido el pilar de nuestros estudios y nos han ayudado a seguir y culminar esta etapa de nuestras vidas con su fortaleza, paciencia y amor.

 <p>Universidad Popular del Cesar</p>	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	 <p>PROGRAMA DE PSICOLOGÍA Universidad Popular del Cesar PSI</p>
--	---	--

Agradecimientos

Primeramente, agradecer a Dios, que es quien lo hace todo posible. A los docentes con los que hemos tenido la oportunidad de compartir conocimiento a lo largo de esta carrera, los cuales se han esforzado por enseñarnos y formarnos como las excelentes profesionales que seremos al graduarnos. Y también a nuestros padres, por habernos apoyado y guiado en este camino. Estaremos siempre agradecidas.



	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

Tabla de Contenido

Dedicatoria	3
Agradecimientos	4
Capítulo I El Problema	13
Planteamiento del problema	13
Pregunta de Investigación.	18
Objetivos	18
Objetivo general:	18
Objetivos específicos:	18
Justificación	19
Capítulo II Marco Teórico Referencial	21
Antecedentes de la Investigación	21
Bases Teóricas	28
Redes sociales	28
Tecnologías de la información y la comunicación (TIC)	28
Teoría de las redes sociales	32
Hipótesis del flujo de comunicación en dos pasos	32



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



La teoría de los lazos débiles.	33
Tipos de redes sociales	36
Desventajas de las redes sociales	37
Adicción a redes sociales	38
Características de la adicción a internet	39
Trastornos alimenticios	40
Tipos comunes de trastornos alimentarios	43
Trastorno por atracón compulsivo (BED)	43
Bulimia nerviosa	44
Anorexia nerviosa	45
Otro trastorno alimentario especificado	46
Síntomas de los trastornos alimentarios	46
Causas del desarrollo de trastornos alimentarios	48
Marco legal	51
Marco contextual	53
Capítulo III Marco Metodológico	54
Enfoque de la Investigación	54



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Tipo de Investigación	55
Diseño y Corte	55
Población, muestra y muestreo	56
Técnica e Instrumentos de recolección de datos	57
Escala de riesgo de adicción- adolescentes a las redes sociales e internet ERA-RSI	57
Validez y confiabilidad	58
Operacionalización	59
Calificación	61
Baremación de la ERA-RSI	62
2. Instrumento EAT-40	63
Validez y confiabilidad	63
Operacionalización	64
Calificación	67
Baremación	67
Técnica de análisis de datos	69
Consideraciones Éticas de la Investigación	69
Procedimiento	70



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Capítulo IV resultados de la investigación	71
Análisis de los resultados	71
Características sociodemográficas	72
Uso de las redes sociales	74
Desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria	79
Prueba de normalidad	83
Correlaciones	85
Discusión de los resultados	94
Conclusiones	100
Recomendaciones	102
Referencias Bibliográficas	105
Anexos	114



Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales



Índice de tablas

Tabla 1. <i>Operacionalización de variables de la escala de Riesgo – Adicción Adolescentes a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI)</i>	45
Tabla 2. <i>Baremación ERA-SRI</i>	48
Tabla 3. <i>Operacionalización de Variables del Instrumento EAT-40</i>	50
Tabla 4. <i>Baremos de interpretación del instrumento EAT</i>	54
Tabla 5. <i>Prueba de normalidad de las variables</i>	66
Tabla 6. <i>Correlación entre la dimensión síntomas de adicción y preocupación por la comida.</i>	67
Tabla 7. <i>Correlación entre la dimensión síntomas de adicción y restricción alimentaria</i>	68
Tabla 8. <i>Correlación entre la dimensión síntomas de adicción y uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos</i>	68
Tabla 9. <i>Correlación entre la dimensión uso social y preocupación por la comida</i>	69
Tabla 10. <i>Correlación entre la dimensión uso social y restricción alimentaria</i>	69
Tabla 11. <i>Correlación entre la dimensión uso social y uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos</i>	70
Tabla 12. <i>Correlación entre la dimensión rasgos frikis y la preocupación por la comida</i>	70
Tabla 13. <i>Correlación entre la dimensión rasgos frikis y la restricción alimentaria</i>	71



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**





Tabla 14. <i>Correlación entre la dimensión rasgos frikis y el uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos</i>	71
Tabla 15. <i>Correlación entre la dimensión nomofobia y la preocupación por la comida</i>	72
Tabla 16. <i>Correlación entre la dimensión nomofobia y la restricción alimentaria</i>	72
Tabla 17. <i>Correlación entre la dimensión nomofobia y el uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos</i>	73
Tabla 18. <i>Correlación entre la variable uso de redes sociales y desarrollo de trastornos alimenticios</i>	73



Índice de figuras

Figura 1. <i>Sexo de los participantes</i>	56
Figura 2. <i>Edad de las participantes</i>	57
Figura 3. <i>Estado civil de las participantes</i>	57
Figura 4. <i>Dimensión síntomas de adicción</i>	58
Figura 5. <i>Dimensión uso social</i>	59
Figura 6. <i>Dimensión rasgos frikis</i>	60
Figura 7. <i>Dimensión nomofobia</i>	61
Figura 8. <i>Resultados de la variable uso de redes sociales</i>	62
Figura 9. <i>Dimensión preocupación por la comida</i>	63
Figura 10. <i>Dimensión restricción alimentaria</i>	64
Figura 11. <i>Dimensión uso y/o abuso de laxantes y presencia de vómitos</i>	64
Figura 12. <i>Resultados de la variable desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria</i>	65

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

Índice de anexos

<i>Anexo 1. Consentimiento Informado</i>	90
<i>Anexo 2. Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI)</i>	92
<i>Anexo 3. Instrumento EAT-40</i>	94



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Capítulo I El Problema

Planteamiento del problema

Los trastornos de la conducta alimentaria son una problemática que se relaciona con la manera de alimentarse de los sujetos, y a su vez, se asocia con la percepción que tienen los individuos sobre su propio físico, no obstante, en la adolescencia suele ser más frecuente el desarrollo de estos trastornos y más si se tiene en cuenta el uso excesivo de la tecnología en la actualidad y los servicios que ésta ofrece, como las redes sociales, mismas en las que se promueve con mucha facilidad determinados estereotipos de belleza establecidos por la sociedad ejerciendo presión en los adolescentes a cumplir dicho estereotipo a como dé lugar. En la adolescencia la aparición de estos problemas es más frecuente a causa de la vulnerabilidad que caracteriza esta etapa en la que se está formando la identidad y personalidad.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) todos los países del mundo están afectados por problemas de la conducta alimentaria, principalmente, las mujeres y los jóvenes son quienes se encuentran mayoritariamente expuestos a malnutrición, especifica que aparte de ser una situación que afecta al mundo entero y en cualquier etapa de la vida, suelen ser más habituales entre los 15 a 34 años, esto, por los estereotipos estéticos basado en la delgadez que se observa en redes sociales, series, películas y otros programas de televisión que promueven cánones de un cuerpo perfecto.



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Foraster (2021), en un reporte para 'El País' también expone que, en el último año, tras la pandemia y el aislamiento han aumentado los casos de trastornos de la conducta alimentaria, esto, mayormente en los jóvenes, por lo que el encierro y el efecto de las redes sociales ha ocasionado un aumento del 20% de aparición de este problema, empeorándolos, cerca de 400.000 casos ya existentes. Se calcula que en los casos de estos trastornos más del 30% no recibe tratamiento y al menos, el 16% no se encuentra diagnosticado. Mundialmente, el 90% de los afectados por trastornos de la conducta alimentaria son mujeres. En esta misma línea, Gempeler (como se citó en Henao, 2021), expresa que las cifras de trastornos alimenticios a nivel mundial están en un 2% de anorexia, 2% de bulimia y entre el 23 al 23% de trastornos por atracones.

La epidemiología de los trastornos de la conducta alimenticia es cambiante de un país a otro, en relación a esto, Saad et al., (2021) indican que, en América Latina, la tasa de prevalencia está en un 3,5% para trastornos por atracón, 1,1% en la bulimia nerviosa y 0,1% en los trastornos de anorexia nerviosa. Así mismo, considerando que los trastornos alimenticios clasifican la interior de las dificultades mentales, León (2021) expresa que en Latino América y el caribe, alrededor del 15% de adolescentes entre los 10 y 19 años padecen algún trastorno mental, encontrándose que los más comunes son ansiedad, depresión y dificultades de la conducta alimenticia. En adolescentes chilenos la exposición de padecer trastornos alimentarios afecta a cerca del 12% existiendo una mayor prevalencia en mujeres.





**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Considerando que las cifras de trastornos alimenticios a nivel mundial como también en Latinoamérica continúan en aumento especialmente, tras la pandemia, dicho de otro modo el Ministerio de Salud Pública (2016) dice que en Colombia este problema representa el 17,7% de mujeres que padecen trastornos alimenticios, respecto a esto, es de precisar también que, según informa Martínez (2021) tras una entrevista con Estela Pretelt, creadora de la Fundación Colombiana de Anorexia y Bulimia, se establece que en Colombia el sistema de salud no ha establecido estadísticas claras y seguras sobre la tasa de prevalencia de trastornos alimentaria, no obstante, sí es clara la existencia de este problema afectando principalmente a adolescentes mujeres.

Hoy en día los jóvenes están proclives al manejo excesivo de las redes sociales durante la mayor parte del día, navegando por las páginas de internet, buscando todo tipo de información, lo que transfigura a las redes como una de las plataformas de intercambio de información más importante y común de este siglo. También cabe aclarar que se tiene en cuenta que, una parte mayoritaria de la población juvenil utiliza estas redes gran parte del día y esto genera una mucha influencia en ellos, como por ejemplo el querer adaptarse a los estereotipos impuestos a través de estos medios. Es preciso decir que el desarrollo físico, intelectual de los jóvenes hoy en día esta remilgado por el uso excesivo de las redes sociales ya que esto ha ocasionado lograr cambios en sus hábitos alimenticios, en sus condiciones físicas y desarrollo psicomotor, influyendo en irregularidades dietéticas y nutricionales, como también al atrofiamiento de los músculos que se



	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

ven asociados a estos largos periodos de tiempo que permanecen conectados a las redes sociales. (Montserrat Isabel, 2017-2018).

Respecto al uso de redes sociales, de acuerdo con una investigación de Pew (2018, como se citó en Hurley, 2020) a nivel mundial, el 45% de adolescentes afirma usar el internet casi constantemente y otro 44% se conecta varias veces al día, así mismo el 95% de adolescentes suele tener acceso a un celular inteligente. Hurley (2020), también resalta que los adolescentes tienden a usar constantemente el celular debido a razones tanto personales como académicas, precisa que suelen acceder principalmente a redes sociales, encontrándose expuestos a todo tipo de información que condiciona su conducta a los cánones comunes que se observan a través de los medios de comunicación, su alto contenido distractor puede ser perjudicial y adictivo.

El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021) expone que tras la pandemia por Covid-19, la vida de los infantes y jóvenes reducido a conocer, conectar y experimentar detrás de las pantallas, limitando las oportunidades de jugar, aprender y socializar desde el exterior, lo que conlleva a pocos hábitos de vida saludables y que fomentan una mala alimentación, menor actividad física, poca salud mental, sin mencionar que puede generar adicción o dependencia a estos aparatos o redes sociales.



Alvino (2021) en un análisis a nivel nacional específicamente la situación digital en Colombia entre el año 2020 a 2021, indica que el 60% de colombianos tiene conexiones a celulares, el 68% tiene una alta incidencia de uso al internet y un 76% se encuentra activo en

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

redes sociales; según este informe, en el último año las conexiones a celulares móviles aumentaron en un 1,9%, lo que indica que los periodos de cuarentena y aislamiento incrementaron la necesidad de estar conectado a celulares, internet y redes sociales. En cuanto a nivel local y regional no se encontró ningún trabajo relacionado a el estudio de redes sociales y trastornos de la conducta alimentaria, por lo cual se consideró una temática emblemática e innovadora para trabajar dentro de esta población.

Actualmente se utilizan las redes sociales o páginas web como conductores de información, medios por los cuales se ofrecen nuevas tendencias y productos alimenticios dando poca importancia al verdadero impacto que esta tiene sobre los consumidores, además sin dar lugar al origen de los productos y la calidad que estos poseen o si va a afectar a corto o largo plazo la salud de los adolescentes quienes vendrían siendo los mayores consumidores de este contenido. Las redes sociales, el internet y demás medios de comunicación virtuales se han convertido en un problema que acarrea a la sociedad, principalmente por las etiquetas, exclusión, discriminación y estereotipos que se muestran que a nivel general no son buenas para la salud mental de los jóvenes

Los adolescentes están expuestos a todo tipo de información e, utilizando estas herramientas como fuente de ejemplo para sus hábitos de vida y desempeño social. Los jóvenes de la Universidad Popular del Cesar no son la excepción a esta problemática que ocurre a nivel internacional y nacional, en el último año se han visto en la obligación de incrementar el uso del

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

celular y las redes sociales, por lo que, igualmente, se encuentran expuestos a la influencia de los estereotipos físicos impuestos por la sociedad por estos medios, por esto, resulta de gran relevancia estudiar este problema en dicha población.

Pregunta de Investigación.

¿Cuál es la relación entre las redes sociales y el desarrollo de trastornos alimenticios en jóvenes de Sexo Femenino en edades entre 17 y 21 años de la Universidad Popular del Cesar?

Objetivos



Objetivo general:

Determinar la relación entre las redes sociales y el desarrollo de los trastornos alimenticios en jóvenes de sexo femenino de edades entre 17 a 21 años de la Universidad Popular del Cesar.

Objetivos específicos:

Identificar el uso de redes sociales según los síntomas-adicción, uso social, rasgos frikis y nomofobia en jóvenes del sexo femenino de la UPC.

Describir el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria según la preocupación por la comida, restricción alimentaria, uso y/o abuso de laxantes y presencia de vómitos en jóvenes de sexo femenino de la UPC

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

Establecer la relación estadística entre las dimensiones del uso de redes sociales y el desarrollo de trastornos alimenticios en jóvenes de sexo femenino de la UPC.

Justificación

El siguiente trabajo tiene como objetivo buscar la conexión existente entre las redes sociales y el desarrollo de trastornos alimenticios, en jóvenes de Sexo Femenino en edades entre 17 y 21 años de la Universidad Popular del Cesar. La importancia de este estudio radica en que sus resultados que permiten evidenciar como la difusión de cánones de belleza promovidos por medio de las redes sociales que en consecuencia poseen una relación con el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria más específicamente en las mujeres, teniendo en cuenta que existe respaldo teórico de ser el sector poblacional más afectado. En sentido a esto, se resalta que un comportamiento de alimentación inadecuado tiene consecuencias tanto a nivel físico como a impactar directamente a la salud mental además por lo que es relevante evidenciar esta problemática en las jóvenes de la Universidad Popular del Cesar, considerando de la misma manera que es un estudio que se puede llevar a cabo en su totalidad al contar con consideraciones éticas, económicas y legales alcanzables.

Estudiar la incidencia que tienen las redes sobre el desarrollo de trastornos alimenticios es importante, pues, beneficia a los jóvenes dado que los resultados propician que profesionales afines como psicólogos, trabajadores sociales o personal de la salud, establezcan programas que suscitan a la evolución de la salud psicológica y prevengan la aparición de estos trastornos



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



fomentando la autoestima adecuada, el autoconcepto y autoconocimiento, por tanto, esto constituye un aporte social que puede generar la investigación; Sumado a esto se trata de un estudio innovador a nivel local y regional, ya que no se encuentran estudios antiguos ni recientes sobre la temática, esto lo hace aún más emblemático para la población porque sugiere un aporte significativo a este tipo de estudios de forma local.

El uso de las redes sociales expone al adolescente a un estilo de vida de muchas personas a nivel mundial, les muestra determinados estereotipos de bellezas que se considera deben ser cumplidos, por lo que usar frecuentemente Facebook, Instagram u otra red social se asocia a un incremento en la ansiedad, intranquilidad por el peso y la estructura del cuerpo (Restrepo, 2021), desencadena prácticas alimenticias y de ejercicio extremas que pueden ser perjudiciales, en sentido a esto, evidenciar una relación entre estas variables propicia conocer esta realidad desde un fundamento pragmático lo que, pone en evidencia también el aporte práctico de esta investigación dado que es importante conocer la realidad actual de este problema para que se puedan implementar planes de intervención.

Por otro lado, cabe especificar que este estudio tiene también contribuciones teóricas y metodológicas, dado que, los resultados permiten validar teorías existentes con respecto al tema y, metodológicamente se constituye como un antecedente local, con la información recolectada se ampliarán los conocimientos acerca de las formas sanas de usar y gestionar las redes, así como también de los hábitos alimenticios que se deben seguir, y llegar a una armonía



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



en el amor propio y autoestima. También permitirá aumentar los conocimientos sobre psicología de las investigadoras y de manera directa en los adolescentes incentivar la correcta utilidad de redes sociales al igual que generar buenos hábitos alimenticios; destacando que actualmente la tecnología, los medios de transmisión y el internet son un puente infalible para el contacto con la sociedad que están dominio de la vida de los jóvenes.

Capítulo II Marco Teórico Referencial

Antecedentes de la Investigación

Esta investigación se realiza con la finalidad de determinar el influjo que tiene el uso de las redes sociales en el desarrollo de los trastornos alimenticios, para mayor amplitud del tema, se explora los distintos fundamentos teóricos existentes al respecto y las investigaciones previas realizadas por otros estudiosos, considerando esto, antes de presentar los fundamentos teóricos, en este apartado se presenta el producto encontrado de trabajos realizados a nivel internacional y nacional, esto, tras una búsqueda minuciosa de distintos repositorios universitarios, fuentes académicas confiables y revistas indexadas.

A nivel internacional, en Sevilla, España, Ojeda-Martín et al., (2021) realizaron un estudio titulado, Uso de redes sociales y riesgo de padecer trastorno de la conducta alimentaria (TCA) en adolescentes, este trabajo se desarrolla bajo una perspectiva del aumento en la utilidad de tecnologías de la información tras la pandemia, y el incremento de TCA durante la cuarentena, tuvo por objetivo demostrar que conexión existente entre las dos variables, para



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



ellos, se empleó un método cuantitativo relacional y de corte transversal usando como muestra 108 jóvenes entre 18 y 30 años. Se empleó como prueba el Eating Attitudes Test-25 y preguntas sobre redes sociales y salud. Los resultados del estudio demuestran que el régimen y la preocupación por la ingesta, fueron las dimensiones más elevadas, las redes sociales más frecuentadas son Instagram y Twitter, por lo que hallaron que hay una concordancia emblemática entre la constancia en el uso de redes sociales y una práctica negativa en la alimentación con el peligro de presentar un TCA por el uso del internet.

Por otro lado, en Estambul, Turquía, Aktaş et al., (2021) aplicaron un estudio a una población total de 1248 personas a los cuales se les aplicó el instrumento (EAT-40) y una escala de actitud hacia las redes. Este estudio va dirigido a la forma de alimentación y el uso de redes y el índice de masa corporal en los estudiantes de nutrición y dietética. Dentro del estudio se demostró del estudio que un 35,7% de los encuestados manifiestan comportamientos poco normales en la ingesta de alimentos y un 89,6% demostró una actitud positiva hacia las redes sociales, con estos datos pudieron concluir que el manejo de redes sociales comprende una consecuencia sobre la actitud alimentaria anormal.

