

EI IMPACTO DE FACEBOOK EN LA IMAGEN CORPORAL DE ADOLESCENTES.

DANIELA MARIN LOPEZ

LEIDY TATIANA MORA POLINDARA

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

SEDE VIRTUAL Y A DISTANCIA

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

BUGA, VALLE, COLOMBIA

2020

EI IMPACTO DE FACEBOOK EN LA IMAGEN CORPORAL DE ADOLESCENTES.

DANIELA MARIN LOPEZ

LEIDY TATIANA MORA POLINDARA

Documento resultado de trabajo de grado para optar el título de Psicólogo

Director: ALEJANDRA MONTALEGRE

Psicóloga Especialista en Gerencia de Talento Humano

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

SEDE VIRTUAL Y A DISTANCIA

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

BUGA, VALLE, COLOMBIA

2020

Nota de aceptación

Firma del presidente del jurado

Firma de jurado

Firma de jurado

Guadalajara de Buga, ___ de _____ del 2020

PÁGINA DEDICATORIA

Dedicamos este proyecto a Dios, nuestra familia, a nuestros compañeros de vida, quienes han estado a nuestro lado todo este tiempo que se ha trabajado en este proyecto.

A nuestros amigos y docentes, quienes nos han apoyado y a todas las personas que nos prestaron su ayuda, a todos ellos dedicamos este logro con todo el cariño y nuestro más grande agradecimiento.

PÁGINA DE AGRADECIMIENTO

Agradecimientos a Dios, Por darnos la oportunidad de culminar un peldaño más en nuestra vida y siempre bendecirnos en todo momento.

A nuestras Familias, Por motivarnos, por su apoyo incondicional en el transcurso de la carrera, siempre con optimismo en todo el proceso académico.

A nuestros Amigos, Por compartir todos los momentos especiales que convivimos, gracias por estar siempre apoyándonos en este triunfo.

A Corporación Universitaria Minuto de Dios, Por darnos las herramientas y valores tanto en nuestra vida personal, como profesional.

A nuestra Asesora de Tesis, Esp. Alejandra Montealegre por asesorarnos en toda la investigación y por su apoyo, gracias que Dios les siga dando la sabiduría para que brinden el conocimiento a más estudiantes y los bendiga siempre.

A nuestros Docentes, Por darnos el conocimiento y aprendizajes adquiridos en esta etapa crucial en nuestras vidas.

A la Institución educativa Gimnasio del calima por darnos la oportunidad de hacer la investigación con los adolescentes, el apoyo de la directora y los docentes.

Muchas gracias a todos y cada uno de ustedes por hacer este sueño posible.

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN.....	1
INTRODUCCIÓN.....	3
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	5
Antecedentes.....	7
OBJETIVOS.....	12
Objetivo General.....	12
Objetivos Específicos	12
JUSTIFICACIÓN.....	12
MARCO DE REFERENCIA	14
Marco Contextual.....	14
MARCO CONCEPTUAL.....	16
Aceptación.....	16
Adolescencia.....	16
Autoestima.....	17
Auto concepto.....	17
Auto Imagen.....	17
Ciber-identidad.....	17
Ciberbullying.....	17
Cibernauta.....	18
Comunicación.....	18
Estereotipo.....	18
Facebook.....	18
Imagen Corporal.....	19
Personalidad.....	19

Identidad.....	19
Idea Sobrevalorada.	20
Independencia.	20
Nativo Digital.....	20
Redes sociales.	20
Sociabilidad.	21
Sitio Web.	21
Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA).....	21
Victimología.	21
MARCO TEÓRICO	22
Facebook.....	22
La adolescencia.....	31
Los estereotipos.	37
La imagen corporal una construcción social.....	40
MARCO LEGAL.....	47
DISEÑO METODOLÓGICO	51
Tipo de investigación y enfoque	51
Población y Muestra	52
Técnicas e instrumentos de recolección de información.	53
Procedimiento y materiales.	54
Variables.....	57
RESULTADOS	58
Tabla de The Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS)	61
Tabla de Body Shape Questionnaire (BSQ)	56
DISCUSIÓN DE CONSTRUCCIÓN Y CRÍTICA.....	58

CONCLUSIONES	64
RECOMENDACIONES.....	69
LIMITACIONES DEL PROCESO DE INVESTIGACIÓN.....	70
REFERENCIAS	71
ANEXOS.....	81

TABLA DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1 Institución Educativa Gimnasio del calima 2020	15
Ilustración 2 Consentimiento para estudiantes	58
Ilustración 3 Consentimiento padres de familia	58
Ilustración 4 Zona de residencia	59
Ilustración 5 Nacionalidad.....	59
Ilustración 6 Con quien vive.....	59
Ilustración 7 Cuantas personas viven en tu hogar	59
Ilustración 8 Edades	60
Ilustración 9 Estado civil	60
Ilustración 10 Grupo poblacional o étnico.....	60
Ilustración 11 Sexo	60
Ilustración 12 Escala de Adicción a Facebook	53
Ilustración 13 Resultados BSQ.....	55
Tabla 1 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	52
Tabla 2 EDADES.....	53
Tabla 3 SEXO	53

RESUMEN

La Imagen corporal es un tema abordado desde mediados de 1999 y el año 2000, entendida como la percepción, el conocimiento y el sentir que tenemos de nuestro propio cuerpo. Esta investigación tuvo como principal objetivo determinar el impacto a nivel psicológico de Facebook entorno a la imagen corporal de los adolescentes de la I.E. Gimnasio del Calima ubicada en el Municipio de Calima El Darién. Debido a que la red social Facebook es la red más utilizada en el mundo, especialmente por la comunidad adolescente, su uso extendido genera una distorsión en la imagen corporal debido al continuo flujo de contenido estereotipado que conlleva consecuencias físicas y psicológicas. De esta manera se fundamentó una metodología mixta cuantitativa y cualitativa en la cual se describieron los resultados obtenidos y se analizó la correlación de las variables desde un enfoque transversal. Se realizó un muestreo aleatorio para seleccionar la muestra de 114 estudiantes de la I.E. Gimnasio del Calima, determinada por un rango de edad de 13 a 17 años, posteriormente se les aplicó una encuesta de tipo sociodemográfica, la prueba Body Shape Questionnaire (BSQ) enfocado a evaluar la imagen corporal adaptado en el 2009 y la escala psicométrica de Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS). Los resultados de esta investigación determinaron la correlación entre el tiempo y el contenido estereotipado de la red social Facebook entorno a la frecuencia, el pensamiento, las emociones y las conductas que les produce estar conectados a esta red en relación directa con el malestar hacia su imagen corporal. De igual manera se identificó correlación sociodemográfica entorno a las variables estudiadas debido a dos generalidades del 100% en referencia a la vida personal de los adolescentes y la incidencia de estos factores en los comportamientos adoptados en Facebook.

Palabras Clave: Facebook, estereotipos, imagen corporal, adolescencia.

ABSTRACT

Body image is a topic addressed since mid-1999 and the year 2000, understood as the perception, knowledge and feeling we have of our own body. This research had as its main objective to determine the psychological impact of Facebook around the body image of the teenagers of the I.E. Gymnasium of Calima located in the Municipality of Calima El Darién. Because the social network Facebook is the most widely used network in the world, especially by the adolescent community, its widespread use generates a distortion in body image due to the continuous flow of stereotypical content that has physical and psychological consequences. In this way, a mixed quantitative and qualitative methodology was based on which the results obtained were described and the correlation of variables analysed from a cross-cutting approach. A random sampling was performed to select the sample of 114 students from the I.E. Calim Gym determined by an age range of 13 to 17 years, they were subsequently surveyed for sociodemographic, the Body Shape Questionnaire (BSQ) test focused on evaluating adapted body image in 2009, and the psychometric scale of Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS). The results of this research determined the correlation between time and stereotypical content of the social network Facebook around the frequency, thinking, emotions and behaviors that it causes them to be connected to this network in direct relation to discomfort towards their body image. Similarly, sociodemographic correlation was identified around the variables studied due to two 100% generalities in reference to the personal life of adolescents and the impact of these factors on the behaviors adopted on Facebook.

Key Words: Facebook, stereotypes, body image, adolescence.

INTRODUCCION

El siguiente trabajo de grado, determino cuál es el impacto de Facebook en la imagen corporal de los adolescentes de 13 a 17 años de la Institución Educativa Gimnasio del Calima.

El punto central de este proyecto son las idealizaciones de la imagen corporal que se han presentado en los adolescentes influenciados por el contenido de las redes sociales, principalmente Facebook.

Desde esta perspectiva a nivel psicológico se evaluó el impacto de la red social entorno a las implicaciones emocionales, dentro de las que se pueden destacar la autoestima, el auto concepto, la consecución de la identidad, la personalidad, la relación entre pares y el proyecto de vida.

Los aspectos en relación al proyecto se dan a partir de dos ejes fundamentales, la formación de la personalidad y la identidad como factores intrapersonales y la influencia de los pares, familia y entornos sociales en los que se desenvuelve el adolescente como factores interpersonales, a partir de estos dos puntos de análisis se puede correlacionar la importancia de las habilidades sociales en el desarrollo de la etapa adolescente y como afecta las opiniones, y críticas del grupo de pares en el autoestima, el autoconcepto y la autoimagen de los sujetos, siendo la red social Facebook un medio de autopresentación ante un medio social tecnológico que evita el factor estresor del contacto físico y visual, permite al adolescente crear y administrar su identidad al punto de cambiar hasta su nombre con poca o ninguna coherencia con el real, generando un espacio de ciber realidad, todos estos procesos llevados a cabo en tiempos extremos generan consecuencias nocivas para el fortalecimiento de las habilidades sociales en entornos reales, lo cual también desemboca en inseguridades sobre su imagen corporal y aspecto físico, a raíz de que en la realidad no se pueden usar filtros, disfraz o copiar y pegar respuestas

El impacto de Facebook en la imagen corporal de los adolescentes

rebuscadas, es la realidad con lo que es cada uno contra el mundo a enfrentar, los resultados de la investigación demostraron la correlación de las variables de manera directa, el impacto de la red social Facebook esta directamente relacionado con la insatisfacción de la imagen corporal en los adolescentes.

De esta manera es importante considerar la pertinencia del proyecto en la actualidad, siendo un factor común en casi todas las personas, el uso de una red social tan popular como Facebook, sus implicaciones y consecuencias son de interés permanente de todos los ciudadanos, especialmente en padres de familia de jóvenes adolescentes los cuales son los directamente implicados en esta investigación, la relevancia de la investigación es medida desde una metodología mixta, cuantitativa y cualitativa que contribuirá a generar un plan de acción ante los resultados encontrados.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La red social Facebook ha tenido un alto impacto en los últimos años, especialmente por su interesante contenido en estereotipos. Cada año surgen tendencias que son marcadas potencialmente en la vida de un grupo específico de nuestra sociedad, los adolescentes, llevándolos a cometer retos o cambiar sus estilos de vida, para ser aceptados por determinados grupos sociales.

Uno de los contenidos que más ha llamado la atención, es buscar la perfección de la imagen corporal. Este grupo determinado de la sociedad acude a dietas y ejercicios extremos para lograr ser aceptados, que en consecuencia podría causar alteraciones en la salud mental y física.

Según (Raich, 2000), “la Imagen Corporal es un concepto que se refiere a la manera en que uno percibe, imagina, siente y actúa respecto a su propio cuerpo”.

De esta manera, siendo la imagen corporal el motivo de estudio, se ha generado inquietudes sobre la influencia de Facebook, al ser una de las redes sociales que más abarcan los adolescentes, la competencia de likes exige ser perfecto. La belleza física se posicionó en primer lugar para sentirse bien consigo mismo; los gastos en retoques de belleza valen la pena para ser tendencia. Obtener la aceptación es un reto que a veces termina causando una muerte emocional silenciosa.

Actualmente Facebook ha generado en los jóvenes un interés mediado por la aceptación, la popularidad y los estereotipos, de esta manera la concepción de la imagen corporal se ha visto modificada e incluso distorsionada por estándares de belleza inalcanzable.

Para los jóvenes actualmente la satisfacción de la imagen corporal está siendo medida por likes y reacciones.

Desde esta orientación se abarcarán factores en relación con la investigación, protectores y de riesgo, teniendo en cuenta la edad cronológica de los estudiantes y la fase del desarrollo en la que se encuentran.

Según (Piaget, 1897) “el adolescente se incorpora al mundo adulto liberando su pensamiento infantil subordinado, programando su futuro y reformando el mundo donde va a vivir.”

Desde esta perspectiva es pertinente la realización de la investigación en jóvenes, puesto que es la etapa de la adolescencia donde se evidencian aspectos de confusión, irritabilidad, desorientación, que los llevan a comportamientos aversivos, incluso contra su propia integridad física.

En la actualidad es popular entre los jóvenes los retos, los estereotipos, el pertenecer y estar a la moda. En consecuencia, se naturaliza la práctica del ciberbullying en los adolescentes, donde a través de Facebook se comparan estereotipos y retan a sus pares, generando una desvalorización de la persona directamente implicada en la publicación.

Según el informe (Agencia EFE, 2017) "La prevalencia del ciberbullying en Colombia se sitúa en tasas del 40-70% durante los últimos 10 años". Las estadísticas en Colombia son dicientes. De acuerdo con datos del estudio Contigo Conectados, que desarrolló Tigo junto con la Universidad EAFIT, el 12% de los niños y jóvenes encuestados en Colombia, manifestaron haber sido víctimas de ciberbullying. Eso implica que, uno de cada 10 niños consultados indicó que sufrió agresiones personales vía internet. (Tigo; Universidad EAFIT, 2019)

Es por esto la importancia de determinar en la Institución Educativa Gimnasio del Calima, ¿Cuál es el impacto de Facebook a nivel psicológico en la imagen corporal de los adolescentes?

Antecedentes.

En este orden de ideas se realiza un recorrido situacional sobre el impacto en relación con la red social Facebook desde diferentes entornos.

A nivel internacional, en Uruguay se abordó un tema similar sobre el impacto de Facebook en adolescentes, su autor Roldán, M. (2015) lo titula, “Antecedentes sobre el uso de Facebook en adolescentes”, quien enfatizó en realizar un recorrido sobre distintas investigaciones que trabajan el uso de Facebook por parte de los adolescentes teniendo como resultado un trabajo monográfico.

Facebook permite a los adolescentes compartir fotos, videos, frases, música que serán aprobados o no por el resto del colectivo. En Facebook, según datos oficiales de su propia web, un usuario promedio tiene 130 amigos virtuales, genera 90 publicaciones de contenido por mes, y se conecta a unas 80 páginas de comunidades, grupos o eventos (R, 2015). Las publicaciones son una forma de construir una imagen ante los demás que les permite integrarse al grupo de pares y conocerse a sí mismo. Pertener a un grupo es tener una imagen común que cobija a los integrantes. R.M (2015)

La investigación de Uruguay de (R, 2015) concluyó que mediante las redes sociales los adolescentes buscan conocerse a sí mismos y construir una imagen ante los demás que le permita integrarse al resto del colectivo.

En Chile realizaron un estudio titulado “la Influencia de factores socioculturales en la imagen corporal desde la perspectiva de mujeres adolescentes” realizado por Cortez, D., Gallegos, M., Jiménez, T., Martínez, P., Saravia, S., Cruzat-Mandich, C.,... & Arancibia, M. (2016). El objetivo de esta investigación fue analizar, desde la perspectiva de mujeres adolescentes, la influencia de los factores socioculturales en la imagen corporal, en la relevancia asignada y en el nivel de satisfacción con respecto a ella. Participaron cinco estudiantes mujeres, de entre 16 y 18 años, cuyo nivel socioeconómico era medio-alto; fueron reclutadas de colegios particulares de nivel socioeconómico alto de la ciudad de Santiago de Chile.

El estudio mencionado arriba se basó en un enfoque cualitativo que busca comprender la vivencia de los participantes. Como resultado, se obtiene la coexistencia de emociones negativas y positivas, esencialmente ambivalentes, hacia su cuerpo; vale decir que en primera instancia afirman sentirse bien, sin embargo, aparecen ciertos grados de disconformidad, con la mención de dimensiones corporales que cambiarían para sentirse mejor.

(...) Los principales hallazgos de esta investigación dan cuenta de la existencia de una sobrevaloración del aspecto físico y de un ideal de delgadez, reforzado por la influencia de los medios de comunicación masiva, la familia y los pares. Cortez et al. (2016)

En Colombia se analizó una investigación titulada “Redes sociales y jóvenes. Uso de Facebook en la juventud colombiana y española” realizado por Martínez, A. A., Fonseca, Ó., & Esparcia, A. C. (2013). Durante la investigación se utilizó una metodología mixta cuantitativa y cualitativa, basada en el análisis de contenido y las entrevistas en profundidad. Se trata de un estudio comparativo entre Colombia y España.

En Colombia se han realizado 100 análisis de perfiles y 20 entrevistas en profundidad. La muestra ha sido de adolescentes de 12 a 15 años de la Institución Educativa Distrital Internacional de Bogotá. En España se han analizado 100 perfiles y se han realizado 20 entrevistas a chicos de 12 a 15 años, de institutos (IES) de Andalucía.

Para el análisis de contenido de los perfiles de Facebook se elaboró una plantilla de análisis en la que se contemplan las variables e ítems de investigación que contenía aspectos tales como: la frecuencia de las entradas, el lenguaje utilizado en las mismas, el número de fotografías y descripción de ellas, el número de amigos y los datos personales. La investigación arrojó que para los adolescentes estudiados tener un perfil en Facebook significa administrar su personalidad. De los 100 perfiles estudiados, 45 adolescentes asumen otros nombres que guardan poca o ninguna coherencia con el nombre de su identidad real.

Se concluyó que, tanto en Colombia como en España, la mayoría de los jóvenes de 12 a 15 años utiliza Facebook para relacionarse con sus amigos y amigas. Es un medio más de socialización, tan importante o más que otros.

En ambos países los jóvenes tienen la necesidad de estar en la red y de mostrarse en ella de la forma más original posible. Por ello, se manifiestan con un lenguaje propio, ajeno a las normas ortográficas y gramaticales al uso; tanto en Colombia como en España utilizan esta peculiar forma de comunicarse. Martínez et. Al (2013).

Interiorizando más a fondo las implicaciones de las anteriores investigaciones, un estudio realizado en Colombia en la Universidad Cooperativa de Colombia en la sede de Villavicencio, el cual fue realizado por Buitrago Hurtado, K. A., Ulloa Ocampo, D., & Vaca Blandón, E. T. (2017). Título “Estereotipos de belleza física en medios de comunicación en mujeres jóvenes,

estudiantes universitarias en Villavicencio”, se planteó la pregunta de investigación ¿Cuáles son los estereotipos de belleza física proyectados por el medio de comunicación de preferencia en mujeres jóvenes de la facultad de psicología de la universidad Cooperativa de Colombia, sede Villavicencio? A partir de esto, el objetivo de la investigación es describir los estereotipos de belleza física propuestos en el medio de comunicación de preferencia en mujeres jóvenes de la facultad de psicología de la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Villavicencio, de acuerdo con los relatos del consumo que tienen.

Esta investigación es de enfoque cualitativo, se enfoca en describir las formas en las que el mundo social es experimentado, interpretado, comprendido y producido, a partir de los mensajes que transmiten, las imágenes que se identifican en las redes sociales en la población de mujeres jóvenes de la facultad de psicología.

Los resultados arrojaron que las entrevistadas se orientaban hacia la red social Facebook por los beneficios que esta les ofrecía: “Facebook porque permite compartir bastante información, videos, fotos y un poco de tu vida personal”.

De acuerdo con los resultados del estudio se concluye que el medio de comunicación de preferencia en mujeres jóvenes de la facultad de psicología es la red social Facebook. De esta manera, en la descripción del estereotipo de belleza física ofrecido por la misma hay una tendencia hacia los extremos. Buitrago Hurtado et. al (2017).

