

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



Uso de redes sociales y riesgo de trastornos de la conducta
alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023

TESIS

Para optar el título profesional de licenciada en Nutrición y Dietética

AUTORAS:

Maritza Nycolle Chapañan Sullon

Alicia Andrea Zapata Mena

Tumbes, 2024

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



Uso de redes sociales y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023

Tesis aprobada en forma y estilo por:

Presidenta: Mg. Ramírez Neira Leydi Tatiana

Secretaria: Mg. Zapata Boyer Angie Balbina

Vocal: Mg. Silva Rodríguez José Miguel

Tumbes, 2024

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



Uso de redes sociales y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023

Los suscritos declaramos que la tesis es original en su contenido y forma:

Autora: Chapañan Sullon Maritza Nycolle

Autora: Zapata Mena Alicia Andrea

Asesor: Mg. Silva Rodríguez José Miguel

Tumbes, 2024



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
Licenciada
Resolución del Consejo Directivo N° 155-2019-SUNEDU/CD
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Tumbes - Perú

ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS

En Tumbes, a los 31 días del mes julio del dos mil veinticuatro, siendo las 14 horas 00 minutos, en la modalidad presencial, Pabellón N- 5 - Nutrición y Dietética, se reunieron el jurado calificador de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes, designado RESOLUCIÓN DECANAL N° 055- 2024/ UNTUMBES - FCS, Mg. Leydi Tatiana Ramírez Neira (Presidenta), Mg. Angie Balbina Zapata Boyer (secretaria), Mg. Jose Miguel Silva Rodríguez (Vocal). Reconociendo en la misma resolución, al Mg. José Miguel Silva Rodríguez como asesor, se procedió a evaluar, calificar y deliberar la sustentación de la tesis, titulada "USO DE REDES SOCIALES Y RIESGO DE TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA, TUMBES 2023", para optar el Título Profesional de Licenciadas en Nutrición y Dietética, presentada por las:

BR. CHAPOÑAN SULLON MARITZA NYCOLLE
Br. ZAPATA MENA ALICIA ANDREA

Concluida la sustentación y absueltas las preguntas, por parte de las sustentantes y después de la deliberación, el jurado según el artículo N° 65 del Reglamento de Tesis para Pregrado y Posgrado de la Universidad Nacional de Tumbes, declara a la BR. CHAPOÑAN SULLON MARITZA NYCOLLE, **APROBADA**, con calificativo: **MUY BUENO**, a la Br. ZAPATA MENA ALICIA ANDREA, **APROBADA**, con calificativo: **MUY BUENO**

En consecuencia, quedan **APTAS** para continuar con los trámites correspondientes a la obtención del Título Profesional de Licenciadas en Nutrición y Dietética, de conformidad con lo estipulado en la ley universitaria N° 30220, el Estatuto, Reglamento General, Reglamento General de Grados y Títulos y Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes.

Siendo las 14 horas 40 minutos del mismo día, se dio por concluida la ceremonia académica, en forma presencial, procediendo a firmar el acta en presencia del público asistente.

Tumbes, 31 de julio del 2024.

Mg. Leydi Tatiana Ramírez Neira
DNI N° 46532868
ORCID N° 0000-0002-7698-2931
(Presidenta)

Mg. Angie Balbina Zapata Boyer
DNI N° 71717660
ORCID N° 0000-0003-4318-4658
(Secretaria)

Mg. Jose Miguel Silva Rodriguez
DNI N° 42474683
ORCID N° 0000-0002-9629-0131
(Vocal - Asesor)

cc.
Jurado (03)
Asesor
Interesado
Archivo (Decanato)
MPMO/Decano

Uso de redes sociales y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023

por Chapoñan Sullon Maritza Nycolle Zapata Mena Alicia

Fecha de entrega: 07-may-2024 12:44p.m. (UTC-0500)

Identificador de la entrega: 2373481737

Nombre del archivo: INFORME_DE_TESIS_NYCOLLE_Y_ALICIA.docx (1.69M)

Total de palabras: 12199

Total de caracteres: 68218



Mg. José Miguel Silva Rodríguez

Asesor del Proyecto

Uso de redes sociales y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	7%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	5%
3	Submitted to uazuay Trabajo del estudiante	3%
4	www.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	2%
5	repository.ucc.edu.co Fuente de Internet	1%
6	cdd.emakumeak.org Fuente de Internet	1%
7	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	scielo.isciii.es Fuente de Internet	1%



Mg. José Miguel Silva Rodríguez

Asesor del Proyecto

9	core.ac.uk Fuente de Internet	1 %
10	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1 %
11	dspace.unach.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
12	uvadoc.uva.es Fuente de Internet	<1 %
13	eprints.uanl.mx Fuente de Internet	<1 %
14	www.repositorio.autonmadeica.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
15	repositorio.uroosevelt.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
16	www.dspace.uce.edu.ec:8080 Fuente de Internet	<1 %
17	Submitted to Universidad Fernando Pessoa Canarias Trabajo del estudiante	<1 %
18	repositorio.uta.edu.ec Fuente de Internet	<1 %
19	alejandria.poligran.edu.co Fuente de Internet	<1 %
20	repositorio.ucsm.edu.pe	



Mg. José Miguel Silva Rodríguez

Asesor del Proyecto

	Fuente de Internet	<1 %
21	repositorio.ucss.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
22	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
23	repositorio.unapiquitos.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
24	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
25	tesis.ucsm.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
26	repositorio.unsch.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
27	virtual.urbe.edu Fuente de Internet	<1 %
28	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	<1 %
29	repositorio.upa.edu.pe Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 20 words

Excluir bibliografía

Activo



Mg. José Miguel Silva Rodríguez

Asesor del Proyecto

DEDICATORIA

A Dios por darme y darle vida a todos mis seres queridos, también por todas la bendiciones y situaciones de aprendizaje .

Con profundo amor y gratitud a mis queridos padres, cuyo apoyo incondicional ha sido el soporte de mi crecimiento tanto profesional como personal. Su constante aliento, esfuerzo, amor y apoyo económico, han sido el motor que impulsó mi avance en este proceso académico. A mis hermanas mayores, Fiorella y Maricarmen, les dedico este logro con el más sincero agradecimiento por enseñarme que la verdadera fuerza reside en la determinación y la perseverancia, recordándome siempre que rendirse nunca es una opción. Y finalmente a mi personita especial, Alexander, por motivarme y apoyarme siempre en todo. Este logro no solo es mío, sino de todos ustedes, que han sido mi mayor fuente de apoyo y motivación. Gracias por ser mi familia y por estar siempre a mi lado en cada paso del camino.

Chapoñan Sullon Maritza Nycolle

A Dios por permitirme gozar de vida y salud.

A mis padres: Eduardo Zapata Huancayo y María Mena Preciado por el esfuerzo, dedicación, apoyo emocional y económico para poder culminar mi carrera profesional.

A mi hermano: Julio Zapata Mena por brindarme palabras de aliento y confiar siempre en mí.

Zapata Mena Alicia Andrea

AGRADECIMIENTO

A Dios, a nuestros padres, hermanos a nuestros profesores de la Universidad Nacional de Tumbes y a nuestro asesor Mg. José Miguel Silva Rodríguez por su valiosa participación y apoyo en la investigación.

Las autoras.

ÍNDICE GENERAL

RESUMEN	xv
ABSTRACT	xvi
I INTRODUCCIÓN	17
II REVISIÓN DE LA LITERATURA	22
2.1. Estado del arte	22
2.2. Antecedentes	26
III. MATERIALES Y MÉTODOS	30
3.1. Tipo de investigación	30
3.2. Diseño de investigación	30
3.3. Población, muestra, muestreo	31
3.4. Criterios de selección	32
3.5. Técnicas e instrumentos	32
3.6. Validez y confiabilidad del instrumento	33
3.7. Procedimiento de recolección de datos	33
3.8. Procesamiento y análisis estadístico	34
3.9. Aspectos éticos	34
IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	36
4.1. Resultados	36
4.2. Discusión	40
V. CONCLUSIONES	44
VI. RECOMENDACIONES	45
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	46
ANEXOS	52

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Correlación de Spearman entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria.	36
Tabla 2.	Frecuencia de uso de las redes sociales en estudiantes de una Institución Educativa.	37
Tabla 3.	Riesgo de presentar un trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa.	38
Tabla 4.	Correlación de Spearman entre el sexo y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria	39

ÍNDICE DE FIGURAS

Gráfico 1.	Correlación de Spearman	36
Gráfico 2.	Frecuencia de uso de las redes sociales	37
Gráfico 3.	Trastorno de la conducta alimentaria	38
Gráfico 4.	Relación del sexo y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria	39

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1.	Matriz de consistencia	52
Anexo 2.	Operalización de variables	54
Anexo 3.	Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)	56
Anexo 4.	Cuestionario de actitudes ante la alimentación (EAT-26)	59
Anexo 5.	Confiabilidad del instrumento	61
Anexo 6.	Solicitud para la aplicación de instrumentos	62
Anexo 7.	Consentimiento informado	63
Anexo 8.	Evidencias fotográficas de la ejecución del estudio	65

RESUMEN

Se planteó como objetivo general, determinar la relación entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023. Para ello, el estudio no experimental de tipo correlacional, descriptivo, transversal; trabajó con una muestra constituida por 108 estudiantes del quinto año del nivel secundario. Para la recolección de datos se empleó el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) y el cuestionario de actitudes ante la alimentación (EAT-26), así mismo se aplicó la prueba estadística de Spearman con la finalidad de medir la relación entre ambas variables. Dentro de los principales resultados se pudo identificar que el 61,1% (n= 66) de los estudiantes tenían un uso moderado de las redes sociales, así mismo, se detectó que el 32,4% (n= 35) presentaron un riesgo a desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria. Cabe resaltar que de aquellos estudiantes con riesgo a sufrir uno de estos trastornos el 23,1% (n= 25) tenían un uso moderado de las redes sociales mientras que el 6,5% (n= 7) empleaban un alto uso de las mismas. En cuanto al género, se evidenció que este criterio influye significativamente con el desarrollo de los trastornos de la conducta alimentaria ($p= 0,000$), siendo las mujeres más vulnerables a desencadenarlo en un 27,8% (n= 30). Ante lo datos expuestos, las autoras concluyen que existe relación entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023 ($p= 0,014$).

PALABRAS CLAVES:

Uso de redes sociales, trastornos de la conducta alimentaria, estudiantes, adolescentes.

ABSTRACT

The general objective was to determine the relationship between the use of social networks and the risk of eating disorder in students of an Educational Institution, Tumbes 2023. To do this, the non-experimental study of a correlational, descriptive, cross-sectional type; worked with a sample consisting of 108 fifth-year secondary school students. To collect data, the social media addiction questionnaire (ARS) and the eating attitudes questionnaire (EAT-26) were used, and the Spearman statistical test was applied in order to measure the relationship between both variables. Among the main results, it was possible to identify that 61.1% (n= 66) of the students had moderate use of social networks, likewise, it was detected that 32.4% (n= 35) presented a risk to develop an eating disorder. It should be noted that of those students at risk of suffering from one of these disorders, 23.1% (n= 25) had moderate use of social networks while 6.5% (n= 7) used high social networks themselves. Regarding gender, it was evident that this criterion significantly influences the development of eating disorders ($p= 0.000$), with women being more vulnerable to triggering it by 27.8% (n= 30). Given the data presented, the authors conclude that there is a relationship between the use of social networks and the risk of eating disorder in students of an Educational Institution, Tumbes 2023 ($p= 0.014$).