Ahora bien, en Almería, España, Maturana (2020) se llevó a cabo una investigación titulada “relación entre el uso de redes sociales en edad infantil y desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria”, esto con el objetivo de determinar la conexión entre la aparición de TCA en los infantes y las redes sociales, centrándose principalmente en la red social Instagram.





**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Los instrumentos usados fueron el cuestionario EAT-40 u el BSQ aplicados a una muestra de 60 alumnos con una edad promedio entre 9 y 12 años de edad. En el desenlace del estudio indicaron que el 25% de los estudiantes buscan parecerse físicamente a sus "influencers" y que poseen un indicativo de masa corporal adecuado, se evidencio que existe una elevada preocupación por su físico, la masa corporal y la ingesta alimenticia.

En el contexto Latinoamericano, Paredes (2021) elaboro un proyecto en Ecuador sobre como en el norte de guayaquil en el periodo octubre 2020- enero 2021 los jóvenes de 14 a 19 que asisten a gimnasios y como se asocia a las redes sociales y la conducta alimentaria. La finalidad de este trabajo fue determinar el uso excesivo de las redes sociales y sus consecuencias en el desarrollo de comportamientos alimentarios en adolescentes, utilizando una metodología cuantitativa no experimental, de corte transversal y de tipo descriptivo, aplicado a una muestra de 228 femeninas. El producto obtenido evidencia que un 86% de las encuestadas se encuentra bajo presión social por su apariencia física y los referentes de belleza, aparte el 87% de encuestadas se percibe ser categorizada por su cuerpo, también hallaron que existe una alta influencia de las redes sociales en el desarrollo de trastornos alimentarios.

Acuña y Palma (2021) realizaron un estudio en Perú sobre dependencia a las redes sociales y cyberbullying en jóvenes de la generación Z del distrito del Callao, tuvo una metodología cuantitativa de diseño no experimental transversal, de tipo descriptivo correlacional. Se aplicó en una población de 382 adolescentes con edades desde los 12 hasta 17 años de edad a

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

los que se les aplicó la escala de Riesgo a Adicción a Redes Sociales ERA-RSI y el instrumento de Cyberbullying ICIB. El producto de este estudio demuestra que la adicción predomina un nivel medio en un 44% y que las dimensiones con puntuaciones más altas son las de uso social y rasgos frikis.

Por otro lado, Zerpa y Ramírez (2020) desarrollaron un estudio en Caracas, Venezuela sobre prevalencia de conductas alimentarias de riesgo en adolescentes, el trabajo es de método cuantitativo y tipo descriptivo comparativo aplicado a una muestra de 933 estudiantes de los cuales, el 41% son hombres y el 59% son mujeres con edades aproximadas a los 16 años; se les aplicó el cuestionario EAT-26. El producto de los resultados demuestra una prevalencia de TCA en el 16% de la población, existen puntajes elevados en el factor bulimia y control oral, pero en la dieta las puntuaciones son bajas.

Segundo (2020) desarrolló un estudio en Guayaquil, Ecuador sobre trastornos alimenticios en jóvenes universitarios, así pues, bajo una perspectiva cuantitativa de diseño transversal, de tipo descriptivo con una población de 340 estudiantes de Cantón de Manta. Los resultados del estudio permiten evidenciar que los estudiantes cuentan con hábitos alimenticios saludables, por lo que concluye que en su población encuestada no existen índices elevados de trastornos alimenticios.

Por último, en este contexto, Zamora y Barrios (2019) llevaron a cabo una investigación en Tibás, Costa Rica titulada 'Instagram y sintomatología de conducta alimentaria de riesgo en



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



adolescentes entre 13 y 17 años en colegios de Tibás'. El objetivo de dicho trabajo fue detectar la conexión existente entre el autoconcepto, el uso de la red social Instagram y el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria. Se usó un diseño no experimental, de corte transversal, más una metodología cuantitativa, aplicada a una población de 221 alumnos de colegios públicos y privados de la zona. Como resultados obtuvieron que no hay incidencia entre el uso de Instagram y la presencia de actitudes de peligro en ingesta de alimentos. Hallaron que existen alteraciones importantes en cuanto a la percepción del autoconcepto.

En el contexto nacional, Restrepo y Castañeda (2020) desarrollaron una investigación sobre uso de redes y riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en usuarios de gimnasios de la ciudad de Medellín, Colombia. La metodología del estudio fue cuantitativa descriptiva y de corte transversal aplicada a 337 mujeres entre los 15 y 30 años. En los resultados se pudo identificar que el 47% de encuestadas son un caso de riesgo de TCA y concluyeron que hay un influjo entre el uso de redes sociales y el peligro de comportamientos de alimentación nocivo.

Por otro lado, González et al., (2020) desarrollaron un estudio sobre redes sociales que influyen en las decisiones y conducta alimentaria en estudiantes universitarios de la Universidad CES, Medellín. La metodología fue mixta aplicada a 28 jóvenes y los resultados reportan que el 70% expresa una influencia positiva y en un 30% existe una influencia negativa evidenciando que las decisiones de alimentación se ven influenciadas por lo que se observa en las redes sociales.



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



En esta misma línea, Castro et al., (2019), realizó un estudio en una muestra de 72 jóvenes a los cuales se les aplicó el instrumento ERA-RSI (Escala de riesgo de adicción a las redes e internet) y el APGAR, para esto se usó el método de correlación cuantitativa, este trabajo fue sobre la incidencia entre la disfunción familiar y el uso y abuso de las redes sociales e internet en estudiantes de séptimo grado de la institución educativa la paz del municipio de envigado. El estudio arrojó que alrededor del 10% de los sujetos encuestada exhibe un alto riesgo a desarrollar adicción a las redes sociales e internet (RSI), de la misma manera se encontró que las mujeres son quienes están más propensas a generar adicción a las redes sociales e internet en especial, la nomofobia.

Por último, se halló el estudio de Muñoz et al., (2018) en su trabajo sobre métodos alimentarios en adolescentes de Bucaramanga, Santander, el cual su objetivo fue determinar las prácticas alimentarias en adolescentes de 12-17 años, utilizó un método cuantitativo de tipo descriptivo, corte no experimental transversal en una muestra de 20 adolescentes a los que se les asignó un instrumento de conducta alimenticia. Los resultados indican que no existe una preocupación por la alimentación que se lleva a cabo y que, esta, no es precisamente sana, además, el 65% de participantes no realiza ejercicio y el 30% no le interesa mejorar su alimentación.

Los distintos antecedentes referenciados evidencian que a nivel internacional existe una amplia documentación sobre la incidencia entre las redes sociales y el desarrollo de trastornos





**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



alimenticios, sin embargo, en este punto, cabe precisar que, aunque se emplearon distintos comandos de búsqueda, se empleó búsqueda avanzada en Google y Google académico, tras revisión en distintos repositorios universitarios y revistas indexadas, se induce que en Colombia y, especialmente a nivel local según la contextualización de este estudio, no existen estudios publicados sobre estas variables, esto, explica porque no se referencian antecedentes en este contexto y se decidió exponer estudios hallados a nivel internacional, en Latinoamérica y en Colombia, no obstante, también es de resaltar que este limitante es también una ventaja para este estudio dado que pone en manifiesto que aporta un valor significativo.

Reforzando lo dicho anteriormente dentro de esta investigación se realizó una minuciosa búsqueda de antecedentes, en repositorios universitarios, Google académico y entre otras páginas web dentro de las cuales no se encontraron estudios a nivel local y regional, llegando a la conclusión que no se ha estudiado en estos escenarios sobre redes sociales y trastornos de la conducta alimentaria, sin embargo, por la completa información encontrada en antecedentes nacionales e internacionales se consideró apropiado abordar la temática.

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

Bases Teóricas



Redes sociales

Tecnologías de la información y la comunicación (TIC)

Cuando hablamos sobre redes sociales, primero se debe mencionar las llamadas TIC o las tecnologías de la información, Ávila (2013), expresa que este término se refiere a las herramientas y los canales desarrollados por tecnologías como la informática, Internet, las telecomunicaciones, entre otros, los cuales facilitan la interacción y la comunicación entre los individuos, mejorando así en los individuos el estilo de vida. Las TIC tuvieron sus inicios al tomar un rol importante en los aspectos sociales y económicos de la sociedad, siendo llamadas como “sociedad de información”.

Hoy en día estas tecnologías se encuentran inmersas en un sinnúmero de actividades sociales y económicas, representando así el desarrollo que existente actualmente entre el conocimiento, el aspecto tecnológico y la sociedad, lo cual, según Ávila (2013), ha generado una evolución en cómo se relacionan las personas y económicas en el ámbito de la globalización, es decir, se podría hablar de una tercera revolución industrial.

El crecimiento y desarrollo de las TIC, según expresa Castro, et al., (2019), está relacionado en gran medida con el internet, el cual está diseñado como una red informática basada en un lenguaje común y diseñada especialmente para la comunicación. El internet a

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

menudo es visto como un medio de comunicación que genera un interés público y de debate político; además, ha logrado abrirse camino en el ámbito de la cultura popular en los países alrededor del mundo.

Las redes sociales se han fortalecido a través de los años, como estilos para organizar la actividad humana; Serrat (2017), las percibe como individuos, grupos u organizaciones que se relacionan entre sí en valores, visiones e ideas compartidas, contactos sociales, participación en eventos, entre otros aspectos presentes en las relaciones interpersonales. Así mismo, las redes sociales tienen gran influencia en algunas situaciones sociales más amplias, ya que en ellas se tiene acceso al capital humano, social, natural, físico y financiero, y a su vez, todo el contenido de información y conocimiento de estos mismos aspectos.

Según la Fundación Sesé, (2020), las redes sociales están configuradas por individuos o grupos que están conectados entre sí, por medio de intereses o valores en común, lo cual permite que entre ellos se den relaciones de manera rápida. Por otro lado, cuando se habla de sitios web, se hace referencia a todas las páginas virtuales de internet a las cuales se tiene acceso a través del World Wide Web o WWW. En este orden de ideas, hay millones de páginas web y se pueden encontrar diversidad de ellas en internet, las cuales, cada una tiene una programación y contenido diferente, a su vez pueden ser encontradas en la web según el tipo de información o servicio que brinden hacia las comunidades o personas que navegan por la red. (Station, 2017)



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Behar (2010) afirma que la televisión fácilmente se puede ver como el medio de comunicación que genera más impacto en las personas y en sus vidas con respecto a la difusión patrones y valores que se relacionen con la delgadez. Por su parte, Toro (2006; como se citó en Behar, 2010) nos plantea que dicho medio de comunicación carece de esta influencia tan significativa, a diferencia de las revistas. Sin embargo, también causa presión, ya que es mucho más significativo el tipo de programas televisivos que cada persona está viendo y a su vez dedican a la cantidad de horas que está frente al televisor. Por ejemplo, los programas deportivos, puede que no influyan, pero sí los programas donde aparecen mujeres delgadas como por ejemplo videos musicales.

Jiménez–Cruz (2010), desarrollo una investigación la cual se le presentó fotos de mujeres con cuerpos delgados a las participantes y como resultado se encontró que éstas demostraron tener emociones mucho más negativas hacia su apariencia física y sus cuerpos, lo contrario de otro grupo de participantes que estuvieron expuestas a fotos de mujeres con sobrepeso. A raíz de investigaciones de este tipo, se entiende que todo lo que se transmite como “ideal” a través de la televisión, imágenes, videos y otros medios de presentar información o comunicarse, lo que hace es generar sensaciones de malestar en estos individuos y esto puede llegar a afectar la conducta alimentaria de los mismos.

La información que se encuentra en redes e internet puede llegar a modificar la rutina y costumbres de los jóvenes, (Córdoba, 2015), es por esto que el uso de estas herramientas genera



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



un gran impacto en dicha población, generando así conductas y hábitos en ellos que pueden llegar a convertirse en comportamientos perjudiciales para su salud (Sámano Orozco, 2013).

Estas redes hacen parte de los conocidos actualmente como “tecnologías web 2.0” y también salieron a la luz con la llegada de las TIC, así mismo con los ordenadores y teléfonos móviles inteligentes como por ejemplo los Smartphones. (Garcia y Del Hoyo, 2013), el resultado de todo esto viene a ser la formación de una nueva comunidad web que puede ayudar a crear un tipo de comunicación sencilla y rápida, y como resultado de esto se convierten en un evento con un número creciente de usuarios a nivel mundial, siendo así el servicio más demandado para las relaciones interpersonales y las nuevas tecnologías (Ibain , 2009). , citado en Moral 2013).

Así mismo, Diaz-Llairó (2011), expresó que las redes sociales fueron creadas como herramientas pertenecientes a la tecnología y de una forma sencilla de usar, en las cuales es posible crear comunidades a través de las cuales se da un constante intercambio de pensamientos, a su vez se da la posibilidad de reencontrarse con otros individuos, también permiten ofrecer productos y servicios, en ellas se puede buscar empleo, entre otros; en este mismo sentido, las redes sociales se toma como un medio comunicación que se encamina hacia ubicar y organizar a las personas para que interactúen entre sí.

Utz y Breuer (2017) refieren que las redes sociales proporcionan una manera económica de mantener las relaciones, las personas se hacen amigos rápidamente, los usuarios pueden informar fácilmente a gran parte de su red con una actualización de estado utilizando la función



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



de transmisión, y hay ligeros para mostrar afecto, como el botón me gusta, por tanto, autores como Burke y Kraut (2013) han propuesto que las redes sociales ayudan a mantener relaciones y construir capital social y pueden, por lo tanto, aumentar el apoyo social y, en última instancia, el bienestar. De acuerdo con este argumento, Brandtzaeg (2012), indica que los usuarios de redes sociales reportaron más interacciones cara a cara, conocidos y capital puente que los no usuarios. De manera similar, esperamos que los usuarios de redes sociales informen niveles más altos de apoyo social en línea que los no usuarios. Nos enfocamos en el apoyo social en línea en general, no solo en el apoyo social recibido a través del SNS, para poder comparar usuarios y no usuarios del SNS en la misma medida.

Teoría de las redes sociales

Hipótesis del flujo de comunicación en dos pasos

La hipótesis del flujo de comunicación en dos pasos fue propuesta por primera vez por Lazarsfeld, et al., (1994), en su estudio de las decisiones de votación, encontraron que la influencia personal, que se derivaba en gran medida de los contactos sociales y las redes de amistad de las personas, afectaba significativamente las decisiones de votación, y este efecto fue aún más pronunciado entre las personas que estaban menos comprometidas con sus creencias existentes o que cambiaron de opinión durante el curso de una campaña. La hipótesis se denomina de dos pasos porque los medios masivos de comunicación influyen inicialmente en los líderes de opinión, individuos que son percibidos como influyentes, quienes a su vez influyen en sus contactos sociales.



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Sobre la base de su formulación inicial, Katz (1957) revisó una serie de corroborar estudios sobre esta hipótesis y profundizó en aspectos importantes de la misma, como en que la magnitud de la influencia personal podría ser mayor que la de los medios de comunicación. (Katz y Lazarsfeld, 1955).

La teoría de los lazos débiles.

La teoría de los lazos débiles, propuesta por Granovetter (1973) denominada “La fuerza de lazos débiles”, se refiere al papel de los lazos sociales débiles en la difusión de ideas e información. En el estudio para la teoría, el autor observó que las personas encontraban trabajo más a menudo a través de sus débiles lazos sociales, en lugar de depender de su familia o amigos cercanos. Él midió la fuerza del lazo a través de la frecuencia de contacto, preguntando a los encuestados con qué frecuencia vieron cada contacto en el momento en que adquirieron la información del trabajo. Además de la frecuencia de contacto, los estudios han propuesto una combinación de factores para indicar la fuerza de los lazos sociales, como la duración de la interacción, la cantidad de esfuerzo que los individuos invierten en una relación, la medida en que los lazos sociales proporcionan utilidad recíproca (por ejemplo, apoyo social) y el nivel de intimidad intercambiado en una relación.

Con base en estos criterios, los lazos débiles se definen generalmente como relaciones sociales que requieren poca inversión, y están compuestos principalmente por conocidos u otros actores poco conectados, a diferencia de parientes o amigos cercanos. Aunque los lazos fuertes a



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



menudo surgen del centro de una red, lo que da les otorga una mayor capacidad para difundir información y ejercer influencia social, la tesis de Granovetter (1973) destaca la función de puente de los lazos débiles y su capacidad para difundir nuevos, información no redundante. La fuerza de los lazos débiles, por lo tanto, no se trata del número de conexiones, más bien, radica en la capacidad de los lazos débiles para alcanzar un alcance más amplio y conjunto potencialmente más heterogéneo de fuentes de información. (Liu, et al., 2017)

Zúñiga y Valenzuela (2011) examinaron la asociación entre lazos fuertes versus débiles y el compromiso cívico en línea y fuera de línea de los individuos, entre factores como la frecuencia de la discusión y el tamaño de la red de discusión, encontraron que la frecuencia de la discusión sobre vínculos débiles fue el predictor más fuerte de la conducta cívica de los individuos. La existencia de nuevos medios y/o sitios en redes, han creado un aumento en lazos débiles en línea, de hecho, los nuevos medios proporcionan plataformas novedosas a través de las cuales las personas pueden conectarse con otros geográficamente distantes y funciones como "agregar amigos", "seguir la publicación", "mencionar" y "retuitear" se han teorizado como formas de comunicación social débil.

Algunas investigaciones han encontrado evidencia de vínculos débiles mediados en línea para mantener el capital social puente de los individuos, como el estudio de Ellison, et al., (2007) en las redes de amigos de Facebook de los estudiantes universitarios, mientras que otros académicos han argumentado que las conexiones en línea pueden generar problemas, ya que no





**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



logran fomentar un civismo significativo en la participación. El surgimiento de nuevas plataformas de medios insta a los académicos a reconsiderar la definición, límite conceptual y nuevas tipologías de vínculos débiles.

De acuerdo con Liu, et al., (2017) La teoría y los métodos de las redes sociales ofrecen una perspectiva distinta y un conjunto de herramientas. con los que comprender los efectos de los medios, lo que permite considerar cómo micro y las estructuras macrosociales median y moderan los efectos de los medios. Las teorías de dos pasos el flujo y la difusión de las innovaciones examinan los caminos por los que viajan los mensajes mediados a través de las redes sociales, y los conceptos de liderazgo de opinión y fuerza de vínculo ofrecen información sobre las variables críticas que afectan este flujo. Si bien cada una de las teorías discutidas aquí se desarrolló en el siglo XX de la comunicación masiva a través de estos nuevos medios y de las tecnologías, sus contribuciones teóricas perduran a medida que los académicos continúan probando y refinando en una era de redes sociales y de rápida evolución en las tecnologías de los medios.

Las nuevas tecnologías de los medios, como los sitios de redes sociales, las herramientas de microblogging, y los sistemas de recomendación en línea ofrecen interesantes oportunidades para una mayor aplicación y extensión de la teoría de las redes en el estudio de los efectos de los medios. La investigación en esta área se divide en dos grandes categorías. Una categoría investiga si y cómo los medios basados en redes afectan teorías como la difusión y la fuerza de

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

los lazos débiles operan de manera diferente en diferentes formas de medios sociales, a diferencia de los masivos. (Liu, et al., 2017).