Finalmente, dentro del departamento del Valle del Cauca, en la misma Universidad Cooperativa de Colombia, pero en la sede de Santiago de Cali (Gómez Gómez, B. E., Henao Oliveros, A. M., & Restrepo Yela, V. (2012) realizaron una investigación titulada “Creencias que presentan un grupo de adolescentes en torno a su identidad personal al participar en una red

social como Facebook”. Fue realizada basada en un estudio transaccional descriptivo, que tuvo como objetivo Identificar las creencias que presenta un grupo de adolescentes en torno a su identidad personal al participar en una red social como Facebook.

Su pregunta de investigación fue ¿Cuáles son las creencias que presenta un grupo de adolescentes entre los 15 y 17 años en torno a su identidad personal al participar en una red social como Facebook?

Para esta investigación se seleccionó un grupo de siete sujetos que oscilaban entre los 15 y 17 años, quienes pertenecían al grado once de la Institución Educativa Técnico Industrial Antonio José Camacho de la ciudad de Cali, pertenecientes a estratos socioeconómicos que oscilan entre el 1 y 4. Los resultados que arrojó la investigación demostraron la relación existente entre la baja autoestima, y el ser propenso a convertirse en adicto a la Internet para suplir necesidades sociales; estos individuos se ven como incapaces de poder sostener una relación cara a cara con otro, afectando la práctica de habilidades sociales que solo son puestas en escena a través de un mundo virtual, donde se sienten protegidos. En conclusión, pueden ser quienes ellos quieran sin enfrentar la realidad ni al mundo fuera de sus pantallas. Gómez Gómez, et. al (2012).

De esta manera se revela la importancia de la investigación sobre el impacto de la red social Facebook entorno a la imagen corporal en adolescentes desde las consecuencias psicológicas y físicas que pueden acarrear los efectos negativos de esta práctica y que a partir de los resultados obtenidos en la investigación se podrá contribuir a la creación de estrategias para prevenir o mitigar la problemática en cuestión.

OBJETIVOS

Objetivo General

Establecer el impacto de Facebook a nivel psicológico en la imagen corporal de los adolescentes entre los 13 y los 17 años de la institución educativa gimnasio de la calima.

Objetivos Específicos

- Identificar el nivel sociodemográfico de los estudiantes usuarios de Facebook de la Institución educativa Gimnasio del Calima del municipio de Calima El Darién (valle del cauca).
- Analizar la autopercepción de la imagen corporal de los estudiantes de la Institución educativa Gimnasio del Calima del municipio de Calima El Darién (valle del cauca).
- Evidenciar el uso que le dan los estudiantes a Facebook de la I.E Gimnasio del Calima del municipio de Calima El Darién (valle del cauca).

JUSTIFICACIÓN

La justificación en la investigación se divide en pertinencia e impacto.

Desde la pertinencia esta investigación sirve principalmente a los estudiantes de la Institución Educativa Gimnasio del Calima, a los padres de familia, a toda la comunidad académica, a las dependencias de secretaria de salud, comisaria de familia y a toda la población darienita en general.

Desde el impacto el uso de esta investigación en la población antes descrita se divide en sus aportes a nivel académico, psicológico y social.

A nivel académico ofrece un aporte a partir de los resultados obtenidos, que contribuyen a próximas investigaciones en referencia a Facebook, desde estudiantes de pregrado, posgrado, maestría, doctorado; siendo una red social que día a día crece de manera exponencial.

A nivel social, se obtuvo unos resultados que brindan un material de apoyo para que la comunidad académica y las entidades gubernamentales generen medidas y estrategias de prevención y mitigación en pro de mejorar la autopercepción de la imagen corporal en los adolescentes y el uso de la red social Facebook.

La realización de esta investigación fue importante en la población en general, puesto que como se ha mencionado anteriormente Facebook es una actividad virtual silenciosa, que todos saben que está ahí, pero, así como acerca a las personas más lejanas, también aleja a las personas más cercanas. Se ha generado entonces un grado de apatía ante las implicaciones emocionales, conductuales y psicológicas que se derivan de esta práctica, una actividad ya hoy por hoy intrínseca en el ser humano.

El proyecto permitió identificar la manera en que se genera este impacto en los adolescentes de 13 a 17 años de la Institución Educativa Gimnasio del Calima, en el municipio de Calima el Darién, (siendo la institución más grande del municipio), a partir de herramientas tecnológicas que permitieron analizar la perspectiva de los jóvenes.

Así mismo, esta investigación podría generar un análisis familiar, institucional, social e individual de lo que sucede con los jóvenes en su cotidianidad, y como muchos aspectos de la influencia de Facebook son desconocidos.

De esta manera a los adolescentes, les permitirá evidenciar la autopercepción de su imagen corporal y obtener un conocimiento e información de primera mano, para procurar ser más selectivos a la hora de visualizar contenido en Facebook.

A nivel psicológico, la investigación traza un camino para que a futuro se implementen proyectos de P y P (promoción de la salud y prevención) de factores de riesgo y consecuencias, no solo para los jóvenes de la comunidad de Calima el Darién, sino que pueda ampliarse a otros escenarios.

MARCO DE REFERENCIA

Marco Contextual

La siguiente investigación se llevó a cabo en la Institución educativa Gimnasio del calima en el municipio de Calima el Darién, ubicado en el Valle del Cauca en la república de Colombia.

Según LA SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEPARTAMENTAL en la resolución N° 2570 del 24 de noviembre del 2010, determina que la Institución Educativa Gimnasio del Calima es un establecimiento educativo de naturaleza oficial, de carácter mixto, calendario A, con niveles de educación preescolar, básica primaria, básica secundaria y media académica en grados de cero a once, en sus jornadas diurna y nocturna por ciclos.

La Institución Educativa Gimnasio del Calima cuenta actualmente con un plantel de 50 docentes quienes, a la orden de una rectora y tres coordinadores, imparten educación a 1500 estudiantes, distribuidos en 42 aulas y 12 grados para los niveles de preescolar, básica y media académica. Su planta administrativa está conformada por 12 empleados, distribuidos en una

tesorera, una secretaria, 2 auxiliares administrativos, un bibliotecario, 2 vigilantes y 4 Auxiliares de servicios generales. (el gimnasio, 2019)

La Institución se encuentra ubicada en la carrera 7 # 5-11 del barrio Obrero del municipio de Calima El Darién en el Valle del Cauca.

La institución fue seleccionada a partir de su enfoque hacia el desarrollo integral de los estudiantes y al ser la institución más grande del municipio proporciona a la investigación mayor diversidad en la composición estudiantil. (el gimnasio, 2019)

En la institución educativa cuenta con unos aspectos relevantes para la investigación, al estar ubicada en la zona urbana del municipio y que el 83% de sus estudiantes sean residentes del casco urbano genera una correlación con una mayor posibilidad de acceso a internet por parte de los estudiantes, además por contar con dos salas de informática y un punto vive digital dentro del plantel educativo que proporciona medios tecnológicos de fácil acceso para los estudiantes, desde esta perspectiva se fundamentó la investigación para ser aplicada en la institución debido a varias inconformidades de la comunidad académica expresadas en reuniones a nivel general con las dependencias gubernamentales donde se tocó el tema del uso de los teléfonos celular generando inconformidad en las aulas de clase al ser de difícil control y limitación dentro de la institución.

MARCO CONCEPTUAL

En este apartado se tendrán en cuenta los conceptos interiorizados en la realización de la investigación, a fin de una comprensión contextualizada de los mismos.

Aceptación. “Reconocer las situaciones no deseadas de la realidad sobre las que no podemos hacer nada para modificarlas, aprendiendo a asumirlas y así fortalecer nuestra tolerancia a los fracasos, pérdidas o desengaños vitales”. (Iñaki Kabato, 2018)

Adolescencia. Es una etapa del desarrollo que se caracteriza por la transición entre la niñez y la adultez, y tiene como objetivo prepararnos para asumir los roles de un adulto. (Pérez, S. P., & Santiago, M. A., 2002)

Desde un punto de vista estrictamente biológico, la adolescencia comienza en la pubertad y acaba cuando los cambios físicos (en los órganos sexuales y en relación con el peso, altura y masa muscular) ya han ocurrido. Este periodo se caracteriza también por grandes cambios a nivel de crecimiento y maduración del sistema nervioso central. (Raich, 2000)

Hablando en la parte cognitiva, la adolescencia se caracteriza por alcanzar el razonamiento abstracto y lógico.

Finalmente, en el ambiente social la adolescencia es el periodo en que se prepara un individuo para asumir roles como adultos, ya sea para el trabajo o para formar una familia. Al ser una fase de cambios importantes ha recibido distintos nombres y algunos se refieren a la adolescencia como una época en la que las personas transitan una "crisis de identidad". (centro de psicología nb, 2020)

Autoestima. Es el conjunto de percepciones, imágenes, pensamientos, juicios y afectos sobre nosotros mismos. Es lo que yo pienso y siento sobre mí. La satisfacción de cada uno respecto de sí mismo. (COCEMFECYL, 2014)

Auto concepto. Es la imagen que se crea sobre nosotros mismos. No una imagen solamente visual, desde luego; se trata más bien del conjunto de ideas que creemos que nos definen, a nivel consciente e inconsciente. Esto incluye una cantidad prácticamente infinita de conceptos que podrían estar incluidos en esta "imagen" sobre nosotros mismos, puesto que cada idea puede albergar en su interior muchas otras, creando sistemas de categorías que están unos dentro de otros. (Torres a. , 2019)

Auto Imagen. La imagen mental que se tiene de si mismos se define como "autoimagen". Está influida por las relaciones con otras personas, las opiniones de conocidos y las experiencias vitales propias. Esta imagen mental juega un papel muy importante en nuestra autoestima. Durante la adolescencia es un pilar esencial para un desarrollo psicosocial adecuado. (En Familia AEP, 2014)

Ciber-identidad. Entendida como la expresión de relación comunicativa con el otro en el entramado de la red (ciberespacio) y que formas de manifestación se presentan. (Gebera Turpo, 2010)

Cyberbullying. Es un término que se utiliza para describir cuando un niño o adolescente es molestado, amenazado, acosado, humillado, avergonzado o abusado por otro niño o

adolescente, a través de Internet o cualquier medio de comunicación como teléfonos móviles o tablets. (corona, 2017)

Según, (Pérez, 2010) Un treinta y dos por ciento de los adolescentes conectados a la red han experimentado algún tipo de acoso a través de Internet un problema conocido como “ciberbullying”. Según datos recientes, un 15% de los adolescentes que utilizan Internet han sufrido el reenvío de su material sin permiso, un 13% han recibido mensajes amenazantes y un 6% han sufrido que se publicaran fotografías comprometedoras sin su permiso.

Cibernauta. Es aquel que navega en esta realidad virtual mediante el uso de una computadora (ordenador) o de otro dispositivo electrónico, como una Tablet o un teléfono móvil (celular). (Perez Porto, 2016)

Comunicación. Se entiende como el proceso por el que se transmite y recibe una información. Todo ser humano y animal tiene la capacidad de comunicarse con los demás.

En lo que se refiere a los seres humanos, esta es una actividad psíquica propia, derivada del pensamiento, el lenguaje y del desenvolvimiento de las capacidades psicosociales de las relaciones. (Yirda, 2019)

Estereotipo. Es una imagen, idea o noción inmutable que tiene un grupo social sobre otro, al que le son atribuidos de forma generalizada conductas, cualidades, habilidades o rasgos distintivos. (imaginario, 2017).

Facebook. Es una red social creada por Mark Zuckerberg mientras estudiaba en la universidad de Harvard. Su objetivo era diseñar un espacio en el que los alumnos de dicha universidad pudieran intercambiar una comunicación fluida y compartir contenido de forma

sencilla a través de Internet. Fue tan innovador su proyecto que con el tiempo se extendió hasta estar disponible para cualquier usuario de la red. (Gardey & perez porto , 2013)

Imagen Corporal. La imagen corporal es la representación del cuerpo que cada persona construye en su mente (R, 2000) y la vivencia que tiene del propio cuerpo (Guimón, 1999). Henri Wallon la define como el resultado de la relación entre individuo y medio.

Personalidad. Abarca tanto la conducta manifiesta como la experiencia privada de la persona (sus pensamientos, deseos, necesidades, recuerdos...). Se trata de algo distintivo y propio de cada persona, pues, aunque existan algunos “tipos de personalidad”, lo cierto es que cada persona es única, como también lo es su personalidad.

Por otro lado, refleja la influencia en la conducta de elementos psicológicos y biológicos de las experiencias. La finalidad de la personalidad es la adaptación exitosa del individuo al entorno. (Ruiz Mitjana, 2018)

Identidad. Con un simple vistazo a diferentes perfiles en las redes sociales podemos ver las pequeñas descripciones que hacemos de nosotros mismos. Hay quien se define como estudiante, futbolista, reportero, cinéfilo; mientras que otros se definirán como una persona alegre, simpática, divertida, curiosa, pasional, etc. Ramírez (2017)

Como puede observarse, estos dos tipos de definiciones son las más comunes y presentan una diferencia fundamental entre ellas. Unas personas se definen por los grupos de los que forman parte, mientras que otras se definen por sus rasgos personales. La Psicología define el autoconcepto, el yo o “Self” como un mismo constructo formado por dos identidades diferentes: La identidad personal y la identidad social. (R R. , 2017)

Idea Sobrevalorada. Ideas o creencias con diversos grados de plausibilidad, que están afectivamente sobrecargadas y que tienden a preocupar y a dominar al individuo a través de amplios períodos de su desarrollo vital. Pueden ser compartidos por otros miembros del grupo social o, en esencia, ser admisibles y comprensibles socialmente. (Manual de psicopatología, 2018)

Independencia. Es aquella que una persona manifiesta en la libertad de actuar y elegir es aquella que se siente libre de todo tipo de relación obligatoria, y que es capaz de tomar decisiones, hacer y actuar por sí misma, sin entregar el control de sus vidas a otras personas. Depender de otras personas, ni hacer caso de presiones u obligaciones.

Capaz de valerse por sí mismo, tomar sus propias decisiones y tener cierto grado de independencia financiera. (significados.com, 2019)

Nativo Digital. El concepto describe el cambio generacional en el que las personas son definidas por la cultura tecnológica con la que están familiarizadas.

Prensky define a los nativos digitales como aquellos que nacieron en una “cultura nueva”, mientras que los inmigrantes digitales son pobladores del viejo mundo, quienes vivieron en una era analógica e inmigraron al mundo digital y luchan más que los nativos para adaptarse al progreso de alta tecnología. (CNN en español, 2013)

Redes sociales. Son estructuras formadas en Internet por personas u organizaciones que se conectan a partir de intereses o valores comunes. A través de ellas, se crean relaciones entre individuos o empresas de forma rápida, sin jerarquía o límites físicos. (equipo de Marketing de Contenido de RD Station, 2017)

Sociabilidad. Todo ser humano es individual pero también, social. Es decir, existe una dualidad en el corazón humano.

Vivir en sociedad implica que todo ser humano debe de poner en práctica sus habilidades sociales en beneficio de su propia felicidad personal puesto que tener un alto nivel de integración y contar con distintos grupos de pertenencia suma autoestima, reconocimiento, pensamiento positivo, motivación y felicidad. (Editorial Definición MX., 2013)

Sitio Web. Es una colección de páginas web que se agrupan y normalmente se conectan de varias maneras. (Chavez Conejo, 2019)

Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA). Son trastornos mentales caracterizados por un comportamiento patológico frente a la ingesta alimentaria y una obsesión por el control de peso. (Asociación contra la anorexia y la bulimia, 2016)

Victimología. Estudia el vínculo entre el sujeto activo y pasivo de un delito, con la finalidad de determinar en qué medida la conducta de la víctima ha motivado la realización del hecho punible. Esto, ha dado lugar a que el juzgador determine la responsabilidad del sujeto pasivo, donde se aprecie únicamente la responsabilidad del sujeto pasivo en el evento. (Morcillo Rodríguez, 2014)

MARCO TEÓRICO

En el siguiente apartado se analizará esta investigación desde los diferentes teóricos que han brindado sus aportes a través de los años, y que, por supuesto, están estrechamente relacionados con el horizonte delineado. Lo anterior, con el propósito de sustentar las premisas realizadas en torno al impacto de la red social Facebook en adolescentes, en un orden de lo particular a lo general, iniciando desde la concepción de la red social Facebook hasta la actualidad, posteriormente, el desarrollo que ha tenido la adolescencia en los diferentes enfoques, la incidencia y percepción de los estereotipos, y finalmente, cómo la imagen corporal en los jóvenes se ha convertido en una construcción social.

Facebook.

Según Salinas (2017), Facebook fue creado por Mark Zuckerberg, quien entonces era un estudiante de la Universidad de Harvard y que, en el 2003, Zuckerberg lanza un sitio web llamado Facemash.com, donde recopila los nombres y las fotografías de todos los estudiantes de dicha universidad.

Para el año siguiente, en el 2004, Mark Zuckerberg tiene su primer contacto con los hermanos gemelos Winklevoss y Divya Narendra, quienes eran estudiantes de la Universidad de Harvard. Cuando ellos se enteraron de que Mark había extraído la información de los alumnos para ponerlo en público por medio de facemash.com, hablaron con él para concretar la idea de crear un directorio en línea.

Mark aceptó trabajar en ese proyecto, pero simultáneamente comenzó a elaborar su proyecto Thefacebook.com que se lanzó el 4 de febrero del 2004, y que nombraba a Mark como

el creador oficial de dicha red social. Sin embargo, es denunciado los gemelos Winklevoss y Narendra de haber sustraído la idea original para lanzar thefacebook.com, pues este sistema era similar al que trabajaba para ellos, (s, 2017).

A pesar de haber tenido problemas judiciales por este tema, Mark Zuckerberg hizo crecer la red social, y esta fue alojando más usuarios cada día, e incluso en el 2006 ya era conocida por las principales universidades del noroeste de Estados Unidos, como la Universidad de Columbia, Universidad de Pensilvania, Universidad Yale, entre otras. (s, 2017).

En el 2006, Facebook ya no era un sitio web solo para estudiantes de universidades de Estados Unidos, en donde podían compartir información, o se escogía el estudiante más popular, ahora estaba disponible para todas las personas que podían compartir sus gustos, preferencias con sus amigos, familiares o personas que tuvieran los mismos intereses. (s, 2017).

En febrero del 2007, Zuckerberg anunciaba que Facebook había llegado a 19 millones de usuarios en todo el mundo, que, hasta ese momento, era el sitio web con mayor cantidad de usuarios. Ese mismo año, la red social vende el 1,6% de sus acciones a Microsoft por \$240 millones, con la condición de que esta red social se convierta en un modelo de negocio para empresas que ofrezcan sus productos o servicios. (s, 2017).

Facebook en el 2008 se convierte en una plataforma políglota, puesto que no solo era inglés, sino que ahora se había traducido al alemán, español y francés, pues la mayor parte de usuarios se encontraban en Estados Unidos, Canadá y Gran Bretaña.

Para el 2009, Facebook ya se convierte en una de las redes más usadas en el mundo con más de 250 millones de usuarios a nivel global. Este sitio web que se inició siendo un espacio

virtual para estudiantes de la Universidad de Harvard, se convirtió en una plataforma en línea para todas las personas alrededor del mundo, y que cuenta con más de 124 idiomas. (s, 2017).

“De esta manera, la interacción social es un elemento fundamental para el ser humano y es clave en la conservación de su bienestar psicológico, tanto que, en su ausencia, la calidad de vida disminuye.” (Badillo macedo, 2012). En este caso al adolescente, Facebook le otorga la posibilidad de incluirse dentro de un grupo de personas afines y poseer un sentido de pertenencia donde ejercer un rol.

Las redes sociales han cambiado la manera de interactuar socialmente, las habilidades sociales forman parte crucial del desarrollo de todos los seres humanos, convirtiéndose en algo tan fundamental, que se le ha atribuido el ser un factor protector ante diversas problemáticas como la baja autoestima, la depresión, la ansiedad, etc... las habilidades sociales intrínsecas del ser humano se empiezan a implementar en la niñez y se fortalecen a través de los años hasta la adultez, siendo un entramado que jamás deja de ser importante y fundamental en el bienestar psicológico de las personas, desde este punto se radica las incógnitas de cómo afecta esta modificación en la interacción social a las personas frente a su salud mental, específicamente a los adolescentes quienes al ser nativos digitales, nacen y crecen conociendo esta realidad como su única posibilidad de relacionarse.