KEY WORDS:

Use of social networks, eating disorders, students, adolescents.

I. INTRODUCCIÓN

A nivel mundial son millones las personas, especialmente niñas y mujeres jóvenes, que presentan un trastorno en su conducta alimentaria poniendo en peligro tanto su salud mental como física, tal es el caso de problemas como la anorexia, bulimia o trastornos por atracones de comida. Este tipo de trastornos son reportados desde la década de los 50 observándose una prevalencia cada vez más alta en edades jóvenes, a menudo las señales más evidentes son los vómitos autoinducidos, miedo a engordar, distorsión e insatisfacción corporal, así como una preocupación por ingerir demasiada comida¹.

En la actualidad se conoce que los trastornos de la conducta alimentaria están presentes en todo el mundo, afectando a diversas poblaciones sin distinción de etnia, cultura o nivel socioeconómico. En relación a ello, en el año 2022 un estudio en mujeres jóvenes, reveló cifras alarmantes en base a la presencia de estos trastornos, reportando que en China se evidencia una tasa de prevalencia del 1,05% para casos de anorexia, del 2,98% para casos de bulimia y del 3,58% para casos de trastornos por atracones. Así mismo, se destaca que en África la tasa de prevalencia se sitúa en 4,45% para los casos de trastornos por atracones. En lo que respecta a Latinoamérica, la tasa de prevalencia por casos de bulimia es de 1,16%, mientras que por casos de trastornos por atracones es del 3,53%².

Del mismo modo, la Pontificia Universidad Católica de Chile³ durante el año 2021 declaró que la prevalencia de riesgo a desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria en los adolescentes chilenos es del 7,4% y el 12% siendo el género femenino las que presentaron la tasa más alta. Sin embargo, el número de casos aumentaron hasta un 30% debido a la pandemia suscitada por el Covid19, el confinamiento generó una limitación de las actividades al aire libre ocasionando una modificación negativa sobre los patrones de sueño, alimentación, salud mental y actividad física.

Por otra parte, diversas investigaciones exponen que uno de los factores causales relacionados al riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria en los adolescentes, es el uso desmedido de las redes sociales, y es que a pesar de que los mismos son herramientas esenciales para la comunicación e interacción con la sociedad, su uso excesivo puede acarrear el riesgo de padecimiento a estos trastornos. En base a ello, en el año 2020, a nivel mundial se reportó que el tiempo que empleaban los usuarios en redes sociales era de aproximadamente 1 hora y 19 minutos, lo cual representa un aumento frente a los 55 minutos que registraban en el año 2019. También se evidenció que las redes sociales más empleadas eran WhatsApp, Facebook, YouTube, Instagram y Twitter⁴.

En España, año 2023, de acuerdo con la última Encuesta sobre Tecnologías de Información y Comunicación (TIC), se registró que durante los últimos 3 meses la población, con edades entre 16 a 74 años, habían participado en redes sociales tales como Instagram, Facebook, Twitter y YouTube. Se enfatiza que de forma activa se encontró la participación de estudiantes en un 94%, así como que las mujeres presentaron un mayor nivel de actividad (66%) por encima de los varones (61%)⁵.

En el Perú, anualmente cerca de 3 mil niños y adolescentes son diagnósticos con un trastorno de la conducta alimentaria. De acuerdo con el diario El Comercio, el Ministerio de Salud reportó que en los últimos 5 años estos diagnósticos tanto de los pacientes de su jurisdicción, así como los pertenecientes al Seguro Social de Salud (EsSalud) aumentaron en más del 300%. Así mismo, solo hasta agosto del 2023, la entidad ha registrado 290 casos de trastornos en la conducta alimentaria de niños menores a 12 años⁶. De igual manera, el EsSalud declaró que hasta agosto del año 2022 los casos por trastornos relacionados a la conducta alimentaria en adolescentes iban en aumento, si bien era frecuente observar estos reportes en edades entre 15 y 16 años, a la fecha estos trastornos también están siendo registrados en pacientes con 11 años de edad⁷.

Así mismo, se expuso que antes de la pandemia por Covid19, 2 de cada 10 pacientes que ingresaban a consulta psiquiátrica presentaban uno de estos trastornos, sin embargo, durante la pandemia esta cifra se duplicó, siendo 5 los

casos por cada 10 consultas⁸. Una investigación realizada por Sanchez⁹ en el año 2021, dejó en evidencia que, en el Perú los trastornos del comportamiento alimentario tienen una prevalencia más alta en las zonas urbanas, destacándose Lima y Callao con una tasa del 6%. En relación al género las mujeres presentan un mayor desarrollo de estos trastornos con un 7,1% de prevalencia frente al 4,9% registrado en hombres. También se logró identificar que en las mujeres la prevalencia del comportamiento bulímico asciende a 1,6% y en hombres en un 0,3%.

En relación al uso de redes sociales, IPSOS¹⁰ Perú en el año 2022, realizó una investigación para estudiar el comportamiento de los ciudadanos peruanos del sector urbano entre las edades de 18 y 70 años. La entidad logro evidenciar que la aplicación de mensajería más utilizadas en un 89% era WhatsApp. De la misma manera, de acuerdo al uso que le daban se registró que el 71% utilizaba las redes sociales por temas de entretenimiento, el 69% lo empleaba por comunicación, el 63% a modo de información, el 53% solo para pasar el tiempo de ocio. Se enfatiza que el 42% de los usuarios siguen por lo menos a un personaje público, teniendo como tema de interés su estilo de vida, moda, maquillaje, deporte y tecnología, en base a ello se puede afirmar que estos personajes públicos generan un impacto en la vida de al menos un tercio de los encuestados.

A nivel regional, en la ciudad de Tumbes año 2023 un estudio llevado a cabo con 50 adolescentes entre 16 y 19 años pertenecientes a la Universidad Nacional de Tumbes, revelo que el 66% estaban insatisfechos con su imagen corporal, así mismo, logro identificarse que el 46% presentaba un riesgo de sufrir un trastorno de la conducta alimentaria en un nivel bajo.¹¹ Cabe destacar, que en la misma ciudad durante el periodo 2022 se realizó una investigación en donde se trabajó con 219 participantes entre 13 y 18 años, de la ciudad de Tumbes, en ella se identificó que 57,5% presentaban conductas alimentarias de peligro, del mismo modo, alrededor del 42,9% presentó una insatisfacción con su imagen corporal¹².

Finalmente, en base a la realidad problemática descrita, se plantea que el uso desmedido de las redes sociales entorno a las imágenes, así como los temas relacionados a la salud física y el cuerpo ideal que son posteados en Instagram o Facebook, pueden influir en el desarrollo de un trastorno de la conducta alimentaria

en los adolescentes, dado que los mismos son una población en riesgo⁵. En tal sentido, es fundamental desarrollar la siguiente interrogante de investigación ¿Cuál es la relación entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023?.

Considerando la problemática descrita, teóricamente el estudio fue relevante debido a que permitió ampliar las bases teóricas relacionadas con las variables en estudio, así mismo, al no existir muchos trabajos relacionados al uso de redes sociales y riesgos del trastorno de la conducta alimentaria, se pudo aportar información enriquecedora sobre el nivel de influencia que existe entre ambas variables. De manera práctica la investigación ha sido pertinente debido a que los datos recopilados fueron compartidos con las autoridades de la Institución Educativa José Lishner Tudela, esto permitió que en cooperación con profesionales de la salud (nutricionista y psicólogos) se pudieran tomar medidas preventivas y de sensibilización frente a las adicciones por el uso de redes sociales y los trastornos alimenticios en los estudiantes de su institución.

La relevancia metodológica se justificó en que al usarse instrumentos validados, se consiguieron resultados confiables y por ende servirán como antecedente para futuros trabajos de investigación que guarden relación con el estudio. Socialmente fue pertinente dado que permitió que los padres de familia y la población tumbesina desarrollen una mayor conciencia sobre como la adicción a las redes sociales puede influenciar en el desarrollo de las conductas alimentarias de riesgos en los adolescentes. Así mismo, en base a los resultados, se podrán realizar programas o talleres educativos que proporcionen a los adolescentes herramientas necesarias para no caer en el riesgo de padecer un trastorno de la conducta alimentaria.

Con la finalidad de dar respuesta a la pregunta de investigación, se consideró como objetivo general, determinar la relación entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023. Por otra parte, para dar un mayor sustento a la investigación se consideraron como objetivos específicos, poder identificar la frecuencia de uso de las redes sociales así como el de riesgo a presentar un trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, de la misma manera, se pretendió, establecer la relación entre el género y el riesgo a presentar un trastorno

de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa. Para el presente estudio se consideró como hipótesis de investigación que si existe relación entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023. Por otra parte la hipótesis nula fue considerara como la negación de la premisa anterior.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1. Bases teóricas – científicas

Las redes sociales son definidas como medios comunicativos a través de los cuales se pueden observar diferentes contenidos, así mismo, son interactivas dado que los usuarios pueden compartir fotografías y videos con toda una comunidad cibernética. Estas redes ofrecen también animaciones y música, de forma que se genera una sensación de sentirse psicológicamente involucrados con el contenido. A diferencia de los medios de comunicación tradicionales, las redes sociales se caracterizan por ser más personales¹³.

Araujo¹⁴, cita a West y Brown, quienes establecen que las personas reflejan dos rasgos característicos cuando presentan una adicción hacia una determinada actividad, estos rasgos son la pérdida de control y la frecuencia con la que se repite dicho acto a pesar de los daños adversos. Cabe señalar que, estas características son aceptadas al momento de hablar sobre una adicción a redes sociales. Así mismo, otras características frecuentes de esta adicción son la preocupación excesiva por estar todo el tiempo conectado, cambios de humor en periodos de abstinencia, descuido de actividades importantes, entre otros. Entre los principales factores que potencia y fomentan la adicción a redes encontramos: la fácil accesibilidad al mismo, la pérdida de noción sobre el tiempo transcurrido en línea, la disponibilidad, la falta de límites, el anonimato (refiere a la capacidad que posee el individuo para ocultar su identidad), y el bajo costo que se necesita para acceder a internet¹⁵.

La adicción a redes sociales se define como la necesidad constante que tiene un individuo por permanecer en línea de forma activa en una plataforma digital, dedicando tiempo excesivo a la visualización o creación de contenido¹⁶. Se ha observado que esta adicción puede generar que la persona este más de 18 horas conectada, siendo los adolescentes el grupo poblacional más vulnerable¹⁷.