Los investigadores de los efectos de los medios han comenzado a extender la teoría de las redes sociales y métodos más allá de los procesos clásicos de contagio social para participar en lo que Ognyanova y Monge (2013) la describe como una “reinterpretación relacional” de numerosos fenómenos de comunicación de masas. Redes de hipervínculos, por ejemplo, en las que los nodos son sitios web y los lazos son los hipervínculos que los conectan, pueden analizarse para rastrear la difusión de contenido entre los principales medios y blogs, o para determinar el alcance de qué medios destacados frente a los blogueros ejercen influencia en los medios y en el establecimiento de la agenda pública. Redes semánticas, en las que los nodos son palabras y los lazos son las coocurrencias de esas palabras en varios medios, pueden mapearse para identificar patrones en cómo se enmarca el contenido en diferentes medios a lo largo del tiempo.

Tipos de redes sociales

Según Raffino, (2020) clasifica las redes sociales de la siguiente manera:

Redes sociales más usadas en la actualidad

- Horizontales o genéricas. Este tipo de red social hace referencia a aquellas que no tienen un tema determinado y son para todo público. Estas se ven como

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

herramientas de comunicación, difusión y para entretener, suelen ser muy conocidas, como Facebook o Twitter.

- Verticales. Estas tienen un objetivo específico de relacionar personas, música, deportes etc. Por ejemplo: Pinterest, red social cuyo interés es la fotografía.

De las Redes Sociales más utilizadas en la actualidad y alrededor del mundo son Facebook y Twitter, en confrontación a las que encabezan son Facebook y YouTube desplazando Twitter a un tercer lugar

Desventajas de las redes sociales

De acuerdo a González, et al., (2009; como se citó en Flores, 2019) propone que de los puntos en contra que tienen las redes sociales son que para los jóvenes es muy difícil establecer límites en su utilidad. Agregando que contenido que es expuesto en estas páginas y los pocos filtros que hay para acceder a ellas. Posterior a esto sumamos el hecho de que se puede permanecer en anonimato, las personas pueden crear identidades falsas con objetivos diferentes. El cyberbullying es actualmente una manera de violencia que afecta a los jóvenes a diario, sufriendo de acoso e incluso presentándose robo de identidad, lo que acarrea una problemática que complica el abordaje de este tipo de redes.



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Adicción a redes sociales

Delblanch, (2020) conceptúa la adicción a las redes, también definida como adicción no química o sin algún tipo de droga, es un comportamiento reproducido que suele sentirse placentero, posterior a esto puede generarse una pérdida del control en la persona que se da más por las relaciones que por una conducta como tal, lo que interfiere en todas las esferas de su vida (familiar, académica o social). Una práctica constante en el uso de internet alberga cierto descuido en otras actividades de la vida cotidiana. La ansiedad, baja autoestima, aislamiento social y poco control de impulsos ocurre cuando se presenta un verdadero abuso en el uso de las tecnologías, porque los consumidores absorben información errónea de su gran lista de amigos que se creen “exorbitantemente famosos”.

Según Franco, (2019) esta adicción a las redes sociales proporciona un inconveniente, ya que una persona adicta absorbe todo tipo de contenido sin filtro alguno, creyendo así que todo lo que está allí es lo verdaderamente correcto, se crean ideales de bellezas erróneos que consiguen que constantemente los internautas hagan comparaciones que acaban por imaginar su vida como aburrida, sin futuro o miserable. Sin tomar en cuenta que sí podrían dedicarse a enriquecerla. El abuso en el uso de redes como Twitter o Instagram tienen como resultado una presencia de signos o síntomas de personas con depresión y falta de habilidades sociales.

Según Echeburúa, (2018) la dependencia de redes es reconocida por el abuso en el uso de la misma, entre los síntomas más característicos de la abstinencia están: la ansiedad, estereotipias



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



o depresión, esto sucede como una desintoxicación el cuerpo es intolerante al hecho no hacer el ejercicio y pasar mayor tiempo de conexión, lo que anteriormente dicho demuestra la cantidad de consecuencia que hay para la vida. Las partes involucradas en esta situación: familia, trabajo, escuela, relaciones interpersonales e intrapersonales se encuentran totalmente afectadas debido al escaso control y criterio al momento de priorizar los proyectos de vida.

Peña, et al., (2019), explican que los jóvenes en la actualidad usan y pasan la mayor parte del tiempo en internet, lo que se ha convertido en un hábito que trasciende como riesgo para los adolescentes por la cantidad de horas que designan para interactuar, lo que posibilita disfuncionalidad en la salud mental y física.

Características de la adicción a internet

Los trabajos sobre adicciones demuestran que el amparo que obtenemos con el uso de las redes argumentan el riesgo de dependencia. Variedad de aplicación albergan ciertos escapes que fomentan la interacción con las personas y proporcionan satisfacción instantánea y esto es lo que hace que termine siendo una adicción.

Fàbregas, (2020, como se citó en Delblanch, 2020) la psiquiatra del centro CITA especializada en adicciones, afirma que, al tratarse de la adicción a las redes sociales a menudo hay un tema que se aborda desde la psicología, como la timidez, la baja autoestima, autoimagen, depresión o autoestima, son solo alguna de las cosas que se manifiestan tras la dependencia a las redes. En este caso la adicción es como una pista falsa que debe abordarse. En otros casos las



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



personas demuestran el sentirse satisfechos con su vida y tratan de ocultar estas disfuncionalidades sociales o/y familiares reciben un tratamiento funcional como ayuda, facilitando una desorientación de la realidad, que tiene resultados negativos en grandes intervalos de tiempo.

Trastornos alimenticios

Las personas que poseen un trastorno de alimentación deben empezar comiendo porciones moderadas de comida, pero en distintas instancias su necesidad alimentarse menos se sale de control y hace que se convierta en un trastorno de la conducta alimentaria. En segunda instancia otro indicador es la preocupación con la cantidad de calorías que contiene un producto o por la forma y talla de cuerpo y el extremo de las cantidades de comida ingerida diariamente. Los trastornos alimenticios también son considerados enfermedades reales tratables. Por lo general se dan junto a otras enfermedades, como los trastornos de ansiedad y la depresión. El (Instituto Nacional de la Salud Mental, 2018). Este tipo de trastornos también son conocidos como trastornos de la conducta alimentaria, que hacen referencia a ciertas alteraciones en la relación de un sujeto con la ingesta de comida, el control de talla y peso, de la misma manera se encuentran directamente asociados a muchos efectos psicológicos, sociales y físicos. Estas enfermedades incluyen trastornos por atracones, bulimia nerviosa, anorexia nerviosa así

Los síntomas de los trastornos alimentarios son extremos en su particularidad, son problemas en la percepción de ver el cuerpo y se presentan en hombres y mujeres. De los signos



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



y síntomas que se hacen notar al padecer este tipo de trastornos están, la depresión, baja autoestima, ansiedad, el abuso de medicamentos, entre otras, sin embargo, podría decirse que todo eso se deriva de problemas emocionales. A menudo este tipo de trastornos se dan en comorbilidad con otras enfermedades y puede llegar a tener resultados mortales. La anorexia es una de las enfermedades con una tasa emblemática de natalidad entre trastornos psiquiátricos. (Tabarez, 2016)

La organización mundial de la salud (OMS), afirma que los trastornos alimenticios tienen un efecto directo y mucho más notorio en las mujeres. Es característico de los trastornos de la conducta alimentaria, las alteraciones en la ingesta excesiva o escasa de alimentos, sintomatología de personas que padecen depresión, afectando de manera directa la salud emocional y física del sujeto, mostrándose cada vez más común en jóvenes entre 12 a 14 años. (Tabarez, 2016).

Por otra parte, se ha demostrado que los ideales de belleza que se representan mediante los medios de comunicación en la niñez, acarrear consecuencias mucho más marcadas en las formas de percibirse en el presente y futuro, considerando que en esta etapa del ciclo vital es mucho más susceptible a los estímulos, por lo cual sus pensamientos, comportamiento e imagen física pasa a ser foco de inquietudes; los hábitos de belleza expuestos en redes los suelen tomar como ejemplo, maquillajes, peinados, ropa, zapatos y entre otras tendencias que manifiestan por parte de personas famosas en las que van a basar su estilo de vida.(Camacho y Morcillo, 2017).



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Ahora bien, los TCA, son denominados también como trastornos de la conducta alimentaria, consiste en severas consecuencias en conductas afines con la alimentación y el control de talla y peso y están relacionados con una variedad de alteraciones psicológicas, físicas y sociales. (Instituto Nacional de la Salud Mental, 2018). Se encadenan a nuevos hábitos de consumo y ética social que mediante estereotipos e ideales asignan el valor de la belleza de las personas, haciendo que las personas consuman sin filtros aquello que es lo “correcto” para tener cuerpos sanos y hermosos. Entre estos trastornos están específicamente. la bulimia, la anorexia y los atracones.

Un trastorno alimenticio puede desarrollarse por la mezcla de varias condiciones que pueden ser: psicológicas y/o sociales. Este tipo de trastorno se da en comorbilidad con otras enfermedades como: ansiedad, aislamiento, conflictos familiares y de vínculos externas que apoyan al crecimiento de estos problemas. La obsesión de idealizar a las personas por la delgadez y el tener un “cuerpo perfecto”, también es un factor detonante a la aparición de estos trastornos.

Cuando comienza un trastorno alimentario, suelen persistir. El obligarse a dietas rigurosas, arrancones y autoflagelarse son mecanismos que usan para lidiar con sentimientos dolorosos y para obtener un poco el control de su vida la salud mental, la competencia y la autoestima.

Un trastorno alimentario es un padecimiento en la salud psicológica agravado que compromete una conducta poco saludable por la alimentación, el ejercicio o apariencia física (Healt Direct, 2020). Estos son algunos de los síntomas que puede experimentar si padece este trastorno:

- Intranquilidad por su apariencia, alimentación y aumento de talla y peso.
- Insatisfacción con su físico: quiere perder peso a pesar de la opinión de sus familiares y personas que se preocupan por estar en menor grado al que le corresponde.
- Miedo a aumentar de peso
- Dejas que la gente a tu alrededor piense que has comido cuando no es así.
- Eres reservado sobre tus hábitos alimenticios porque sabes que no son saludables.
- Comer te hace sentir ansioso, molesto o culpable.
- Perder el control de la ingesta alimenticia.
- Sigue controlando su cuerpo, por ejemplo, pesándose o pellizcando su cintura.

Tipos comunes de trastornos alimentarios

Trastorno por atracón compulsivo (BED)

Este tipo de trastorno representa casi la mitad de todos los casos de trastornos alimentarios en distintos países del mundo (Healt Direct, 2020). Las personas que padecen este trastorno se caracterizan por comer frecuentemente cantidades muy grandes de alimentos,



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**





incluso sin tener hambre y a esto se le denomina: atracones. Otra característica de las personas que padecen este trastorno es sentir vergüenza o culpa después de comer en exceso, pero tienen una gran diferencia frente a los individuos identificados con bulimia nerviosa y es que en el trastorno por atracón no vomitan para evitar de la comida y tampoco recurren a purgarse. Las personas con trastorno por atracón a menudo ayunan o hacen dieta en función de cómo se sienten después de comer en exceso.

Bulimia nerviosa

Según Health Direct (2020), asegura que 1 de cada 10 personas que padece un trastorno de la conducta alimentaria, tiene bulimia nerviosa. Las personas que padecen el trastorno de Bulimia Nerviosa suelen comer en exceso y luego deshacerse de la comida vomitando, usando laxantes, o pastillas para adelgazar. Esta práctica es comúnmente conocida como “purgas”. Además de esto, son personas que suelen sentirse fuera de sí, fuera de control, se sienten insatisfechos con sus cuerpos y se someten a situaciones riesgosas para distorsionar su imagen, así como también se da en la anorexia nerviosa.

La Asociación Americana de Psicología (APA, 2015; como se citó en Hamdan, et al., 2017) define este trastorno como episodios descontrolados de ingesta de alimentos, los cuales se dan en un corto periodo de tiempo. Posterior a esto, la persona que padece el trastorno, recurre a prácticas como vómitos, el uso de laxantes, diuréticos o ejercitarse de una forma excesiva para

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

así depurar su cuerpo de esta comida previamente ingerida. Esto le denomina “episodio bulímico compensatorio”.

Anorexia nerviosa

Según la Asociación Americana de Psicología (APA, 2015), este trastorno se define como la privación voluntaria de la ingesta, trayendo como consecuencia la pérdida excesiva de peso. Las personas con esta afección pueden tener un peso muy bajo, estar preocupadas por la comida y temer aumentar de peso. A menudo tienen una imagen corporal distorsionada y se ven gordos. Las personas que viven con anorexia nerviosa pueden crear reglas y restricciones extremas sobre sus dietas y horarios de ejercicio. (Healt Direct, 2020).

Hamdan, et al., (2017), demuestran que la Anorexia nerviosa se caracteriza por:

- Percepción distorsionada de la imagen corporal: Las personas que padecen este trastorno son incapaces de identificarse a sí mismos y su delgadez.
- Sensación de invalidación personal: La autoeficacia en las personas con trastornos alimentarios es baja, donde existe una percepción común de que son incapaces de hacer frente a las situaciones; también observa vagamente como un sentimiento de impotencia.



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Otro trastorno alimentario especificado

Una persona con un trastorno alimentario especificado tiene muchos de los síntomas de otros trastornos alimentarios, pero su condición no se alinea con ningún trastorno específico. Las personas con este diagnóstico suelen tener hábitos alimentarios muy disruptivos y pueden tener una imagen corporal distorsionada. Alrededor de 1 de cada 3 personas que busca tratamiento para un trastorno alimentario es diagnosticada bajo estos criterios. (Healt Direct, 2020).

Síntomas de los trastornos alimentarios

No siempre es fácil saber si alguien tiene un trastorno alimentario, ya que puede tratar de ocultarlo por vergüenza o culpa (Healt Direct, 2020). Sin embargo, algunos de los comportamientos asociados con los trastornos alimentarios incluyen:

- **Hacer dieta:** esto podría significar contar calorías (kilojulios), ayunar, saltarse comidas, evitar ciertos grupos de alimentos o tener rituales obsesivos relacionados con la alimentación.
- **Comer compulsivamente:** incluye el acaparamiento de alimentos o la desaparición de grandes cantidades de comida de la cocina.
- **Purgar:** vomitar o usar laxantes para eliminar los alimentos del cuerpo. Las personas que se purgan a menudo van al baño durante o después de comer.

- **Ejercicio excesivo:** una persona puede negarse a interrumpir su rutina de ejercicios por cualquier motivo, insistir en hacer una cierta cantidad de ejercicios repetitivos o angustiarse si no puede hacer ejercicio.
- **Aislamiento social:** la persona puede evitar eventos y situaciones sociales que impliquen comer, o prefiere comer solo.
- **Imagen corporal:** la persona puede centrarse en la forma y el peso del cuerpo.
- **Cambio en el estilo de vestir:** la persona puede comenzar a usar ropa holgada, por ejemplo.
- También hay signos físicos de que una persona puede tener un trastorno alimentario, como:
 - **Cambios de peso:** fluctuaciones de peso o adelgazamiento rápido.
 - **Ciclo menstrual perturbado:** pérdida o interrupción de los períodos
 - **Mareos:** sensación de desvanecimiento o desmayo.
 - **Fatiga:** sensación constante de cansancio.
 - **Tener frío:** sensibilidad al clima frío.
 - **Incapacidad para concentrarse** (o pensar racionalmente).
- Algunos de los signos emocionales de un trastorno alimentario incluyen:
 - **Obsesión por el peso:** preocupación por el peso, la apariencia corporal o la comida.



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



- **Baja autoestima:** sentimientos de baja autoestima o una imagen corporal negativa.
- **Emociones negativas:** ansiedad, depresión y sensación de que la vida está fuera de control.
- **Ansiedad a la hora de comer:** sentirse ansioso, molesto o culpable en relación con la comida.
- **Cambios de humor:** depresión o ansiedad, mal humor o irritabilidad.

Causas del desarrollo de trastornos alimentarios

Es poco probable que un trastorno alimentario tenga una sola causa. Normalmente se debe a una combinación de muchos factores, eventos, sentimientos o presiones. Una persona puede usar la comida para ayudarla a lidiar con situaciones o sentimientos dolorosos sin darse cuenta. Estos factores pueden incluir baja autoestima, problemas con amigos o relaciones familiares, problemas en la escuela, la universidad o el trabajo, altas expectativas académicas, falta de confianza, preocupaciones sobre la sexualidad o agresión sexual o abuso emocional. (Healt Direct, 2020).

Hamdan et al., (2017), explican que los eventos traumáticos pueden desencadenar un trastorno alimentario, como la muerte de alguien especial (duelo), la intimidación, el abuso o el divorcio. Alguien con una enfermedad o discapacidad a largo plazo (como diabetes, depresión, problemas de la vista o pérdida de la audición) también puede tener problemas para comer. Los



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**





estudios han demostrado que la genética también puede ser un factor que contribuye a los trastornos alimentarios.

La etiología de los trastornos de la alimentación sigue siendo confusa; sin embargo, dentro del campo psiquiátrico se han señalado como trastornos multifactoriales que se fundamentan en 3 causas principales: factores biológicos, psicológicos y socioculturales (Siquia, 2013).

Factores biológicos: El eje hipotalámico pituitario suprarrenal (HPS) desempeña un papel importante en los TA, este es un regulador del apetito, de la tensión y del humor a través de los neurotransmisores tales como la serotonina, importante en la ansiedad y el apetito; la noradrenalina, un regulador de la tensión y la dopamina, significativa en la estimulación del sistema de recompensa. Un desequilibrio entre serotonina y dopamina explica por qué la gente con AN no deriva sensación de placer en la comida y de otras comodidades comunes (News Medical, 2013).

Entre las familias diagnosticadas con TA, es común encontrar otros miembros con condiciones médicas manifiestas o potenciales similares. Por lo tanto, es importante obtener una buena historia familiar para determinar el comportamiento de riesgo y/o la condición médica en sí. Algunos estudios han confirmado que los familiares de pacientes con DE tienen entre cuatro y cinco veces más probabilidades de desarrollar estos trastornos, principalmente BN, que la

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

población general. (Siquia, 2013). Cabe resaltar que la familia cumple un papel importante durante el tratamiento, debido a su complicidad en los comportamientos de estas patologías.

Factores psicológicos: Hamdan et al., (2017), explica que los aspectos importantes desde el punto de vista psicológico son: la imagen corporal, autoestima, alexitimia, la sintomatología depresiva y ansiosa en estos desórdenes alimenticios. La imagen corporal: La ideología del cuidado nutricional para llevar un idóneo de imagen corporal, hace circular diversas informaciones acerca del comer, el ejercicio y las siluetas saludables; sin embargo, la información puede tomar caminos equivocados que llevan a la enfermedad, con el objetivo de alcanzar dicho idóneo. La imagen corporal tiene dos componentes. El primero es el componente perceptivo, que se relaciona con la percepción de la apariencia, y el segundo es el componente actitudinal, que incluye los sentimientos y actitudes hacia el propio cuerpo. Aparentemente estos componentes han sido modificados en TA.

Factores socioculturales: Hoy, las influencias mediáticas relacionadas con la imagen corporal 'ideal' fomentan la idea de convertirse en una persona 'socialmente aceptable' y pueden ser el catalizador que fomenta la noción de 'delgado' versus 'éxito y popularidad'. Hay una naturaleza. Afecta principalmente a las mujeres (News Medical, 2013). La imagen corporal es un componente dinámico más que estático que cambia a lo largo de la vida de acuerdo con las propias experiencias, pero lo que es más importante depende del estigma social actual y está



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**





influenciado por factores sociales y culturales que afectan sutilmente la autopercepción del cuerpo desde el nacimiento.