Freud (1921) plantea que “el sujeto forma parte de una masa que le da sentido de pertenencia, donde comparte nuevos códigos de producción simbólica. Actualmente, las nuevas formas de comunicación basadas en internet dan la posibilidad de convertir las relaciones sociales en oportunidades ilimitadas (Villanueva, 2010), adquiriendo un lugar especial en las plataformas sociales de la web.

Por consiguiente, toda la información que se sube a la red se vuelve viral en minutos; cuando no se tiene privacidad activada en el perfil de la red social, cualquier persona que tenga una cuenta de Facebook puede ver la información de manera instantánea, esta manera de conectarse con datos personales le permite a las personas de buenas y malas intenciones conocer información importante de la vida de las personas. Hoy día los delitos han evolucionado en las redes; antes los delincuentes estudiaban a sus víctimas, las seguían, al presente toda esa información la pueden encontrar en las redes sociales en tan solo minutos, las debilidades, su familia, donde vive, donde está, donde trabaja, donde estudia, cuales son su horarios, todo está en la red. García Ibarra, K. A. C. (2010). No solo se puede atribuirle comunicación e interacción a Facebook sino, también, almacenamiento de información como fotos y videos. Toda esta capacidad ha dado lugar a la vulnerabilidad de los adolescentes que utilizan internet casi dos veces más que la población mundial en general, lo que quiere decir, que suben información a la red constantemente, y que muchas veces genera una amenaza hacia la integridad física, psicológica y emocional de los jóvenes. Las conductas más comunes suelen ser el ciberbullyng, el sexting y cibergrooming.

Todo esto es un estado de alerta convirtiendo a los adolescentes en el grupo de edad más vulnerable en el ámbito victimológico y su victimización es más frecuente que en adultos. García Ibarra, et. al (2010).

A partir de lo anterior se encuentra la relación entre Facebook y sus implicaciones en la vida de las personas, que al ser una red social que brinda, comunicación, cercanía, sociabilidad, lazos afectivos, también genera vulnerabilidad y no solo ha cambiado la manera de interactuar socialmente como se planteó antes, sino que también modifico la manera de herir, delinquir y hacer daño a otras personas, especialmente a los jóvenes que se inmiscuyen en estas plataformas

“solo para adultos” a las cuales tienen fácil acceso, Facebook es una red social con políticas de acceso muy básicas, y de privacidad utilizadas de manera poco frecuente.

Los adultos en su mayoría no controlan el tiempo que sus hijos pasan en la red social, López Ayala afirma que el 24.4% de adolescentes entre 12 y 17 años confirman que en su casa no se ha implementado control sobre el uso de internet y no existe o desconocen que existan normas al respecto. (Ayala, 2013). (Willard , 2004) , define al ciberbullying como el envío y acción de colgar textos o imágenes dañinas o crueles por internet u otros medios digitales de comunicación.

Los jóvenes nativos digitales en su mayoría no tienen normas o límites en referencia al uso que le dan a Facebook, al ser quienes más saben de la tecnología, tienen la facilidad de ocultar, privatizar, bloquear a padres y familiares para que no accedan a su contenido, y aunque se genere castigos que refieran evitar el uso del Smartphone de su propiedad, pueden acceder desde otros dispositivos a sus cuentas, ya sean de su grupo de pares, del celular de un familiar, desde una biblioteca, desde las salas de tecnología de las instituciones educativas, es muy complejo lograr evitar el uso de la red social Facebook al ser una red tan volátil.

Ardila, Hugo, & Pardo, manifiestan que la entrada a este mundo virtual no solo ha ayudado a la creación de comunidades virtuales o al acercamiento e interacción de las distintas culturas, sino que ha llevado a que los distintos problemas sociales traspasen las fronteras de la realidad, desplazándose a la virtualidad.

Facebook al hacer más vulnerable los actos ilícitos, también los hace más vulnerables al ser de fácil viralidad un acto ilegal, descomunal, inhumano dejando al descubierto rostros, momentos, ubicaciones de hechos que ocurren, tanto que en las familias de cultura colombiana

se esta extinguiendo la costumbre de ver el noticiero al medio dia, debido a que la red social permanece en continua actualizacion casi en tiempo real, llevando la informacion de manera corta, resumida, de la mano de la gente, de los afectados, de las victimas a los usuarios de facebook.

Dentro de las conductas más usadas por los victimarios están las constantes burlas de las publicaciones de las víctimas, estas pueden contener amenazas o mensajes desagradables, fotos, videos indeseables, que pueden o no haber sido editadas o modificadas para ridiculizar o insultar la integridad psicológica y emocional, causando así comportamientos de exclusión y aislamiento.

Esta herramienta es algo natural e incluso indispensable en el desarrollo de la vida cotidiana de los jóvenes de hoy “sino estas en Facebook, no existes, todo el mundo está ahí”. Esas son las razones más frecuentes para que los cibernautas creen una cuenta en esta plataforma, su uso ha llegado al punto de ser considerado una adicción.

Para los jóvenes el uso de los entornos virtuales es algo natural, cotidiano y necesario dentro de su proceso de socialización; sin embargo, dicha interacción mediática está llena de peligros que la mayoría de las veces pasan desapercibidos. Es necesario entonces tomar conciencia respecto a la importancia de manejar las redes sociales y las herramientas de la Internet, para estar a tono con las problemáticas actuales.

La creación de sitios que promuevan la participación para votar por el “más feo”, el “más gordo”, el fenómeno del Cyberbullying se ha disparado con el uso del computador y de las redes sociales; esto se suma al desconocimiento de padres, maestros y jóvenes sobre el adecuado manejo de situaciones de acoso, amenazas y burlas.

Una representación general de violencia a través de la red son los memes, contenidos que buscan naturalizar la violencia del ciberbullying, dentro del espacio cibernético, donde existe un poder imaginario de impacto hacia la comunidad. López Carrión, D. A. (2016).

En la comunidad virtual, el ciberbullying son los fenómenos de mayor afectación en los adolescentes, debido a un alto nivel de publicaciones (memes) denigrantes por los mismos estudiantes, es decir, los/as adolescentes realizan memes de sus mismos compañeros de clase, transmitiendo de forma masiva el mensaje. Sin embargo, cuando son mal utilizadas se convierten en un mecanismo de acoso. López Carrión, et. al (2016).

Según la encuesta latinoamericana de seguridad de la información (2015), el 37% de víctimas son adolescentes entre los 8 a 17 años, de los cuales el 20% son víctimas de su círculo social. López Carrión, et. al (2016).

La creciente popularidad de este nuevo fenómeno de masas incrementa la curiosidad académica por explorar estos entornos y la implicancia de la psicología de los usuarios (Anderson, Fagan, Woodnutt & Chamorro, 2012). Por su parte, para las nuevas generaciones, expuestas a estos medios desde temprana edad, la experiencia digital está inmersa en su cultura y en su vida diaria, como parte de sus hábitos de socialización.

De acuerdo con comScore (2011), el uso de los sitios de redes sociales (SRS) es actualmente la actividad en línea más popular de la web, que suele iniciarse junto con la conexión a internet. A nivel mundial se observó que los usuarios entre 15 y 24 años gastaron un promedio de 483 minutos por visita, lo que superó al uso de otras formas de comunicación online (c.S. 2011).

En este orden de ideas, los resultados refieren que Facebook aparte de ser un pasatiempo, se ha incorporado por los nativos digitales como una forma de socialización complementaria a la comunicación cara a cara, ellos manejan sus relaciones interpersonales en gran parte en las redes sociales, en su mayoría en Facebook, ya que esta ofrece de manera cómoda y eficiente transmitir y recibir información. Cuvilovic, A. (2013). Por consiguiente, los nativos digitales pueden tener conocimiento sobre la vida de los demás sin comunicarse directamente, lo que permite formarse una imagen y una opinión antes de conocer a la persona real. C. F., A. (2013).

Un motivo que impulsa a dirigirse a estos medios es la necesidad de mantener y defender la autoestima y sentir la posibilidad de una mejoría personal (Fiske, 2007). Además, impulsa mantener un estatus especial de sí mismo (F., 2004), sea a la manera de una autoestima “inflada”, una auto-mejoría o la simple simpatía por uno mismo. El motivo de potenciación personal parte de la necesidad de sentirse especiales como individuos (viéndose a sí mismos buenos y encantadores) y como miembros de un grupo (F., 2010).

La autoestima en la actualidad se está viendo mediada por ser una construcción basada en las opiniones, los elogios y las críticas de los entornos sociales que rodean el sujeto, pocas son las personas que generan una autoestima desde sus autos, auto concepto, autoconocimiento, autoexploración y autoconfianza.

Además, Respecto a la autoestima, un estudio demostró el potencial del sitio para mejorar la autoestima en los usuarios por medio de la exposición personal, especialmente al editar información sobre uno en el perfil y seleccionar información para la auto-presentación (Gonzales y Hancock, 2010).

La identidad digital se ha convertido en una de las expresiones más importantes de la sociedad contemporánea. Ser alguien y sobre todo ser alguien comentado o visto, se convierte en una de las insignias de la individualidad y de la sociedad de consumo, donde el anonimato puede ser la muerte social. García Ibarra, et al (2010).

La identidad digital o la ciberidentidad es la información que se da sobre quiénes son y que muestran sobre aspectos personales del yo y lo que se desea que los otros conozcan, es una forma de controlar la imagen que se da, a diferencia de la identidad que data de ser una persona concreta y no otra, determinada por características únicas que la diferencian de los demás. De esta manera las redes sociales y en especial Facebook ha modificado los términos en los que se identifican las personas, dando la posibilidad de ser quien desee, administrar su perfil, su identidad.

Facebook fue considerado como una herramienta para construir la identidad (Valkenburg, Peter y Schouten, 2006). Se observó que en la auto-revelación promovida por el sitio permitió a los adolescentes mostrar quiénes son a través de sus preferencias musicales, fílmicas y bibliográficas, y a través de las fotos publicadas (Pempek y cols., 2009).

El estudio sugirió que los adolescentes utilizan Facebook como una forma de medir las opiniones de los pares sobre sí mismos, lo que podría influenciar a la formación de identidad. Badillo Macedo, M. E. (2013). Principalmente, los adolescentes encontraron en Facebook un lugar para hacerse conocidos mediante la información de su vida personal y para promover una identidad particular frente a los demás. Badillo Macedo, et. al (2013). Finalmente es importante según, Leung (2007) quien analizó las variables de personalidad para predecir el comportamiento adictivo en el uso del Smartphone y encontraron que el uso inadecuado de éste, estaba

inversamente relacionado con la autoestima y directamente relacionado con la búsqueda de sensaciones y el aburrimiento.

La adolescencia.

Los adolescentes han de cumplir ciertas tareas fundamentales, como la formación de la identidad y el establecimiento de vínculos interpersonales (Pempek y cols., 2009), los cuales se pueden desarrollar por medio del uso de la tecnología (Subrahmanyam y Greenfield, 2008). En este contexto, se presentan dos procesos importantes que explican la relación entre Facebook y su impacto en esta etapa del desarrollo y en las motivaciones sociales: la auto-revelación y la auto presentación (Schouten, 2007; Fiske, 2010). Los adolescentes dedican varias horas del día al uso de Facebook, donde crean un juego entre qué mostrar y qué no, lo que termina por definir su identidad (Vergilio y Barreiro, 2010).

Palomanes Espadalé, Bonachera carreras, & Martínez Fernández, 2013, Analizaron cómo el adolescente se ve en una feroz lucha por su autodeterminación, la búsqueda de su identidad, de su autonomía e individualidad. Estos autores comentan que durante este proceso el adolescente parece experimentar un aislamiento, una separación de su contexto primario de formación (familia), para refugiarse principalmente en el grupo de amigos. No obstante, los adolescentes de su estudio manifestaron una sensación de sentirse poco apoyados por su entorno, motivo por el que los medios de comunicación ocupan un amplio espacio en la vida de los adolescentes y absorben muchas horas de su tiempo.

La adolescencia es una etapa del desarrollo que sugiere muchas adaptaciones a los entornos sociales, al ser los entornos modificados por las redes sociales, la etapa del desarrollo se ve alterada por los cambios y lo que conocíamos de ellas, por lo cual teorías como la Piaget se

ve desactualizada en este mundo de la virtualidad, desarrollando nuevos conceptos como el de la ciber identidad.

No es solamente un período de adaptación a los cambios corporales, sino una fase de grandes determinaciones hacia una mayor independencia psicológica y social, como lo manifiesta (Pérez, S. P., & Santiago, M. A., 2002). Es una etapa donde se acrecienta la preocupación por los cambios físicos, torpeza motora, marcada curiosidad sexual, búsqueda de autonomía e independencia, por lo que los conflictos con la familia, maestros u otros adultos son más marcados (Pineda Perez et. al, 2016).

Cabe señalar que los aspectos psicosociales están integrados en una serie de características y comportamientos que en mayor o menor grado están presentes durante esta etapa, Búsqueda de sí mismos y de su identidad, necesidad de independencia. (Pineda Perez et. al, 2016)

Según teorías de Erik Erikson (1993), “la formación de la identidad personal se da a lo largo de la vida a partir de ocho etapas y es durante la adolescencia cuando la construcción de la identidad alcanza su punto más álgido”. Esto es debido a que es el momento donde la persona busca y necesita ubicarse en la sociedad en la que está inmersa. "La principal tarea psicosocial del adolescente se concreta en alcanzar la identidad".

En su visión psicosocial, (E. E., 1993) la crisis de identidad se ha resuelto de modo adaptativo cuando se logra un ajuste satisfactorio entre la autodefinición personal y los roles sociales que el sujeto desempeña. Dicho “encaje” le permite experimentar un sentimiento de identidad interior en forma de “continuidad progresiva entre aquello que ha llegado a ser durante

los largos años de la infancia y lo que promete ser en el futuro; entre lo que él piensa que es y lo que percibe que los demás ven en él y esperan de él". Esta identidad resulta todavía tentativa, pero constituye ya la base para las posteriores reformulaciones durante los años adultos. (Zácares Gónzales, Iborra Cúellar, Tomas Miguel, & Serra Desfilis , 2009).

En acuerdo con Erikson, se considera que la autodefinición personal y los roles sociales forman la identidad en la etapa adolescente, esta identidad mediada e influenciada por los estereotipos instaurados en una sociedad virtual que aprueba y desaprueba en virtud de las reacciones, likes y comentarios, tanto que la autodefinición personal es desmeritada y los roles sociales se tornan fundamentales para una autosatisfacción consistente y duradera.

Por lo tanto, se constituye al adolescente como una construcción e integración social y cultural, como expuso Zazzo (1966), es "el período de inserción en la vida social del adulto" (citado por Pépin, 1975, p. 18). En esta etapa se encuentran inmersos en cambios físicos, hormonales, psicológicos y psicosociales, los cambios que suceden en este periodo se dan en una proporción acelerada y, se produce un desarrollo afectivo acompañado de la aparición de nuevas necesidades, motivos, capacidades e intereses.

La adolescencia es además considerada la transición, en la que se produce la elaboración de una nueva identidad como hablábamos anteriormente, pero esta nueva identidad también tiene partido en el carácter físico, psicológico y social, promovido por el acceso al pensamiento formal y de la apertura de nuevas redes de amistad. Sin embargo, la preeminencia del uso de estereotipos en la descripción del adolescente es muy frecuente.

Considerando la adolescencia como un periodo cada vez más largo, condicionado por factores de diversa índole y caracterizado por la búsqueda de sí mismo, de identidad personal y social, esta tarea lleva al adolescente a la necesidad y la preocupación de descubrir su naturaleza

individual, la adquisición de la identidad personal solo es posible en el marco social, gracias a la interacción del individuo con una determinada estructura social.

Los jóvenes en un texto aludido de Moral Jiménez (2014) van desarrollando durante la adolescencia multitud de sentimientos y actitudes, más o menos contradictorios, hacia sus cuerpos, factor que contribuye significativamente a la evolución de su sentido de identidad personal.

Por otra parte, el auto concepto tiene una naturaleza psicosocial ya que no solo depende de cómo se percibe el individuo, sino de cómo percibe que le evalúan los demás, el adolescente va construyendo el conocimiento de sí mismos en la interacción con su entorno físico y social (M. J., 2014), de modo que los roles sociales que asuma contribuirán en la construcción y conformación multicausal del yo.

En este orden de ideas el autoconcepto refleja una condición no tan auto (personal) y más socio(social), entendido el autoconcepto como la imagen que crean de sí mismos, no solo desde el campo visual, sino desde el constructo de ideas que definen a una persona, varía la concepción personal y prima la concepción social.

La adolescencia es un periodo peculiar en donde se da la evolución del auto concepto, ya que se produce un cambio que atenta contra la estabilidad de sí mismo, sin duda se producen modificaciones en el autoestima donde se reelabora una imagen corporal comprensible, dada la velocidad de las transformaciones corporales. Todos estos cambios generan preocupación, inquietud, incluso ansiedad, debido a los ideales o cánones de belleza física que no representan sino estereotipos creados y difundidos por los medios de comunicación que crean imágenes irreales, las cuales los jóvenes se afanan por modelar en sus propios cuerpos, ya que la

adolescencia es una de las etapas en la vida donde siempre se compara el propio cuerpo con el de los otros. Buitrago Hurtado, et. al (2017).

Las influencias reciprocas sobre la autoimagen corporal juegan un papel primordial en la formación del concepto de sí mismos, concretamente en la construcción de la autoimagen y cualquier desajuste real o percibido se asocia a desajustes a nivel psicológico y emocional (M. J., 2014). Se ha comprobado que la baja autoestima del esquema corporal de los adolescentes se correlaciona con depresión y ansiedad, ya que el reconocimiento de los otros constituye un elemento de trascendental importancia sobre un concepto positivo de sí mismos, así como de una identidad reconocida y aceptada por otros.

La imagen mental que se tiene cada sujeto de si mismo, es la que define la autoimagen, la cual de manera inherente a las demas concepciones antes nombradas se ve influida por las relaciones con otras personas, por sus opiniones y experiencias vividas.

Asimismo, se han descubierto diferencias intersexuales, de modo que según los resultados de la investigación de Siegel (1982), el hecho de que la autoestima tienda a ser significativamente más baja en las chicas que en los chicos, podría estar condicionado por la creciente preocupación por la apariencia física que muestran las adolescentes. El autor encontró que las chicas informan de una mayor insatisfacción con sus cuerpos y apariencia respecto a los chicos de la misma edad. Gonçalves, et. al (2014).

Esta diferenciación intersexual se da por el influjo del medio y la propia presión del grupo de iguales al proceso de percepción e interpretación de este.

Las diferencias intersexuales mediadas en una sociedad colombiana con una cultura aun en su mayor parte de machismo, genera que los hombre no deberían preocuparse por algunas banalidades, instaurando estereotipos en las mujeres jóvenes, que deben ser femeninas,

delicadas, inestables, vanidosas, y por el contrario los hombres son el género fuerte e inquebrantable que no le preocupa su aspecto físico, desde estas circunstancias abordadas desde la frialdad de esta concepción, se refleja la etapa adolescente, donde la inestabilidad de los cambios es el día a día, donde los sentimientos encontrados y las insatisfacciones hacen parte del proceso y aunque los jóvenes de género masculino traten de develar entereza, se ven reflejados como un grupo de iguales ante sus percepciones y emociones en referencia a su imagen corporal.

Como decía (Epicteto, 93) que “no son las cosas las que nos preocupan, sino las percepciones e interpretaciones que elaboramos acerca de ellas”. De modo inexcusable la acomodación a los estereotipos de belleza condiciona en gran medida, la autoestima, los sentimientos y las actitudes del adolescente, (M. J., 2014) los jóvenes cuya imagen corporal se asemeje más a la que desean tener, tiene mayor seguridad en sí mismo, mayor autoestima, suelen ser más populares y se relacionan mejor con los otros.