Con lo que respecta a los trastornos de la conducta alimentaria (TCA), son conceptualizados como enfermedades de índole psiquiátrico, que afecta en mayor proporción a mujeres jóvenes y adolescentes. Los diagnósticos más reiterativos durante la etapa de la adolescencia son el TCA no especificado, así como la bulimia y anorexia nerviosa. El cuadro sintomatológico más frecuente en estos trastornos es el énfasis en la preocupación por la ganancia de peso y la comida, así como el uso de procedimientos no saludables para bajar de peso¹⁸. Entre los factores ambientales que pueden desencadenar la modificación de los patrones alimentarios se destacan la influencia de las redes sociales, así como los medios de comunicación que transmiten como estereotipos de belleza la delgadez en las mujeres y la musculatura en hombres¹⁹. Del mismo modo, factores como la baja autoestima, problemas de obesidad, educación y entorno familiar, la presión social respecto a la imagen corporal o experiencias anteriores pueden ser puntos de riesgo para el desarrollo de un trastorno de la conducta alimentaria²⁰.

Se clasifican principalmente dos tipos de trastornos de la conducta alimentaria: La anorexia nerviosa y la bulimia nerviosa, destacando que la diferenciación entre cada tipo de trastorno radica principalmente en el grado de desviación del peso normal, los patrones alimentarios y los procedimientos que se utilizan para bajar de peso. Estos tipos de trastorno son descritos a continuación²¹:

Anorexia nerviosa (AN): Este trastorno de la conducta alimentaria es definido como un padecimiento psiquiátrico que presenta secuelas físicas. Así mismo, se caracteriza por el rechazo que tiene el individuo a mantener un peso dentro del rango normal aplicando restricciones alimentarias excesivas o generando un gasto calórico a través del ejercicio físico excesivo, del mismo modo, se presenta una fobia a aumentar de peso o transformarse en una persona con obesidad, así como una alteración de la percepción en cuanto a su imagen corporal²².

Bulimia nerviosa (BN): Este trastorno de la conducta alimentaria se caracteriza porque el individuo presenta una sensación anormal de hambre junto a un sentimiento de culpabilidad. La persona afectada presenta episodios donde ingiere alimentos de forma compulsiva, posteriormente experimenta una sensación de culpabilidad lo que lo conlleva a practicar acciones para perder las calorías ingeridas (vomito autoinducido, ejercicio físico excesivo o consumo de laxantes).

Durante estos momentos de descontrol el individuo experimenta sentimientos de vergüenza y frustración por su comportamiento, así mismo, realiza la promesa de no volver a repetir este tipo de conducta y tratar de evitar la comida, sin embargo, nuevamente es alcanzado por la ansiedad y recae en los atracones generando que el ciclo se repita²³.

Investigaciones recientes enfatizan que problemas tanto como la anorexia y la bulimia son trastornos recurrentes en países industrializados, debido a la manifestación de hechos contradictorios que generan confusión en la población adolescente, y es que si bien existe la disponibilidad de acceder a una gran variedad de alimentos, también existe los estereotipos sociales, los cuales representa que una figura delgada y esbelta es sinónimo de perfección y éxito (principalmente en la población femenina), cabe destacar que este canon de belleza al ser aceptado dentro de la sociedad genera una alta influencia sobre los adolescentes, provocando altos niveles de preocupación en relación a su aspecto, así como provocar un miedo latente a subir de peso¹⁹. Es importante señalar que, las conductas de riesgo más habituales relacionadas a estos trastornos son las conductas compensatorias, atracones y las restricciones alimentarias, siendo cada uno detallado a continuación²⁴:

Conducta compensatoria (Dieta): Hace referencia aquellos comportamientos que pretenden compensar las repercusiones negativas de una conducta poco saludable. Ejemplo de ello son los casos en donde el individuo tiene deseos de consumir un alimento alto en calorías, sin embargo, después de cometer lo que él considera un error realiza diferentes actividades como por ejemplo la práctica excesiva de actividad física o el restringir un tiempo de comida, esto con la finalidad de equilibrar el exceso de calorías consumidas²⁵.

Atracones (Bulimia y preocupación por la comida): Es considerado como la conducta de riesgo más recurrente en la población con obesidad, sin embargo, esta realidad empieza a ser más frecuente en la población general²⁶. Se caracteriza por la aparición de episodios compulsivos de ingesta alimentaria en un periodo corto de tiempo, así como la pérdida de control sobre la ingesta. Si bien existe un sentimiento de malestar cuando realiza el atracón el individuo no presenta actitudes compensatorias²⁷.

Restricción alimentaria (control oral): Se caracteriza por que el individuo consume muy poco o evita ingerir ciertos alimentos, así mismo, no presenta un miedo a subir de peso. De manera frecuente las personas que padecen de este trastorno suelen presentar problemas con su entorno social, como por ejemplo comer en lugares públicos o con otras personas. Cabe destacar, que suele presentarse desde la infancia, comenzando con aquellos niños que no presentan interés por la comida²⁸.

Es importante mencionar que entre las teorías que sustentan la relación entre el uso de las redes sociales y los riesgos de presentar un trastorno de la conducta alimentaria, se destaca:

Teoría de los usos y gratificaciones, propuesta por Rubín en el año 1994. A través de la misma el autor busca manifestar que los individuos que se involucran de manera activa en las redes sociales lo hacen con el objetivo de satisfacer sus necesidades y conseguir gratificaciones. Estos factores impulsan a que la persona pase gran parte de su tiempo empleando las redes sociales, generando así una serie de procesos psicológicos. Entre estos procesos se destaca la comparación de su cuerpo con la de otras personas, provocando en ellos un aumento de la insatisfacción corporal y una reacción afectiva negativa, a raíz de esta reacción el individuo buscara una mayor aceptación por parte de su entorno, exponiéndose de manera continua a las redes sociales a fin de poder buscar imágenes de otras personas y continuando con el proceso de comparación²⁹.

Teoría sobre la atracción interpersonal por personajes de los medios, propuesta por Hoffner y Cantor en el año 1991. La teoría tiene como base tres reacciones que se encuentran interrelacionadas: i) la similitud percibida con el individuo, ii) la aspiración por parecerse al individuo; y iii) la atracción por el individuo. Autores como Austin y Meili sugieren que el poder de la atracción interpersonal sobre el cuerpo de referencia es aplicado no solo a la similitud observada, sino a querer ser también los personajes a quienes la persona tiene como referencia. Un ejemplo claro de ello se puede apreciar en la población femenina, y es que, durante años el prototipo de mujer ideal que figuran en los medios de comunicación suele ser el de una mujer delgada, atractiva, blanca y de clase media o alta, siendo así que este estereotipo es perseguido por muchas mujeres con o sin trastorno de una conducta alimentaria³⁰.

5.1. Antecedentes

En el plano internacional se destacó el estudio presentado por la autora Ayechu³¹ titulada, las redes sociales como factor relevante en la aparición de trastornos de conducta alimentaria en adolescentes. Año 2022. España. La investigación contó con una metodología de revisión sistémica, en donde se utilizó una muestra de 19 artículos científicos obtenidos de fuentes como Pubmed, Psycinfo y Cinahl. Entre los resultados se evidenció que el uso de redes sociales son un factor relevante para el desarrollo de un trastorno en la conducta alimentaria, así mismo, se considera que el fenómeno de los selfis, y el contenido desmedido de prototipos fitness son puntos claves en el desarrollo de estos trastornos. En base a ello, el autor concluyó que las redes sociales basadas en las imágenes de un cuerpo ideal generan una disconformidad con la imagen corporal de los adolescentes, provocando en los mismos comportamientos asociados a uno de estos trastornos.

Las autoras Tenezaca y Trujillo³² presentaron su tesis relacionada a la adicción a redes sociales y riesgo de desarrollar trastornos alimenticios en adolescentes. Unidad Educativa La Condamine. Pallatanga. Año 2022. Ecuador. El estudio contó con un enfoque documental cuantitativo, no experimental. Se trabajó con una muestra de 227 alumnos, y se aplicó dos cuestionarios para recolectar la información. Entre los principales resultados se destacó que el 43,6% de los estudiantes presentaban un nivel medio en cuenta al excesivo uso de las redes sociales, así mismo, el 56,8% evidenció un riesgo alto de sufrir un trastorno en el comportamiento alimentario. Por tanto, las autoras concluyeron que las variables están relacionadas ($p > 0,001$).

Del mismo modo, Bernardo³³ expuso su tesis titulada, relación entre el uso de redes sociales y trastornos de la conducta alimentaria. Año 2021. España. Se realizó una revisión sistemática a una muestra conformada por 22 artículos científicos obtenidos principalmente del PubMed. Los resultados más sobresalientes exponen que el uso constante de las redes sociales está relacionado con el aumento de la idealización a alcanzar un cuerpo delgado por parte de los jóvenes, la exposición constante a prototipos de cuerpos delgados mediante redes sociales aumentar la insatisfacción corporal, el retoque constante de las fotografías está relacionado con una preocupación latente por el cuerpo y la alimentación. Teniendo como referencia

los resultados obtenidos el autor concluye que entre mayor sea el uso de las redes sociales, existirá la posibilidad de aumentar el riesgo a presentar un trastorno alimentario.

Un artículo científico publicado por los autores Alvarado et al.³⁴ es titulado bajo el nombre de uso de redes sociales y riesgo de padecer TCA en jóvenes. Año 2021. España. La investigación presentó un diseño trasversal y se empleó una muestra de 108 jóvenes a quienes se les aplicó como instrumento de recolección de datos los cuestionarios. Los resultados reflejaron que el género no se encontraba relacionado con el riesgo a padecer un trastorno de la conducta alimentaria ($p = 0,387$), tampoco se encontró relación entre las redes para informarse en materia de nutrición o para seguir rutinas de entrenamiento con el riesgo a desarrollar este tipo de trastornos alimenticios, sin embargo la exposición contaste a redes sociales si se encontraba relacionada significativamente con el desarrollo de un trastorno de la conducta alimentaria ($p = 0,028$). En conclusión los autores coinciden que las redes sociales podrían estimular el desarrollo a un trastorno alimentario.

La autora Angarita³⁵ expuso su tesis denominada riesgo de trastornos de la conducta alimentaria y el uso de redes sociales en estudiantes de artes escénicas de la pontificia universidad javeriana en Bogotá, Año 2020. Colombia. La investigación contó con un tipo de estudio descriptivo trasversal con una muestra constituida por 106 estudiantes de una universidad. Entre los hallazgos se observó que el 34,9% evidenció una distorsión de su imagen corporal, así como que el 60,3% utiliza las redes sociales para buscar información relacionada con nutrición, cabe señalar que el 97,2% presento un comportamiento alimentario positivo relacionado al desarrollo de las conductas de riesgo. Finalmente, la autora concluye que el uso de las redes sociales sin ningún tipo de supervisión puede influir de forma significativa sobre la distorsión de la imagen corpórea, así como aumentar el riesgo a presentar un trastorno de la conducta alimentaria.