Los factores socioculturales en la región occidental disponen un ideal estético que involucra un “alto autoestima” relacionándolo con el atractivo físico y la competencia personal (lo que es bello es bueno: estigmatización en una estructura perfecta con repulsión a la gordura como un estilo de vida ideal) y como ya se mencionó, mientras que en occidente se habla de una “epidemia de casos incidentes en TA”, en los países del tercer mundo y en las áreas no occidentalizadas en vías de desarrollo apenas se conocen estas patologías (Hamdan, et al., 2017).

Marco legal

Ley 1740 de 2014 y la ley 30 de 1992 del Ministerio de Educación de Colombia, fue creada con el propósito de establecer las normas de la inspección y vigilancia de la educación superior en Colombia, con la finalidad de velar por la calidad de este servicio público, la mejor formación moral, intelectual y física del alumnado, el cumplimiento de sus objetivos, el apropiado cubrimiento del servicio y porque en las instituciones de educación superior sus rentas se conserven y se apliquen debidamente, protegiendo siempre la autonomía universitaria constitucionalmente establecida (República, 2014)



El Congreso de la Republica expide la Ley 1620 de 2013 conocida como la ley de Salud Mental, esta mencionada ley tiene como objeto garantizar el ejercicio pleno del Derecho a la Salud Mental a toda la población colombiana, teniendo como prioridad a los niñas, las niños y

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

adolescentes, por medio de la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental, la Atención Integral e Integrada en Salud Mental en el ámbito del Sistema General de Seguridad Social en Salud, de conformidad con lo preceptuado en el artículo 49 de la Constitución y con fundamento en el enfoque promocional de Calidad de vida y la estrategia y principios de la Atención Primaria en Salud, de igual manera, tiene como propósito educar a las instituciones sobre las competencias ciudadanas e impartir educación sobre el ejercicio de los derechos humanos. (Republica, 2013)

Según la Comisión de Regulación en Salud se expide el acuerdo número 31 de 2012 (3 de mayo de 2012), para los casos de personas que sean víctimas de violencia intrafamiliar, con casos de abuso sexual, trastornos alimentarios como anorexia o bulimia, uso de sustancias psicoactivas y discapacidad. (Salud, 2012)

Así mismo, en el proyecto de Ley Número 176 del 2019, el Congreso de Colombia instaure parámetros y ordenamientos generales para buen uso de las redes sociales, estos parámetros están enfocados a preservar la seguridad de las personas que se encuentren en riesgos o peligros. El estado debe prometer a los usuarios un ambiente seguro en las plataformas digitales y establecer sanciones a los agresores, instaurando herramientas de control parcial sobre las redes sin perjudicar la libertad de expresión, y así brindar inmediatez y simplicidad ante conductas inadecuadas en las plataformas digitales. (Colombia, 2020)

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

Artículo 2°. Ámbito de aplicación, a la reciente ley se sujetarán las personas naturales y jurídicas con nacionalidad colombiana, o extranjeras residentes en el país, que sean usuarios de las redes sociales o aquellas cuya actividad u objeto social tenga vínculo directa o indirecta con la comercialización de bienes y servicios por medio de las plataformas digitales de información y todos los entes públicos del país.

Marco contextual

Contexto: Este anteproyecto será realizado con 50 adolescentes de sexo femenino, estudiantes de la universidad popular del cesar, en la ciudad de Valledupar, la realización de este proyecto se llevará a cabo a través de encuestas y la aplicación de un instrumento para comprender el impacto de las redes sociales en el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes de sexo femenino en la ciudad de Valledupar.

Los trastornos de alimentación, anorexia nerviosa (AN) y bulimia nerviosa (BN), han despertado un creciente interés, provocando así un amplio número de estudios acerca de sus causas, su prevención y tratamiento. Algunos autores como Bemporad (1997) obtuvieron evidencias de que éstos podrían haberse producido en la antigüedad, no obstante, no parecen haberse dado entonces del mismo modo que en la actualidad (Polivy y Herman, 2002). Estos trastornos comienzan a aflorar con mucha más fuerza a finales de 1960. Concretamente, empiezan a aparecer con mayor frecuencia casos de AN en las sociedades occidentales, dándose



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



a conocer casos de mujeres jóvenes de familias de clase media y superior que restringen su alimentación, hasta el punto de llegar a la muerte. Es en la siguiente década, en la que se hace más notable la BN, caracterizada por la alternancia entre la restricción de ingesta de comida y los atracones, generalmente seguidos de algún tipo de purga (Polivy y Herman, 2002). Ambos trastornos comparten algunos síntomas principales, tales como la insatisfacción corporal, la preocupación por la comida, el peso y la forma del cuerpo (Polivy y Herman, 2002).

Capítulo III Marco Metodológico

Enfoque de la Investigación

El presente proyecto de grado se realizó en base a las cualidades de una investigación con enfoque cuantitativo, que pretende encontrar si existe realmente influencia de las redes sociales en los Trastornos Alimenticios en jóvenes de Sexo Femenino en edades entre 17 y 21 años de la Universidad Popular del Cesar. Taylor y Bogdan (1986) estiman en un sentido extenso la investigación cuantitativa en la que se obtienen datos cuantificados de las personas, considerando que se evalúan palabras escritas, habladas y conductas observables; las cuales encajan a la perfección con las intenciones de este estudio, que es establecer la tendencia de las redes sociales y las consecuencias que origina su interacción en el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria.



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Tipo de Investigación

En la realización de este proyecto se llevará a cabo una investigación de tipo correlacional. Los trabajos correlacionales buscan determinar si los individuos con una calificación elevada en cierta variable también coinciden en que la otra variable se comporte de la misma manera o en su defecto que se presente una puntuación baja en ambas variables. Dependiendo del resultado se definirá como una correlación positiva o correlación negativa entre las variables.

Las preguntas de investigación que puede responder un estudio correlacional son las siguientes: ¿A mayor autonomía y variedad en el trabajo existe mayor motivación intrínseca en las tareas laborales? ¿incrementa la autoestima en pacientes que reciben terapia de Gestalt? ¿La distancia física entre las parejas tiene una influencia negativa en el funcionamiento en la relación? (Todas tienen un contexto específico). La finalidad de estos estudios son conocer la asociación existente entre dos o más temáticas de las que se quiera investigar con una muestra en particular. Con frecuencia se analiza la relación entre dos o más. (Hernández, et al., 2014)

Diseño y Corte

Se llevará a cabo una investigación con diseño no experimental de corte transversal. Como (señala Kerlinger 1979). La investigación no experimental es aquella que no pretende manipular o condicionar las variables, es tipo de investigación donde el comportamiento de la variable actúa de manera independiente. Lo que se hace en ella es observar el fenómeno tal cual



Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales



como se maneja en su contexto natural y posterior a eso se procede a hacer el análisis. De hecho, no hay estímulos o condiciones a los que se exhiba la variable. (Gabriel Agudelo, 2015)

Población, muestra y muestreo

Para la realización de este proyecto se tomó como población, estudiantes de la universidad popular del cesar con edades entre 17 y 21 años de sexo femenino, con una muestra de 50 estudiantes de las diferentes carreras de la universidad. Se consideró apropiado trabajar con dicha población porque cumplen con los requisitos para ser evaluados mediante los diferentes instrumentos que se aplicaran, es importante tener en cuenta que aproximadamente todas las estudiantes femeninas de edades entre 17 y 21 años manejan todo tipo de redes y navegación por internet.

Población (N): N= 57 mujeres

Muestra (n): n= 50

e= error máximo aceptado igual a 0,05 (5%) elevado al cuadrado

α = 96% con un nivel de significancia igual a 1,96 α^2

$$n = \frac{57}{1 + \frac{4 (0,05)^2 (57-1)}{1,96^2 \alpha^2}} = 50$$

$$n = \frac{57}{1 + \frac{4 (0,0025) (56)}{3,8416}}$$



Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales



$$n = \frac{57}{1 + \frac{(0,01)(56)}{3.8416}}$$

$$n = \frac{57}{1 + \frac{0.56}{3.8416}}$$

$$n = \frac{57}{1 + 0.145772}$$

$$n = \frac{57}{1.145772}$$



$$n = 50$$

Técnica e Instrumentos de recolección de datos

Según lo que postula Hernández y Mendoza (2018), los métodos e instrumentos que se utilizan para recolectar información, se refieren a distintas herramientas empleadas con la finalidad de recabar los datos de interés con respecto a las variables que se desean estudiar o los casos seleccionados. Son componentes que funcionan para recolectar los datos de análisis para la investigación, considerando esto, cabe resaltar que en el presente proyecto se utilizará como técnicas e instrumentos de recolección la escala de riesgo de adicción a las redes sociales e internet ERA-RSI y el cuestionario de actitudes hacia la comida EAT-40.

Escala de riesgo de adicción- adolescentes a las redes sociales e internet ERA-RSI

Descripción Sintética

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

La escala está justificada en los criterios propuestos por el DSM 5 para las adicciones no tóxicas. Este instrumento tiene 29 preguntas diseñadas para evaluar el riesgo de adicción a internet y redes sociales, compuesto de esta manera por cuatro dimensiones: el componente síntomas-adicción, consta de 9 ítems y evalúa conductas de adicción al internet. El componente uso-social, consta de 8 ítems y chequea conductas de las relaciones interpersonales de los adolescentes. El componente rasgos friki está conformado por 6 ítems que evalúa la práctica de todo tipo de juegos en línea. Para finalizar esta el factor nomofobia este está conformado por 6 ítems vinculados con el control de uso de celulares y la ansiedad. El cuestionario responde por puntuaciones donde 1 es nunca o casi nunca; 2: algunas veces; 3: bastantes veces; y 4: muchas veces o siempre. (Peris, Maganto y Garaigordobil, 2018).

Validez y confiabilidad

En cuanto a las puntuaciones obtenidas en el estudio, se demuestra que en la dimensión síntomas-adicción, nomofobia y la totalidad de la escala se obtuvieron valores superiores. Por medio de un análisis factorial se establecieron cuatro agentes: síntomas-adicción, uso-social, rasgos frikis, y nomofobia, que suponen un 46.48% de la varianza, una población con edades que oscilaban entre 12-14 años. De esta manera también se hallaron correlaciones positivas entre obsesión a RSI con desinhibición, ansiedad, neuroticismo, aislamiento, entre otras, así como también correlaciones negativas con autoestima y apego. El sistema de la escala, su confiabilidad y validez. El desenlace del trabajo confirmó la consistencia del instrumento (alfa

de Cronbach=.90). Las correlaciones del test-retest en las preguntas de la escala se fluctuaban entre $r=.76$ y $r=.88$; confirmando la confiabilidad de la prueba. Se presentaron puntuaciones superiores en dimensión síntomas-adicción, uso-social nomofobia respecto a las mujeres y en cuanto a los hombres puntuaciones superiores en la dimensión de adicción.

Operacionalización

Tabla 1.

Operacionalización de variables de la escala de Riesgo – Adicción Adolescentes a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI)

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Valoración
Riesgo de adicción-adolescente a redes sociales e internet	Síntomas – Adicción	¿Cuánto y cuándo utilizo las redes sociales e internet? (1,2,3,4,5,6,7,8,9)	<p>1. Teniendo en cuenta todas las veces que visito las RSI y el WhatsApp, sin estar dedicadas al estudio, el tiempo que paso diariamente en ellas es: (1) Alrededor de 1 hora; (2) Unas 2 horas; (3) Entre 3 y 4 horas; (4) Más de 4 horas</p> <p>2. Ahora mismo sentiría rabia si tuviera que prescindir de las RSI</p> <p>3. Utilizo las RSI en mis horas de estudio y / o trabajo</p> <p>4. Accedo a las RSI en cualquier lugar y a cualquier hora</p> <p>5. Consulto los perfiles de mis amigos / as Oculto en mi casa el tiempo que me conecto a las RSI</p>	<p>1: Nunca o casi nunca</p> <p>2: Algunas veces</p> <p>3: Bastantes veces</p> <p>4: Muchas veces o siempre.</p>

		6. He perdido horas de sueño por conectarme a las redes sociales y por ver series
		7. Creo que conectarme a las RSI ha interferido en mi trabajo académico/laboral
		8. Si no tengo acceso a internet me siento inseguro
		9. Utilizo el chat
		10. Oculto en mi casa el tiempo que me conecto a las RSI
		11. Actualizo mi estado
		12. Veo lo que mis contactos están haciendo en las últimas horas
		13. Comentamos las fotografías entre amigos/as
		14. Subo fotografías y / o videos
Uso – social	El uso más habitual de las redes sociales (10,11,12,13,14,15,16,17)	15. Jugar a juegos virtuales y / o de rol
		16. El número de fotografías que he publicado en las RSI e internet es: (1) <100; (2) 101 a 1000; (3) 1001 a 3000; (4) > 3000
		17. Hacer nuevos amigos/as
		18. Encuentro a antiguos amigos
Rasgos Frikis	Razones por las que pasa tiempo en Redes Sociales (18,19,20,21,22,23)	19. Entrar en páginas eróticas
		20. Me siento más seguro o acompañado sabiendo que en cualquier momento me puedo comunicar con alguien
		21. Unirme a grupos de interés

Nomofobia	Sentimientos relacionados con redes sociales y tecnología	22. Uso el móvil para escribir mensajes eróticos
		23. Tener encuentros sexuales
		24. Buscar información sobre sexualidad
		25. Creo que es más seguro mandar una fotografía por móvil que colgarla en otras RSI
		26. Me pondría furioso si me quitarán el móvil
		27. Si no responden inmediatamente a mis mensajes siento ansiedad y angustia
		28. Me inquieto si nadie me habla cuando estamos conectados
		29. Necesito saber si el destinatario ha leído o no mi mensaje

Nota. La tabla muestra la operacionalización de la variable redes sociales según sus dimensiones, indicadores, ítems y valoración.

Calificación

La manera de aplicación del instrumento esta estandarizada y especificada según cada pregunta. Las puntuaciones están entre 1: Nunca o casi nunca; 2: Algunas veces; 3: Bastantes veces; y 4: Muchas veces o siempre. La totalidad de la puntuación según las dimensiones se logra al hacer la adición de todos los ítems y dividirlos por el número de preguntas. El análisis de los resultados según la correspondiente baremación del instrumento sobresaliendo puntuaciones



directas \geq al percentil 75 indican un peligro de adicción a las redes sociales, los percentiles 35 a 70, señalan riesgo de adicción y \leq al percentil 30 genera una conjetura de pérdida del control. Es oportuna la aplicación ya que ayuda a hacer una valoración e intervención pertinente.

Baremación de la ERA-RSI

Tabla 2.

Baremación ERA-SRI

Percentiles	Síntomas- <u>adicción</u>		Uso- social		Rasgos- frikis		Nomofobia		Total		
	V	M	V	M	V	M	V	M	V	M	
99	32	32	27	32	17	16	21	22	88	93	Rie
95	26	29	25	30	16	15	19	20	75	87	sgo
90	24	26	24	29	14	13	18	19	73	83	ele
85	22	25	23	28	13	12	17	18	70	79	vad
80	21	24	23	27	12	11	16	17	68	77	o
75	20	23	22	26	11	10	15	16	67	74	
70	19	22	21	26	10	10	14	16	65	73	Rie
65	18	21	21	25	10	9	14	16	63	72	sgo
60	18	20	20	24	9	9	13	15	61	71	de
55	17	19	20	24	9	9	12	14	60	69	adi
50	16	18	19	23	9	9	11	14	57	67	cci
45	15	18	19	23	9	9	11	13	56	66	ón
40	15	17	18	22	8	8	10	13	54	64	
35	14	16	17	22	8	8	9	12	51	62	
30	13	15	17	21	7	7	8	12	49	60	Sos
25	13	14	16	20	7	7	8	11	47	58	pec
20	12	14	15	19	7	7	7	10	44	55	ha
15	11	13	14	18	6	6	6	9	42	52	de
10	10	12	14	17	6	6	6	8	40	49	ries
5	9	10	12	15	6	6	6	8	37	42	go
1	8	9	8	11	6	6	6	8	29	34	de
											adi

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

cci
ón

Nota. Tabla Correspondiente a la Baremación de la Escala de Riesgo de Adicción-Adolescentes a las Redes Sociales e Internet ERA-RSI. V/M = Varones / Mujeres.

2. Instrumento EAT-40

Descripción Sintética

El test Eating Attitudes Test (EAT-40) fue creado como herramienta para estimar particularidades comportamentales y psicológicas que se dan en los trastornos de la bulimia nerviosa y la anorexia. Está integrada por 40 preguntas que se agrupan en 3 dimensiones: 1) Preocupación por la comida, 2) uso o abuso de laxantes y presencia de vomito y 3) restricción alimentaria. La calificación es determinada por la escala tipo Likert que se evalúa de nunca a siempre. La puntuación es de (0 a 192) demostrando la mayor puntuación la presencia del rasgo.

Validez y confiabilidad

La validez y confiabilidad del Eating Attitudes Test (EAT-40) expuesta en Costa Rica. Se hizo una adaptación del EAT-40 para aplicarlo en costarica a 594 adolescentes, en el que se obtuvo un alfa de Cronbach de .87. En el resultado se las mujeres son más propensas a desarrollar trastornos alimenticios 18.6%, mientras que en hombres fue un 7.4%, se correlaciono la identificación de modelos de televisión ($r = .725$) y la insatisfacción con el aspecto físico ($r = .562$) en segunda instancia se comparó la calificación de mujeres con TCA ($n = 19$) y sin el

(n=533). En trabajo 3 se encuestó el EAT-40 a una muestra de adolescentes de ambos sexos (n = 4,285). Persistieron los porcentajes de riesgo con 6.2%, siendo mayoritariamente en mujeres 9.4% que en hombres 2.3% y los mejores predictores del riesgo en mujeres fueron problemas psicosomáticos ($\beta = .275$) y la insatisfacción con su físico ($\beta = -.159$).

Operacionalización

Tabla 3.



Operacionalización de Variables del Instrumento EAT-40

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Valoración
Conducta alimentaria	Preocupación por la comida	Preocupación relacionada con ingerir alimentos, dietas (1,2,3,4,5,6,7,8,9, 10,11)	1. Me gusta comer con otras personas 2. Me pongo nervioso/a cuando se acerca la hora de las comidas 3. Preparo comidas para otros, pero yo no me las como 4. Me da mucho miedo pesar demasiado 5. Procuero no comer, aunque tenga hambre 6. Corto mis alimentos en trozo pequeños 7. Evito, especialmente, comer alimentos con muchos hidratos de carbono (p.ej. pan, arroz, patatas, etc.) 8. Me preocupo mucho por la comida 9. Tengo en cuenta las calorías que tienen los alimentos que como	1. nunca - casi nunca 3. algunas veces 4. bastantes veces 5. Casi siempre. - Siempre.