En la conformación de la autoimagen a nivel físico (M. J., 2014) en los adolescentes confluyen multitud de variables ya sea grupo de iguales, medios de comunicación, modas, etc. Y es que, nuestra imagen corporal, "no es el espejo fiel de nuestro cuerpo tal como es... sino la interpretación del cuerpo por el individuo". (M. J., 2014)

Desde esta concepción se ha confirmado la conexión entre la percepción negativa de la imagen corporal y ciertos trastornos a nivel emocional como la depresión, inseguridad e inestabilidad y a nivel socio afectivo problemas de relación y conductas agresivas.

La percepción del adolescente de su imagen corporal, así como la interpretación subjetiva de la misma constituye uno de los factores que conforman su identidad personal. Teniendo en cuenta esta premisa, cabe la posibilidad de que los adolescentes posean varias identidades, tantas

como percepciones, más o menos subjetivas, de su imagen por los miembros integrantes del grupo cuyas opiniones modulan la propia autoimagen.

Los individuos que participan en las redes sociales utilizan el lenguaje de la tecnología y las herramientas multimedia para crear su propia identidad y personalidad, en los rasgos de la personalidad y en las habilidades sociales como la timidez o la actitud y la motivación para usar redes sociales puede manifestarse más en personas con una personalidad introvertida, que, en personas extrovertidas, por las características de cada tipo de personalidad (Muñoz Villegas & Ramirez Cortez, 2016) . De esta manera se debe tener en cuenta el impacto que ejercen las redes sociales en la creación de la identidad y de la personalidad y la influencia que puede repercutir en una o en otra, haciéndolos más o menos vulnerables a los contenidos de las redes sociales. (Mendoza , 2015).

Los estereotipos.

Los estereotipos son definidos como “el conjunto de expectativas o creencias que se tienen acerca de una categoría de gente o, en palabras, sobre los atributos personales de un grupo de personas” (Myers, 1995)

En la explicación que devela Myers se puede generar similitud con las realidades de la cotidianidad, los estereotipos son líneas rigurosas difíciles de quebrantar y aún más con voluntades sumisas y complacientes, fáciles de influenciar por los verdugos de las modas, retos y tendencias a la que se ven expuestos los jóvenes.

Rodríguez y Cruz realizaron un estudio donde se encontró que el 73. 5% de las mujeres latinoamericanas sienten insatisfacción con relación a su imagen corporal, porque les gustaría

estar más delgadas de lo que se perciben, por lo tanto, los estereotipos utilizados por el marketing crean insatisfacción en las mujeres. Benavides Pinto, L. F. (2015).

Asimismo, los estereotipos de belleza son patrones aceptados por la sociedad. Se ha encontrado a que a través de los años están direccionados hacia la delgadez, la juventud y el éxito profesional. La influencia social a cargo Benavides Pinto, et. al (2015) manifiesta que los medios de comunicación y el marketing promueve criterios no reales de la “perfección corporal” creados a partir de estereotipos sociales perjudiciales para la salud mental de las adolescentes, dado que el ser humano no es solo un ente social y la aparición de Trastornos Alimenticios influyen en los estilos de personalidad, en las relaciones intra e inter personales y familiares.

El cuerpo perfecto está influenciado por el aparato mercadotécnico donde transita la cultura del consumo light que comercializa aspectos como la delgadez, la belleza, la juventud y la salud, elementos inseparables como proveedores de aceptación que a partir de ella fomentan la búsqueda exagerada del estereotipo de belleza.

“Probablemente lo hemos perdido todo incluso la sensación de autenticidad, pues lo estereotipos se han naturalizado al punto de creer que no son nada violentos”. (Suarez C., 2013).

Según, (Myers, 1995) esa no es toda la gravedad del asunto los estereotipos sostienen la idea de que los hombres son fuertes, dominantes, objetivos, independientes, estables emocionalmente, agresivos, amor al riesgo, etc., entre otros que definen en si parte de la personalidad del grupo de individuos considerados como masculino. De modo contrario se percibe a las mujeres como dependientes, inestables emocionalmente, débiles, con mayores

aptitudes manuales, sumisión, entre otras que de igual manera rigen el comportamiento de las personas que se incluyan en este grupo.

Toda cultura cuenta en el imaginario colectivo con una serie de arquetipos y estereotipos que marcan y determinan la manera de percibir el mundo y moverse en él. (Torres L. L., 2018). Según el estudio realizado por (Buitrago Hurtado, et. al (2016), refieren que los estereotipos son transmitidos, promovidos y aprendidos con frecuencia a través de familia, amigos y medios de comunicación, como la televisión, las revistas y las redes sociales, es de resaltar que el consumo en redes sociales se ha venido incrementando en la población colombiana en los últimos años, destacándose Facebook, Instagram y Twitter como las redes que dominan el mercado.

Los arquetipos son de igual o más influencia que los estereotipos, al ser el modelo perfecto, el patrón ejemplar para cumplir con objetivos, ideas y conceptos. Genera impacto que se instauren estos conceptos y tenga tal influencia en la sociedad juvenil llevándolos a extremos, colocando en riesgo su bienestar e integridad.

Diferentes investigaciones realizadas a nivel mundial (Buitrago Hurtado, et. al (2017) han hallado una incesante difusión de estereotipos a través de los medios de comunicación, que determinan la modificación de preferencias y toma de decisiones de las mujeres, así como en la construcción del sentido de estereotipo femenino a seguir. Como consecuencia se identifica el aumento en el número de trastornos alimenticios como anorexia, bulimia, así como en conductas relacionadas con la reducción del peso, obsesión por la construcción del cuerpo perfecto y dietas extremas; trastornos relacionados con la autoevaluación de la imagen corporal como la distorsión de la autopercepción, autoestima baja, autoflagelación, cirugías plásticas y estéticas, violencia de género, bullying y suicidio.

Estas situaciones cuyas tasas de incidencia van en aumento, se han convertido en una problemática social profundamente marcada en mujeres desde edades muy tempranas hasta la adultez.

El estereotipo de belleza física en el terreno de la posmodernidad, y desde la publicidad ha presentado una imagen de mujer perfecta, con unas características particulares, (Buitrago Hurtado, et. al 2016): “ser delgada, rubia, sonriente, con piel lisa, adinerada, exitosa y joven”.

La imagen corporal una construcción social.

Tomando la imagen corporal desde la visión de los adolescentes se presentan ciertos indicadores conductuales, cognitivos y emocionales de patrones anormales al comer y una respectiva insatisfacción con su cuerpo, que están directamente relacionados por la etapa evolutiva de crisis que se encuentran atravesando, donde influyen factores personales, familiares en la formación y aceptación de la imagen corporal.

En las adolescentes mujeres según (Buitrago Hurtado, et. al (2017) se encuentra una relevancia en la apariencia física de la mujer delgada más fácilmente aceptada por la sociedad, dadas las publicidades de mujeres modelos delgadas y exitosas, lo cual genera una coacción en la mayor parte de las jóvenes y adolescentes que se encuentran embarcadas en distintas dietas, y conductas alimentarias restrictivas con el deseo de alcanzar el modelo social que se impone.

La imagen corporal como una construcción social, es un arma de doble filo para los jóvenes que adoptan la influencia social como su estilo de vida, incapacitándolos para tomar decisiones propias, provocando alteraciones en su cuerpo y salud, perdiendo el control de su vida, sus sentimientos, emociones, su peso, su color de cabello, su talla, etc...

Según los resultados obtenidos, el peso, el índice de masa corporal, la percepción de la imagen corporal y la sobrevaloración de la delgadez son factores relevantes en las adolescentes con alto riesgo de trastorno alimentario. Cruz-Sáez, M. S., Pascual, A., Etxebarria, I., & Echeburúa, E. (2013).

(...) La sobrevaloración del aspecto físico se da por la influencia de los medios masivos de comunicación, la familia y los pares, dada por el grado de penetración que tienen los paradigmas femeninos de belleza, la variable capacidad crítica durante la integración de la imagen corporal, la discordancia entre el cuerpo real y el ideal, la necesidad de recuperar el control vital por medio de la manipulación de la propia apariencia y el imperativo masculino que relega la definición femenina a la mera referencia corporal, son factores que favorecen el desarrollo de conductas alimentarias alteradas. Cortez, D (2016).

Son tantos los trastornos de la conducta alimentaria ya diagnosticados desde el DSM-V y el CIE-10 que su variación es tan diversa, casi como las personas que las padecen, pero sus indicadores de riesgo y sus síntomas reflejan la relación con sus sentimientos, emociones y la distorsionada imagen corporal.

Por otra parte, Blumer, H. (1982), el interaccionismo simbólico pone así gran énfasis en la importancia del significado e interpretación como procesos humanos esenciales. La gente crea significados compartidos a través de su interacción y, estos significados devienen su realidad.

Por su parte (H., 1982) habla del porqué todo lo que sucede se hace en esta forma precisa a partir del interaccionismo simbólico, el significado de una conducta se forma en la interacción social.

De acuerdo con blúmer se considera que el significado de las acciones de las personas está directamente relacionados con los estímulos, percepciones e interacciones con sus entornos sociales. Por ejemplo, Una compañía en un momento de angustia puede ser el mayor alivio o el peor tormento.

Lo mencionado anteriormente M. F. (2010) da lugar a la Teoría de usos y gratificaciones de Blumer y Katz, quienes entienden los medios de comunicación de un modo que satisface las necesidades relacionadas con la interacción social.

Una de las conclusiones de estos dos investigadores relacionada M. F. (2010) con esta fórmula es la importancia de la interacción social, es decir, se utilizan los medios ya sea para obtener alternativas aceptables a la compañía humana real, o como base para relacionarse con los demás (hablando de sus contenidos).

En la pirámide de Maslow offline, con las necesidades cubiertas por las comunidades online, es curioso percatarse de cómo pueden proporcionar gratificaciones a diferentes niveles; en el concerniente al fisiológico, a la seguridad y a la autoestima. (M, 2010) es decir, formar parte de una comunidad virtual es poseer una identidad dentro de un espacio Virtual, sentir cierta seguridad porque existen unos límites de privacidad determinados; proporciona además el sentimiento de pertenencia a un grupo social, donde nuestras contribuciones son valoradas por

otros y pueden potenciar la estima personal, asumir un rol concreto y desarrollar nuevas habilidades. (Brea, 2014)

De alguna manera, (M, 2010) esta idea de conversión de la pirámide de Maslow a la esfera virtual tiene relación con la teoría de los usos y gratificaciones: Diversión (cubre la necesidad de satisfacción a nivel personal y distracción); Relaciones Sociales (incluirse dentro de un grupo de personas afines y poseer un sentido de pertenencia donde ejercer un rol); Identidad (cubre aspectos físico y psicológicos de la persona que se proyectan a través de las impresiones publicadas en nuestra red social) y Vigilancia (capacidad de mantener al día el perfil del usuario y para atender a las actualizaciones del resto de los miembros).

La modificación de la pirámide de Maslow, su jerarquía de las necesidades humanas se ha visto adaptada a los aspectos que desarrolla la esfera virtual, como por ejemplo en la seguridad de empleo, cuestión que ya se puede ver resulta desde el entorno virtual, tener contacto directo, instantáneo y de calidad con familiares que se encuentren en lejanías. Ha sido tanta la inserción de la virtualidad en la vida humana que satisface hasta las necesidades de afecto e intimidad, aunque no se podría decir lo mismo de la fase del reconocimiento de la pirámide de Maslow que se ve distorsionada e incluso confundida con el autoreconocimiento de sí mismos, confianza, respeto y éxito ante la vida real.

“Dentro de la psicopatología del esquema corporal, existe una amalgama de denominaciones (esquema corporal, esquema postural, imagen del yo, psicósoma, imagen del yo corporal, somatognosia, conciencia del cuerpo, etc.), con las que se acoge todo lo relativo a la llamada unidad corporal (Higueras & Lopez, 1996), que (S., 1935) analiza desde una perspectiva

holística atendiendo a tres factores: base fisiológica, estructura libidinal y sociología de la imagen corporal.

Antes, en el prefacio de tal ensayo schilderiano *Imagen y apariencia corporal. Estudios sobre las energías constructivas de la psique* (1935), se confiesa que sólo conforma una investigación empírica de la «imagen» del cuerpo humano, una de las cuestiones capitales para Schilder de ser estudiadas en psicología.

Asimismo, este autor no comparte el énfasis Freudiano en la regresión, al valorar que el padre del psicoanálisis hizo caso omiso del carácter constructivo de las fuerzas psíquicas, capaz de crear nuevas unidades y configuraciones psicológicas, lo que sin duda evidenciaba una influencia notoria de la fenomenología, psicología de la Gestalt y saber psicoanalítico en la teorización Schilderiana. Finalizando el prefacio, refiere (S., 1935) que esta obra constituye una tentativa incompleta, al ocuparse sólo de lo que Wernicke llamó somatopsique, dejando sin abordar la alopsique y autopsique, esto es, la orientación en el mundo externo e interno por parte del sujeto.”

De esta manera podemos componer la imagen corporal en varias variables según, (Cash & Pruzinky, 1990), donde nos exponían sobre la importancia de los aspectos perceptivos, los cuales son la precisión con que se percibe el tamaño, el peso y la forma del cuerpo, en totalidad o sus partes, las alteraciones en esta percepción puede dar lugar a ideas sobre valoradas, lo que genera aspectos cognitivos- afectivos como los sentimientos, pensamientos, desde el punto de vista emocional de la imagen corporal en experiencias tanto de placer como de displacer, de satisfacción como de disgusto.

A partir de (Hernandez, 2016) todos los sentimientos y valoraciones generados desde la percepción de la imagen corporal se derivan conductas que se pueden ver reflejadas en la

exhibición, la evitación, los rituales, el camuflaje, etc. Estos aspectos conductuales afectan el nivel cognitivo de la persona, si presentan una insatisfacción personal pueden llegar pensar en que “la gente atractiva lo tiene todo”, “la apariencia física es signo de como soy interiormente”, “si pudiera cambiarme como deseo, mi vida sería mucho mejor”, “si controlo mi apariencia, podre controlar mi vida social y emocional”. (Górtazar, 2015)

Por su parte (Rosen, 1995), revela que en los casos donde existen alteraciones de la imagen corporal, los síntomas se presentan en cuatro niveles de respuesta, como lo son a nivel psicofisiológico en el cual se puede presentar sudor, temblor, dificultades para respirar, ya que son respuestas de activación del sistema nervioso autónomo, a nivel conductual donde se muestran conductas de evitación, camuflaje, realización de dietas, ejercicios etc., a nivel cognitivo donde tiende a distorsionar la realidad, a tener creencias irracionales, sobreestimarse y subestimarse, generar verbalizaciones negativas sobre el cuerpo, tanto que las preocupaciones pueden llegar a ser patológicas, obsesivas e incluso delirantes, finalmente a nivel emocional se presenta asco, tristeza, vergüenza etc.... (R, 1995).

Se ha llegado a considerar que en la sociedad actual la insatisfacción corporal es una condición común. Hay un anhelo por conseguir un cuerpo delgado, debido, en parte, a los medios de comunicación, publicidad, presión social e imitación. Esta insatisfacción se da especialmente en mujeres y en adolescentes, causando, en algunos casos, gran trastorno emocional (Raich, Mora y Soler, et. al 2003).

La insatisfacción con la imagen corporal en la sociedad aparte de ser influenciada por los estereotipos y los medios de comunicación, se genera por los estilos de vida acelerados, con unos niveles de consumo exagerados. Se consume todo en exceso, comida chatarra, bebidas azucaradas, televisión, internet y se han dejado de lado los buenos hábitos alimenticios, los

hábitos saludables para la salud mental, como el ejercicio, la meditación, tiempo al aire libre, todos estos factores predisponen a la sociedad actual a contraer mayores factores de riesgo ante la problemática estudiada.

Como se ha visto, el desarrollo del cuerpo les plantea a los y las adolescentes no solo cómo son, sino cómo desearían ser, y el medio en el cual viven les presenta multitud de vías donde es posible elegir (académicas, deportivas, etc.).

De acuerdo con lo anterior, la teoría de la comparación social fue propuesta inicialmente por el psicólogo social (F, 2010), y establece que las personas evaluamos nuestras propias opiniones, capacidades y habilidades comparándolas con las de los demás. Parece además que esto se verifica especialmente en situaciones de incertidumbre, en las que puede ser difícil medir nuestra habilidad de forma objetiva. Así, esta teoría se basa en la creencia de que existe un impulso dentro de los individuos que les motiva a obtener autoevaluaciones rigurosas. Además, la teoría de la comparación social intenta explicar cómo influyen los factores sociales en el auto concepto. (Ruiz Mitjana,).

En esta línea de ideas, (Fredrickson & Roberts, 2017) entienden que la imagen ideal del cuerpo femenino se construye socialmente para ser visto y evaluado. Esto lleva a que las mujeres y niñas, construyan su imagen corporal con base a un espectador. Es decir, en lugar de tener una percepción y valoración interna, su imagen corporal es construida desde la anticipación del pensamiento de los demás.

Esta perspectiva, además de estar sesgada, conlleva una vigilancia constante hacia su cuerpo, generando vergüenza y ansiedad, si no corresponde con los cánones de belleza. Además, esto se relaciona con un mayor número de problemas de salud mental. (Vélez, 2019).

MARCO LEGAL

La investigación se rige naturalmente bajo unos parámetros específicos de la ley, toda la vida del ser humano se vive bajo la norma, es lo que hace posible hasta cierto grado que convivamos en sociedad, es por eso bajo este conocimiento que se hace imperante la realización de la conceptualización legal de la investigación.

Desde esta perspectiva en primera medida debemos considerar (Declaración Universal de los Derechos Humanos, 1948) en el Artículo 3 en el cual reza Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.

Es justificable traer a colación este artículo ya que dentro de la investigación se han podido evidenciar consecuencias de las actividades realizadas en las redes sociales en las cuales se ha visto violentado este derecho.

En la constitución política de 1991 (ASAMBLEA NACIONAL CONSTITUYENTE, 1991) en el Artículo 45, El adolescente tiene derecho a la protección y a la formación integral. El Estado y la sociedad garantizan la participación de los jóvenes en los organismos públicos y privados que tengan a cargo la protección, educación y progreso de la juventud.

En este mismo orden de ideas la ley de infancia y adolescencia en Colombia la 1098 del 2006 (CONGRESO DE COLOMBIA, 2006) dice en su artículo 17 el derecho a la vida y a la calidad de vida y aun ambiente sano. En condiciones de dignidad y goce de todos sus derechos en forma prevalente. De manera inexorable es obligación de todos las personas adultas y aun más de padres de familias e instituciones educativas que tienen el acercamiento directo con los niños, niñas y adolescentes, hacer valer este derecho, y aunque específicamente dentro de la norma no se regule el uso de las redes sociales, si se debe tener en cuenta el derecho a la vida, ya que

muchas de las implicaciones negativas del uso de las redes sociales que vimos anteriormente desencadenan la muerte, el consumo de sustancias, la explotación sexual comercial, etc....

En el artículo 18 de igual manera hace referencia a la integridad personal, a ser protegidos contra todas las acciones o conductas que causen muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico, un ejemplo de ello llevándolo a las redes sociales son el sexting y los ciberbullying contemplados como tipos de violencia.

Por su parte dentro de la misma ley, en el artículo 27 derecho a la salud, entendiéndola salud como un bienestar físico, psicológico y fisiológico y no solo a la ausencia de la enfermedad, como se resaltó en anteriores apartados la influencia y el impacto de las redes sociales en las investigaciones realizadas generan, depresión, ansiedad y pueden desencadenar trastornos de la conducta alimentaria.

Finalmente, dentro de esta ley en el artículo 33. Derecho a la intimidad. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a la intimidad personal, mediante la protección contra toda injerencia arbitraria o ilegal en su vida privada, la de su familia, domicilio y correspondencia. Así mismo, serán protegidos contra toda conducta, acción o circunstancia que afecte su dignidad. De esta manera las redes sociales no deberían ser accesibles por los niños, niñas y adolescentes por la vulnerabilidad que representa a su intimidad e integridad.