Un artículo científico presentado por Emiro y Castañeda³⁶ titulado, riesgo de trastorno de la conducta alimentaria y uso de redes sociales en usuarias de gimnasios de la ciudad de Medellín. Año 2020. Colombia. Tuvo un enfoque descriptivo cuantitativo de corte trasversal. Así mismo, se trabajó con una muestra de 337 mujeres que asistían a gimnasios de forma periódica. Entre los resultados

más relevantes se destaca que el 47,5% presentaba riesgo a sufrir un trastorno de la conducta alimentaria. Así mismo, no se evidenció relación entre la edad y el riesgo a sufrir un trastorno de la conducta alimentaria. En base a lo anterior los autores concluyen que el uso de redes sociales puede aumentar el riesgo en las mujeres a padecer estos trastornos relacionados a la conducta alimentaria.

Dentro del enfoque nacional, se expone la tesis presentada por Linares y Figueroa³⁷, misma que se tituló, relación entre la adicción a redes sociales con la autoestima y la insatisfacción corporal en estudiantes de la Universidad Ricardo Palma. Año 2023. Lima. La investigación presentó un tipo de estudio analítico observacional y de corte trasversal, así mismo, se trabajó con una muestra de 930 estudiantes. Los resultados arrojaron que entre mayor sea la adicción por el uso de redes sociales más alta será la probabilidad de que los estudiantes presenten una baja autoestima e insatisfacción corporal, cabe señalar que se identificó que aquellos estudiantes menores de 21 años y de género femenino evidenciaban una alta obsesión por el uso de las redes sociales. Finalmente, los autores concluyen que la baja autoestima y la disconformidad corporal está relacionada al uso constante de redes sociales.

Martínez³⁸ presentó su tesis titulada: Influencia de las redes sociales en los trastornos de conducta alimentaria en adolescentes, una revisión sistemática. Año 2022, Trujillo. La investigación de carácter descriptivo, cualitativo, trabajó con una muestra de 10 investigaciones obtenidas de banco de datos como Scopus, Dialnet, Scielo, entre otros. Los resultados exponen que: La red social de Instagram presentan una influencia elevada sobre las conductas alimentarias y dietas. Así mismo, tanto la bulimia como la anorexia representan los trastornos más latentes en cuanto a las conductas alimentarias. Esto permitió que la autora llegue a la conclusión de que existe una relación significativa entre las redes sociales y la prevalencia a desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria y es que el avance de la tecnología solo ha generado que dicha relación sea más fuerte.

Chau y Paredes³⁹ presentaron su tesis relacionada al riesgo de trastornos de la conducta alimentaria y comportamiento alimentario inadecuado en estudiantes de la carrera de nutrición y dietética de una universidad privada de Lima. Año 2021. Lima. La investigación de carácter analítico trasversal, trabajó con una muestra

conformada por 264 estudiantes. Entre sus hallazgos más sobresalientes se destaca el riesgo a sufrir un trastorno de la conducta alimentaria está relacionado a factores como el peso corporal, vivir alejado de la familia y la limitación de la comida. Estos hallazgos permitieron a las autoras concluir que existe una tendencia alta en los estudiantes a padecer estas conductas de riesgo alimentaria.

Dentro del contexto regional, en la ciudad de Tumbes, se destaca la autora Vega¹¹ con su tesis titulada, imagen corporal percibida y trastornos alimenticios en estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes, 2023. Quien a través de su estudio descriptivo correlacional y trasversal, aplicó dos cuestionarios a una muestra de 50 estudiantes con la finalidad de poder evaluar las variables en investigación. Entre sus resultados se evidenció que el 66% de la muestra presentaba insatisfacción corporal, así como un 82% señalaba sentir preocupación por su peso corporal, del mismo modo se registró que el 46% presentaba un bajo riesgo a sufrir de algún TCA. Finalmente, la autora concluye existe una relación significativa ($p > 0,05$).

Jiménez¹² presentó su estudio titulado, conductas alimentarias de riesgo e imagen corporal en adolescentes de 13 a 18 años, Tumbes, 2022. La metodología de investigación fue cuantitativa correlacional y no experimental. La muestra estuvo conformada por 219 adolescentes. Entre los resultados se registra que el 60,3% eran mujeres y el 39,7% varones, así mismo el 57,7% evidenciaron conductas de riesgo alimentario y el 42,9% mencionó sentirse insatisfecho con su apariencia. También logró identificarse que el 36,1% presentaban ambos problemas. En base a lo anterior la autora concluye en que si existe influencia significativa las variables ($p < 0,05$).

III. MATERIALES Y MÉTODOS

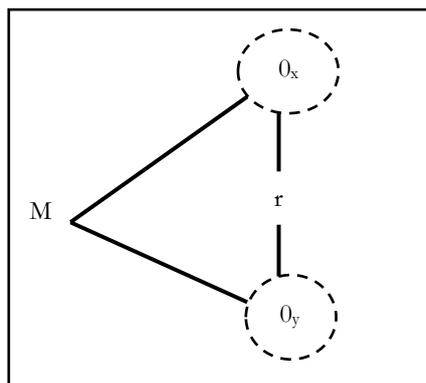
3.1. Tipo de investigación:

La investigación contó con un tipo de estudio correlacional, descriptivo y de corte transversal.

3.2. Diseño de investigación:

La investigación trabajó con un diseño no experimental, principalmente porque las tesis no realizaron ningún tipo de manipulación sobre las variables en estudio.

Así mismo, el esquema de investigación es representando a continuación:



Dónde:

M = Muestra

O_x = Redes sociales

O_y = Riesgo de trastornos de la conducta alimentaria

r = Relación

3.3. Población, muestra, muestreo:

Población

La población en investigación fue conformada por todos los alumnos del quinto año del nivel secundario pertenecientes a la Institución Educativa José Lishner Tudela, mismos que equivalen a un total de 149 alumnos. De acuerdo a la sección a la que pertenecían se registraron 27 estudiantes para la sección A, 30 estudiantes para la sección B, 33 estudiantes para la sección C, 28 estudiantes para la sección D y 31 estudiantes para la sección E.

Muestra

Para determinar el número de la muestra en investigación, se empleó la fórmula de la población finita, misma que permitió obtener un conjunto representativo de toda la población en estudio. Mencionada fórmula es descrita a continuación:

$$n = \frac{N z^2 p.q}{d^2 (N - 1) + z^2 p.q}$$

Donde:

N = Tamaño de la población

Z = Coeficiente de confiabilidad: para un 95% de confiabilidad (1,96)

p = Probabilidad de éxito o proporción de aciertos = 0,5

q = 1 – p

En base a ello, se puede calcular que la muestra en investigación se constituyó por 108 estudiantes pertenecientes al quinto año del nivel secundario de la Institución Educativa José Lishner Tudela. De acuerdo a la sección a la que pertenecían se registraron 21 estudiantes para la sección A, 22 estudiantes para la sección B, 22 estudiantes para la sección C, 21 estudiantes para la sección D y 22 estudiantes para la sección E.

Muestreo

Para poder seleccionar a los alumnos del quinto año del nivel secundario que formaron parte de la muestra de investigación, se empleó el procedimiento del muestreo probabilístico aleatorio.

3.4. Criterios de selección

Criterios de inclusión

- Estudiantes que pertenecían al quinto año de secundaria de la Institución Educativa José Lishner Tudela.
- Estudiantes de ambos sexos (hombres y mujeres).
- Estudiantes que asistieron de manera regular a la institución educativa.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no desearon participar en el estudio.
- Estudiantes cuyos padres no firmaron el asentimiento informado.
- Estudiantes que no estuvieron presentes en el momento que se aplicaron los instrumentos de recolección de datos.

3.5. Técnicas e instrumentos

Técnica:

Se aplicó la encuesta como técnica de recolección de datos, dado que la misma permitió recopilar información esencial para el desarrollo y ejecución del proyecto de investigación.

Instrumento:

Como instrumento de investigación se utilizó el cuestionario, mismo que se describen a continuación:

Para la variable redes sociales, se trabajó con el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) (Anexo 3) elaborado por Escurra y Salas en el año 2014. Así mismo, el cuestionario estuvo constituido por 24 ítems que midieron las siguientes 3 dimensiones: Obsesión a las redes sociales, falta de control personal por las

redes sociales y uso excesivo de las redes sociales. Cabe señalar que, el cuestionario estuvo regido por la escala de Likert: Siempre (S), casi siempre (CS), algunas veces (AV), rara vez (RV), y nunca (N). En relación a los baremos se estableció la siguiente puntuación:

Nivel alto: 51 a más puntos

Nivel moderado: 23 – 50 puntos

Nivel bajo: 0 a 22 puntos

Por otro lado, para la variable riesgo de trastorno de la conducta alimentaria se empleó el cuestionario de actitudes ante la alimentación (EAT-26) (Anexo 4) el cual fue elaborada por Garner y Garfinkel en 1982 y adaptado al español por Gandarillas et al en el 2003. Así mismo, el cuestionario estuvo constituido por 26 Items que midieron las siguientes 3 dimensiones: Conducta compensatoria, atracones y restricción alimentaria. Cabe señalar que, el cuestionario estuvo regido por la escala de Likert: nunca (N), casi nunca (CN), a veces (AV), frecuentemente (F), siempre (S). En relación a los baremos se establece la siguiente puntuación:

Riesgo a sufrir un trastorno de la conducta alimentaria: > a 20 puntos

Sin riesgo a sufrir un trastorno de la conducta alimentaria: ≤ a 20 puntos

3.6. Validez y confiabilidad del instrumento

Para la validación de los cuestionarios, participaron 3 especialistas, que bajo unanimidad indicaron que los instrumentos a utilizar, eran relevantes, pertinentes, claros y objetivos, así mismo, para la confiabilidad del cuestionario adicción a las redes sociales (ARS) se alcanzó un alfa de cronbach de 0,911. De la misma manera, para el cuestionario actitudes ante la alimentación (EAT-26) se alcanzó un alfa de cronbach 0,940, ambos resultados son traducidos como una confiabilidad aceptable^{41,12}. (Anexo 5)

3.7. Procedimiento de recolección de datos

En primera instancia se emitió una solicitud (Anexo 6) al director de la Institución Educativa José Lishner Tudela “001” a través de la cual se pidió el permiso

correspondiente para realizar la aplicación de los instrumentos de investigación, mismos que permitieron medir las variables en investigación. Una vez otorgado el permiso, se procedió a establecer las fechas y horarios respectivos para llevar a cabo una reunión con los padres de familia y los estudiantes.

Llegado el día de la reunión, se familiarizó el proyecto de investigación y se absolvieron las preguntas por parte de los padres, así mismo, se le entregó a cada uno de ellos un asentimiento informado (Anexo 7) explicando detalladamente los objetivos del estudio, así como, los riesgos, beneficios y procedimientos que se le aplicaron a los niños que desearon participar.