<p>Restricción alimentaria</p>	<p>Deseo de estar delgado/a y presión social(12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27,28, 29, 30, 31, 32, 33,)</p>	<p>10. A veces me he "atracado" de comida, sintiendo que era incapaz de parar de comer 11. Me siento lleno/a después de las comidas. 12. Me preocupa el deseo de estar más delgado/a 13. Me siento muy culpable después de comer 14. Noto que los demás preferirían que yo comiese más. 15. Hago mucho ejercicio para quemar calorías 16. Me peso varias veces al día 17. Cada día como los mismos alimentos 18. Disfruto comiendo carne 19. Me levanto pronto por las mañanas 20. Me gusta que la ropa me quede ajustada 21. Disfruto comiendo en restaurantes Pienso en quemar calorías cuando hago ejercicio 22. Tengo la menstruación regular 23. Procuo no comer alimentos con azúcar 25. Tardo en comer más que las otras personas 26. Pienso en quemar calorías cuando hago ejercicio</p>
--------------------------------	--	--

		27. Los demás piensan que estoy demasiado delgado/a
		28. Como alimentos de régimen
		29. Noto que los demás me presionan para que coma
		30. Paso demasiado tiempo pensando y ocupándome de la comida
		31 siento que los alimentos controlan mi vida
		32. Me controlo en las comidas Paso demasiado tiempo pensando y ocupándome de la comida
		33. Vomito después de haber comido
		34. Me comprometo a hacer régimen
		35. Tengo estreñimiento
		36. Me siento incómodo/a después de comer dulces
		37. Tomo laxantes (purgantes)
Uso y/o abuso de laxantes y presencia de vómitos	(13, 28, 40)	38. Tengo ganas de vomitar después de las comidas
		39. Disfruto probando comidas nuevas y sabrosas
		40. Me gusta sentir el estómago vacío

Nota. La tabla muestra la operacionalización de la variable desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria según sus dimensiones, indicadores, ítems y valoración.



	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

Calificación

Es un instrumento que contiene 40 preguntas que se dividen en e dimensiones: 1) preocupación por la comida; 2) uso abuso de laxantes y presencia de vomito y 3) restricción alimenticia. El análisis de los resultados según la correspondiente baremación del instrumento se obtiene sumando las puntuaciones de todos los ítems. La calificación varía entre 0 a 120. Este instrumento tiene el modelo de calificación de escala Likert, donde los ítems se puntúan: (siempre 3 puntos; casi siempre 2 puntos; bastantes veces 1 punto; resto 0 puntos).

Baremación

Teniendo en cuenta la información anterior con respecto a la calificación del instrumento, cabe precisar, que, con la finalidad de brindar una mejor claridad en el proceso de calificación del instrumento, debido a que, solo existe una interpretación específica de los resultados generales y no de sus dimensiones, que permita establecer si dicha puntuación en las mismas indica un riesgo bajo o elevado de desarrollar trastornos alimenticios, como autoras de este trabajo, se vio la necesidad de establecer unos baremos de calificación que permiten identificar en qué nivel se posiciona la calificación de cada participante. Esto se estableció teniendo en cuenta las calificaciones propias del instrumento de la puntuación mínima que puede obtener un participante y la puntuación máxima, a partir de esto, se estableció el rango y a amplitud, cabe destacar que el rango se calcula restando el valor máximo con el valor mínimo y la amplitud se

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

calcula dividiendo el rango, entre el número de niveles que se tendrá, en este caso, 3, que son bajo, medio y alto.

Los datos anteriores establecidos en la baremación permiten identificar los intervalos de cada uno de los niveles para establecer los baremos de interpretación, es decir, teniendo la puntuación mínima, que es el límite inferior y máxima o límite superior de cada dimensión, se empieza a sumar el valor de la amplitud al límite inferior hasta llegar al límite superior. Este procedimiento es el que permite ubicar las puntuaciones en rangos de bajo, medio y alto de riesgo de sufrir un trastorno alimenticio, según calificaciones asignadas por los participantes. Seguidamente se expone el producto obtenido para los baremos de interpretación. Se tiene en cuenta que, en la puntuación general, solo existen dos rangos, puntajes menores a 30, indican pacientes normales y puntuaciones mayores a 30 son propias de pacientes bulímicos o anoréxicos.



Tabla 4.

Baremos de interpretación del instrumento EAT

	D1	D2	D3
Bajo	[0 - 11]	[0 - 22]	[0 - 7]
Medio	[12 - 21]	[23 - 44]	[8 - 14]
Alto	[22- 33]	[45 - 66]	[15 - 21]

Nota. La tabla muestra los baremos de interpretación para la calificación del instrumento

EAT.

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

Técnica de análisis de datos

Las técnicas son procesos de aplicación durante momentos específicos, con la finalidad de conseguir información que sea útil para el proceso de investigación. Las técnicas aplicadas dentro de esta investigación fueron test estandarizados y reconocidos para la tabulación y recolección de datos con las cuales se les dará una respuesta acertada a la pregunta de investigación.

Consideraciones Éticas de la Investigación

La investigación se tendrá en cuenta temáticas que fueron estudiadas anteriormente, las cuales brindan confiabilidad y validez a la presente investigación, por lo que es necesario tener en cuenta características éticas, como la posición teórica de los autores, citando de manera apropiada y siendo objetivos en las referencias bibliográficas. Estos procesos de investigación encuadran temas con un recorrido científico sobre la influencia de las redes sociales en el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria. Por otra parte, como psicólogos en formación es apropiado tener en cuenta (Ley 1090 del 2006) por las cuales se reglamentará el desarrollo de la profesión de psicología y se impone el código deontológico y bioético, entre otras disposiciones.

Destacando el Artículo 2 de los principios generales del psicólogo se hace referencia a que los profesionales que ejercen su profesión en Colombia deben regirse por los siguientes principios: **Responsabilidad**. Al prestar su servicio profesional debe mantener una excelente



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**





atención. Se harán responsables de los resultados de sus acciones, y se asegurara de que su trabajo sea siempre para el bien común. **Competencia.** El mantenimiento de altos estándares de competencia será una responsabilidad compartida por todos los profesionales de la psicología interesado en la sociedad y en la profesión como un todo. (D. Oficial 2006)

Es la capacidad de un psicólogo conocer sus límites y competencias dentro de su profesión. Se prestará un servicio y una atención particular para la que se encuentran cualificados. En aquellas esferas en las que se encuentren límites para su práctica ellos velaran por el bienestar propio y de sus pacientes. (D. Oficial 2006). Constantemente se mantendrá al margen de las ciencias actualizando su servicio especializado.

Procedimiento

Para llevar a cabo la aplicación de los instrumentos pertinentes para esta investigación se escogió como población un total de 50 personas de sexo femenino de la Universidad Popular del Cesar, las cuales en su totalidad participaron de esta investigación voluntariamente y diligenciaron el debido consentimiento informado con el cual se explicó que la manipulación de sus datos personales así como de los resultados solo tendría fines académicos e investigativos, posterior a esto se prosiguió dar a conocer las instrucciones para darle respuesta a dichos instrumentos, seguido de la aplicación y evaluación de los mismos.

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

Capítulo IV

Resultados de la investigación

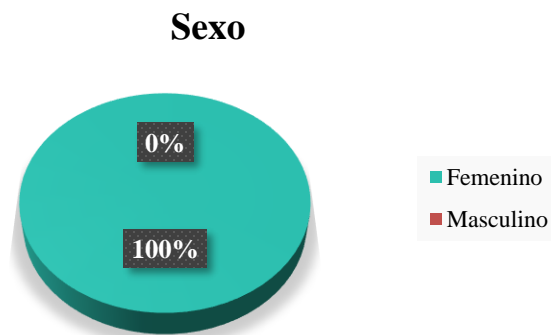
Análisis de los resultados

La actual investigación tiene como principal finalidad definir la incidencia entre las redes sociales y el desarrollo de los trastornos alimenticios en jóvenes de sexo femenino de edades entre 17 a 21 años de la universidad popular del cesar, para lograr dicho objetivo, se recolectaron datos concernientes a las variables de estudio aplicando el instrumento escala de riesgo de adicción para identificar el uso de las redes sociales y el instrumento EAT a una población de 50 personas para identificar las conductas de alimentación que propician el desarrollo de trastornos alimenticios, una vez hecho esto, se establece la relación entre las variables para dar respuesta a la hipótesis de estudio. Teniendo en cuenta esto, en este apartado se relacionan los resultados encontrados, dando cumplimiento a cada uno de los objetivos específicos formulados.

Características sociodemográficas

Figura 1.

Sexo de los participantes

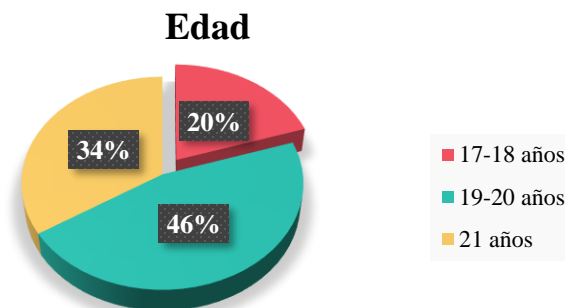


Fuente: datos propios de la investigación (2022)

En la figura 1 se puede observar la distribución por sexo de los participantes, evidenciándose que la totalidad de 50 sujetos encuestados corresponde a estudiantes del sexo femenino que estudian en la Universidad Popular del Cesar.

Figura 2.

Edad de las participantes

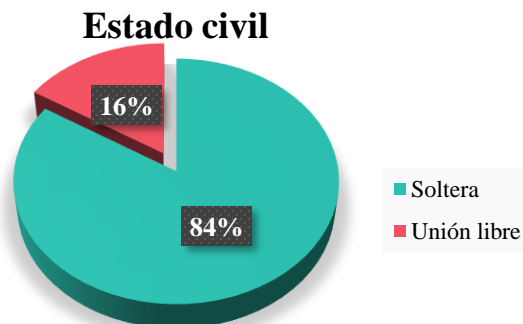


Fuente: datos propios de la investigación (2022)

La figura 2 evidencia la destitución etaria de las encuestadas, en sentido a esto, a partir de una muestra de 50 mujeres se puede observar que, el 46% (24 mujeres), tiene entre 19 a 20 años, el 34% (16 mujeres), tiene entre 21 años y un 20% (10 personas), tiene entre los 17 a 18 años, con esto se puede ver que la edad está en un rango entre los 17 a 21 años con una mayor concentración etaria entre los 19 a 21 años.

Figura 3.

Estado civil de las participantes



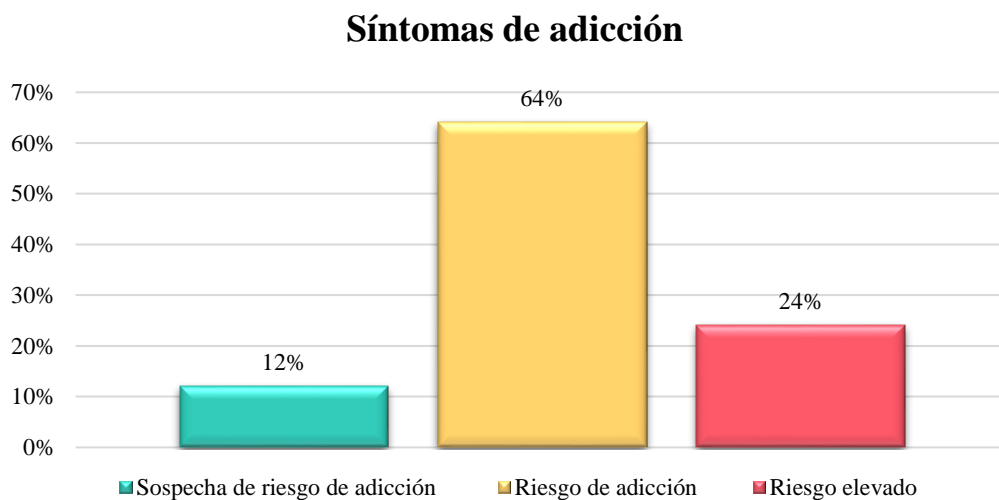
Fuente: datos propios de la investigación (2022)

Finalmente, en la figura 3 se puede observar el estado civil de las 50 mujeres encuestadas, de este modo, un 84% (42 personas), expresó ser soltera y un 16% (8 personas), convive con su pareja en unión libre, lo cual, permite concluir que la mayoría actualmente no tiene pareja.

Uso de las redes sociales

El uso de las redes sociales es una información recolectada con la finalidad de evidenciar si existe o no una adicción respecto a esta variable, estos resultados se generaron mediante la aplicación de la escala de riesgo de adicción- adolescentes a las redes sociales e internet ERA-RSI a 50 sujetos de sexo femenino y para su calificación, se tuvo en cuenta los parámetros propios del instrumento y la comparación de las puntuaciones directas obtenidas con la tabla de baremos de este instrumento. A continuación, se expresa cada uno de los resultados de esta variable.

Figura 4.
Dimensión síntomas de adicción



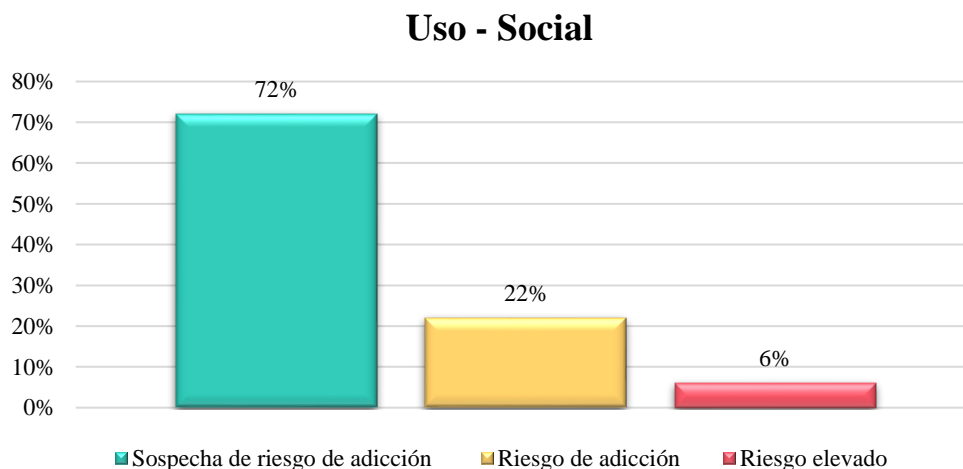
Fuente: datos propios de la investigación (2022)

La figura 4 muestra con respecto a los resultados de la dimensión de adicción, que un 64% (32 personas), de las participantes obtuvo puntuaciones que las posicionan en un riesgo de

adición al uso de redes sociales, un 24% (12 personas), tuvo puntajes que indican un riesgo elevado y un 12% (6 personas), tuvo calificaciones bajas que abren la sospecha a un riesgo de adicción. Teniendo en cuenta que de las 50 personas encuestadas la mayoría de puntajes se posicionan en un punto medio que indica un riesgo de adicción, estos datos evidencian que las estudiantes tienen conductas moderadas respecto al uso frecuente de aplicaciones como WhatsApp, Instagram, Twitter o Facebook, que suelen usar con frecuencia las redes sociales durante sus horas de trabajo o estudio, tienden a acceder a las mismas a cualquier hora del día, en alguna ocasión han perdido horas de sueño por el uso de las redes sociales, suelen actualizar estados, consultar perfiles y utilizar las funciones de chat constantemente.

Figura 5.

Dimensión uso social

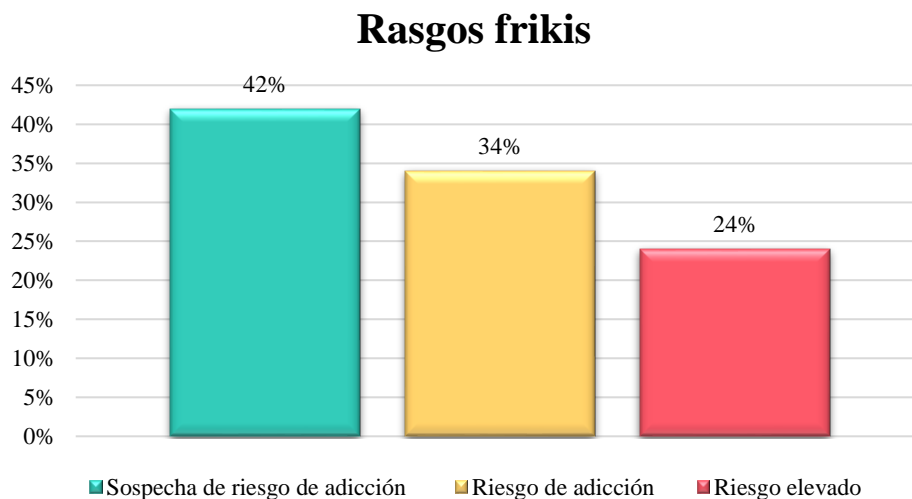


Fuente: datos propios de la investigación (2022)

En quinta la figura se muestran los resultados precisados con respecto a la dimensión uso social, en esta, se puede observar que un 72% (36 personas), de las estudiantes tuvo calificaciones bajas que las posiciona en una categoría de sospecha de riesgo de adicción, un 22% (11 personas), arrojó calificaciones de riesgo de adicción y en solo un 6% (3 personas) sus puntajes expresan un riesgo elevado. Con respecto a los datos obtenidos en los 50 encuestados, se considera que la mayoría está en una categoría de sospecha de riesgo de adicción es una información que evidencia que las estudiantes no suelen subir contenido a sus redes sociales, comentarse entre amigos, usar las redes para encontrarse con amigos antiguos, la cantidad de fotografías subidas a las redes no supera el número de 100 y tampoco tienden a jugar juegos virtuales o de roles.

Figura 6.

Dimensión rasgos frikis

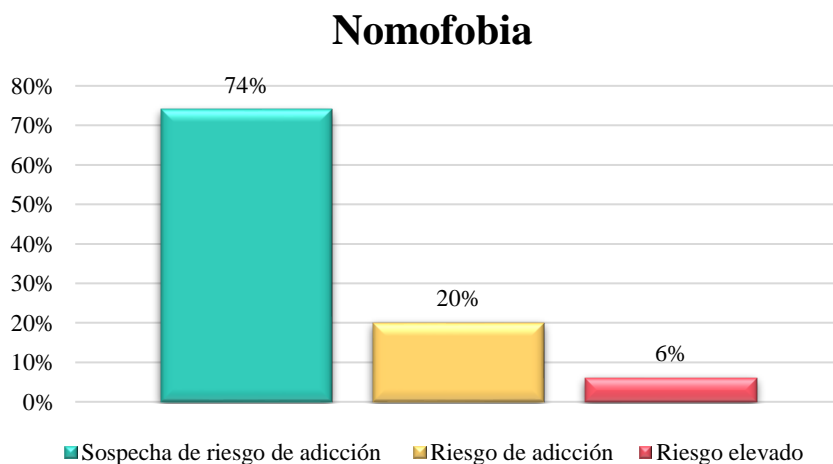


Fuente: datos propios de la investigación (2022)

Con respecto a los resultados de la dimensión de rasgos frikis, como se observa en la figura 6, dentro de las 50 mujeres encuestadas predominaron puntuaciones de sospecha de riesgo de adicción en un 42% (21 personas), de participantes, no obstante, en las otras categorías, un 34% (17 personas), de las encuestadas tuvo puntuaciones medias que indican un riesgo de adicción y un 24% (12 personas), sus puntajes evidencian un riesgo elevado, siendo esta la dimensión con mayores puntuaciones con respecto a esta última categoría, sin embargo, considerando predominan puntuaciones entre una sospecha y riesgo de adicción, cabe resaltar que esta información evidencia que las estudiantes dentro de las razones por las que usa con frecuencia las redes sociales, suelen unirse a grupos de interés, buscar en las redes sociales información sobre sexualidad y ocasionalmente se siente más seguras con el móvil dado que les proporciona la seguridad de que en cualquier momento podrán comunicarse con alguien.

Figura 7.