También en Colombia se dispone de la ley 1620 del 15 marzo del 2013 (MINISTERIO DE EDUCACION, 2013), donde en su artículo 2 se reglamenta el ciberbullyign o ciberacoso: como una forma de intimidación con uso deliberado de tecnologías de la información para ejercer maltrato psicológico y continuado.

Además, en el artículo 22 hace referencia a la participación de la familia, como parte de la comunidad educativa, en la cual deberá proveer a sus hijos espacios y ambientes en el hogar, protección de sí mismo y de su entorno físico, social y ambiental. Asumir responsabilidades en actividades para el aprovechamiento del tiempo libre de sus hijos para el desarrollo de competencias ciudadanas. Estas contemplaciones son importantes ya que en anteriores investigaciones se evidencio el hecho del uso deliberado de los adolescentes en las redes sociales en la cual ellos expresan que en sus hogares no hay ningún tipo de norma ni de reglamentación para esta práctica en lo cual todos los factores de riesgo se desarrollan aun en entornos familiares, donde debería ser controlado y protegido.

En congruencia con lo anterior el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF, 2012) en el concepto 9 de 2012 en el artículo 17 Cuando se trata de publicar fotografías de personas, debe prestarse especial atención a los derechos a la intimidad, el honor y la dignidad así como al derecho a la propia imagen, complementario del derecho a la intimidad y que se basa en el respeto por la dignidad, todos ellos amparados por nuestro ordenamiento constitucional.

En referencia con la investigación el derecho a la propia imagen ha sido reconocido por la doctrina como un derecho fundamental implícito e "integrante de la faceta externa del derecho al respeto de la vida privada de la persona, (...) garantiza un ámbito de libertad respecto de sus atributos más característicos y propios, que la identifican en cuanto tal, como es la imagen física visible (...) y salvaguarda la intimidad y el poder de decisión sobre los fines a los que hayan de aplicarse las manifestaciones de la persona a través de su imagen, su identidad o su voz".

Al respecto la Corte Constitucional Colombiana ha sostenido que "la protección de la propia imagen, junto con la de la intimidad y el honor, hacen parte de los llamados derechos

personalísimos. Estos poseen autonomía propia, lo cual no significa que en ciertas situaciones no puedan verse menoscabados por medio de la violación del derecho de cada individuo a su imagen, que comprende la facultad de disponer de su apariencia y de su privacidad, autorizando o no su captación y su difusión" (ICBF, 2012)

De esta manera dentro de este marco legal se debe tener en cuenta que como tal actualmente no hay una ley que regule la publicidad de las redes sociales pero ante esto según, el Superintendente de Industria y Comercio (SIC), Andrés Barreto, anunció que la entidad avanza para tener lista a finales de año la guía de autorregulación de la publicidad que circula en redes sociales a través de los llamados influencers o influenciadores que, en su mayoría, dan recomendaciones de productos adelgazantes que en muchas ocasiones ponen en riesgo la salud del consumidor. (Olaya, 2019)

Según explicó Barreto, esta guía permitirá diferenciar entre recomendaciones y contenidos patrocinados que circulan en redes sociales.

Finalmente, Según, (Colegio Colombiano de Psicólogos, 2019) el manual deontológico y bioético, el psicólogo tiene la obligación de guardar confidencialidad de la información obtenida de las personas en el desarrollo de su trabajo y debe guardar el secreto sobre cualquier prescripción o acto que realice. Así mismo, el profesional tiene el deber ético de responder y dar cuenta de sus actuaciones con los usuarios e instituciones son las que se relaciona.

De esta manera se realiza el consentimiento informado para padres y estudiantes, en concordancia con lo anterior, respetando, cuidando y valorando su derecho a la protección de la información que brinde en pro de esta investigación.

DISEÑO METODOLÓGICO

Tipo de investigación y enfoque

La siguiente investigación es de tipo mixta cuantitativa y cualitativa, con enfoque transversal.

La investigación se basa desde la parte cuantitativa en la recopilación de datos estadísticos medidos en porcentajes a partir de tres instrumentos aplicados a la muestra de 114 estudiantes, la ficha sociodemográfica, El Body Shape Questionnaire (BSQ) y el Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS).

El BSQ y BFAS son dos pruebas psicométricas elegidas para alcanzar los objetivos propuestos en la presente investigación.

Los resultados obtenidos de orden cuantitativo fueron medidos en porcentajes y graficados en tablas, a excepción de la ficha sociodemográfica la cual fue graficada de manera circular.

Los resultados fueron analizados desde la orientación cualitativa, brindando una información más detallada para comprender el impacto de la red social Facebook entorno a la imagen corporal de los adolescentes.

Este tipo de investigación mixta fue la más asertiva para la comprensión de los resultados que se desea brindar, describiendo los aspectos encontrados en lugar de solo medirlos, con la finalidad de correlacionar las variables sobre el impacto de Facebook y la autopercepción de los adolescentes sobre su imagen corporal.

Su enfoque transversal a partir de la ficha sociodemográfica permitió ahondar en concepciones más personales de los participantes y su incidencia en este estudio

Población y Muestra

La población de la siguiente investigación son los adolescentes de calima el Darién de la Institución Educativa Gimnasio del Calima, la cual cuenta con un total de 783 estudiantes, de los cuales se consideró una muestra significativa escogida a partir del rango de edad entre los 13 a 17 años, de 161 estudiantes entre hombres y mujeres. Finalmente, En un muestreo aleatorio simple, donde todos los individuos tienen la misma probabilidad de ser seleccionados. La selección de la muestra puede realizarse a través de cualquier mecanismo probabilístico en el que todos los elementos tengan las mismas opciones de salir, este mecanismo es utilizar una tabla de números aleatorios comprendidos entre cero y uno y multiplicarlos por el tamaño de la población, este es el procedimiento utilizado.

La muestra final a utilizar es de 114 que equivale al 71% de los 161 escogidos por el rango de edad y equivalen al 14.6% de los 783 estudiantes de toda la institución de la sede principal del colegio, el procedimiento para utilizado para la obtención de la muestra tiene un margen de error del 5% y un margen de confiabilidad del 95%

Tabla 1 POBLACIÓN Y MUESTRA

POBLACION TOTAL ESTUDIANTES	783	14,60%
ESCOGIDOS	161	
MUESTRA FINAL	114	71,00%
MARGEN DE ERROR	5%	
MARGEN DE CONFIABILIDAD	95%	

La muestra estuvo conformada por diferentes edades de los cuales el 7% (n=8) tienen 13 años, el 31% (n=36) 14 años, el 23% (n=26) 15 años, el 22% (n=25) 16 años y el 17% (n=19) 17 años.

Tabla 2 EDADES

No. ESTUDIANTES	EDAD	PORCENTAJE
8	13	7%
36	14	31%
26	15	23%
25	16	22%
19	17	17%

De igual manera a partir del muestreo aleatorio simple se obtuvo que el 62% (n=71) de los estudiantes que participaron son de género femenino, y el 38% (n=43) son de género masculino.

Tabla 3 SEXO

No. ESTUDIANTES	SEXO	PORCENTAJE
71	FEMENINO	62%
43	MASCULINO	38%

Técnicas e instrumentos de recolección de información.

Las técnicas utilizadas para la recolección de información se basaron en el estudio sistemático de la base de datos institucional del colegio en el cual se llevó a cabo la

investigación, suministrada por autorización de la coordinadora del colegio por parte del docente orientador.

La base de datos fue filtrada por rango de edad, posteriormente se realizó un proceso de verificación de cada estudiante vía telefónica, descartando a los alumnos con número de teléfonos equivocados, sin acceso a internet o sin número de teléfono. De esta manera se fue contactando de manera simultánea a los padres de familia de cada estudiante a los cuales se logró verificar, se les informo de la actividad que se iba a realizar con todas las condiciones éticas de aprobación, al ser totalmente voluntario y anónimo. Se brindó toda la información de manera pertinente, eficaz y sencilla. Luego, se generó un grupo de WhatsApp con la idea que todos recibieran la misma información y no se presentaran inconvenientes de confusión con todos los padres de familia que aceptaron participar en la realización del estudio, fueron 115 padres de familia en total convocados, su aceptación en referencia al estudio fue positiva y de interés, se envió por este medio el link del consentimiento informado (Ver Anexo1), se dio un plazo establecido para luego enviar los posteriores instrumentos que diligenciaron los estudiantes.

Procedimiento y materiales.

El procedimiento realizado en este estudio correlacional fue en primera medida las técnicas e instrumentos de recolección de la información antes mencionada. Después, se llevó acabo la socialización del link que contenía el consentimiento informado para los estudiantes (Ver Anexo2) el cual les brindaba de manera voluntaria participar en el estudio, al elegir acepto se abría la ficha sociodemográfica y los instrumentos psicométricos, al elegir no acepto se cerraba la página, en total fueron 114 estudiantes quienes participaron del estudio.

Los consentimientos informados fueron leídos por cada uno de los participantes que incluyen alumnos y padres de familia, los cuales seguidamente dieron a conocer la aceptación para participar. Mediante dicho consentimiento fue informado el objetivo de la investigación, así como la confidencialidad de los datos proporcionados. De esta forma se explicó que los datos recopilados y los resultados posteriores serían utilizados únicamente para fines de la misma investigación. Además, se informó que su participación, al ser voluntaria, podían decidir no continuar si así lo decidieran. Las pruebas fueron aplicadas mediante la plataforma de Google, previo al consentimiento informado.

La presente investigación se realizó con estricto apego al Código Deontológico y bioético del ejercicio de la psicología en Colombia. (MANUAL DEONTOLÓGICO Y BIOÉTICO DEL PSICÓLOGO, 2019)

La primera aplicación fue la Ficha de datos sociodemográficos, (Ver Anexo 3) En esta se recogieron datos referentes a la edad, género, estado civil, Nacionalidad, Zona de residencia, pertenencia a grupos étnicos o poblacionales, con cuantas personas viven y con quien viven.

Por consiguiente se aplicó el instrumento Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) (Restrepo Escobar, 2014) desarrollada por Andreass en el año 2012 (Ver Anexo 4). Esta escala está compuesta por 20 ítems, tres para cada una de las seis funciones básicas de la adicción: relevancia, modificación del estado de ánimo, tolerancia, abstinencia, conflicto y recaída. Cada ítem se califica en una escala Likert de 5 puntos en un rango que abarca desde: 1 “Muy raramente” hasta 5 “Muy a menudo”. Las puntuaciones más altas indican una mayor adicción a Facebook.

La escala de Facebook fue utilizada en un estudio realizado en la ciudad de Medellín, Colombia en la universidad Luis Amigo y esta validada para la presente investigación.

Y finalmente se aplicó el Body Shape Questionnaire (BSQ) (Floriano, 2018). (Ver Anexo 5) Inicialmente creada por Cooper, Taylor, Cooper y Fairburn para medir el nivel de insatisfacción a partir del miedo a engordar, la auto-desvalorización por la apariencia física, el deseo de perder peso y la evitación de las situaciones en las que la apariencia física pudiera atraer la atención de los otros (Cooper et al., 1987). Para efectos de esta investigación se utilizará una escala diseñada en base a la validación en Lima, Perú. En esta adaptación, se mantienen los 20 ítems los cuales están agrupados en dos factores midiendo el malestar corporal normativo y el malestar corporal patológico. El cuestionario evalúa la frecuencia de tipo Likert, según estos síntomas calificándose como 1= nunca, 2= raramente, 3= a veces, 4= a menudo, 5= muy a menudo y 6= siempre.

La evidencia de validez y confiabilidad del Body Shape Questionnaire (BSQ) fue aplicado en Lima, Perú, está avalado para ser aprobado y aplicado en Latinoamérica, se realizó un análisis de la estructura interna del Body Shape Questionnaire (BSQ) por el método de componentes principales y como resultado de este análisis, se observa que se cumplen los supuestos para desarrollar este procedimiento, pues se obtiene un valor aceptable de Kaiser Meyer Olkin (KMO) de .92, el cual relaciona los coeficientes de correlación y da cuenta de que la relación entre variables es alta, pues supera el valor de .70 (Ferrando & Anguiano, 2010). Además, la prueba de esfericidad de Bartlett, que evalúa la aplicabilidad del análisis factorial de las variables, puntúa altamente significativo ($p < .001$) y evidencia un valor de $X^2 = 2919.84$, lo cual significa que el análisis factorial puede realizarse al contar con valores interpretables (Lloret-Segura, Ferreres-Traver, Hernández-Baeza & Tomás-Marco, 2014). Ello implica que existe una alta correlación entre las variables, por lo que se pudo continuar con el desarrollo del análisis de los resultados.

Variables

Se realizaron análisis correlacionales entre las variables, se encontraron relaciones significativas entre las variables sociodemográficas, con dos generalidades del 100% de incidencia de las personas con las que viven los adolescentes, afirman vivir en familia, de igual manera afirman ser de estado civil soltero, y aunque es un campo de requerimiento particular, se encontró significativo evaluar la realidad de diferentes circunstancias en la vida de los jóvenes.

Los resultados obtenidos de las dos pruebas psicométricas muestran una correlación entre el impacto de la red social Facebook y la autopercepción de la imagen corporal.

Al afirmarse que 63.52% que equivale a 72 de los estudiantes permanecen pensando y planeando como permanecer más tiempo en Facebook, dando prioridad a la red social 62% es igual a 70 de los participantes por encima de su entorno familiar y social real, condicionándose a sentir la urgencia de interactuar mediante la red 58% hace referencia a 66 de los alumnos causando molestia no poder hacerlo impactando su vida de manera negativa se correlaciona con el 35.53% hace alusión a 40 de los estudiantes se preocupan en exceso por su cuerpo, en relación a la red, es constante el flujo de contenido estereotipado fotográfico que se distribuye influyendo en conductas como bajar de peso y el no lograr estos objetivos genera sentimientos de tristeza, 14.9% es uniforme a 17 de los estudiantes afirma vomitar y tomar laxantes, pensando como cortar partes gruesas de su cuerpo buscando la idealización de la belleza instaurada la cual ocasiona síntomas de alarma para posible cutting y trastornos de la conducta alimentaria, 32,98% es constante a 37 de los estudiantes que se ven afectados por la percepción de su imagen corporal en referencia a su entorno social medido por la Facebook ante likes y reacciones.

RESULTADOS

El primer proceso realizado fue el consentimiento informado a padres de familia por medio del enlace de la plataforma Google, el cual tuvo como resultado una aprobación del 99% (n=114) y de no aprobación del 1% (n=1).

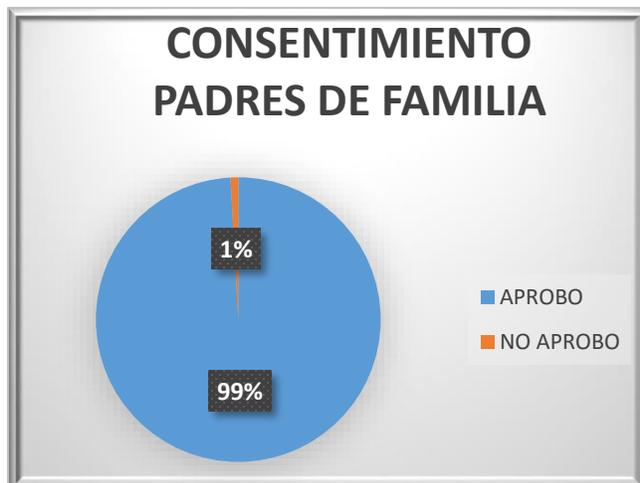


Ilustración 3 Consentimiento padres de familia

Autoría propia: Daniela Marín, Leidy Tatiana Mora, 2020



Ilustración 2 Consentimiento para estudiantes

Autoría propia: Daniela Marín, Leidy Tatiana Mora, 2020

Posteriormente se llevó a cabo mediante la plataforma de Google el consentimiento informado para los estudiantes para la aplicación de las pruebas, el cual tuvo como resultado de aprobación del 99% (n=115) y de no aprobación de 1% (n=1).

Los resultados a nivel sociodemográfico fueron, La nacionalidad en los estudiantes de la I.E. Gimnasio del calima es del 99% (n=113) colombiana y de 1% (n=1) de otra nacionalidad.

En cuanto a donde residen actualmente, el 73% (n= 83) de los estudiantes reside en la zona urbana y el 27% (n=31) en la zona rural



Ilustración 5 Nacionalidad

Autoría propia: Daniela Marín, Leidy Tatiana Mora, 2020

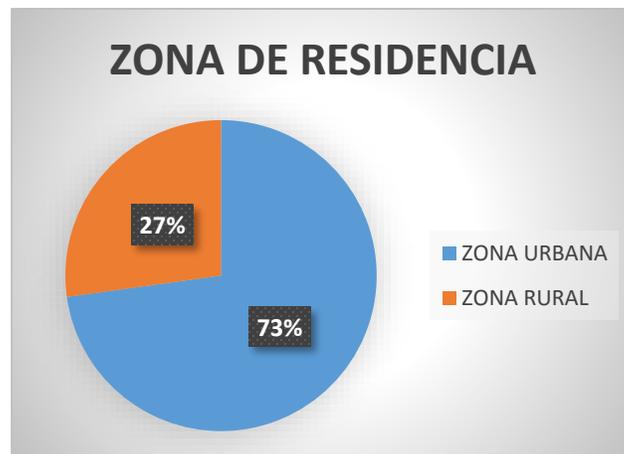


Ilustración 4 Zona de residencia

Autoría propia: Daniela Marín, Leidy Tatiana Mora, 2020

Desde este enfoque socio demográfico, se analizó también la premisa de con quien viven los adolescentes, obteniendo una respuesta del 100% (n=114) con la familia. Del cual se deriva la cantidad de personas que conviven con los jóvenes varía del 31% (n=36) conviven con 1 a 3 personas en su hogar, el 37% (n=42) conviven con 3 a 4 personas en el hogar, el 15% (n=17) de los estudiantes conviven con 4 a 5 personas en el hogar y el 17% (n=19) conviven de 5 a 6 personas en el hogar.



Ilustración 6 Con quien vive

Autoría propia: Daniela Marín, Leidy Tatiana Mora,

2020



Ilustración 7 Cuántas personas viven en tu hogar

Autoría propia: Daniela Marín, Leidy Tatiana Mora, 2020

En este modo, de manera más particular y personal se tomaron datos específicos sobre, su edad y estado civil, el 100% de los participantes afirman ser de estado civil soltero(a), y sus edades, varían, el 7% (n=8) tienen 13 años, el 31% (n=36) 14 años, el 23% (n=26) 15 años, el 22% (n=25) 16 años y el 17% (n=19) 17 años.



Ilustración 9 Estado civil

Autoría propia: Daniela Marín, Leidy Tatiana Mora, 2020

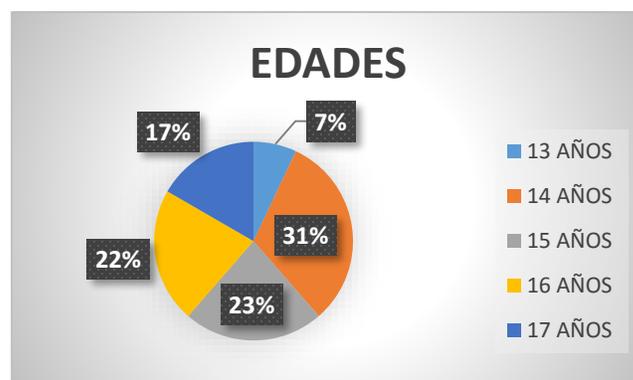


Ilustración 8 Edades

Autoría propia: Daniela Marín, Leidy Tatiana Mora, 2020

Por último a nivel sociodemográfico se identificó el género de los estudiantes y su pertenencia a algún grupo étnico poblacional, los resultados fueron que el 62% (n=71) de los estudiantes que participaron son de género femenino, y el 38% (n=43) son de género masculino, en este orden de ideas, el 84% (n=96) de los estudiantes afirma no pertenecer a ningún grupo étnico poblacional, el 2% (n=2) pertenece al grupo afrocolombiano, el 3% (n=4) a la comunidad indígena, el 4% (n=5) son desplazados, el 3% (n=3) son víctimas del conflicto armado y el 4% (n=4) pertenecen a la población LGTBI.