Finalmente, obtenido el permiso de los padres, se procedió a entregarle a los estudiantes dos cuestionarios, en los cuales debieron marcar con una "X" la respuesta con la que se sintieron más identificados, del mismo modo, tuvieron un tiempo de 20 minutos para poder completarlo. Culminada la recolección de datos, las investigadoras se despidieron y agradecieron la participación de los estudiantes.

3.8. Procesamiento y análisis estadístico

La información recolectada a través de los instrumentos de investigación, fue plasmada y codificada en una matriz de datos a través del programa de Excel 2019, seguido a ello se utilizó el programa estadístico IBM SPSS Statistics 26 para realizar el análisis de la información. En el proceso se aplicó la prueba estadística de Rho de Spearman a fin de medir la correlación de las variables en estudio, así como los valores del P-valué a través de los cuales se pudo aceptar la hipótesis en investigación.

Para llevar a cabo la interpretación de los resultados, se dispuso del uso de tablas de frecuencias, así como gráficos porcentuales, mismos que expusieron los estadísticos más relevantes del estudio.

3.9. Aspectos éticos

Los principios éticos que rigieron la investigación, estuvieron basados en:

Beneficencia: De acuerdo a este principio, la investigación no perjudicó, ya sea física o psicológicamente a los participantes del estudio.

Autonomía: A cada participante se le entregó un consentimiento informado, en el cual se detalló en un lenguaje claro y sencillo, los objetivos, procedimientos, riesgos y beneficios de la investigación, respetando de esa manera la participación libre y voluntaria que posee cada uno.

Maleficencia: Los datos personales de cada uno de los participantes se mantuvieron en reserva, garantizando la confidencialidad y anonimato de los mismo.

Justicia: Todos los participantes que cumplieron con los criterios de selección tuvieron la posibilidad de formar parte de la investigación, sin ningún tipo de distinción o favoritismo.

IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultados:

Tabla 1. Correlación de Spearman entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria.

Uso de redes sociales	Trastorno de la conducta alimentaria				Rho de Spearman	Sig. (bilateral)
	Sin riesgo		Riesgo			
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje		
Bajo	23	21,3%	3	2,8%	0,237	0,014
Moderado	41	38,0%	25	23,1%		
Alto	9	8,3%	7	6,5%		

Número de casos = 108 estudiantes

Con lo registrado en la tabla 1, se pudo constatar que de aquellos estudiantes que presentaron un riesgo de la conducta alimentaria el 2,8% tuvo un bajo uso de redes sociales, el 23,1% un uso moderado mientras que el 6,5% un uso alto. Gracias a ello, se pudo aprobar la hipótesis de investigación, dado que el coeficiente de correlación de Spearman alcanzó una significancia de 0,014, lo cual dejó evidencia estadística para afirmar que si existe relación entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023.

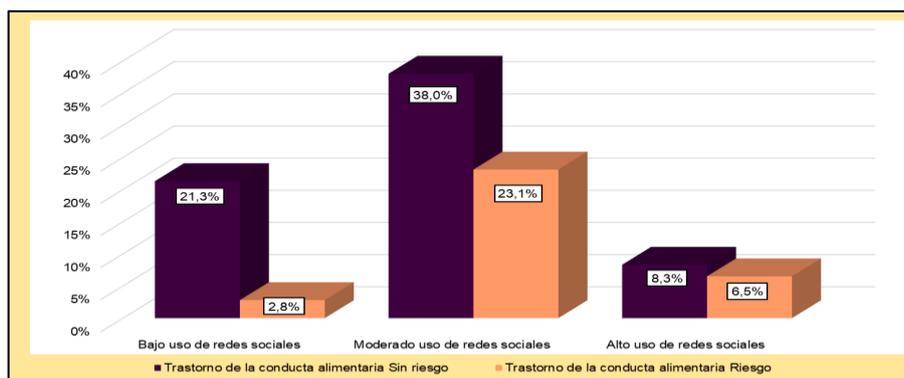


Gráfico 1. Correlación de Spearman

Tabla 2. Frecuencia de uso de las redes sociales en estudiantes de una Institución Educativa.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Bajo uso de redes sociales	26	24,1%
Moderado uso de redes sociales	66	61,1%
Alto uso de redes sociales	16	14,8%
Total	108	100,0%

Mediante la tabla 2, se analizó que el uso de las redes sociales en los estudiantes fue bajo en un 24,1%, moderado en un 61,1% y alto solo en el 14,8% de los casos.

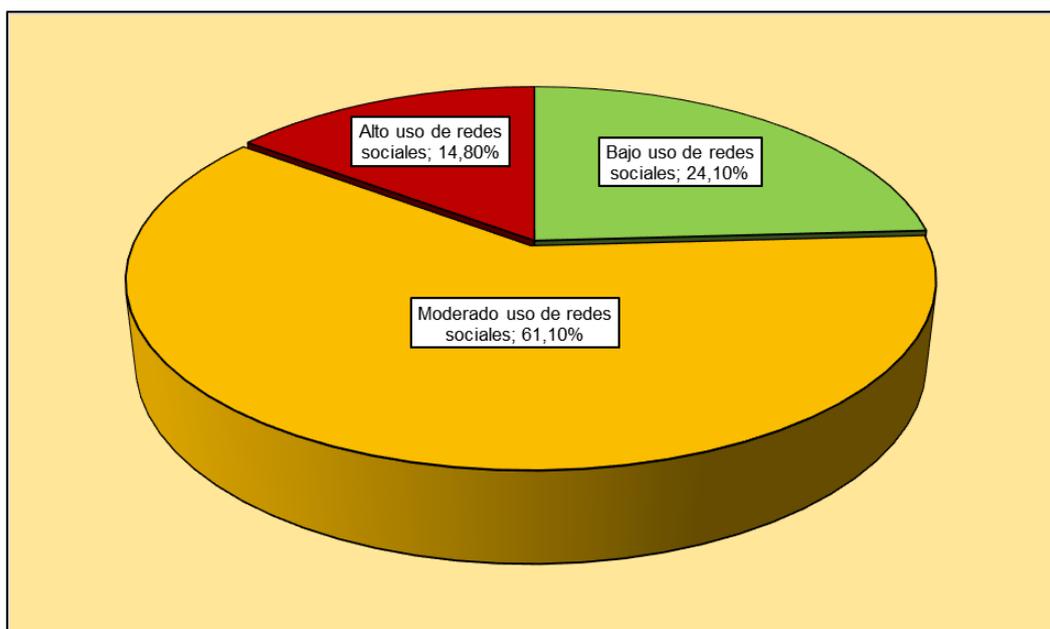


Gráfico 2. Frecuencia de uso de las redes sociales

Tabla 3. Riesgo de presentar un trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Sin riesgo	73	67,6%
Riesgo	35	32,4%
Total	108	100,0%

A través la tabla 3, se registró que el 67,6% de los estudiantes no sufrían riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria, caso contrario del 32,4% que si presentó un riesgo de presentar este trastorno.

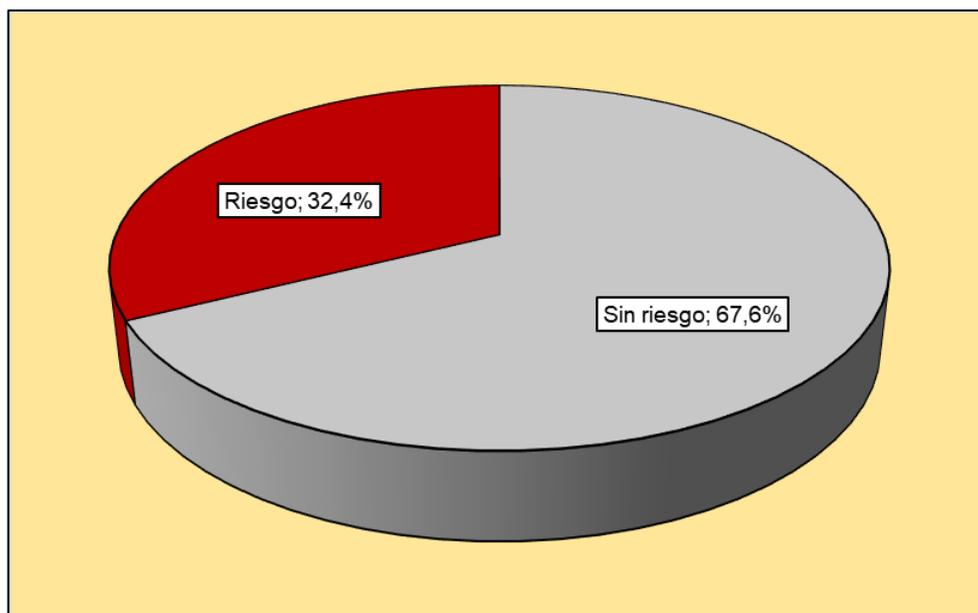


Gráfico 3. Trastorno de la conducta alimentaria

Tabla 4. Correlación de Spearman entre el sexo y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria

Sexo	Trastorno de la conducta alimentaria				Rho de Spearman	Sig. (bilateral)
	Sin riesgo		Riesgo			
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje		
Masculino	42	38,9%	5	4,6%	0,408	0,000
Femenino	31	28,7%	30	27,8%		

Número de casos = 108 estudiantes

De acuerdo al análisis de la tabla 4, se pudo observar que de aquellos estudiantes que no sufrían riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria el 38,9% eran del sexo masculino y el 28,7% del sexo femenino. Así mismo, se identificó que de aquellos estudiantes que si presentaban un riesgo de desarrollar este trastorno el 4,6% eran del sexo masculino, mientras que el 27,8% pertenecían al sexo femenino. Gracias a ello, se pudo demostrar que el coeficiente de correlación de Spearman alcanzó una significancia de 0,000, lo cual deja evidencia estadística para afirmar que si existe relación entre el género y el riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria.