Dimensión nomofobia

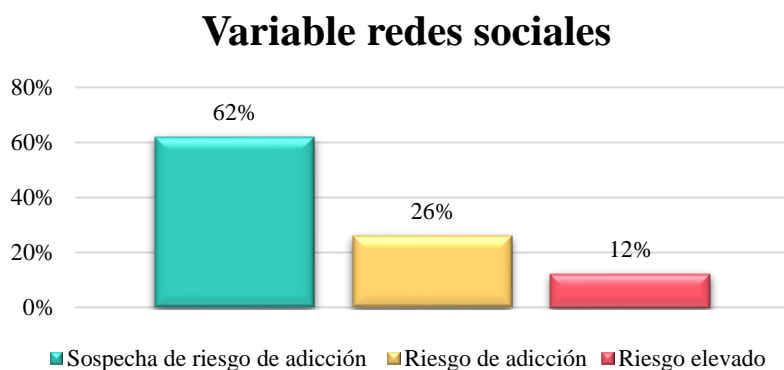


Fuente: datos propios de la investigación (2022)



La última dimensión de la variable uso de redes sociales es la nomofobia que evidencia una clara adicción o miedo irracional a no tener acceso a internet, respecto a esto, como se observa en la figura 7, predominaron puntuaciones bajas que indican una sospecha de riesgo de adicción en un 74% (37 personas), el 20% (10 personas), tuvo calificaciones medias que muestran un riesgo de adicción y solo el 5% (3 personas), tiene conductas que indican un riesgo elevado. En esta dimensión predominan puntuaciones bajas que abren una sospecha de riesgo de adicción con respecto a la nomofobia, estos datos permiten inducir que dentro de las 50 estudiantes no existen sentimientos fuertes que se relacionen con el uso de las redes sociales y la tecnología, no fundamentan su seguridad en el uso del móvil, tampoco se desesperan si no obtienen respuesta inmediata a sus mensajes, no presentan síntomas de ansiedad o furia ante la privación del móvil.

Figura 8.

Resultados de la variable uso de redes sociales



Fuente: datos propios de la investigación (2022).

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

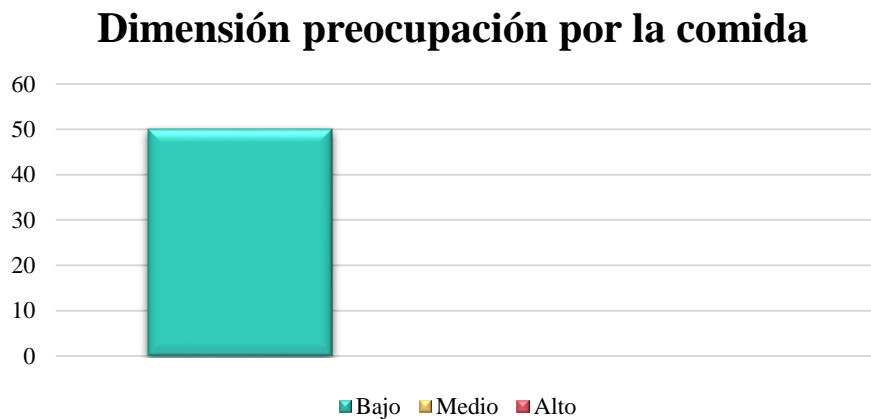
Habiendo relacionado los resultados con respecto a cada una de las dimensiones del uso de redes sociales, es pertinente presentar los hallazgos globales que pueden ser observados en la figura 8 donde, un 62% (31 personas), de las encuestadas tuvieron en general, puntuaciones bajas que solo abren una sospecha al riesgo de adicción, un 26% (13 personas), tuvo puntuaciones medias que expresan un riesgo de adicción un 12% (6 personas), tuvo calificaciones de riesgo elevado, con esta información, considerando que predomina las puntuaciones bajas que abren una sospecha al riesgo de adicción, se puede inducir que existe una baja dependencia al uso de redes sociales por parte de las 50 estudiantes.

Desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria

El desarrollo de trastornos alimenticios es una variable que se calificó con ayuda del test de actitudes hacia la comida EAT, los resultados de este apartado se generan teniendo en cuenta las dimensiones propuestas por el propio instrumento y las puntuaciones globales, se tiene en cuenta que en la calificación total el punto de corte es de 30, es decir, calificaciones mayor a 30 indican pacientes con riesgo a desarrollar trastornos bulímicos o anoréxicos, sin embargo, las dimensiones se interpretan considerando el rango de categoría establecido en la tabla de baremos.

Figura 9.

Dimensión preocupación por la comida

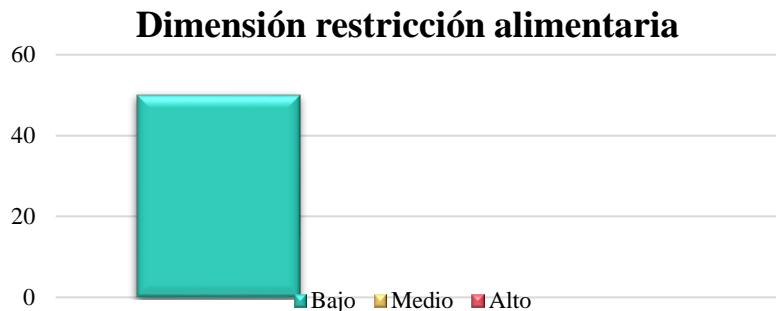


Fuente: datos propios de la investigación (2022)

La figura 9 muestra los resultados obtenidos en la dimensión preocupación por la comida, que evidencia que la totalidad de mujeres encuestadas tuvo una puntuación inferior con respecto a esta dimensión. indicando que no se preocupan por la ingesta de sus alimentos, pueden comer solas o acompañadas, ingerir los alimentos preparados por sí misma, no se preocupan por sus horas de comida ni tienen ningún miedo irracional relacionado con su peso, tampoco suelen tener conductas de atracón de comida o contar las calorías de los alimentos.

Figura 10.

Dimensión restricción alimentaria

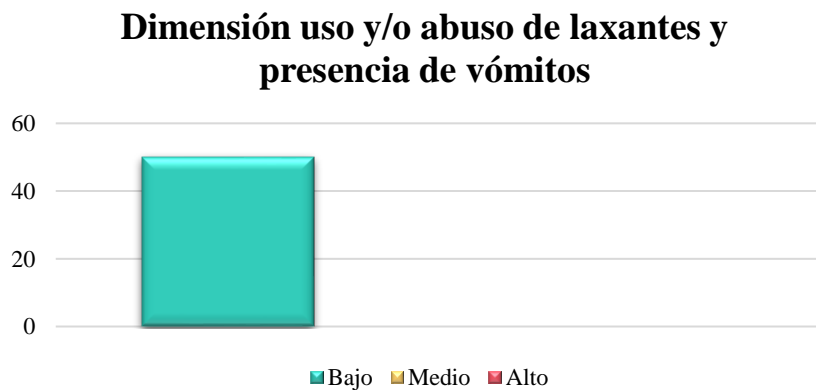


Fuente: datos propios de la investigación (2022)

Por otro lado, en la figura 10 se muestran los resultados obtenidos en la dimensión de restricción alimentaria, donde, al igual que en la dimensión anterior, la totalidad de mujeres encuestadas obtuvo puntuaciones bajas que muestran que las estudiantes no tienen un deseo excesivo por estar delgadas ni sienten una presión social excesiva con respecto a su cuerpo.

Figura 11.

Dimensión uso y/o abuso de laxantes y presencia de vómitos

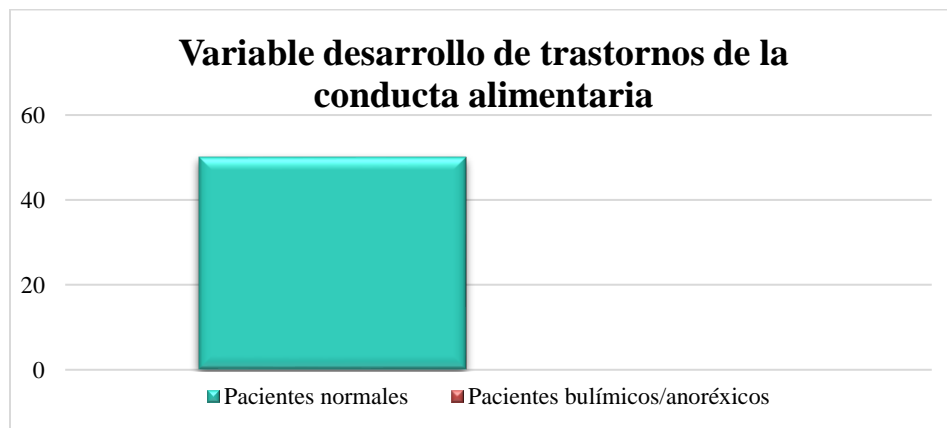


Fuente: datos propios de la investigación (2022)

La última dimensión de la variable desarrollo de trastornos alimenticios es la de uso de laxantes y presencia de vómitos, los resultados de están pueden evidenciarse en la figura 11, en la cual, al igual que en los hallazgos de las otras dimensiones, la totalidad de las 50 féminas encuestadas obtuvieron una calificación baja que evidencia un escaso uso de laxantes o purgantes para drenar los alimentos, poca presencia de estreñimiento, no vomitan después de comer ni disfrutaban de la sensación de estómago vacío.



Figura 12.

Resultados de la variable desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria



Fuente: datos propios de la investigación (2022)

La figura 12 muestra los resultados globales de la variable desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria que se expresa según la preocupación por la comida y el uso de mecanismos ante la misma, el instrumento seleccionado agrupa las puntuaciones globales en pacientes normales determinados por aquellos que obtengan calificaciones menores a 30 y pacientes bulímicos o anoréxicos determinado por quienes tengan puntuaciones superiores a 30. Según esta información y lo evidenciado en la figura 12, la totalidad de mujeres participantes

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

tuvo puntuaciones menores a 30 que las categoriza como pacientes normales sin riesgo de desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria, es decir, no tienen preocupaciones marcadas por la ingesta de alimentos, no tienen comportamientos de restricción alimentaria ni suelen usar o abusar del uso de laxantes ni tener presencia de vómitos tras el consumo de alimentos.

Prueba de normalidad

Este proceso se inicia en el programa de SPSS, con el fin de examinar la forma en cómo están distribuidas las variables y a partir de los resultados obtenidos determinar si se utiliza el estadígrafo de correlación de tipo paramétrico o no paramétrico. A continuación, se presenta la comprobación de la distribución de los datos. La prueba de normalidad fue llevada a cabo mediante la prueba Kolmogorov – Smirnov, que es aplicable cuando se tiene una población mayor o igual a 50, como lo es el caso. La prueba de normalidad fue realizada a un nivel de confianza del 95%. Para la prueba de normalidad las hipótesis son:

H1: El conjunto de datos siguen una distribución normal.

H0: El conjunto de datos no siguen una distribución normal.

Si el valor de significancia resulta menor que 0,05 indica que la hipótesis nula es falsa y que deber rechazada H0, es decir el conjunto de datos siguen una distribución normal.

Tabla 5.

Prueba de normalidad de las variables

Pruebas de normalidad			
	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Redes sociales	0,133	50	0,028
Desarrollo de trastornos alimenticios	0,093	50	,200*

*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

Fuente: datos propios de la investigación (2022)

La tabla 5 muestra la prueba de normalidad de las variables uso de las redes sociales y desarrollo de trastornos alimenticios, evidenciando que existe un nivel de significancia de 0,028 para la variable uso de las redes sociales, valor que resulta menor a 0,05 siendo preciso rechazar la hipótesis nula indicando que los datos siguen una distribución normal, mientras que para la variable de desarrollo de trastornos alimenticios el valor de significancia es de 0,200, es decir, mayor a 0,05, por tanto, la distribución de estos datos no sigue una distribución normal.

Siendo expresada la información anterior, es pertinente indicar que la estadística paramétrica se utiliza cuando hay una distribución normal entre los datos existiendo una homogeneidad, es decir, que todos los elementos que vayan a ser relacionados cuenten con una distribución normal, sin embargo, teniendo en cuenta lo obtenido en la tabla 7, en la que una de las variables no sigue una distribución normal, es de precisar que no hay homogeneidad en el

comportamiento de las variables y que, por tanto, Spearman es el estadígrafo más adecuado para establecer las correlaciones.

Correlaciones

A continuación, en las siguientes tablas, es posible observar las correlaciones entre las dimensiones del uso de las redes sociales y el desarrollo de trastornos alimenticios, establecidas por medio de la prueba no paramétrica Rho de Spearman, que es utilizada cuando las variables no siguen un comportamiento normal. Las correlaciones fueron realizadas con un nivel de significancia del 95%, y es menester tener en cuenta para su interpretación las siguientes hipótesis:

H0: si $p(\text{sig.}) > 0,05$ la relación no es significativa.

H1: si $p(\text{sig.}) < 0,05$, se rechaza la H0 y se dice que existe una correlación significativa.

Tabla 6.

Correlación entre la dimensión síntomas de adicción y preocupación por la comida.

Correlaciones			Síntomas de adicción	Preocupación por la comida
Rho de Spearman	Síntomas de adicción	Coeficiente de correlación	1,000	,325*
		Sig. (bilateral)		0,021
		N	50	50

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: datos propios de la investigación (2022)

La tabla 6 muestra los resultados de la correlación entre la dimensión síntomas de adicción y preocupación por la comida, respecto a esto, el coeficiente de correlación de Spearman indica una correlación positiva baja con un valor de $r=,325$ con una significancia bilateral $\text{sig.}=0,021$ resultado que al ser menor a 0,05, para este caso indica que se debe rechazar la hipótesis nula y sí existe una correlación entre las dimensiones, es decir, que cuando aumentan los síntomas de adicción a las redes sociales, incrementa la preocupación ante la comida que favorece el desarrollo de trastornos alimenticios.

Tabla 7.

Correlación entre la dimensión síntomas de adicción y restricción alimentaria

Correlaciones			Síntomas de adicción	Restricción alimentaria
Rho de Spearman	Síntomas de adicción	Coeficiente de correlación	1,000	0,223
		Sig. (bilateral)		0,119
		N	50	50

Fuente: datos propios de la investigación (2022)

La tabla 7 permite observar los resultados de la correlación entre los síntomas de adicción y la restricción alimentaria obteniéndose un coeficiente de correlación de Spearman de $-r=,223$ con una significancia bilateral de $\text{sig.}=0,119$ al ser este valor mayor a 0,05, se precisa que no existe asociación alguna entre las dimensiones y, por tanto, se debe aceptar la hipótesis nula.

Tabla 8.

Correlación entre la dimensión síntomas de adicción y uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos

Correlaciones				
		Síntomas de adicción		Uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos
Rho de Spearman	Síntomas de adicción	Coeficiente de correlación	1,000	0,193
		Sig. (bilateral)		0,179
		N	50	50

Fuente: datos propios de la investigación (2022)

En la tabla 8 se evidencia el resultado de la correlación de los síntomas de adicción y el uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos, donde, el coeficiente de correlación fue positivo muy bajo con un valor de $r=,193$, con una significancia bilateral de $sig.=0,179$ valor mayor a 0,05, por tanto, se acepta la hipótesis nula y se niega la existencia de asociación alguna entre las dimensiones.

Tabla 9.

Correlación entre la dimensión uso social y preocupación por la comida

Correlaciones				
		Uso social		Preocupación por la comida
Rho de Spearman	Uso social	Coeficiente de correlación	1,000	0,167
		Sig. (bilateral)		0,245
		N	50	50

Fuente: datos propios de la investigación (2022)

Con respecto a la correlación entre la dimensión de uso social y preocupación por la comida, la tabla 9 muestra que el coeficiente de correlación fue positivo muy bajo con un valor

de $r=0,167$ y una significancia bilateral de $\text{sig.}=0,245$, dado que este resultado es mayor a $0,05$ es preciso aceptar la hipótesis nula y afirmar que no hay asociación entre las dimensiones.

Tabla 10.

Correlación entre la dimensión uso social y restricción alimentaria

			Correlaciones	
			Uso social	Restricción alimentaria
Rho de Spearman	Uso social	Coefficiente de correlación	1,000	-0,084
		Sig. (bilateral)		0,562
		N	50	50

Fuente: datos propios de la investigación (2022)

En la tabla 10 puede observarse los resultados de la correlación entre la dimensión uso social y la restricción alimentaria, en la cual, el coeficiente de correlación fue negativo muy bajo con un valor de $r= -0,084$ con una significancia bilateral $\text{sig.}=0,562$ que precisa una aceptación de la hipótesis nula al ser mayor a $0,05$, por lo tanto, no existe relación alguna entre las dimensiones.

Tabla 11.

Correlación entre la dimensión uso social y uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos

			Correlaciones	
			Uso social	Uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos
Rho de Spearman	Uso social	Coefficiente de correlación	1,000	-0,076
		Sig. (bilateral)		0,600
		N	50	50

Fuente: datos propios de la investigación (2022)

En la tabla 11 se evidencia el resultado de la correlación entre la dimensión uso social y el uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos, al igual que en la anterior, el coeficiente de correlación fue negativo muy bajo con un valor de $r=-0,076$, con una significancia bilateral de $\text{sig.}=0,600$ valor mayor a $0,05$, por lo cual, se debe aceptar la hipótesis nula y se niega la existencia de asociación entre las dimensiones.

Tabla 12.

Correlación entre la dimensión rasgos frikis y la preocupación por la comida

Correlaciones			Rasgos frikis	Preocupación por la comida
Rho de Spearman	Rasgos frikis	Coeficiente de correlación	1,000	0,141
		Sig. (bilateral)		0,329
		N	50	50

Fuente: datos propios de la investigación (2022)

La tabla 12 permite observar los resultados de la correlación entre la dimensión rasgos frikis y la preocupación por la comida, obteniéndose un coeficiente de correlación de Spearman de $r=0,141$ con una significancia bilateral de $\text{sig.}=0,329$ al ser este valor mayor a $0,05$, se precisa que no existe asociación alguna entre las dimensiones y, por tanto, se debe aceptar la hipótesis nula.

Tabla 13.

Correlación entre la dimensión rasgos frikis y la restricción alimentaria

Correlaciones				
			Rasgos frikis	Restricción alimentaria
Rho de Spearman	Rasgos frikis	Coeficiente de correlación	1,000	-0,202
		Sig. (bilateral)		0,160
		N	50	50

Fuente: datos propios de la investigación (2022)

Por otro lado, considerando la asociación entre la dimensión rasgos frikis y la restricción alimentaria, en la tabla 13 se observan los hallazgos obtenidos, donde, el coeficiente de correlación obtuvo un valor negativo muy bajo con un $r=-0,202$ y una significancia bilateral de $\text{sig.}=0,160$, siendo mayor a $0,05$, es pertinente aceptar la hipótesis nula planteada y se debe concluir que no hay correlación alguna entre las dimensiones.

Tabla 14.

Correlación entre la dimensión rasgos frikis y el uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos

Correlaciones				
			Rasgos frikis	Uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos
Rho de Spearman	Rasgos frikis	Coeficiente de correlación	1,000	-0,093
		Sig. (bilateral)		0,521
		N	50	50

Fuente: datos propios de la investigación (2022)

La tabla 14 evidencia los resultados de la correlación la dimensión rasgos frikis y el uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos, en la cual, el coeficiente de correlación fue negativo muy bajo con un valor de $r = -0,093$ con una significancia bilateral $\text{sig.} = 0,521$, esto hace preciso la aceptación de la hipótesis nula al ser un valor mayor a 0,05, por lo tanto, se debe afirmar que no existe relación alguna entre las dimensiones.