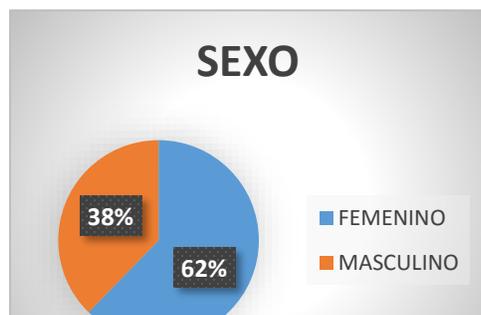


Ilustración 11 Sexo

Autoría propia: Daniela Marín, Leidy Tatiana Mora, 2020

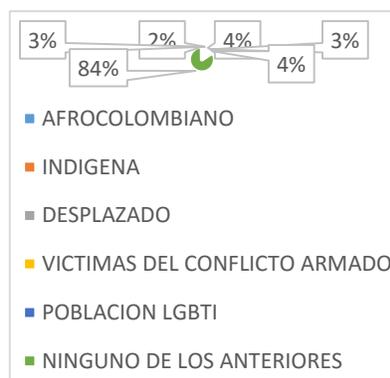


Ilustración 10 Grupo poblacional o étnico

Autoría propia: Daniela Marín, Leidy Tatiana Mora, 2020

Tabla de The Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS)

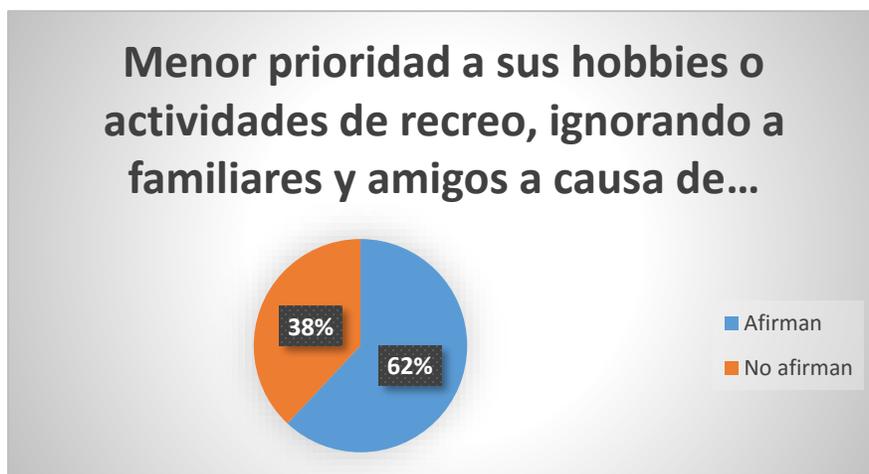
La siguiente tabla evidencia los resultados obtenidos de la escala de adicción de Facebook de Bergen en la presente investigación, aplicada a 114 participantes, medida en 18 ítems evaluados en una escala likert.

	ITEMS	MUY RARAMENTE		RARAMENTE		A VECES		A MENUDO		MUY A MENUDO		PARTICIPANTES
		CANTIDAD	PORCENTAJE	CANTIDAD	PORCENTAJE	CANTIDAD	PORCENTAJE	CANTIDAD	PORCENTAJE	CANTIDAD	PORCENTAJE	
1	¿ Pasado mucho tiempo pensando en Facebook o planeado usar Facebook?	17	14,9%	21	18,4%	33	28,9%	27	23,7%	16	14%	114
2	¿Pensado como podrías conseguir mas tiempo para estar en facebook?	24	21,1%	21	18,4%	38	33,3%	20	17,5%	11	9,6%	114
3	¿Pensado mucho sobre lo que ha sucedido en facebook recientemente?	19	16,7%	21	18,4%	29	25,4%	28	24,6%	17	14,9%	114
4	Pasado más tiempo en Facebook del que pretendías inicialmente?	16	14%	17	14,9%	33	28,9%	26	22,8%	22	19,3%	114
5	Sentido la urgencia de usar Facebook más y más?	27	23,7%	19	16,7%	31	27,2%	25	21,9%	12	10,5%	114
6	Sentido que has tenido que usar Facebook más para obtener el mismo placer de él?	27	23,7%	21	18,4%	28	24,6%	24	21,1%	14	12,3%	114
7	Usado Facebook para olvidar tus problemas personales?	27	23,7%	23	20,2%	25	21,9%	31	27,2%	8	7%	114
8	Usado Facebook para reducir tus sentimientos de culpa, ansiedad, impotencia y depresión?	29	25,4%	17	14,9%	31	27,2%	27	23,7%	10	8,8%	114
9	Usado Facebook para reducir tu inquietud?	22	19,3%	17	14,9%	34	29,8%	30	26,3%	11	9,6%	114
10	Sentido que otros te han dicho que reduzcas el uso de Facebook pero no les has escuchado?	33	28,9%	17	14,9%	26	22,8%	27	23,7%	11	9,6%	114
11	Intentado usar menos Facebook sin éxito?	30	26,3%	16	14%	27	23,7%	26	22,8%	15	13,2%	114
12	Decidido usar Facebook con menos frecuencia pero no has sabido cómo hacerlo?	29	25,4%	13	11,4%	34	29,8%	29	25,4%	9	7,9%	114
13	Te has vuelto inquieto o molesto si te han prohibido usar Facebook?	35	30,7%	17	14,9%	22	19,3%	29	25,4%	11	9,6%	114
14	Te has irritado cuando te han prohibido usar Facebook?	34	29,8%	15	13,2%	30	26,3%	29	25,4%	6	5,3%	114
15	Sentido mal si tú, por diferentes razones, no has podido entrar en Facebook durante un tiempo?	29	25,4%	21	18,4%	26	22,8%	31	27,2%	7	6,1%	114
16	Usado Facebook tanto que has tenido un impacto negativo en tu trabajo/estudios?	32	28,1%	16	14%	28	24,6%	26	22,8%	12	10,5%	114
17	Dado menos prioridad a tus hobbies, actividades de recreo y ejercicio a causa de Facebook?	32	28,1%	14	12,3%	23	20,2%	35	30,7%	10	8,8%	114
18	Ignorado a tu pareja, familiares o amigos a causa de Facebook?	30	26,3%	14	12,3%	26	22,8%	35	30,7%	9	7,9%	114

En Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) se evaluaron 18 ítems de los cuales los resultados fueron en primera medida que se encontró congruencia en las respuestas a las preguntas 1,2,4,15 que corresponde a los ítems relacionados con el tiempo que pasan en Facebook los jóvenes, pasando más tiempo del que pretendían, tenido sentimientos de tristeza al no poder conectarse a Facebook durante un tiempo en relación a un 63.52% que es igual a 72 de los estudiantes que afirman permanecer pensando y planeando usar Facebook en su cotidianidad.



Por su parte los ítems 3, 17,18 tienen coherencia en referencia al contenido que pasan por la red social, el cual es intrigante para los jóvenes, dando menor prioridad a sus hobbies o actividades de recreo, ignorando a familiares y amigos a causa de Facebook en un 62% que data de 70 de los estudiantes.



El impacto de Facebook en la imagen corporal de los adolescentes

Entre los ítems 5,6,7,8,9,10,11,12,13,14 y 16 se referencia una correlación entre los sentimientos que causan esta red social en el 58% hace alusión a 66 de los estudiantes afirman sentir la urgencia de usar Facebook cada vez más, puesto que atribuye sentimientos de placer al usarlo, olvidando sus problemas personales, reduciendo los sentimientos de culpa, impotencia, ansiedad y depresión, el usar Facebook les permite reducir los niveles de inquietud, y el intentar reducir su uso, o usarlo de manera menos frecuente, causa inquietud, molestia, irritabilidad, causando un impacto negativo a nivel académico.



Los siguientes resultados dan concluir que más de la mitad de los estudiantes están siendo influenciados e impactados por la red social Facebook en el aspecto tanto personal como social, afectando de manera negativa en el desarrollo de actividades que contribuyen a su crecimiento y fortalecimiento de habilidades y destrezas necesarias para la vida adulta, como la autonomía, la identidad, las habilidades sociales y el control de su tiempo y pensamientos.

Tabla de Body Shape Questionnaire (BSQ)

La siguiente tabla contiene los resultados obtenidos del instrumento BSQ adaptado en Lima-Perú en el 2009 el cual consta de 20 ítems y está evaluada en una escala Likert.

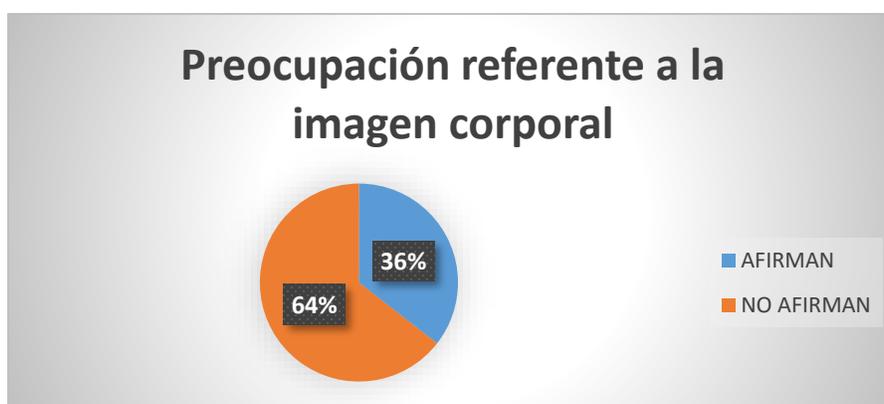
ITEMS	NUNCA (1 PUNTO)		RARAMENTE (2 PUNTOS)		ALGUNA VEZ (3 PUNTOS)		A MENUDO (4 PUNTOS)		MUY A MENUDO (5 PUNTOS)		SIEMPRE (6 PUNTOS)		PARTICIPANTES
	CANTIDAD	PORCENTAJE	CANTIDAD	PORCENTAJE	CANTIDAD	PORCENTAJE	CANTIDAD	PORCENTAJE	CANTIDAD	PORCENTAJE	CANTIDAD	PORCENTAJE	
Nos gustaría saber cómo te has estado sintiendo con relación a tu imagen corporal en las ÚLTIMAS CUATRO SEMANAS. Por favor lee cada pregunta y encierra en un círculo el número que mejor corresponda a tu elección. Recuerda que no hay respuesta correcta o incorrecta, sólo ubica lo que esté más de acuerdo con tu experiencia y no olvides responder a todas las afirmaciones.													
1 ¿ Te has preocupado tanto por tu figura que has pensado que tendrías que ponerte a dieta ?	25	21,9%	27	23,7%	21	18,4%	20	17,5%	11	9,6%	10	8,8%	114
2 ¿ Has tenido miedo a engordar ?	22	19,1%	20	17,4%	22	19,1%	21	18,4%	16	13,9%	13	11,3%	114
3 ¿ Te ha preocupado que tu musculatura no sea suficientemente firme ?	27	23,7%	24	21,1%	24	21,1%	24	21,1%	12	11,4%	3	2,6%	114
4 Sentirte lleno/a (después de una gran comida), ¿ Te ha hecho fijarte en tu cuerpo ?	33	28,9%	19	16,7%	22	19,3%	17	14,9%	10	8,8%	13	11,4%	114
5 ¿ Te has sentido tan mal con tu cuerpo que has llegado a llorar ?	43	37,7%	15	13,2%	21	18,4%	19	16,7%	10	8,8%	6	5,3%	114
6 Estar con chicos (a) delgados (a), ¿ te ha hecho fijarte en tu cuerpo?	30	26,3%	22	19,3%	25	21,9%	19	16,7%	16	14%	2	1,8%	114
7 El hecho de comer poca comida ¿ te ha hecho sentir gorda(o)?	48	42,1%	15	13,2%	22	19,3%	14	12,3%	13	11,4%	2	1,8%	114
8 Al fijarte en la figura de otros chicos(a), ¿ la has comparado con la tuya desfavorablemente ?	25	21,9%	25	21,9%	23	20,2%	23	20,2%	14	12,3%	4	3,5%	114
9 Pensar en tu figura, ¿ ha interferido en tu capacidad de concentración (cuando miras la televisión, lees o mantienes una conversación ?	32	28,1%	22	19,3%	25	21,9%	17	14,9%	14	12,3%	4	3,5%	114
10 ¿ Has evitado llevar ropa que se ciña a tu cuerpo ?	34	29,8%	28	24,6%	20	17,5%	18	15,8%	8	7%	6	5,3%	114
11 ¿ Te has imaginado cortando partes gruesas de tu cuerpo ?	56	49,1%	20	17,5%	23	20,2%	10	8,8%	3	2,6%	2	1,8%	114
12 ¿ Comer dulces, pasteles u otros alimentos con muchas calorías, ¿ te ha hecho sentir gordo(a)?	42	36,8%	23	20,2%	18	15,8%	18	15,8%	11	9,6%	2	1,8%	114
13 ¿ Has evitado ir a actos sociales (por ejemplo, una fiesta) porque te has sentido mal con tu figura ?	49	43%	13	11,4%	19	16,7%	17	14,9%	13	11,4%	3	2,6%	114
14 ¿ Te has sentido excesivamente gordo(a) o redondeado(a) ?	48	42,1%	18	15,8%	14	12,3%	21	18,4%	10	8,8%	3	2,6%	114
15 ¿ Te has sentido más a gusto con tu figura cuando tu estómago esta vacío (por ejemplo por la mañana) ?	36	31,6%	19	16,7%	20	17,5%	25	21,9%	5	4,4%	9	7,9%	114
16 ¿ Te ha preocupado que otras personas ven rollos alrededor de tu cintura o estomago?	35	30,70%	30	26,3%	14	12,3%	19	16,7%	11	9,6%	5	4,4%	114
17 ¿ Has vomitado para sentirte más delgado(a)?	58	50,90%	16	14%	22	19,3%	9	7,9%	9	7,9%	0	0,0%	114
18 Cuando estás con otras personas, ¿te ha preocupado ocupar demasiado espacio (por ejemplo, sentándote en un sofá o en un autobús) ?	48	42,10%	18	15,8%	11	9,6%	20	17,5%	13	11,4%	4	3,5%	114
19 ¿ Has tomado laxantes para sentirte más delgado(a) ?	66	57,90%	18	15,8%	12	10,5%	7	6,1%	11	9,6%	0	0,0%	114
20 La preocupación por tu figura, ¿te ha hecho pensar que deberías hacer ejercicio?	25	21,70%	17	14,8%	18	15,7%	20	17,4%	14	12,2%	20	17,5%	114

Ilustración 13 Resultados BSQ

Autoría propia: Daniela Marín, Leidy Tatiana Mora, 2020

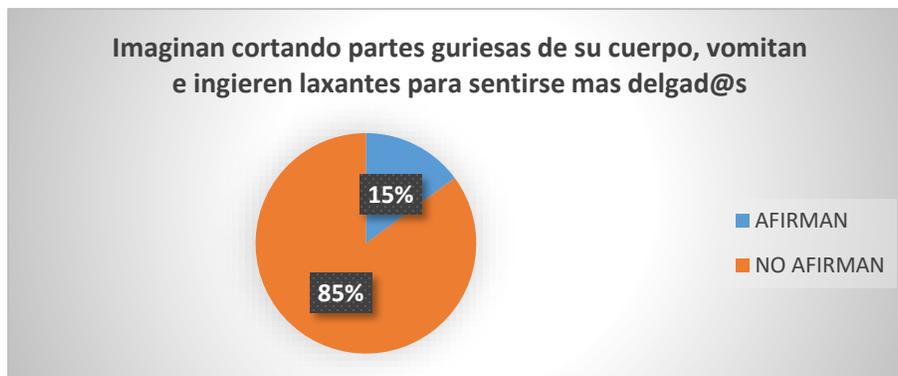
Dentro de la correlación de las variables del Body Shape Questionnaire (BSQ) se analiza a partir de dos factores, la posible inconformidad hacia la apariencia física y el malestar patológico, para medir en que factor se encuentran situados los estudiantes de la I.E. Gimnasio del calima, se cohesionan los ítems en diferentes aspectos.

El ítem 1,2,4,5,7,9,10,12,14,15,16,18,20 hacen alusión a las preocupaciones personales de los adolescentes en referencia a su imagen corporal es del 35.53% que equivale a 40 estudiantes, afirmando preocuparse tanto por su figura que han pensado en ponerse a dieta, tenido miedo a engordar, de esta manera la sensación de llenura ocasiona sentirse gordo(a), llegando a sentirse tan mal con su figura que han llegado a llorar, generando conducta de baja ingesta alimenticia, pasando mayor tiempo en pensar en el aspecto físico de su figura, evitando llevar ropa que marque su cuerpo, ocasionando que comer alimentos de alto contenido calórico de sentimientos de gordura excesiva, sintiéndose mejor cuando su estómago está completamente vacío y la continua preocupación de hacer ejercicio constantemente.



Los ítems 11,17 y 19 son de los más preocupantes su tasa es del 14.9% que es proporcional a 17 estudiantes que afirman imaginarse cortando partes gruesas de su cuerpo,

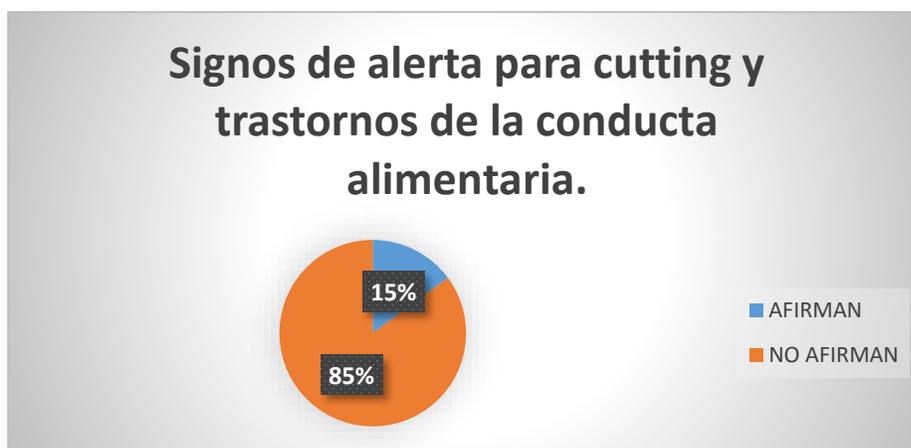
quienes han vomitado para sentirse más delgado(a) s y toman laxantes para de igual manera sentirse más delgado(a)s.



En cuanto a los ítems 1, 6, 8,13, y 18 que equivalen al 32,98% igual a 37 estudiantes que se comparan con las figuras de su entorno social, en ocasiones evitan ir a actos sociales al sentirse mal con su figura, preocupados por que otras personas puedan ver sus imperfecciones como rollos alrededor de su cintura al punto de inquietarse por ocupar demasiado espacio en algunos lugares.



Aunque las cifras no son superiores a la media en los resultados del BSQ, se pueden apreciar circunstancias comprometedoras de la salud física y mental de los estudiantes, al ser el 14,9% que son 17 de los estudiantes participantes los cuales son signos de alerta para cutting y trastornos de la conducta alimentaria.



En conclusión a nivel general aunque no se determinan con un malestar corporal patológico, si poseen características de inconformidad hacia su cuerpo, apariencia física, se sitúa en el factor 1 referente a la escala psicométrica del BSQ donde hasta este punto podría no afectar la vida cotidiana de la mayor parte de los individuos.

Sin embargo no deja de ser alarmante esos bajos porcentajes que sumados presentan un alto impacto en la comunidad académica.

DISCUSIÓN DE CONSTRUCCIÓN Y CRÍTICA

La imagen corporal es un término generalizado para abarcar las sensaciones, las imágenes, los sentimientos, las emociones y las percepciones que se tiene de sí mismo basado en la experiencia, la observación y la influencia de los entornos en los que se desarrolla el

individuo; el término de imagen corporal abarcado desde 1999 amplió el paradigma de los estereotipos y se implantaron los cánones de belleza.