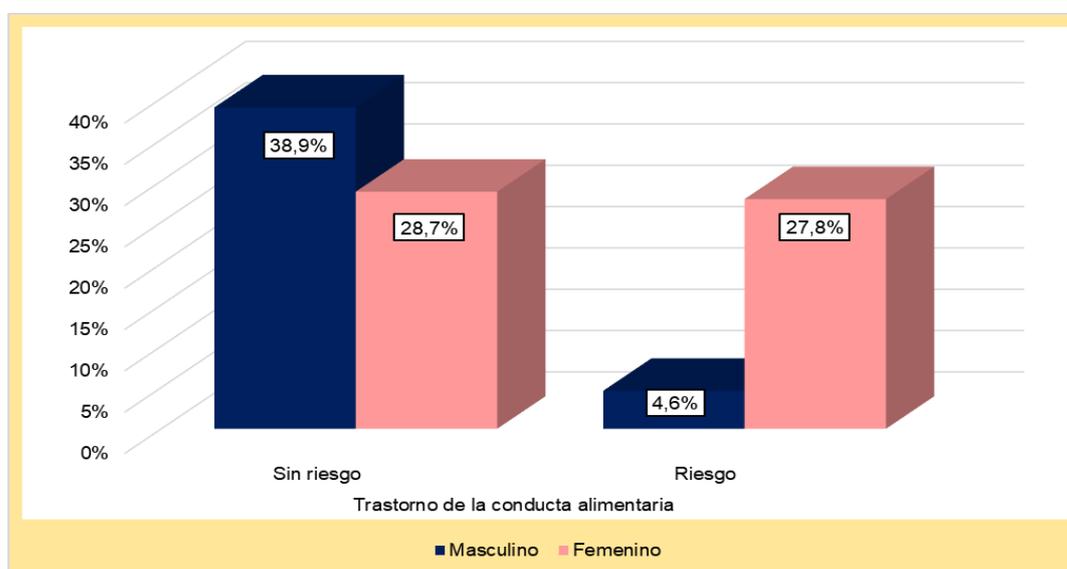


Gráfico 4. Relación del sexo y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria

4.2. Discusión:

Actualmente se conoce que el uso excesivo a las redes sociales ha desencadenado cambios en la interacción social de cada una de las personas, principalmente en los escolares. Estas modificaciones han provocado en la sociedad una preocupación latente al punto de ser consideradas como adicciones debido a la dependencia que se ha desarrollado. Diversas investigaciones, refieren que el uso constante de las redes sociales ha logrado afectar la percepción que posee el individuo ante su imagen corporal, debido a que suele compararse con imágenes poco realistas que son publicadas en las diferentes plataformas digitales. Ante esta problemática, la investigación se planteó como objetivo general determinar la relación entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023.

Dando respuesta al objetivo planteado, la tabla 1 permitió evidenciar que si existe una relación significativa entre las variables estudiadas ($p=0,014$), destacando que de aquellos estudiantes que presentaron un riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria el 2,8% obtuvo un bajo uso de las redes sociales, el 23,1% tuvo un uso moderado mientras que el 6,5% reflejó un uso alto. Por otra parte, es importante resaltar que de aquellos estudiantes que no presentaron un riesgo de sufrir un trastorno de la conducta alimentaria, el 21,3% tuvo un bajo uso de las redes sociales, el 38% tuvo un moderado uso y el 8,3% presentó un alto uso de estas plataformas. Ante esto, se puede aseverar estadísticamente que entre mayor sea la adicción a las redes sociales, más propensos serán los estudiantes a desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria.

Los resultados presentados son concordantes con los expuestos por Ayechu³¹ quienes en su revisión sistémica logró concluir que en las redes sociales se observan imágenes de cuerpos ideales, los cuales pueden generar una disconformidad con la imagen corporal de los adolescentes, provocando en los mismos comportamientos asociados a los trastornos de la conducta alimentaria. De la misma manera, Alvarado et al³⁴ refirieron que la exposición contaste a redes sociales si se encontraba relacionada significativamente con el desarrollo de un trastorno de la conducta alimentaria ($p = 0,028$). Así mismo, Martínez³⁸ , Angarita³⁵,

Tenezaca y Trujillo³² concluyen que la adicción a las redes sociales puede aumentar de manera significativa el desarrollo de un trastorno de la conducta alimentaria.

Los resultados obtenidos pueden ser explicados en el sentido de que las redes sociales son plataformas digitales en las que actualmente la sociedad promueve y promociona estándares de perfección corporal, provocando en los adolescentes un aumento de la idealización a alcanzar un cuerpo delgado en el caso de las mujeres y un cuerpo marcado en los hombres. Esta exposición constante al prototipo de cuerpo perfecto genera un aumento de la insatisfacción corporal, y por ende conlleva a que en la mayoría de casos los adolescentes recurran a prácticas poco saludables (uso de laxantes, atracones y restricciones alimentarias) con la finalidad de alcanzar el objetivo estético impuesto por la sociedad.

Como primer objetivo específico, la investigación propuso poder identificar la frecuencia de uso de las redes sociales en los estudiantes de una Institución Educativa. Frente a ello la tabla 2 registró que el 61,1% de los participantes usaban de manera moderada estas plataformas digitales, por otra parte el 24,1% evidenció una frecuencia de uso baja y el 14,8% empleaba un alto uso.

La evidencia reportada guarda similitud con los datos identificados en el estudio cuantitativo realizado por Tenezaca y Trujillo³², las autoras destacan que el 43,6% de los estudiantes que participaron en su estudio presentaron un nivel medio en cuanto al uso de las redes sociales. Así mismo, Angarita³⁵ afirmó que el 60,3% de sus participantes utilizaron las redes sociales para buscar información relacionada con nutrición, siendo así que el uso de las redes sociales sin ningún tipo de supervisión podía influir de forma significativa sobre la distorsión de la imagen corporal.

Este aumento en el uso de las redes sociales puede ser fundamentado tras el hecho que los adolescentes representan una de las poblaciones que tienden a estar más familiarizadas con las nuevas tecnologías. Normalmente, en este grupo etario existe un mayor interés por participar en diferentes grupos sociales y ser aceptados por los mismos, de esta manera el uso de manera continua a las plataformas digitales se ha convertido en unos los factores imprescindibles para sus vidas, ya que le permite mantenerse en contacto con su grupo de amigos y familia. Cabe señalar que actualmente, las redes sociales promueven en los individuos diferentes

formas de relacionarse, y es que, a través de la misma los adolescentes pueden encontrar nuevos amigos, observar y publicar fotografías, así como exponer su vida con la finalidad de obtener un comentario positivo o convertirse en una persona popular.

Como segundo objetivo específico se pretendió identificar el nivel de riesgo a presentar un trastorno de la conducta alimentaria en los estudiantes de una Institución Educativa. Para tal efecto, la tabla 3 reflejó que el 67,6% de los participantes no sufrían riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria, caso contrario del 32,4% que si presentó un riesgo de presentar este trastorno.

Los resultados expuestos se asemejan a los presentados por Emiro y Castañeda³⁶ y es que en su estudio descriptivo trasversal, dio a conocer que 47,5% de sus participantes presentaba riesgo a sufrir un trastorno de la conducta alimentaria. De igual manera Vega¹¹ en su investigación descriptiva correlacional reportó que un 82% señalaba sentir preocupación por su peso corporal, del mismo modo dio a conocer que el 46% presentaba un bajo riesgo a sufrir de algún TCA. Así mismo, Jiménez¹² determinó que los adolescentes del departamento de Tumbes, en el 57,7% de los casos evidenciaron conductas de riesgo alimentario y el 42,9% mencionó sentirse insatisfecho con su apariencia corporal.

Si bien, los trastornos de la conducta alimentaria pueden hacerse presentes a cualquier edad, durante la etapa de la adolescencia el ser humano se vuelve más vulnerable a desarrollar alguno de estos trastornos, y es que, durante este periodo el individuo sufre cambios en su personalidad y autoestima, así mismo, empiezan a experimentar una mayor preocupación por su imagen corporal, la cual si no es abordada de manera adecuada puede desencadenar que el adolescente posea un preocupación excesiva por la comida y su peso, generando que realicen prácticas poco saludables con la finalidad de mantenerse dentro del peso ideal.

Finalmente, la investigación se planteó como tercer objetivo específico, establecer la relación entre el género y el riesgo a presentar un trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa. En tal sentido, mediante la tabla 4 se demostró si existe relación entre ambas variables ($p=0,000$), logrando identificar que las mujeres en el 27,8% eran más propensas a desarrollar este

trastorno, frente a los hombres que solo mostraron una prevalencia del 4,6%. Caso contrario, se pudo observar que los hombres en el 38,9% eran menos propensos a presentar este tipo de trastornos.

Los datos evidenciados son similares a los descritos por Emiro y Castañeda³⁶ y es que los autores manifiestan que en las mujeres el uso de redes sociales puede aumentar el riesgo a sufrir un trastorno de la conducta alimentaria. Así mismo, Linares y Figueroa³⁷ declararon que la población femenina y menor de 21 años eran mucho más propensa a desarrollar estos trastornos. Esto es explicado bajo el sustento de que la sociedad ejerce una mayor presión porque la mujer alcance un prototipo de belleza, plantando la idea de que para verse bien debe lucir un cuerpo esbelto y delgado. Así mismo, las distintas publicidades en el campo de la belleza están orientadas a exhibir y promover a una mujer con un cuerpo ideal, lo cual conlleva la adolescente sienta una gran presión sintiendo inconformidad con su imagen corporal.

V. CONCLUSIONES

Al analizar los resultados obtenidos en la investigación, se pudo concluir que:

Existe una relación significativa entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023 ($p=0,014$).

El 61,1% de los estudiantes evidenciaron tener un uso moderado de las redes sociales, dejando en evidencia su incapacidad para poder controlar y disminuir el tiempo que emplean en estas plataformas digitales.

Con relación a los trastornos de la conducta alimentaria, se puede evidenciar que alrededor del 32,4% de los estudiantes reflejaron un riesgo de poder desarrollar este trastorno.

Existe relación entre el género y el riesgo de desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria ($p= 0,000$), siendo el sexo femenino quien posee un mayor riesgo a desarrollarlo.

VI. RECOMENDACIONES

Teniendo como base las conclusiones presentadas, se sugiere:

A los directivos de la Institución Educativa José Lishner Tudela, gestionar y ejecutar campañas frente a la prevención de los trastornos de la conducta alimentaria, estas actividades deben ser orientadas por un grupo interdisciplinario conformado por psicólogos y nutricionistas, a fin de que se pueda hacer una evaluación a todos los estudiantes de la institución e identificar de manera oportuna algún caso presente con la finalidad de hacer un seguimiento y corregir este tipo de conductas.

A los docentes de la institución educativa Institución Educativa José Lishner Tudela, promover charlas y talleres psicoeducativos con la finalidad de que los estudiantes conozcan sobre la adicción a las redes sociales, y aprendan a gestionar el tiempo que emplean al utilizar estas plataformas digitales.