Tabla 15.

Correlación entre la dimensión nomofobia y la preocupación por la comida

Correlaciones			Nomofobia	Preocupación por la comida
Rho de Spearman	Nomofobia	Coeficiente de correlación	1,000	0,109
		Sig. (bilateral)		0,452
		N	50	50

Fuente: datos propios de la investigación (2022)

La tabla 15 muestra los resultados de la correlación entre la dimensión nomofobia y preocupación por la comida, en esta el coeficiente de correlación fue de $r = 0,109$ y un nivel de significancia de $\text{sig.} = 0,452$, lo cual, al ser mayor a 0,05, quiere decir que no existe una correlación significativa entre las dimensiones y se acepta la hipótesis nula.

Tabla 16.

Correlación entre la dimensión nomofobia y la restricción alimentaria

Correlaciones			Nomofobia	Restricción alimentaria
Rho de Spearman	Nomofobia	Coeficiente de correlación	1,000	0,025

	Sig. (bilateral)	0,861
	N	50

Fuente: datos propios de la investigación (2022)

En la tabla 16 se referencia los resultados obtenidos en la correlación de la dimensión nomofobia y la restricción alimentaria, donde, se obtuvo un coeficiente de correlación de $r=0,025$ y un nivel de significancia bilateral de $\text{sig.}=0,861$, con estos datos, dado que el nivel de significancia es mayor a 0,05, es preciso aceptar la hipótesis nula y afirmar que no existe asociación entre las dimensiones.

Tabla 17.

Correlación entre la dimensión nomofobia y el uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos

Correlaciones			Nomofobi a	Uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos
Rho de Spearman	Nomofobia	Coeficiente de correlación	1,000	0,165
		Sig. (bilateral)		0,252
		N	50	50

Fuente: datos propios de la investigación (2022)

Por último, la relación entre la dimensión nomofobia y uso y abuso de laxantes y presencia de vómitos se puede observar en la tabla 17, en la cual, el coeficiente de correlación tuvo un valor de $r=0,165$ con una significancia bilateral de $\text{sig.}=0,252$, lo que indica que al ser la significancia mayor a 0,05, se debe aceptar la hipótesis nula y afirmar que no existe correlación alguna entre las dimensiones.



Tabla 18.

Correlación entre la variable uso de redes sociales y desarrollo de trastornos alimenticios

Correlaciones				
			Redes sociales	Desarrollo de trastornos alimenticios
Rho de Spearman	Redes sociales	Coefficiente de correlación	1,000	0,089
		Sig. (bilateral)		0,537
		N	50	50

Fuente: datos propios de la investigación (2022)



Finalmente, habiéndose establecido las distintas correlaciones entre las dimensiones de las variables, es importante para dar respuesta al objetivo y formulación de este trabajo, relacionar los resultados globales entre el uso de redes sociales y el desarrollo de trastornos alimenticios, con respecto a esto, como se observa en la tabla 18, se obtuvo un coeficiente de correlación positivo muy bajo con un valor de $r=0,089$ y una significancia bilateral con un valor de $\text{sig.}=0,537$ que, al ser mayor a 0,05 indica que la hipótesis nula es verdadera y que por lo tanto, definitivamente, no existe correlación estadísticamente significativa entre estas dos variables.

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

Discusión de los resultados

La finalidad de esta investigación fue determinar la relación entre las redes sociales y el desarrollo de los trastornos alimenticios en jóvenes de sexo femenino de edades entre 17 a 21 años de la universidad popular del cesar, para dar respuesta a esto, se caracterizó socio-demográficamente a la población, se identificó el uso de redes sociales según los síntomas de adicción, el uso social, los rasgos frikis y la nomofobia, se describió el desarrollo de trastornos alimentarios según la preocupación por la comida, la restricción alimentaria y el uso y/ abuso de laxantes y presencia de vómitos, para finalmente, establecer la relación entre las variables y sus dimensiones. Mencionar esto es importante, pues, en el presente apartado se pretende hacer una contrastación de los resultados derivados entorno a estos objetivos y los hallazgos de otros investigadores consultados en el marco teórico referencial.



Socio-demográficamente, la totalidad de participantes es mujer (50) con edades entre los 17 a 21 años con una predominancia entre los 19 a 21 años y el estado civil predominante es soltera. Estos hallazgos guardan similitud con el estudio de Ojeda-Martín et al., (2021) que también su población fueron jóvenes entre estos mismos rangos etarios, mismamente, se coincide con el trabajo de Paredes (2021) y también el de Restrepo y Castañeda (2020) dado que igualmente, trabajaron con una muestra de únicamente mujeres, sin embargo, se difiere con Maturana (2020) dado que sus participantes fueron entre los 9 a 12 años, al igual que con Zerpa

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

y Ramírez pues en su estudio la edad promedio fue de 16 años, contrario a ese trabajo que supera los 19 años.

En el uso de redes sociales, en su dimensión síntomas de adicción predominó la categoría riesgo de adicción en un 64%, en el uso social el 72% de participantes tuvo calificaciones de sospecha de riesgo de adicción, en la nomofobia también el 74% se categorizó sus calificaciones en una sospecha de riesgo de adicción y en los rasgos frikis predominó la categoría de sospecha de riesgo de adicción en el 42%, sin embargo, también el riesgo de adicción fue del 34% y el riesgo elevado del 24%, esto indica que el uso de redes sociales tiene un peligro de adicción bajo en las participantes.

Los resultados hallados respecto al uso de redes sociales guardan similitud con el estudio de Aktaş et al., (2021) que también encontró un uso positivo de las redes sociales, también González et al., (2020) encontró una influencia positiva de las redes sociales, es decir, igual que en este proyecto el riesgo de adicción es bajo, igualmente, en el estudio de Castro et al., (2019) que igualmente, aplicó la escala ERA-RSI, halló que el 90% de los participantes se encuentra en una categoría baja de riesgo de adicción, lo cual, coincide con lo hallado. Finalmente, únicamente se difiere con el estudio de Acuña y Palma (2021) dado que, hallaron que las dimensiones con puntuaciones más altas fueron las de uso social y rasgos frikis, mientras que en este trabajo es la relacionada con los síntomas de adicción.

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

Los resultados del uso de las redes sociales, considerando que existe un riesgo de adicción bajo, puede ser explicado teóricamente por los planteamientos de Serrat (2017) que precisa que las redes sociales se han convertido en formas de organización humana y por esto, las personas han aprendido a manejar su cotidianidad con las redes sociales sin que su uso, se convierta en una adicción. También estos hallazgos de bajo riesgo de adicción se pueden explicar según Córdoba (2015) por una influencia positiva de las redes en las actitudes de los adolescentes, donde se puede percibir un impacto significativo que no siempre puede conllevar a una adicción o nomofobia, también desde la teoría del flujo de comunicación de Katz (1957) los resultados pueden ser explicados por la incidencia a nivel personal que tienen los medios sobre las personas.

Ahora bien, con respecto a los resultados relacionados con la variable de desarrollo de trastornos alimenticios, es de precisar que en todas sus dimensiones la puntuación fue baja en la totalidad de participantes, es decir, que no tienen comportamientos marcados de preocupación por la comida, restricción alimentaria o uso y abuso de laxantes con presencia de vómitos lo que arroja como resultado final que todas las 50 mujeres encuestadas se clasifican como paciente normal sin riesgo de desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria.

Los resultados del desarrollo de trastornos alimenticios encontrados en este proyecto, guardan similitud con el de Aktaş et al., (2021), dado que también hallaron que la mayoría de su población tiene actitudes alimentarias dentro de lo normal, también Maturana (2020) en su





**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



población halló que los participantes tenían conductas de alimentación adecuadas y una masa corporal adecuada, de la misma manera Zerpa y Ramírez encontraron que en su población la mayoría se clasifica como pacientes con bajo riesgo de TCA, sin embargo, es de precisar que estos mismos hallazgos difieren del estudio de Ojeda-Martín et al., (2021) dado que, contrariamente a este trabajo, el autor sí halló una preocupación por la comida y restricción alimentaria elevada en sus participantes, igualmente se diverge con Paredes (2021) que halló una preocupación por la alimentación elevada en el 86% de encuestadas.



Teniendo en cuenta lo expresado respecto a la contrastación del desarrollo de trastornos alimenticios, es de precisar que la aclaración de estos resultados puede deberse a lo expresado por la APA (2015) que indica que son trastornos que tienen su causal en condiciones psicológicas, interpersonales y sociales propias del individuo, es decir, que cuando una persona cuenta con un desarrollo adecuado de su autoestima y autoconcepto, pese a las influencias que pueden otorgar medios como las redes sociales, pueden lograr construir una satisfacción adecuada con su cuerpo que les otorga un factor protector ante el riesgo de desarrollar TCA. También Hamdan et al., (2017) indica que el desarrollo de estos puede deberse a traumas no superados, pero también expone que las estrategias de afrontamiento del individuo ante estas eventualidades juegan un papel fundamental para prevenir la aparición de estas problemáticas.

Finalmente, dando respuesta al último objetivo de este estudio y a la contrastación de los hallazgos en el mismo, es de precisar que, al momento de establecer las correlaciones entre las



	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

distintas dimensiones, de 13 asociaciones establecidas entre dimensiones, 12 arrojaron el mismo resultado, los niveles de significancia fueron mayores a 0,05, indicando que no existe correlación estadísticamente significativa, por lo cual, es preciso aceptar la hipótesis nula indicando que, en función a los hallazgos de este trabajo, el uso de las redes sociales no tiene relación alguna en el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria, sin embargo, se debe resaltar que se halló una única asociación entre la dimensión síntomas de adicción con preocupación por la comida que indicó con un coeficiente de correlación del ,325 y una significancia bilateral de 0,021 manifestando la existencia de una relación positiva baja, es decir, cuando aumentan los síntomas de adicción ante las redes sociales, la preocupación por los hábitos alimentarios también aumenta y viceversa.

Comparando los resultados de las correlaciones, de todos los antecedentes consultados, únicamente se tiene una similitud con el trabajo de Zamora y Barrio (2019) dado que tampoco halló relación alguna entre el uso de las redes sociales y la presencia de conductas alimentarias de riesgo, contrariamente se difiere con diversos estudios como el de Ojeda-Martín et al., (2021) que encontraron una influencia de las redes sociales en el desarrollo de TCA, al igual que Aktaş et al., (2021) concluyó que las redes sociales tienen un impacto en la conducta alimentaria, mismo es el caso de los estudios de Paredes (2021), Restrepo y Castañeda (2020) Y González et al., (2020) que también encontraron que las decisiones alimentarias y el riesgo a desarrollar trastornos alimenticios se ve influenciado altamente, por el uso de las redes sociales.

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

Lo anterior teóricamente, puede fundamentarse en los mismos argumentos anteriores, cada individuo tiene particularidades propias que pueden influir o no en desarrollar un determinado trastorno, sin embargo, en aras de proporcionar una fundamentación teórica a la correlación hallada entre los síntomas de adicción y la preocupación por la comida, se precisa la teoría de Jiménez-Cruz (2010) quien indica que el estar expuestas a las distintas imágenes que se presentan en la red social y presentar una adicción a revisar constantemente estos contenidos, aumenta las emociones negativas hacia el cuerpo y la preocupación por los alimentos ingeridos, mismamente, Córdoba (2015) expresa que las redes sociales tienen una gran influencia en los jóvenes y que, por ello, sus conductas y hábitos alimentarios se ven modificados por lo que se experimenta a través de estos medios.

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

Conclusiones

Los objetivos de investigación formulados para este proyecto de investigación giraron en torno a la pregunta problema ¿Cuál es la relación entre las redes sociales y el desarrollo de trastornos alimenticios en jóvenes de Sexo Femenino en edades entre 17 y 21 años de la Universidad Popular del Cesar? a esta se le dio respuesta mediante cada uno de los hallazgos arrojados tras el análisis de resultados, considerando esto, a continuación se expone de manera sintetizada los hallazgos más significativos que propiciaron dar respuesta a los planteamientos del problema de estudio.

La población está caracterizada socio-demográficamente por una totalidad de 50 mujeres participantes entre los 17 a 21 años de edad, 46% entre los 19 a 20 años, 34% con 21 años y 20% entre los 17 a 18 años, y con un estado civil predominante de solteras (84%) seguido de en unión libre (16%).

Los resultados del uso de redes sociales indicó que en los síntomas de adicción predominó la categoría media de riesgo de adicción (64%), en la dimensión uso social predominó un nivel bajo categorizado como sospecha de riesgo de adicción (72%), mismamente en la dimensión de nomofobia predominó la categoría de sospecha de riesgo de adicción en un 74% y en rasgos frikis, aunque predomina igualmente, un nivel bajo en sospecha de riesgo de adicción en el 42%, en las otras categorías también los porcentajes fueron elevados, el 34% tuvo calificaciones que indican un riesgo de adicción en esta dimensión y un 24% sus puntuaciones



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**





las categorizan en un riesgo elevado. Con esto se logró concluir que el uso de las redes sociales en la mayoría de las mujeres encuestadas indica una sospecha de riesgo de adicción en el 62%, es decir, más de la mitad de participantes tienen un riesgo de adicción bajo.

Respecto a la variable de desarrollo de trastornos alimenticios en todas sus dimensiones como preocupación por la comida, restricción alimentaria y uso y/o abuso de laxantes y presencia de vómitos, la totalidad de las mujeres participantes tuvo calificaciones bajas, lo que finalmente, permite concluir respecto a esta variable que, al obtener puntuaciones por debajo del punto de corte de 30, las encuestadas se categorizan como pacientes normales con riesgo bajo de desarrollar problemas en la conducta alimentaria.

Ahora bien, sobre las correlaciones establecidas, primero cabe resaltar que dado que la prueba de normalidad arrojó una distribución no normal de las variables, fue pertinente usar como estadígrafo Spearman, mismo que tras asociar cada una de las dimensiones de interés, arrojó en su gran mayoría que no existe correlación alguna entre las variables, salvó, entre la dimensión síntomas de adicción con preocupación por la comida que indicó con un coeficiente de correlación del ,325 y una significancia bilateral de 0,021 la existencia de una relación positiva baja, es decir, cuando aumentan los síntomas de adicción ante las redes sociales, la preocupación por los hábitos alimentarios también aumenta y viceversa.

De lo anterior, aunque se halló una correlación entre la dimensión de uso del uso de redes sociales síntomas de adicción y la preocupación por la comida, al no existir correlación alguna en

	<p>Programa de psicología Universidad Popular Del Cesar Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y Sociales</p>	
---	---	---

las siguientes dimensiones asociadas, el estudio permite concluir que el uso de las redes sociales no guarda relación estadísticamente significativa con el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria, por tanto, se acepta la hipótesis nula de investigación, siendo esto último la respuesta al planteamiento de la pregunta problema.

Recomendaciones

Los resultados de este proyecto de investigación indicaron que el riesgo de adicción al uso de redes sociales es bajo, mismamente, exponen respecto al desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria que las participantes según sus calificaciones, no tienen conductas de comida inadecuadas, preocupación, restricción o abuso de laxantes y presencia de vómitos que indique un riesgo significativo a desarrollar TCA, sin embargo, respecto al uso de redes sociales, se halló que en la dimensión de síntomas de adicción existe un riesgo moderado y también, se halló que, dichos síntomas, impactan en la preocupación que se pueda tener por la comida, por lo cual, las recomendaciones se orientan a mejorar estos hallazgos específicamente.

Considerando la información anterior, con la finalidad de mejorar el uso de las redes y los síntomas que pueden estar asociados a un riesgo de adicción, se recomienda a la Universidad Popular del Cesar que mediante programas como Bienestar Universitario, practicantes del campo educativo o clínico, se establezcan campañas de psicoeducación respecto al uso adecuado de dispositivos móviles, enseñar límites de tiempo sobre su uso, también con el fin de regular la percepción ante el contenido que se observa en las distintas plataformas se establezcan



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



estrategias orientadas a fortalecer la autoestima, el auto concepto, autoconocimiento y las habilidades sociales, esto, con el propósito de controlar el uso excesivo de redes sociales, así como también fortalecer las habilidades sociales.

El fortalecimiento de las habilidades sociales, es pertinente para controlar el incremento por uso de las redes y los síntomas de adicción que puedan derivarse, debido a que los individuos con mejores competencias sociales, no suelen utilizar el celular excesivamente, entonces, se recomienda a las participantes que también, a forma personal, fortalezcan estas competencias diariamente implementando actividades básicas como el saludo, lenguaje facial apropiado, potenciar la expresión mediante la participación para disminuir inseguridades y fortaleciendo también el reconocimiento de logros propios, esto, con la finalidad que se límite el uso excesivo de redes sociales, que muchas veces es usado como escapatoria social, distracción o como fuente de inspiración a los hábitos cotidianos.

Las recomendaciones anteriores, también son pertinentes para mejorar la preocupación por la comida que deriva de un peligro de dependencia a las redes sociales, en este punto, se precisa que se orienten estrategias para mejorar la autoestima, considerando que esta habilidad es elemental para mejorar el estilo de vida, desenvolverse como individuos y es un factor protector ante el peligro que posee el uso de redes sociales, es por ello, que la universidad mediante Bienestar Universitario y estudiantes de prácticas psicológicas, pueden implementar técnicas como terapia relacional emotiva que prioricen habilidades de autoaceptación, autor-



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



reconocimiento, autorrespeto y autosuperación. En sentido a esto, algunas técnicas a implementar para mejorar la propia autoestima, es que las féminas tomen conciencia sobre aspectos positivos de su personalidad afirmando sus propias destrezas personales, reflexionando sobre sus aptitudes y valor como persona, esto es un ejercicio que se recomienda hacer diariamente, resaltar un aspecto propio de la personalidad, con la finalidad de ir fortaleciendo el respeto, reconocimiento, aceptación y valoración por sí mismo.

Finalmente, es de resaltar que en este trabajo particularmente, no se halló una asociación significativa entre el uso de redes sociales y el desarrollo de trastornos alimenticios, no obstante, considerando que existe una diversidad de antecedentes que demuestran que sí hay una correlación entre estas variables, se recomienda a la comunidad científica que amplíen este tipo de estudios en nichos poblacionales diagnosticados con trastornos de la conducta alimentaria, también en sectores donde existan antecedentes de un sesgo marcado de preocupación por la comida, con el propósito de que pueda ampliarse la validación de hipótesis de sí, las redes sociales influyen o no, en el desarrollo de conductas alimentarias inadecuadas, mismamente, se recomienda investigar utilizando la dependencia al internet específicas como Instagram o Facebook.



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Referencias Bibliográficas

- Acuña, R., y Palma R. (2021). Adicción a las redes sociales y cyberbullying en adolescentes de la generación Z del distrito del Callao 2021. Repositorio Universidad Cesar Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/72009>
- Aktac, S., Kargin, D., y Gunes, F. (2021). *La relación entre el uso de las redes sociales, la actitud alimentaria y el índice de masa corporal entre las estudiantes de nutrición y dietética*. Dialnet, Vol. 25 (1), pp. 78-86. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7848513>
- Alvino, C. (2021). *Estadísticas de la situación digital de Colombia en el 2020-2021*. Branch: <https://branch.com.co/marketing-digital/estadisticas-de-la-situacion-digital-de-colombia-en-el-2020-2021/>
- American Psychological Association. (2015). *trastornos de la alimentación*. APA. <http://www.apa.org/centrodeapoyo/trastornos.aspx>
- Ávila, D. (2013). *Hacia una reflexión histórica de las TIC*. Hallazgos.10(19), 213-233. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=413835217013>> ISSN 1794-3841
- Behar, R. (2010). *La construcción cultural del cuerpo: El paradigma de los trastornos de la conducta alimentaria*. Revista chilena de neuro-psiquiatría, 48(4), 319-334.
- Brandtzaeg, P. B. (2012). *Social networking sites: Their users and social implications – A longitudinal study*. Journal of Computer-Mediated Communication, 17(4), 467-488. doi: 10.1111/j.1083-6101.2012.01580.