En el 2003 en la universidad de Harvard Mark Zuckerberg creaba Thefacebook.com, publicación que cambiaría la manera de relacionarse socialmente, la cual dio paso a una nueva generación de nativos digitales, jóvenes nacidos en la era del internet y con la capacidad de crear vínculos sociales a través de una pantalla con personas de diversos países, pero con dificultad para las relacionarse cara a cara.

Facebook ofrece la capacidad de presentarse, crear tu personalidad e identidad deseada, sin correr el riesgo al rechazo, gracias a estas múltiples opciones que ofrece Facebook los jóvenes han perdido habilidades de interacción social, evitando el contacto visual y físico con personas fuera de sus entornos sociales.

“De esta manera, la interacción social es un elemento fundamental para el ser humano y es clave en la conservación de su bienestar psicológico, tanto que, en su ausencia, la calidad de vida disminuye.” (Badillo macedo, 2012)

En la investigación realizada a adolescentes de la I.E.Gimnasio del calima, se les aplicó la escala de adicción a Facebook de Bergen la cual genera interrogantes en el transcurso de sus ítems orientados hacia la cantidad de tiempo que pasan usando esta red social, en los resultados de esta prueba, el 63.52% igual a 72 de los estudiantes afirma ignorar a las personas con las que convive por estar conectado a Facebook, además, de que más del 58% equivale a 66 alumnos le irrita que le sugieran utilizar menos la red social.

En congruencia se está modificando el término de interacción social al que estaba establecido antes de la era de las redes sociales, la comunicación cara a cara es cada vez más escasa aún dentro de los propios hogares, llegando al punto extremo de escribirse por medio de una red social estando en la misma casa y conviviendo con 5 a 7 personas.

Los adolescentes al parecer se están formando en hogares ausentes, a pesar de estar acompañados físicamente, estos factores de influencia además de generar un distanciamiento social con el primer entorno, el familiar, también genera una ruptura de vínculos afectivos y emocionales. Entonces podríamos decir que el autor citado anteriormente es veraz en la teoría de que la interacción social es fundamental en el ser humano y el no tenerla de manera eficiente, de calidad, con vínculos, trae como consecuencias una desmejora en la calidad de vida de los individuos, tanto a nivel psicológico como emocional.

Por su parte Herbert Blúmer nos habla del porqué todo lo que sucede se hace en esta forma precisa a partir del interaccionismo simbólico, el significado de una conducta se forma en la interacción social. (Blumer, 1982)

Desde esta perspectiva ahondamos más en la interacción social en entornos secundarios, como el académico en el caso de los participantes de esta investigación, a partir de los resultados obtenidos con el BSQ entorno a la imagen corporal de los adolescentes de la Institución en los cuales se identificó una inconformidad hacia algún rasgo de su cuerpo o su total apariencia física, en referencia a varios aspectos, la imagen corporal es tanto individual como social, hoy día, se ve más marcada por los estereotipos implantados en la sociedad, dentro de los entornos académicos se anexa una variable que dificulta e influye aún más en esta construcción no solo de la imagen corporal, sino además, de la autoestima, el auto concepto, la independencia, la

identidad y la personalidad que son aspectos que se forman en los espacios tanto familiares como académicos, pero además en los colegios se pueden identificar problemáticas como el ciberbullying, el ciberacoso, el sexting que generan más factores de riesgo para desencadenar una perspectiva negativa en los estudiantes sobre sí mismo, distorsionando su imagen corporal, afectando su capacidad de relacionarse, generando heridas emocionales que afectan el autoestima, el auto concepto y hasta la capacidad de resiliencia.

Erikson, “La formación de la identidad personal se da a lo largo de la vida a partir de ocho etapas y es durante la adolescencia cuando la construcción de la identidad alcanza su punto más álgido”. Esto es debido a que es el momento donde la persona busca y necesita ubicarse en la sociedad en la que está inmersa. “La principal tarea psicosocial del adolescente se concreta en alcanzar la identidad”. Los jóvenes van desarrollando durante la adolescencia multitud de sentimientos y actitudes, más o menos contradictorios, hacia sus cuerpos, factor que contribuye significativamente a la evolución de su sentido de identidad personal. (Moral Jiménez, 2014)

Así mismo, se debe considerar los cambios a los que se enfrentan los adolescentes, y por el cual se les atribuye de esta manera, adolescentes viene de adolecer, de sufrir, en el transcurso de esta etapa se desembottan múltiples herramientas, estrategias, responsabilidades, contradicciones, inseguridades, que hacen parte de la etapa, todas la inconformidades, crisis, situaciones complejas desembocan en el aprendizaje necesario para enfrentar la edad adulta, es en esta edad como dice el autor anterior, es el punto más álgido para formar la identidad, no es una tarea individual, sino psicosocial.

A partir de (Hernández, 2016) todos los sentimientos y valoraciones generados desde la percepción de la imagen corporal se derivan conductas que se pueden ver reflejadas en la

exhibición, la evitación, los rituales, el camuflaje, etc. Estos aspectos conductuales afectan el nivel cognitivo de la persona, si presentan una insatisfacción personal pueden llegar a pensar en que “la gente atractiva lo tiene todo”, “la apariencia física es signo de como soy interiormente”, “si pudiera cambiarme como deseo, mi vida sería mucho mejor”, “si controlo mi apariencia, podre controlar mi vida social y emocional”. (Górtazar, 2015)

En concordancia con los resultados obtenidos se generaron conclusiones en similitud a la evitación, donde se describe cómo los jóvenes pueden llegar a evitar, comer, vestirse con ropa ceñida al cuerpo, evitar salir a reuniones públicas, evitar ir sitios donde se vea expuesto como las piscinas o centros recreativos, el camuflarse en ropa grande y holgada por la insatisfacción con su cuerpo, generan ese tipo de pensamientos, de que las personas atractivas, rubias, delgadas son sinónimo de felicidad y éxito. Aunque no hay idea más errada, la continua influencia de los medios como Facebook en el que pasan los adolescentes el doble del tiempo normal que pasa un adulto, radican estas creencias en sus mentes, retumban hasta las idealizaciones de su figura y trascienden a afectar sus estructuras psíquicas.

Desde esta investigación se abordaron todos estos factores para lograr establecer el impacto de estas prácticas, además del contenido estereotipado de la red social Facebook entorno a la imagen corporal de los adolescentes, y aunque los resultados estadísticos son claros, comprobables y objetivos, desde la perspectiva cualitativa se logró describir los aspectos y las consecuencias de toda la influencia entorno a las conductas adoptadas por los individuos.

Lo mencionado anteriormente da lugar a reflexionar sobre la conformación de la autoimagen a nivel físico en los adolescentes, en el que confluyen multitud de variables, ya sea grupo de iguales, medios de comunicación, modas, etc. Y es que, nuestra imagen corporal, "no es el espejo fiel de nuestro cuerpo tal como es... sino la interpretación del cuerpo por el individuo".

(M. J, 2014). Y es que como Decía (Epicteto, 93) que “no son las cosas las que nos preocupan, sino las percepciones e interpretaciones que elaboramos acerca de ellas”.

En este proyecto se inició con una pregunta, hasta entonces sin respuesta, como muchas de las concepciones, reacciones e incidencias que aún quedan sin indagar en el amplio espectro de Facebook, sin embargo en el proceso, se fue desencadenando un hilo conductor entre, los que los adolescentes, hacen, piensan y dicen, afirmando las dos teorías anteriores, la imagen corporal no es lo que se ve en un espejo, sino la interpretación que hacen de su propio cuerpo en virtud de sus pensamientos, acciones e interacciones con el medio, y como dijo epicteto no es importante lo que a ellos les preocupe sino las percepciones e interpretaciones que van a hacerse los demás desde la pantalla, es algo similar a Maquiavelo, el fin justifica los medio, el fin en este caso es cumplir con los estándares y estereotipos de belleza, sin racionalizar conductas y acciones que puedan afectar su integridad psicológica, emocional e incluso física.

Las influencias reciprocas sobre la autoimagen corporal juegan un papel primordial en la formación del concepto de sí mismos, concretamente en la construcción de la autoimagen y cualquier desajuste real o percibido se asocia a desajustes a nivel psicológico y emocional (Moral Jiménez, 2014).

De esta manera se crea la premisa de la preocupante situación de los jóvenes que sin esta red social afectan su bienestar psicológico, su autoestima, auto concepto, autoimagen, a tal punto que se ve afectada su salud mental y fisiológica.

Finalmente, en acuerdo con la investigación realizada en Chile titulado “la Influencia de factores socioculturales en la imagen corporal desde la perspectiva de mujeres adolescentes”

realizado por (Cortez, D et. al(2016) se puede comparar los resultados obtenidos, debido a que esta investigación también se demuestra la sobrevaloración del aspecto físico en relación con la delgadez impactado por Facebook, las ausencias en su entorno familiar y la influencia de los pares en la autoconcepción de la personalidad y la identidad de los adolescente.

CONCLUSIONES

El presente trabajo de grado tuvo como objetivo demostrar cual era el impacto de la red social Facebook en la imagen corporal de los adolescentes de la Institución Educativa Gimnasio del Calima. Por lo cual, se plantearon tres objetivos específicos en función de analizar el nivel sociodemográfico de los estudiantes, identificar el impacto de la red social Facebook y evidenciar la autopercepción de la imagen corporal de los adolescentes usuarios de Facebook.

Para lograr la consecución del primer objetivo, se realizó una ficha sociodemográfica que evidenciara de manera clara y concreta los aspectos más relevantes en alusión de la investigación, tenido como resultado significativo que el 100% de los estudiantes conviven en sus entornos familiares.

Posteriormente para identificar el impacto de la red social Facebook en los adolescentes se utilizó un instrumento de escala de adicción utilizado en la universidad Luis amigó de Medellín, siendo válida para proporcionar los resultados de este objetivo que genero un impacto del 60% de los estudiantes presentan altos índices de adicción y afectación de sus habilidades sociales, debido al tiempo que pasan dedicado a la Facebook.

Para evidenciar la autopercepción de la imagen corporal se indago sobre el instrumento del BSQ usado hace varios años, el cual fue modificado y adaptado en el 2009, aceptado y aprobado con una confiabilidad y validez que abrió las puertas para el desarrollo del siguiente objetivo que demostró, que los estudiantes al tener una insatisfacción corporal pueden continuar con su cotidianidad la mayoría de ellos, marcando en menor porcentaje un grupo de estudiantes que se podrían definir en el factor patológico con síntomas y signos que alteran su bienestar psicológico y físico.

Para la realización de toda esta actividad y debido a la actual pandemia mundial denominada covid-19 se reformulo la aplicación de los instrumentos desde la plataforma de Google, el manejo adecuado de esta plataforma digital fue de fácil acceso no solo para el investigador sino para la población con la que se trabajó. Se obtuvieron datos precisos que facilitan la interpretación y el manejo de la información.

En conclusión, se puede describir los resultados en las consecuencias derivadas de los sucesos; pasar más tiempo en Facebook, sentir la necesidad de estar más conectado e ignorar a personas cercanas, por permanecer en línea. Estas acciones generan apatía, distancian a las personas de los más cercanos, visualizando una barrera donde se desintegran las habilidades sociales directas que se conocen y se traspasan a la virtualidad, desarrollan apegos ante la necesidad de permanecer conectados con la red social pero no conectados con la realidad social, familiar, académica, y es que es por esta situación que se prohíbe el uso de celulares en todas las instituciones en los horarios de clase, porque aunque los estudiantes están “conectados” se desconectan de su realidad, estos resultados demuestran que no está fuera de la realidad todas las medidas que se toman para intentar mitigar una actividad silenciosa que ante la mirada de

muchos padres de familia es inofensiva, sin lograr identificar el trasfondo de las implicaciones que se pueden ocasionar.

Más de la mitad de los estudiantes pasan tiempo pensando en Facebook y mucho más en las publicaciones que allí se reportan, como se expresó anteriormente, en su gran mayoría el contenido compartido y viralizado en esta plataforma digital, tiene un contenido estereotipado, entonces se puede concluir que más de la mitad de los estudiantes se pasan el tiempo pensando en los estereotipos de belleza instaurados a través de las publicaciones, considerando que está pasando en la red, sin tener la capacidad de desvirtuar la información retocada y maquillada de la red, con la realidad que tienen al frente.

Generando un impacto significativo al tratarse de seres humanos en formación de su identidad, que están usando Facebook para afrontar sus problemas personales, reducir sus sentimientos de culpa, ansiedad, impotencia y depresión, y es debido a estas implicaciones que más de la mitad de ellos se irritan ante la prohibición del uso de la red, puesto que se ha superado el tiempo que se pretendía estar en ella, lo que quiere decir que los resultados son dicentes de que más de la mitad usa Facebook para reducir sus niveles de inquietud. Esto genera conflictos en el área familiar principalmente, el 100% de los estudiantes afirma vivir en familia pero el 66% de igual manera afirma hacer caso omiso ante la norma de reducir el tiempo de uso de Facebook y aunque han intentado usar menos el Facebook, más del 66% no lo han conseguido, Esta actividad está modificando el desarrollo de la adolescencia, más del 70 % afirma priorizar el uso de Facebook sobre actividades de ocio y tiempo libre y más del 66% afirma a ver decidido usar menos Facebook sin éxito.

Se encontró estrecha relación de las variables en cuanto al tiempo y el contenido al que acceden los adolescentes y su influencia en la generación de la imagen corporal en este caso insatisfecha, en síntesis, más de un 35% de los estudiantes se preocupan por su figura tienen la sensación de estar gordos, con la necesidad de ponerse a dieta, con el temor de continuar engordando aun después de cada comida, generando altos niveles de ansiedad, incertidumbre, descontrol, incapacidad de lograr un físico ideal sobrevalorado en otras personas de aspectos delgados, utilizando técnica de evitación con la comida, salir, estar en público, usar ropa al cuerpo y aunque estas conductas de eludir se reflejan en un más bajo porcentaje es de tener en cuenta no desvirtuar ese bajo pero constante porcentaje de siempre, son jóvenes que constantemente realizan estas acciones generando consecuencias a nivel intrapersonal dando como resultado que más del 32% se preocupa por su figura y genera pensamientos para modificarla a través del ejercicio.

En el segundo factor de evaluación de la prueba del BSQ los resultados porcentuales son de menor proporción en la incidencia de respuesta de siempre, con dos excepciones en las cuales 0% respondió siempre, y aunque el nivel de este factor es del 14.9% y no se considera significativo en relación con la masa porcentual del anterior, si se considera significativo y preocupante que el 14,9% de los participantes devalúen su apariencia física y su inconformidad los lleve a conductas nocivas para la salud.

Gracias a las herramientas utilizadas se analizó que los participantes, aunque no se determinan con un malestar corporal patológico, si poseen características de inconformidad hacia su cuerpo, apariencia física, se sitúa en el factor 1 donde hasta este punto podría no afectar la vida cotidiana de los individuos.

El proyecto, el impacto de Facebook en la imagen corporal de los adolescentes relevante a nivel social para toda la comunidad en general de calima el Darién, contribuye de manera académica y teórica a fomentar bases investigativas de estudios correlacionales con la población adolescente del municipio.

A nivel familiar hace un gran aporte a la reflexión sobre los usos, las normas y lo límites instaurados en los hogares de la comunidad darienita en consecuencia con la red social Facebook, esta sensibilización de los aspectos psicológicos y emocionales que se pueden ver afectados por Facebook establece un conocimiento previo para mejorar la calidad de las relaciones psicoafectivas en la familia.

A nivel institucional desarrolla una base para la Institución Educativa Gimnasio del Calima, en pro de mejorar los procesos académicos, incentivar desde sus responsabilidades como orientadores en mejorar las condiciones de relación social, en un ambiente de integridad, equidad y respeto, por otra parte proporciona conocimientos partir del análisis de resultados para potenciar proyectos de prevención y mitigación del impacto de Facebook en la imagen corporal de los adolescentes de la institución.

Los estudiantes participantes del proyecto son los más enriquecidos con este proceso académico, a nivel psicológico se logra comprender la importancia de lo pequeño que parecen el pasar todo el día en Facebook, en naturalizar la interacción social solo por este medio ignorando a amigos y familiares, el evitar la confrontación cara a cara, la comunicación verbal y no verbal, todo este proceso podrá permitirles visualizar el contenido estereotipado de la red social con sentido crítico constructivo y no destructivo, mejorar los procesos selectivos a la hora de

conectarse a la red social con la información en referencia a enriquecer sus procesos psicológicos y emocionales siempre en el cuidado de su integridad.

RECOMENDACIONES

Dentro de este proyecto de grado tan importante para la salud mental y su relación con la nueva era de la tecnología, se recomienda a futuros estudiantes tratar diversos aspectos que esconden las redes sociales, la influencia de esta en el comportamiento de los adolescentes es ahora una clave para comprender las nuevas conductas que aparecen en el día a día.

La afectación de Facebook en la imagen corporal es solo una de las tantas caras de la nueva virtualidad, que lleva a los adolescentes a generar comportamientos que agotan su salud mental y física de manera silenciosa. Como se analizó en la presente investigación, se está frente cambios ambivalentes, ante una población que no le es fácil expresarse y busca nuevas alternativas para hacerse escuchar.

Al estudiar esta relación de Facebook con la imagen corporal resalta la importancia de abarcar las redes sociales y su afectación en la salud mental, tanto que, esto abrirá caminos a nuevas investigaciones que podrían ayudar a percibir como es el nuevo mundo donde se encaminan los adolescentes, y encontrar herramientas que permitan hacer de las redes sociales un beneficio para la salud mental y no un escape de la realidad.

LIMITACIONES DEL PROCESO DE INVESTIGACIÓN.

El proceso de investigación se vio limitado en el transcurso de la aplicación debido a la actual pandemia mundial denominada covid-19, lo que transformo la aplicación del proyecto en el ámbito educativo, debido a que los estudiantes entraron en cuarentena y posteriormente se adelantaron las vacaciones de mitad de año retrasando el proyecto de investigación, sin embargo, se logró generar estrategias recolección de información y aplicación de los instrumentos desde la plataforma online de Google.

La participación y aceptación del proyecto y las actividades fue buena logrando completar la muestra significativa propuesta, los padres de familia y estudiantes fueron comprometidos con el proceso.

REFERENCIAS

- Rask, B. (03 de 2014). *ESTUDIO SOBRE LA ACTIVIDAD DE FACEBOOK Y SU EFECTO*.
Obtenido de ESTUDIO SOBRE LA ACTIVIDAD DE FACEBOOK Y SU EFECTO:
https://ciencia.urjc.es/bitstream/handle/10115/12199/TFG_RaskBeatrice_Febrero_13-14.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ruiz Mitjana, L. (2018). *¿Qué es la personalidad según la psicología?* Obtenido de ¿Cuál es la definición de personalidad en el ámbito de la psicología y cómo nos describe?:
<https://psicologiaymente.com/personalidad/que-es-personalidad>
- Agencia EFE. (28 de 07 de 2017). *El cyberbullying en Colombia se sitúa en tasas del 40-70% durante los últimos 10 años*. Obtenido de El cyberbullying en Colombia se sitúa en tasas del 40-70% durante los últimos 10 años:
<https://www.wradio.com.co/noticias/internacional/el-cyberbullying-en-colombia-se-situa-en-tasas-del-4070-durante-los-ultimos-10-anos/20170728/nota/3533053.aspx>
- Ardila, C., Hugo, M., & Pardo, S. (31 de 10 de 2014). *Cyberbullying y Facebook: realidad en la virtualidad*. Obtenido de Cyberbullying y Facebook: realidad en la virtualidad:
<file:///C:/Users/daniela%20marin/Downloads/3123-Texto%20del%20art%C3%ADculo-9442-1-10-20150730.pdf>
- ASAMBLEA NACIONAL CONSTITUYENTE. (1991). *CONSTITUCION POLITICA DE COLOMBIA 1991*. Obtenido de CONSTITUCION POLITICA DE COLOMBIA 1991:
<https://pdba.georgetown.edu/Constitutions/Colombia/colombia91.pdf>
- Asociacion contra la anorexia y la bulimia. (2016). *¿Qué son los Trastornos de la Conducta Alimentaria?* Obtenido de ¿Qué son los Trastornos de la Conducta Alimentaria?:
<http://www.acab.org/es/que-son-los-trastornos-de-la-conducta-alimentaria>
- Badillo macedo, M. E. (Noviembre de 2012). *MOTIVOS SOCIALES QUE IMPULSAN EL USO DEL SITIO DE RED SOCIAL*. Obtenido de MOTIVOS SOCIALES QUE IMPULSAN EL USO DEL SITIO DE RED SOCIAL:
http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/4642/BADILLO_MARCELO_MARIA_MOTIVOS_FACEBOOK.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Blumer, H. (1982).