A la comunidad científica, aumentar los estudios en el área de ciencias de salud, sobre el uso de las redes sociales y el impacto que tienen sobre el riesgo a desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria en la población escolar, esto permitirá conocer más a profundidad la relación que existe entre ambas variables e identificar los principales factores que vuelven vulnerables a los escolares.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Lezama CA. Impacto de las redes sociales en los trastornos de alimentación. Atlas Nutrición, 2015: 65(1). Disponible en: <https://www.alanrevista.org/ediciones/2015/suplemento-1/art-216/>
2. Arija V. et al. Caracterización, epidemiología y tendencias de los trastornos de la conducta alimentaria. Nutr Hosp 2022;39(N.º Extra 2):8-15. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v39nspe2/0212-1611-nh-39-nspe2-8.pdf>
3. Pontificia Universidad Católica de Chile. Trastornos alimentarios aumentaron un 30% entre adolescentes chilenos. Chile. 2021. Disponible en: <https://www.uc.cl/noticias/trastornos-alimentarios-aumentaron-un-30-entre-adolescentes-chilenos/>
4. Álvaro M. et al. Uso de redes sociales y riesgo de padecer TCA en jóvenes. Journal. 2020. 6(10): 1289 – 1307. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/jonnpr/v6n10/2529-850X-jonnpr-6-10-1289.pdf>
5. Bajaña S. Uso de redes sociales y factores de riesgo para el desarrollo de trastornos relacionados con la alimentación en España: una revisión sistemática. Aten Primaria. 2023 Nov; 55(11). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10447935/>
6. El comercio. Crisis silenciosa en Perú: Trastornos alimenticios en menores de edad crecieron 300% en 5 años, ¿cómo detectarla?. Lima. 2023. Disponible en: <https://elcomercio.pe/peru/trastornos-alimenticios-en-menores-de-edad-crecieron-300-en-5-anos-el-avance-de-la-problematika-en-las-regiones-y-los-signos-de-alarma-informe-anorexia-bulimia-salud-mental-obesidad-vigorexia-ecdata-noticia/>
7. Dagnino D. EsSalud alerta sobre aumento de casos de trastornos de conducta alimentaria (TCA). Punto seguido UPC. 2022. Disponible en: <https://puntoseguido.upc.edu.pe/essalud-alerta-sobre-aumento-de-casos-de-trastornos-de-conducta-alimentaria-tca/>

8. El Comercio. Trastornos de conducta alimentaria: casos en adolescentes se duplicaron debido a la pandemia del COVID-19. 2021. Disponible en: <https://elcomercio.pe/lima/essalud-trastornos-de-conducta-alimentaria-casos-en-adolescentes-se-duplicaron-debido-a-la-pandemia-del-covid-19-nndc-noticia/>
9. Sanchez YS. Prevalencia de riesgo de trastorno alimentario en mujeres estudiantes de 12 a 16 años de edad. [Tesis de pregrado] Lima: Universidad Femenina del Sagrado Corazón; 2021. Disponible en: https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/854/Yenifer%20Sanchez%20Mannucci_Unif%C3%A9%20FINALIZADO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
10. IPSOS. Si no estás en RRSS, estás en na. Perú. 2023. Disponible en: <https://www.ipsos.com/es-pe/si-no-estas-en-rrss-estas-en-na>
11. Vega GM. Imagen corporal percibida y trastornos alimenticios en estudiantes de la Escuela de Nutrición y Dietética, Universidad Nacional de Tumbes. 2023. [Tesis de pregrado]. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes; 2023. Disponible en: https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/64607/TE_SIS%20-%20VEGA%20CASTRO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
12. Jiménez ML. Conductas alimentarias de riesgo e imagen corporal en adolescentes de 13 a 18 años, Tumbes, 2022. [Tesis de pregrado]. Tumbes: Universidad Nacional de Tumbes; 2022. Disponible en: https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/63776/TE_SIS%20-%20JIMENEZ%20PE%c3%91A.pdf?sequence=1&isAllowed=y
13. Frieiro P. Influencia de la socialización en redes sociales y de la autoestima sobre los trastornos de la conducta alimentaria en la adolescencia. [Tesis de posgrado]. España: Universidad de Vigo; 2022. Disponible en: <https://www.investigacion.biblioteca.uvigo.es/xmlui/handle/11093/4386>
14. Araujo ED. Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima. Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria. 2016. 10(2),48-58. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v10n2/a05v10n2.pdf>

15. Echeburúa E. y Requesens A. Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes. 1 ed. Ediciones Pirámide. Madrid. 2012. Disponible en: <http://omextad.salud.gob.mx/contenidos/investigaciones/Guiaparaeducadores.pdf>
16. Echeburúa E, Corral P de. Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. Adicciones. 2010;22(2):91–5. URL: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122889001>
17. Gavilanes GM. Adicción a las redes sociales y su relación con la Adaptación conductual en los adolescentes [Internet] [bachelorThesis]. Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato; 2015 [citado el 7 de enero de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/1137>
18. López C. y Treasure J. Trastornos de la Conducta Alimentaria en adolescentes: Descripción y manejo. Rev Med Clin Condes. 2011; 22(1) 85 – 97. Disponible es: https://www.clinicalascondes.cl/Dev_CLC/media/Imagenes/PDF%20revista%20m%C3%A9dica/2011/1%20enero/10_PS_Lopez-12.pdf
19. Lambruschini N. y Leis R. Trastornos de la conducta alimentaria. Protocolos diagnósticos y terapéuticos en pediatría. Nutrición. Disponible en: <https://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/8-TCA.pdf>
20. Hilker I, et al. Factores de riesgo para desarrollar un TCA. Fundación BBVA. Clinic Barcelona. 2019. Disponible en: <https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/trastornos-de-la-conducta-alimentaria/factores-de-riesgo>
21. Collier DA, Treasure J. La etiología de los trastornos alimentarios. Br J Psychiatry. 2004. 185(5):363-365. Disponible en: <https://www.cambridge.org/core/journals/the-british-journal-of-psychiatry/article/aetiology-of-eating-disorders/C8217928821AA062AA24D0DB6853E026>
22. Ibarzábai EA. Et al. Anorexia nervosa: revisión de las consideraciones generales. Rev Invest Med Sur Mex. 2015; 22 (3): 112-117. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/medsur/ms-2015/ms153a.pdf>

23. Fuertes J. Et al. Trastornos de la conducta alimentaria. Anorexia y bulimia. Elsevier. 2010. 29(2):72-77. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-trastornos-conducta-alimentaria-anorexia-bulimia-X0212047X10489696>
24. Unikel C. et al. Conductas alimentarias de riesgo y factores de riesgo asociados: desarrollo y validación de instrumentos de medición. 1 edición. México: Universidad Autónoma metropolitana. 2017. Disponible en: https://www.casadelibrosabiertos.uam.mx/contenido/contenido/Libroelectronic/o/Conductas_alimentarias.pdf
25. Andrade DR. Conductas compensatorias: un acercamiento. Universidad Latina de America. 2021. Disponible en: <https://www.unla.mx/blogunla/conductas-compensatorias-un-acercamiento#:~:text=Las%20conductas%20compensatorias%20son%20comportamientos,sujeto%20piensa%20que%20es%20saludable.>
26. Cuadro E. y Baile J. El trastorno por atracón: análisis y tratamientos. Rev. Mex. de trastor. Aliment. 2015. 6(2): 97-107. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/rmta/v6n2/2007-1523-rmta-6-02-00097.pdf>
27. García A. El trastorno por atracón en el DSM-5. C. Revista Iberoamericana de Psicopatología Clínica. 2014. 110: 70-74. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4803021.pdf>
28. The Manual's Editorial Staff. Trastorno por evitación/restricción de la ingesta de alimentos. Disponible en: <https://www.msmanuals.com/es-mx/hogar/breve-informaci%C3%B3n-trastornos-de-salud-mental/trastornos-de-la-conducta-alimentaria/trastorno-por-evitaci%C3%B3n-restricci%C3%B3n-de-la-ingesta-de-alimentos>
29. Rubin, A. M. (1994). Usos y efectos de los medios: una perspectiva de usos y gratificaciones. En J. Bryant y D. Zillmann (Eds.) (pp. 417-436). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
30. Hoffner, C., y Cantor, J. (1991). Perceiving and responding to mass media characters. En J. Bryant y D. Zillmann (Eds.), Responding to the Screen: Reception and reaction processes (pp. 63-101). Erlbaum.

31. Ayechu S. Las redes sociales como factor relevante en la aparición de trastornos de conducta alimentaria en adolescentes. [Trabajo de fin de grado]. España: Universidad de Navarra; 2022. Disponible en: https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/63291/1/Saioa_Ayechu.pdf
32. Tenezaca CR y Trujillo OS. Adicción a redes sociales y riesgo de desarrollar trastornos alimenticios en adolescentes. Unidad Educativa La Condamine. Pallatanga. 2022. [Tesis de pregrado]. Ecuador: Universidad Nacional de Chimborazo; 2022. Disponible en: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/10087>
33. Bernardo L. Relación entre el uso de redes sociales y trastornos de la conducta alimentaria. [Tesis de pregrado]. España: Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir; 2021. Disponible en: <https://riucv.ucv.es/bitstream/handle/20.500.12466/1769/RELACI%C3%93N%20ENTRE%20EL%20USO%20DE%20REDES%20SOCIALES%20Y%20TRASTORNOS%20DE%20LA%20CONDUCTA%20ALIMENTARIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
34. Alvarado M, et al. Uso de redes sociales y riesgo de padecer TCA en jóvenes. Journal. 2021;6(10): 1289 – 1307. Disponible en: <https://jonnp.com/PDF/4322.pdf>
35. Angarita MA. Riesgo de trastornos de la conducta alimentaria y el uso de redes sociales en estudiantes de artes escénicas de la pontificia universidad javeriana en Bogotá, Colombia 2020. [Tesis de pregrado]. Colombia: Pontificia Universidad Javeriana; 2020. Disponible en: <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/50021/Final%20-Trabajo%20de%20grado%20Maria%20Alejandra%20Angarita.%20Final.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
36. Emiro J y Castañeda T. Riesgo de trastorno de la conducta alimentaria y uso de redes sociales en usuarias de gimnasios de la ciudad de Medellín. Colombia. Rev Colomb Psiquiat. 2020;49(3):162–169. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/rcpv/49n3/0034-7450-rcp-49-03-162.pdf>

37. Linares GA y Figueroa SJ. Relación entre la adicción a redes sociales con la autoestima y la insatisfacción corporal en estudiantes de la Universidad Ricardo Palma. [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Ricardo Palma; 2023. Disponible en: https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/6294/T030_77287796_T%20STEFANO%20JEAMPIERRE%20FIGUEROA%20FERN%c3%81NDEZ%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y
38. Martínez DE. Influencia de las redes sociales en los trastornos de conducta alimentaria en adolescentes, una revisión sistemática. [Tesis de posgrado]. Trujillo: Universidad César Vallejo; 2022. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/111623/Martinez_MDE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
39. Chau KL y Paredes JX. Riesgo de trastornos de la conducta alimentaria y comportamiento alimentario inadecuado en estudiantes de la carrera de nutrición y dietética de una universidad privada de Lima. [Tesis de pregrado]. Lima: Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas; 2021. Disponible en: https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/654976/Chau_M_K.pdf?sequence=11&isAllowed=y
40. Ádaba C. y Bringué X. Redes sociales. Manual de supervivencia para padres. Viceversa. 2011
41. Romero FM. Adicción a redes sociales y habilidades sociales en jóvenes de un instituto superior tecnológico particular de la provincia de Cajamarca. (Tesis de pregrado). Pimentel: Universidad Señor de Sipán; 2022. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/10118/Romero%20Nole%2C%20Fiorela%20%26%20Sanchez%20Delgado%2C%20Juan.pdf?sequence=6&isAllowed=y>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Título: Uso de redes sociales y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable	Dimensiones	Metodología
¿Cuál es la relación entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023?	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la relación entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <p>- Identificar la frecuencia de uso de</p>	<p>H₁: Existe relación entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023.</p> <p>H₀: No existe relación entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria</p>	<p>Variable independiente</p> <p>Redes sociales</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Obsesión a las redes sociales - Falta de control personal por las redes sociales - Uso excesivo de las redes sociales 	<p>Tipo de investigación</p> <p>Correlacional, descriptivo y de corte transversal.</p> <p>Diseño de investigación</p> <p>No experimental.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> </div>