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Burke, M, y Kraut, R. (2013). *Using Facebook after losing a job: Differential benefits of strong and weak ties*. Digital Library. <https://dl.acm.org/doi/abs/10.1145/2441776.2441936>

Camacho, A & Morcillo, N. (2017). *Representaciones sociales de la imagen corporal en 4 estudiantes del Colegio San Francisco Javier de la ciudad de Cali, frente a los programas de televisión*. (Tesis de pregrado). Universidad de San Buenaventura. Cali, Colombia. <http://bibliotecavirtualoducal.uc.cl:8081/handle/10819/5068>

Castro, C., González, Y., y Osorno, M. (2019). *Asociación entre la disfuncionalidad familiar y el uso y abuso de las redes sociales e internet (RSI) en estudiantes del grado séptimo de la institución Educativa la Paz del Municipio de Envigado*. Repositorio IUE. http://bibliotecadigital.iue.edu.co/bitstream/20.500.12717/206/1/iue_rep_pre_psi_castro_2019_disfuncionalidad_familiar.pdf

Delblanch, M. D. (2020). *Adicciones tecnológicas: internet, móviles y redes sociales*. ISEP. <https://www.isep.es/actualidad-psicologia-clinica/adicciones-tecnologicas-internet-moviles-y-redes-sociales/>

D. Oficial, «Ley 1090 de 2006,» *Ley 1090 de 2006*, p. 27, 6 Septiembre 2006.

Díaz-Llairó, A. (2011). *El talento está en la red*. LID Editorial.

Echeburúa, E. (2018). *¿Cómo y quiénes se hacen adictos a las redes sociales?* El país. https://elpais.com/tecnologia/2018/04/06/actualidad/1523003059_867092.html



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Foraster, L. (2021). *Los trastornos alimentarios de dispararon durante la pandemia*. El país.

<https://elpais.com/sociedad/salud/2021-10-18/los-trastornos-alimentarios-se-disparan-durante-la-pandemia.html>

Franco, F. S. (2019). *La adicción a las redes sociales*. [https://lamenteesmaravillosa.com/la-](https://lamenteesmaravillosa.com/la-adiccion-las-redes-sociales/)

[adiccion-las-redes-sociales/](https://lamenteesmaravillosa.com/la-adiccion-las-redes-sociales/)

Fundación Sesé. (2020). *Las redes sociales, la comunidad que nos permite estar conectados*.

Fundación Sesé. [https://fundacionse.org/las-redes-sociales-la-comunidad-que-nos-](https://fundacionse.org/las-redes-sociales-la-comunidad-que-nos-permite-estar-)
[permite-estar-](https://fundacionse.org/las-redes-sociales-la-comunidad-que-nos-permite-estar-)

[conectados/#:~:text=Las%20redes%20sociales%20son%20estructuras,sin%20jerarqu%C3%ADa%20o%20l%C3%ADmites%20f%C3%ADsicos](https://fundacionse.org/las-redes-sociales-la-comunidad-que-nos-permite-estar-conectados/#:~:text=Las%20redes%20sociales%20son%20estructuras,sin%20jerarqu%C3%ADa%20o%20l%C3%ADmites%20f%C3%ADsicos)

García, M, y del Hoyo, M. (2013). *Redes sociales, un medio para la movilización juvenil*.

Repositorio Consejo de Comunicación.

https://repositorio.consejodecomunicacion.gob.ec/handle/CONSEJO_REP/1580

González, S., Lenis, L., y Gómez, V. (2020). *Redes sociales influyen las decisiones y*

conducta alimentaria en estudiantes universitarios. Repositorio digital Universidad CES.

<https://repository.ces.edu.co/handle/10946/5101>

Granovetter, M. (1973). *The strength of weak ties*. *American Journal of Sociology*, 78(6), 1360–

1380. doi: 10.1086/225469

Hamdan, J., Mela, A., Pérez, M., y Bastidas, B. (2017). *Trastornos de la alimentación: anorexia*

nerviosa y bulimia nerviosa. DOI: <https://doi.org/10.25054/rfs.v9i1.1827>



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Healthy Children. (2018). *Tratamiento para los trastornos alimentarios.*

<https://www.healthychildren.org/Spanish/health-issues/conditions/emotional-problems/Paginas/Treating-Eating-Disorders.aspx>

Healt Direct. (2020). *Eating disorders.* <https://www.healthdirect.gov.au/eating-disorders>

Henao, D., (2021). *La pandemia pudo agudizar trastornos alimentarios en jóvenes, según experta.* RCN Radio: <https://www.rcnradio.com/salud/la-pandemia-pudo-agudizar-trastornos-alimentarios-en-jovenes-segun-experta>

Hurley, K. (2020). *Teenage Cell Phone Addiction: Are You Worried About Your Child?* Psycom: <https://www.psychom.net/cell-phone-internet-addiction>

Instituto Nacional de Salud Mental. (2018). *Los trastornos de la alimentación: un problema que va más allá de la comida.* NIH. https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/los-trastornos-de-la-alimentacion/str-16-4901_152220.pdf

Jiménez-Cruz, B. E. (2010). *Riesgo para trastorno alimentario, ansiedad, depresión y otras emociones asociadas a la exposición de imágenes publicitarias.* *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 26(1), 11-17. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/91911>

Katz, E., y Lazarsfeld, P. (1955). *Personal influence: The part played by people in the flow of mass communication.* Glencoe, IL: Free Press.



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Katz, E. (1957). *The two-step flow of communication: An up-to-date report on a hypothesis.*

Public Opinion Quarterly, 21(1), 61–78. doi: 10.1086/266687

Lazarsfeld, P. F., Berelson, B., & Gaudet, H. (1944). *The people's choice: How the voter makes up his mind in a presidential campaign.* New York, NY: Columbia University Press.

León, A. (2021). *Los trastornos mentales afectan a millones de adolescentes en Latinoamérica.*

SWI. https://www.swissinfo.ch/spa/latinoam%C3%A9rica-salud-mental_los-trastornos-mentales-afectas-a-millones-de-adolescentes-en-latinoam%C3%A9rica/47005344

Liu, W., Sidhu, A., Beacom, A. M., & Valente, T. W. (2017). *Social network theory.* The international encyclopedia of media effects, 1-12.

Martínez, I. (2021). *Tu firma cambiaría la vida de pacientes con anorexia y bulimia.* El

Universal. <https://www.eluniversal.com.co/salud/una-firma-por-los-pacientes-con-anorexia-y-bulimia-ML5519916>

Maturana, A. (2020). *Relación entre el uso de redes sociales en edad infantil y el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria.* Repositorio Universidad de Almería.

<http://repositorio.ual.es/handle/10835/9779>

Ministerio de Salud Pública. (2016). *Lineamientos operativos para la intervención a personas*

con trastornos de la ingestión de alimentos: anorexia nerviosa y bulimia nerviosa, en los establecimientos de salud pública. MinSalud. <https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2021/09/Lineamientos-Anorexia-y-Bulimia-nerviosa.pdf>



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



- Muñoz, D., Herrera, D., Gamboa, D., y Duarte, K. (2018). *Hábitos alimentarios en adolescentes de Bucaramanga, Santander*. Repositorio Universidad Cooperativa de Colombia. <https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/7638>
- News Medical. (2013). *¿Qué Causa Trastornos Alimentarios?* [http://www.news-medical.net/health/What-CausesEating-Disorders-\(Spanish\).aspx](http://www.news-medical.net/health/What-CausesEating-Disorders-(Spanish).aspx)
- Ognyanova, K., & Monge, P. (2013). *A multi-theoretical, multilevel, multidimensional network model of the media system: Production, content, and audiences*. In E. L. Cohen (Ed.), *Communication yearbook 37* (pp. 67–94). New York, NY: Routledge
- Ojeda-Martín, A., López-Morales, M., Jáuregui-Lobera, I., y Herrero-Martín, G. (2021). *Uso de redes sociales y riesgo de padecer TCA en jóvenes*. *Journal of Negative & No Positive Results*, Vol. 6 (10) pp. 1289-1307. <https://jonnpr.com/PDF/4322.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). *Malnutrición*. OMS: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>
- Organización Mundial de la Salud (2013). *10 datos sobre Obesidad*. OMS <http://www.who.int/features/factfiles/obesity/es>
- Paredes, M. (2021). *Redes sociales y conducta alimentaria de adolescentes de 14 a 19 años que asisten a los gimnasios del sector norte de la ciudad de Guayaquil en el periodo octubre 2020 - enero 2021*. Universidad Católica de Santiago de Guayaquil. <http://201.159.223.180/handle/3317/15958>



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



- Peña, G., Ley, S., Castro, J., Madrid, P., Apodaca, F., y Aceves, E. (2019). *Predominio de las tic y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios del área de salud*. Dialnet- PredominioDeLasTICYAdiccionALasRedesSocialesEnEstu-7107358.pdf
- Raffino, M. E. (2020). *Concepto de redes sociales*. Concepto <https://concepto.de/redes-sociales/>
- Restrepo, E., y Castañeda, T. (2020). *Riesgo de la conducta alimentaria y uso de redes sociales en usuarios de gimnasios de la ciudad de Medellín, Colombia*. US Library. <https://uslibrary.cshnyc.org/eds/detail?db=edo&an=145969786>
- Saad, M., Eymann, A., Granados, N., Rotblat, G., Dawson, S., Cibeira, A., y Paz, M. (2021). *Evolución y tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes: serie de casos*. Arch Argent Pediatr, Vol. 119 (4) pp. 364-369. <https://www.sap.org.ar/docs/publicaciones/archivosarg/2021/v119n4a27.pdf>
- Segundo, F. (2020). *Trastornos alimenticios en jóvenes universitarios*. Seminario Universidad Estatal de Guayaquil. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/657>
- Serrat, O. (2017). *Social network analysis*. In *Knowledge solutions*. Springer, Singapore. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-981-10-0983-9_9#Fn1
- Siquia, E. (2013). *Causas de los trastornos alimentarios*. SIQUIA. <http://www.siquia.com/2013/10/causas-trastornosalimentarios/>
- Station RD. (2017). *Que son las Redes Sociales*. RD Station. <https://www.rdstation.com/co/redes-sociales/>



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



- Tabarez, V. (2016). *Trastornos Alimentarios- ¿Qué son, como tratarlos y como prevenirlos? Cada Vez es Más Frecuente*. CASMU. <https://casmu.com.uy/wp-content/uploads/2017/09/Trastornos-alimentarios-Que-son-como-tratarlos-y-prevenirlos-2016-04.pdf>
- Utz, S., y Breuer, J. (2017). *The relationship between use of social network sites, online social support, and well-being*. Journal of media psychology. <https://econtent.hogrefe.com/doi/full/10.1027/1864-1105/a000222>
- Zamora, C., y Barrios, A. (2019). *Instagram y sintomatología de conducta alimentaria de riesgo en adolescentes entre 13 y 17 años en colegios de Tibás*. PsicoInnova, 2(1), 34-52. <https://doi.org/10.54376/psicoinnova.v2i1.16>
- Zerpa, C., y Ramírez. A. (2020) *Prevalencia de Conductas Alimentarias de Riesgo en Adolescentes de Caracas: 2012 vs. 2018*. Revista Salud Pública y Nutrición, 19 (2), 9-18.
- Zúñiga, H. G., & Valenzuela, S. (2011). *The mediating path to a stronger citizenship: Online and offline networks, weak ties, and civic engagement*. Communication Research, 38(3), 397-421. doi: 10.1177/0093650210384984



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Anexos

Anexo 1.

Consentimiento Informado

Valledupar, _____ de _____ de 20 ____

Cordial saludo,

Usted es cordialmente invitado a participar en la investigación: **Impacto de las Redes Sociales en el Desarrollo de Trastornos de la Conducta Alimentaria en jóvenes de Sexo Femenino en edades entre 17 y 21 años de la Universidad Popular del Cesar.**

A continuación, se describen las condiciones de participación en la investigación:

1. La participación es libre y voluntaria. Luego de iniciada la investigación, usted puede decidir retirarse y disentir cuando lo deseen.
2. Sus datos y resultados individuales serán usados únicamente con fines académicos, descartando cualquier uso económico, laboral o cualquier otro. En caso de tener dudas o reclamos al respecto, podrá comunicarse con el investigador (datos de contacto más adelante) y también podrá adelantar el debido proceso por medio de la Universidad Popular del Cesar, así como por el Colegio Colombiano de Psicólogos COLPSIC, según lo establece la Ley 1090 de 2006 para la profesión de psicología; de igual manera, al tratarse de participantes menores de edad, recuerde que su representado es protegido por el Código de Infancia y Adolescencia, Ley 1098 de 2006.
3. Los datos y resultados individuales serán usados de manera confidencial, según lo exige el artículo 2 numeral 5 de la Ley 1090 de 2006 al rol del psicólogo. La única excepción a esta condición sucede si alguna autoridad judicial competente (por ejemplo, fiscalía) solicita a los investigadores el acceso a la información, o si hay inminencia de riesgo al bienestar físico o mental del participante. En cualquier instante



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



se puede acceder a la propia información, previa solicitud escrita firmada por usted.

4. Los investigadores tienen el derecho de realizar publicación en medios de comunicación académicos como revistas, seminarios, foros, etc., de los resultados obtenidos en la investigación.
5. Los investigadores pueden cancelar o terminar unilateralmente la toma de datos o intervención, previa información a usted.

Para la aceptación de las condiciones señaladas, lo invitamos a diligenciar los siguientes datos.

Yo _____ identificado con tipo y número de documento (CC) (TI) (RC) _____, de edad en

años _____, certifico que me fue socializado el objetivo y fines de la investigación, así como de uso de los datos e información individual, y los riesgos asociados; de igual manera, certifico que mi participación sucede de manera libre y voluntaria, y estoy de acuerdo con ésta.

Firma

Anexo 2.

Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI)

Algunas personas de tu edad se conectan a internet a través de teléfonos inteligentes smartphone, iPhone, tablets, portátiles u otros nuevos dispositivos. Pasan prácticamente todo el día conectados por diversas razones: les divierte, les da seguridad, se comunican entre amigos, etc. Sin embargo, en ocasiones puede crear ansiedad prescindir de la conexión a internet o de las redes sociales. En esta parte del cuestionario responde cómo es tu conexión a internet o redes sociales y cuál es el uso que realizas de ellas. Es importante que contestes a todas las afirmaciones que vienen a continuación y que lo hagas con sinceridad, marcando la respuesta que consideres adecuada de acuerdo a estos valores

*1 = Nunca o nada; 2 = Alguna VEZ o poco; 3 = Bastantes
VECES o bastante; 4 = Siempre o Mucho*

¿Cuánto y cuándo utilizo las redes sociales e internet? (Síntomas-adicción)	1	2	3	4
1. Teniendo en cuenta todas las veces que visito las RSI y el WhatsApp, sin estar dedicadas al estudio, el tiempo que paso diariamente en ellas es: (1) Alrededor de 1 hora; (2) Unas 2 horas; (3) Entre 3 y 4 horas; (4) Más de 4 horas				
2. Utilizo las RSI en mis horas de estudio y / o trabajo				
3. Ahora mismo sentiría rabia si tuviera que prescindir de las RSI				
4. Accedo a las RSI en cualquier lugar y a cualquier hora				
5. Creo que conectarme a las RSI ha interferido en mi trabajo académico/laboral				
6. He perdido horas de sueño por conectarme a las redes sociales y por ver series				
7. Oculto en mi casa el tiempo que me conecto a las RSI				
8. Si no tengo acceso a internet me siento inseguro				
9. Actualizo mi estado				
<i>Total síntomas de adicción</i>				
El uso más habitual que realizo de las redes sociales es: (Uso-social)	1	2	3	4
10. Consulto los perfiles de mis amigos / as				
11. Utilizo el chat				

12. Subo fotografías y / o videos				
13. Comentamos las fotografías entre amigos/as				
14. Veo lo que mis contactos están haciendo en las últimas horas				
15. Encuentro a antiguos amigos				
16. El número de fotografías que he publicado en las RSI e internet es: (1) <100; (2) 101 a 1000; (3) 1001 a 3000; (4) > 3000				
17. Hacer nuevos amigos/as				
<i>Total uso social</i>				
Paso tiempo en las RSI para: (Rasgos-frikis)	1	2	3	4
18. Jugar a juegos virtuales y / o de rol				
19. Unirme a grupos de interés				
20. Buscar información sobre sexualidad				
21. Entrar en páginas eróticas				
22. Tener encuentros sexuales				
23. Uso el móvil para escribir mensajes eróticos				
<i>Total rasgos frikis</i>				
Tengo un móvil, Smartphone, iPhone y... (Nomofobia)	1	2	3	4
24. Me siento más seguro o acompañado sabiendo que en cualquier momento me puedo comunicar con alguien				
25. Creo que es más seguro mandar una fotografía por móvil que colgarla en otras RSI				
26. Si no responden inmediatamente a mis mensajes siento ansiedad y angustia				
27. Me pondría furioso si me quitarán el móvil				
28. Necesito saber si el destinatario ha leído o no mi mensaje				
29. Me inquieto si nadie me habla cuando estamos conectados				
<i>Total nomofobia</i>				
<i>Total escala de adicción</i>				



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



Anexo 3.

Instrumento EAT-40



Institut Clínic de Psiquiatria i Psicologia

Nombre: _____

Apellidos: _____ Edad: _____

Puntuación: _____

Marca con una X tu respuesta.

	N u n c a	C a s i n u n c a	A l g u n a v e c e s	B a s t a n t e s v e c e s	C a s i s i e m p r e	S i e m p r e
1. Me gusta comer con otras personas						
2. Preparo comidas para otros, pero yo no me las como						
3. Me pongo nervioso/a cuando se acerca la hora de las comidas						
4. Me da mucho miedo pesar demasiado						
5. Procuo no comer aunque tenga hambre						
6. Me preocupo mucho por la comida						
7. A veces me he "atracoado" de comida, sintiendo que era incapaz de parar de comer						
8. Corto mis alimentos en trozo pequeños						
9. Tengo en cuenta las calorías que tienen los alimentos que como						



**Programa de psicología
Universidad Popular Del Cesar
Facultad de Derecho, Ciencias Políticas y
Sociales**



10. Evito, especialmente, comer alimentos con muchos hidratos de carbono (p.ej. pan, arroz, patatas, etc.)						
11. Me siento lleno/a después de las comidas						
12. Noto que los demás preferirían que yo comiese más						
13. Vomito después de haber comido						
14. Me siento muy culpable después de comer						
15. Me preocupa el deseo de estar más delgado/a						
16. Hago mucho ejercicio para quemar calorías						
17. Me peso varias veces al día						
18. Me gusta que la ropa me quede ajustada						
19. Disfruto comiendo carne						
20. Me levanto pronto por las mañanas						
21. Cada día como los mismos alimentos						