	<p>las redes sociales en estudiantes de una Institución Educativa.</p> <p>- Identificar el nivel de riesgo a presentar un trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa.</p> <p>- Establecer la relación entre el género y el riesgo a presentar un trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa.</p>	<p>en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023.</p>	<p>Variable dependiente</p> <p>Riesgo de trastorno de la conducta alimentaria</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Conducta compensatoria (Dieta) - Atracones (Bulimia y preocupación por la comida) - Restricción alimentaria (control oral). 	<p>Población:</p> <p>Constituida por 149 estudiantes.</p> <p>Muestra:</p> <p>Conformada por 108 estudiantes</p> <p>Técnica de recolección:</p> <p>La encuesta.</p> <p>Instrumento de recolección:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuestionarios de adicción a las redes sociales (ARS) - Cuestionario de actitudes ante la alimentación (EAT-26)
--	--	--	--	---	---

Anexo 2: Operalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operativa	Dimensiones	Items	Instrumento
Redes sociales	De acuerdo con los autores Sádaba y Bringue ⁴⁰ , las redes sociales son plataformas en internet que permiten la relación entre las personas, a través de las mismas los individuos crean un perfil personal y transmiten la información que desean dar a conocer (intereses, gustos, hobbies, entre otros).	Se aplicará a los estudiantes de la Institución Educativa José Lishner Tudela el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) mismo que estará conformado por 24 ítems, los cuales permitirán medir la variable en investigación.	Obsesión a las redes sociales	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15	Cuestionario
			Falta de control personal por las redes sociales	4, 11, 12, 14, 19, 22, 23, 20, 24	
			Uso excesivo de las redes sociales	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21	

Variable	Definición conceptual	Definición operativa	Dimensiones	Items	Instrumento
Riesgo de trastorno de la conducta alimentaria	Unikel et al. ²⁴ expresa que los trastornos de la conducta alimentaria son enfermedades caracterizadas por la distorsión en los patrones de consumo alimentario mismos que generan una pérdida de peso en la persona.	Se aplicará a los estudiantes de la Institución Educativa José Lishner Tudela el cuestionario de actitudes ante la alimentación (EAT-26) mismo que permitirá medir el riesgo a desarrollar un trastorno alimentario.	Conducta compensatoria (Dieta)	1, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 22, 23, 24, 26	Cuestionario
			Atracones (Bulimia y preocupación por la comida)	3, 4, 9, 18, 21, 25	
			Restricción alimentaria (control oral).	2, 5, 8, 13, 15, 19, 20	

Anexo 3. Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)

Datos generales:

Edad: _____

Género:

() Masculino () Femenino

Lugar de procedencia:

() Tumbes

() Contralmirante Villar

() Zarumilla

Instrucciones: Marque con una (x) el casillero con la respuesta con la que se sienta más identificado. Cabe señalar que, el cuestionario a desarrollar es completamente anónimo y confidencial.

Siempre	S	Casi siempre	CS	Algunas veces	AV	Rara vez	RV	Nunca	N
---------	---	--------------	----	---------------	----	----------	----	-------	---

Ítem	Pregunta	N	RV	AV	CS	S
01	Siento una gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	0	1	X	3	4
02	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	0	1	2	3	4
03	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	0	1	2	3	4
04	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	0	1	2	3	4

05	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	0	1	2	3	4
06	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	0	1	2	3	4
07	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	0	1	2	3	4
08	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	0	1	2	3	4
09	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	0	1	2	3	4
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	0	1	2	3	4
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	0	1	2	3	4
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	3	2	1	0
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	4	3	2	1	0
14	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	0	1	2	3	4
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.	0	1	2	3	4
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	0	1	2	3	4
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.	0	1	2	3	4
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	0	1	2	3	4
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	0	1	2	3	4
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	0	1	2	3	4
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	0	1	2	3	4

22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	0	1	2	3	4
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	0	1	2	3	4
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	0	1	2	3	4

¡Gracias por su participación!

Anexo 4. Cuestionario de actitudes ante la alimentación (EAT-26)

Instrucciones: Marque con una (x) el casillero con la respuesta con la que se sienta más identificado. Cabe señalar que, el cuestionario a desarrollar es completamente anónimo y confidencial.

Nunca	N	Casi nunca	CN	A veces	AV	Frecuentemente	F	Siempre	S
-------	---	------------	----	---------	----	----------------	---	---------	---

Ítem	Pregunta	N	CN	AV	F	S
01	Me angustia la idea de estar demasiado gorda	0	0	1	2	3
02	Procuro no comer cuando tengo hambre	0	0	1	2	3
03	La comida es para mí una preocupación habitual	0	0	1	2	3
04	He sufrido crisis de atracones en las que tenía la sensación de no poder parar de comer	0	0	1	2	3
05	Corto mis alimentos en pequeños trozos	0	0	1	2	3
06	Conozco la cantidad de calorías de los alimentos que como	0	0	1	2	3
07	Procuro no comer alimentos que contengan muchos carbohidratos (pan, arroz, papas, etc.)	0	0	1	2	3
08	Tengo la impresión de que a los demás les gustaría verme comer más	0	0	1	2	3
09	Vomito después de comer	0	0	1	2	3
10	Me siento muy culpable después de comer	0	0	1	2	3
11	Me obsesiona el deseo de estar más delgada	0	0	1	2	3
12	Cuando hago deporte pienso sobre todo en quemar calorías	0	0	1	2	3
13	Los demás piensan que estoy demasiado delgada	0	0	1	2	3
14	Me preocupa la idea de tener zonas gordas en el cuerpo y/o de tener celulitis	0	0	1	2	3
15	Tardo más tiempo que los demás en comer	0	0	1	2	3

16	Procuro no comer alimentos que tengan azúcar	0	0	1	2	3
17	Como alimentos dietéticos	0	0	1	2	3
18	Tengo la impresión de que mi vida gira alrededor de la comida	0	0	1	2	3
19	Tengo un buen autocontrol en lo que se refiere a la comida	0	0	1	2	3
20	Tengo la sensación de que los demás me presionan para que coma más	0	0	1	2	3
21	Paso demasiado tiempo pensando en la comida	0	0	1	2	3
22	No me siento bien después de haber tomado dulces	0	0	1	2	3
23	Estoy haciendo dieta	0	0	1	2	3
24	Me gusta tener el estómago vacío	0	0	1	2	3
25	Me gusta probar platos nuevos, sabrosos y ricos en calorías	3	2	1	0	0
26	Después de las comidas tengo el impulso de vomitar	0	0	1	2	3

¡Gracias por su participación!

Anexo 5. Confiabilidad del instrumento

Cuestionario adicción a las redes sociales (ARS)

Estadísticas de fiabilidad de la escala de adicción a las redes sociales

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
.907	.911	24

Cuestionario de actitudes ante la alimentación (EAT-26)

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0,940	20

Anexo 6. Solicitud para la aplicación de instrumentos

"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

SOLICITO: Autorización para la aplicación de instrumentos de investigación.

Institución Educativa N° 001
"José Lishner T."
SA DE APLICACIÓN
04/04/24

Director de la Institución Educativa José Lishner Tudela N°001

Nosotras, Chapoñan Sullon Maritza Nycolle y Zapata Mena Alicia Andrea, bachilleras en Nutrición y Dietética, de la Universidad Nacional de Tumbes, ante usted con el debido respeto nos presentamos para **SOLICITAR se nos autorice y brinden las facilidades para poder aplicar nuestros instrumentos de investigación**, cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) y cuestionario de actitudes ante la alimentación (EAT-26), a los alumnos del 5^{to} año del nivel secundario pertenecientes a su institución educativa. La información recopilada, será de importancia para el desarrollo de nuestra tesis titulada: **Uso de redes sociales y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023**. La misma, es requisito para poder alcanzar nuestro título académico en Nutrición y Dietética. Cabe señalar que los resultados obtenidos en la investigación, serán compartidos con su institución educativa, a fin de que puedan visualizar los resultados más sobresalientes.

Esperando contar con su apoyo, agradeceremos la atención que le brinde a la presente.

ATENTAMENTE



Chapoñan Sullon Maritza Nycolle



Zapata Mena Alicia Andrea

Tumbes, 1 abril 2024

Anexo 7. Consentimiento informado

Estimado padre o madre de familia, su menor hijo(a) ha sido invitado a participar en la tesis denominada: Uso de redes sociales y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023, a cargo de las bachilleras en nutrición y dietética, de la Universidad Nacional de Tumbes, Chapoñan Sullon Maritza Nycolle y Zapata Mena Alicia Andrea. Antes de brindarme su autorización para que su hijo(a) pueda formar parte de este proyecto de investigación, lo invitamos a leer la siguiente información:

Objetivo general: Determinar la relación entre el uso de redes sociales y el riesgo de trastorno de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023.

Procedimiento de recolección de datos: Se le entregará a cada uno de los participantes dos (02) cuestionarios, el primero denominado cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) y el segundo denominado cuestionario de actitudes ante la alimentación (EAT-26). Se empleará un tiempo de 20 minutos para el llenado de ambos instrumentos.

Riesgo: Los instrumentos (cuestionarios) a aplicarse no implicarán ningún tipo de riesgo para el participante.

Compensación: Al ser una participación de carácter voluntario, no se entregará ningún tipo de compensación.

Derechos: Los participantes son libres de abstenerse o retirarse de la investigación cuando lo consideren conveniente, garantizando así que su participación es completamente libre y voluntaria.

Confidencialidad: La información recopilada, será completamente anónima, de esa manera se garantiza la confidencialidad de la participación de los involucrados.

Preguntas: Si existe alguna duda en base a la investigación, o los procedimientos a llevarse a cabo, puede comunicarse con las tesis de estudio:

Bachillera Chapoñan Sullon Maritza Nycolle, número telefónico: 982235966

Bachillera Zapata Mena Alicia Andrea, número telefónico: 956188063

Después de la leer la información y absueltas las dudas sobre la investigación, si desea que su menor hijo(a) participe del estudio, deberá completar la siguiente esquela:

Yo,....., identificado con DNI N°..... y en pleno uso de mis facultades mentales, declaro que he sido informado(a) sobre los objetivos, procedimientos, riesgos, beneficios, y derechos de la participación de mi menor hijo(a) en la investigación. En tal sentido:

SI () NO () **OTORGO MI CONSENTIMIENTO**, para que mi menor hijo(a)..... Identificado con DNI N°..... participe en la investigación titulada: Uso de redes sociales y riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en estudiantes de una Institución Educativa, Tumbes 2023, y se le apliquen el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) y el cuestionario de actitudes ante la alimentación (EAT-26).

Firma



Fecha: ____// ____// 2024

Anexo 8. Evidencias fotográficas de la ejecución del estudio