- Brea, L. (2014). *factores determinantes del sentido de pertenencia de los estudiantes*. Obtenido de factores determinantes del sentido de pertenencia de los estudiantes:
<https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/284952/TLMBA.pdf?sequence=1>
- Cash, & Pruzinky. (1990).
- centro de psicologia nb. (2020). *Qué es la imagen corporal*. Obtenido de Qué es la imagen corporal: <https://nbpsicologia.es/2017/07/22/que-es-la-imagen-corporal/>
- Chavez Conejo, G. (04 de 10 de 2019). *que es un sitio web*. Obtenido de <https://co.godaddy.com/blog/que-es-un-sitio-web/>
- CNN en español. (25 de 01 de 2013). *Nativos digitales: ¿Quiénes son y qué significa?* Obtenido de Nativos digitales: ¿Quiénes son y qué significa?:
<https://cnnespanol.cnn.com/2013/01/25/nativos-digitales-quienes-son-y-que-significa/>
- COCEMFE CYL. (2014). *LA AUTOESTIMA. ¿QUÉ ES LA AUTOESTIMA?* Obtenido de LA AUTOESTIMA. ¿QUÉ ES LA AUTOESTIMA?:
<http://www.cocemfecyl.es/index.php/cuidadores/71-la-autoestima-que-es-la-autoestima>
- Colegio Colombiano de Psicólogos. (07 de 05 de 2019). *MANUAL DEONTOLÓGICO Y BIOÉTICO DEL PSICÓLOGO*. Obtenido de MANUAL DEONTOLÓGICO Y BIOÉTICO DEL PSICÓLOGO:
https://www.colpsic.org.co/aym_image/files/Auerdo%20N%C2%B0%2015,%202019.pdf
- CONGRESO DE COLOMBIA. (08 de 11 de 2006). *LEY 1098 DE 2006*. Obtenido de Por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia.:
https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1098_2006.htm
- corona, p. (21 de 07 de 2017). *¿que es el ciberbullying?* Obtenido de ¿que es el ciberbullying?:
<https://www.gob.mx/ciberbullying/articulos/que-es-el-ciberbullying>
- Declaración Universal de los Derechos Humanos*. (1948). Obtenido de <https://www.un.org/es/universal-declaration-human-rights/>
- DEFINICION. (16 de 12 de 2014). *Autoimagen*. Obtenido de Autoimagen:
<https://definicion.mx/autoimagen/>

- Editorial Definición MX. (11 de 09 de 2013). *Definición de Sociabilidad*. Obtenido de Definición de Sociabilidad: <https://definicion.mx/sociabilidad/>
- En Familia AEP. (26 de 03 de 2014). *Definición de autoimagen*. Obtenido de adolescencia: <https://enfamilia.aeped.es/edades-etapas/adolescentes-autoimagen-autoestima>
- Epicteto. (93). *La Construcción de La Conexión Entre Percepción*. Obtenido de La Construcción de La Conexión Entre Percepción: <https://es.scribd.com/document/172204967/La-Construccion-de-La-Conexion-Entre-Percepcion>
- equipo de Marketing de Contenido de RD Station. (12 de 03 de 2017). *redes sociales*. Obtenido de <https://www.rdstation.com/co/redes-sociales/>
- Erik Erikson. (15 de 08 de 1993). *Estudio sobre el desarrollo de la identidad en la adolescencia*. Obtenido de Estudio sobre el desarrollo de la identidad en la adolescencia: <https://erikeriksoneducativa.wordpress.com/2015/08/11/estudio-sobre-el-desarrollo-de-la-identidad-en-la-adolescencia/#:~:text=Seg%C3%BAAn%20Erikson%2C%20%E2%80%9C%20formaci%C3%B3n%20de,213>.
- Festinger, L. (2010). *La teoría de la comparación social de Festinger*. Obtenido de La teoría de la comparación social de Festinger: <https://psicologiaymente.com/social/teoria-comparacion-social-festinger>
- Floriano, P. (2018). *Adaptación del Body Shape Questionnaire*. Obtenido de Adaptación del Body Shape Questionnaire: file:///C:/Users/daniela%20marin/Downloads/Palomino_fa.pdf
- Fredrickson, & Roberts. (06 de 2017). *Imagen corporal y satisfacción personal*. Obtenido de Imagen corporal y satisfacción personal: <https://hera.ugr.es/tesisugr/26765640.pdf>
- Gardey, A., & perez porto, J. (2013). *Definición de facebook*. Obtenido de Facebook: <https://definicion.de/facebook/>
- Gebera Turpo, o. (2010). *socio dinámica de las identidades en la red*. Obtenido de socio dinámica de las identidades en la red: https://www.academia.edu/5478069/Ciber_identidad

Górtazar, M. i. (05 de 2015). *RELACIÓN ENTRE INSATISFACCIÓN CORPORAL Y EL AUTOCONCEPTO*. Obtenido de RELACIÓN ENTRE INSATISFACCIÓN CORPORAL Y EL AUTOCONCEPTO:

<https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/2679/retrieve>

Hernandez, R. (30 de 01 de 2016). *¿Qué es la imagen corporal?* Obtenido de ¿Qué es la imagen corporal?: <https://nbpsicologia.es/2017/07/22/que-es-la-imagen-corporal/>

Higueras, & Lopez. (1996).

I.E. Gimnasio del calima. (2017). *I.E. Gimnasio del Calima*. Obtenido de Reseña:

<https://www.valledelcauca.gov.co/loader.php?IServicio=Tools2&ITipo=viewpdf&id=25268>

I.E. Gimnasio del calima. (2019). *el gimnasio*. Obtenido de <https://elgimnasiano.jimdofree.com/>

ICBF. (2012). *CONCEPTO 9 DE 2012*. Obtenido de CONCEPTO 9 DE 2012:

https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/concepto_icbf_0000009_2012.htm

iFightDepression. (2020). *que es la adolescencia*. Obtenido de que es la adolescencia:

<https://ifightdepression.com/es/young-people/what-is-adolescence>

imaginario, A. (22 de 02 de 2017). *Significado de Estereotipo*. Obtenido de Significado de Estereotipo: <https://www.significados.com/estereotipo/>

Iñaki Kabato. (2018). *QUÉ ES LA ACEPTACIÓN EN PSICOLOGÍA*. Obtenido de QUÉ ES LA ACEPTACIÓN EN PSICOLOGÍA: <https://www.psicoadapta.es/blog/que-es-la-aceptacion-en-psicologia/>

Manual de psicopatología. (27 de 03 de 2018). *Idea sobrevalorada*. Obtenido de Idea sobrevalorada: <https://glosarios.servidor-alicante.com/psicologia/idea-sobrevalorada>

martinez , F. (03 de 2011). *Las redes sociales*. Obtenido de una aproximación conceptual y una reflexión teórica sobre los posibles usos y gratificaciones de este fenómeno digital de masas:

<http://www.teccomstudies.com/index.php?journal=teccomstudies&page=article&op=view&path%5B%5D=136>

Martinez, F. (2010).

- Mendoza , H. (2015). *Influencia de las redes sociales en la identidad personal*. Obtenido de Influencia de las redes sociales en la identidad personal: file:///C:/Users/daniela%20marin/Downloads/Dialnet-InfluenciaDeLasRedesSocialesEnLaIdentidadPersonalD-5761661.pdf
- MINISTERIO DE EDUCACION. (15 de 03 de 2013). *Ley de Convivencia Escolar*. Obtenido de Ley de Convivencia Escolar: https://www.mineducacion.gov.co/1759/w3-article-322486.html?_noredirect=1
- Montoya, P. (23 de 10 de 2019). *la privacidad de las fotos en facebook y el ciberbullying*. Obtenido de la privacidad de las fotos en facebook y el ciberbullying: <https://es.slideshare.net/yesseniamontoya944/articulo-de-facebook-paola-montoya>
- Moral Jimenez, M. d. (2014). *LA CONSTRUCCIÓN DE LA conexión entre la percepcion de la autoimagen fisica en adolescentes y la identidad psicosocial*. Obtenido de LA CONSTRUCCIÓN DE LA conexión entre la percepcion de la autoimagen fisica en adolescentes y la identidad psicosocial: file:///C:/Users/daniela%20marin/Downloads/Dialnet-LaConstruccionDeLaConexionEntrePercepcionDeLaAutoi-45425.pdf
- Muñoz Villegas, N. E., & Ramirez Cortez, S. (2016). *Adicción a las redes sociales y personalidad, en adolescentes*. Obtenido de Adicción a las redes sociales y personalidad, en adolescentes: <https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/32/110>
- Myers. (1995). *psicologia social*. En Myers.
- Olaya, M. (04 de 10 de 2019). *Regulación de publicidad para influenciadores quedaría lista este año: SIC*. Obtenido de Regulación de publicidad para influenciadores quedaría lista este año: SIC: <https://www.rcnradio.com/economia/regulacion-de-publicidad-para-influenciadores-quedaria-lista-este-ano-sic>
- Palomanes Espadalé, M. L., Bonachera carreras, F., & Martínez Fernández, L. (2013). *ESTUDIO SOBRE EL DESARROLLO DE LA IDENTIDAD EN LA ADOLESCENCIA*. Obtenido de ESTUDIO SOBRE EL DESARROLLO DE LA IDENTIDAD EN LA ADOLESCENCIA: <https://dugi->

doc.udg.edu/bitstream/handle/10256/9785/EstudioDesarrollo.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Perez Porto, J. (2016). *DEFINICIÓN DE CIBERNAUTA*. Obtenido de CIBERNAUTA:
<https://definicion.de/cibernauta/>

Pérez, S. P., & Santiago, M. A. (2002). *concepto de adolescencia*. Obtenido de Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia:
<https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/adolescencia/Capitulo%20I.pdf>

Piaget. (1897). *Adolescencia y Teorías del aprendizaje*. Obtenido de Adolescencia y Teorías del aprendizaje: <https://www.aacademica.org/sebastian.urquijo/57>

Pineda Perez, S., & Aliño santiago, M. (2016). *El concepto de adoelscencia*. Obtenido de
file:///C:/Users/daniela%20marin/Downloads/15-_El_concepto_de_adolescencia.pdf

Raich, R. (2000). *Que es la imagen corporal*. Obtenido de que es la imagen corporal:
https://www.recercat.cat/bitstream/handle/2072/266071/sandra_ayelo_maria_marijuan_tfm.pdf?sequence=1

Ramirez, R. (2017). *La identidad personal y social*. Obtenido de ¿Cuáles son los factores que conforman nuestra identidad? Descúbrelo en este resumen.:
<https://psicologiaymente.com/personalidad/identidad-personal-social>

Restrepo Escobar, S. m. (2014). *El uso y abuso de Facebook en estudiantes universitarios de Medellín*. Obtenido de El uso y abuso de Facebook en estudiantes universitarios de Medellín:
<file:///C:/Users/daniela%20marin/Downloads/escala%20de%20adiccion%20a%20facebok.pdf>

Roldán, M. (2015). *Antecedentes sobre el uso de Facebook en adolescentes*. Obtenido de Universidad de la República (Uruguay). Facultad de Psicología.:
https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/7529/1/trabajofgroidan_1_0.pdf

Rosen. (1995). *Percepción de la imagen corporal*. Obtenido de Percepción de la imagen corporal: <https://core.ac.uk/download/pdf/11499839.pdf>

Ruiz, L. (s.f.). *La teoría de la comparación social de Festinger*. Obtenido de Una teoría que nos habla acerca de cómo nuestro autoconcepto se ve afectado por las comparaciones.:

<https://psicologiaymente.com/social/teoria-comparacion-social-festinger>

salinas, A. (07 de 05 de 2017). *La historia real del éxito de la red social Facebook*. Obtenido de La historia real del éxito de la red social Facebook: <https://mott.marketing/la-historia-real-del-exito-de-la-red-social-facebook/>

Schilder. (1935).

significados.com. (05 de 03 de 2019). *Significado de Independencia*. Obtenido de Significado de Independencia: <https://www.significados.com/independencia/>

Tigo; Universidad EAFIT. (25 de 03 de 2019). *Uno de cada 10 niños y adolescentes en Colombia son víctima de ciberbullying*. Obtenido de Uno de cada 10 niños y adolescentes en Colombia son víctima de ciberbullying: <http://www.radiosantafe.com/2019/04/25/uno-de-cada-10-ninos-y-adolescentes-en-colombia-son-victima-de-ciberbullying/>

Torres, a. (2019). *Autoconcepto: ¿qué es y cómo se forma?* Obtenido de Definimos la idea de "autoconcepto" y explicamos cómo construimos esta imagen de nosotros mismos.: <https://psicologiaymente.com/psicologia/autoconcepto>

Torres, L. L. (2018). *Interiorización de los estereotipos de género en la sociedad*. Obtenido de Interiorización de los estereotipos de género en la sociedad: <https://eprints.ucm.es/47905/1/T39985.pdf>

Velez, M. (06 de 06 de 2019). *¿Cómo influyen las redes sociales en la imagen corporal?* Obtenido de <https://lamenteesmaravillosa.com/como-influyen-las-redes-sociales-en-la-imagen-corporal/>

Willard . (2004). *Cultura digital y las nuevas políticas educativas*. España: gedisa.

wordpress. (2020). Obtenido de ¿Qué es la victimología?: <http://nosoyasistenta.com/que-es-la-victimologia/>

Yirda, A. (22 de 11 de 2019). *Qué es la Comunicación*. Obtenido de Qué es la Comunicación: <https://conceptodefinicion.de/comunicacion/>

Zácares Gónzales, J. J., Iborra Cúellar, A., Tomas Miguel, J., & Serra Desfilis, E. (2009). *El desarrollo de la identidad en la adolescencia y adultez emergente*. Obtenido de El desarrollo de la identidad en la adolescencia y adultez emergente: <https://www.redalyc.org/pdf/167/16712958014.pdf>

Blumer, H. (1982). *El interaccionismo simbólico*. Barcelona: Hora.

Roldán, M. (2015). Antecedentes sobre el uso de Facebook en adolescentes.

Cortez, D., Gallegos, M., Jiménez, T., Martínez, P., Saravia, S., Cruzat-Mandich, C., ... & Arancibia, M. (2016). Influencia de factores socioculturales en la imagen corporal desde la perspectiva de mujeres adolescentes. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 7(2), 116-124.

Martínez, A. A., Fonseca, Ó., & Esparcia, A. C. (2013). Redes sociales y jóvenes.: Uso de Facebook en la juventud colombiana y española. *Comunicar: Revista científica iberoamericana de comunicación y educación*, (40), 127-134.

Fernández Moncada, K. (2019). Manifestaciones identitarias a través de la red social Facebook.

Gutiérrez, F. M. (2010). Las redes sociales: una aproximación conceptual y una reflexión teórica sobre los posibles usos y gratificaciones de este fenómeno digital de masas. *TecCom Studies: Estudios de Tecnología y Comunicación*, (1), 26-34.

Tesouro i Cid, M., Palomanes Espadalé, M. L., Bonachera Carreras, F., & Martínez Fernández, L. (2013). Estudio sobre el desarrollo de la identidad en la adolescencia. © *Tendencias Pedagógicas*, 2013, núm. 21, p. 211-224.

Badillo Macedo, M. E. (2013). Motivos sociales que impulsan el uso del sitio de red social facebook en escolares adolescentes de clases medias y bajas.

Espadalé, M. L. P., Carreras, F. B., & Martínez, L. M. F. (2013). Estudio sobre el desarrollo de la identidad en la adolescencia. *Tendencias pedagógicas*, (21), 211-224.

Martínez, F. (2010). La teoría de los usos y gratificaciones aplicada a las redes sociales. In *II Congreso Internacional Comunicación* (Vol. 3).

Gonçalves, V. O., & Martínez, J. P. (2014). Imagen corporal y percepción de la influencia de los medios de comunicación: diferencias de género en una muestra de adolescentes. *Revista Interação*, 39(3), 461-478.

Daza, J. P. (2020). La mirada de los jóvenes. Prosumidores visuales en la era digital. *Temas de Comunicación*, (36-37)

Cuvi Fadic, A. (2013). *Facebook: Usos y gratificaciones entre los adultos emergentes, nativos y migrantes digitales de la ciudad de Guayaquil. Las relaciones interpersonales de nativos digitales dentro de Facebook en la ciudad de Guayaquil*(Bachelor's thesis, Universidad Casa Grande. Facultad Mónica Herrera).

García Ibarra, K. A. C. (2010). Construcción de la identidad digital de los estudiantes javerianos en Facebook: investigación realizada a estudiantes de la Pontificia Universidad Javeriana sobre los hábitos de uso, la forma como se presentan ante los demás y la influencia del otro en la construcción de la identidad digital en la red social Facebook.

Rivera, F. B. Imagen y apariencia del cuerpo humano en la obra psiquiátrica de P. Schilder.

Salaberria, K., Rodríguez, S., & Cruz, S. (2007). Percepción de la imagen corporal. *Osasunaz*, 8(2), 171-83.

Mora, Z. S. (2008). Adolescencia e imagen corporal en la época de la delgadez. *Reflexiones*, 87(2), 67-80.

Martínez, F. (2010). La teoría de los usos y gratificaciones aplicada a las redes sociales. In *II Congreso Internacional Comunicación* (Vol. 3).

González, J. J. Z., Cuéllar, A. I., Miguel, J. M. T., & Desfilis, E. S. (2009). El desarrollo de la identidad en la adolescencia y adultez emergente: Una comparación de la identidad global frente a la identidad en dominios específicos. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 25(2), 316-329.

Jiménez, M., de la Villa, M., Ovejero Bernal, A., & Pastor Martín, J. (1998). La construcción de la conexión entre percepción de la autoimagen física en adolescentes y la identidad psicosocial. *Aula Abierta*, 71.

Pérez, S. P., & Santiago, M. A. (2002). El concepto de adolescencia. *Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia, 2*.

Tresáncoras, A. G., García-Oliva, C., & Piqueras, J. A. (2017). Relación del uso problemático de Whatsapp con la la ansiedad y personalidad en adolescentes. *Health and Addictions/Salud y Drogas, 17*(1), 27-36.

Villegas, N. E. M., & Cortés, S. R. (2016). Adicción a las redes sociales y personalidad, en adolescentes. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas, 2*(4), 46-52.

Rivarola, M. F. (2003). La imagen corporal en adolescentes mujeres: Su valor predictivo en trastornos alimentarios1. *Fundamentos en Humanidades, 4*(7-8), 149-161.

Cruz-Sáez, M. S., Pascual, A., Etxebarria, I., & Echeburúa, E. (2013). Riesgo de trastorno de la conducta alimentaria, consumo de sustancias adictivas y dificultades emocionales en chicas adolescentes. *Anales de Psicología/Annals of Psychology, 29*(3), 724-733.

Cortez, D., Gallegos, M., Jiménez, T., Martínez, P., Saravia, S., Cruzat-Mandich, C., ... & Arancibia, M. (2016). Influencia de factores socioculturales en la imagen corporal desde la perspectiva de mujeres adolescentes. *Revista mexicana de trastornos alimentarios, 7*(2), 116-124.

Buitrago Hurtado, K. A., Ulloa Ocampo, D., & Vaca Blandón, E. T. (2017). Estereotipos de belleza física en medios de comunicación en mujeres jóvenes, estudiantes universitarias en Villavicencio.

Benavides Pinto, L. F. (2015). *“Los estereotipos de belleza y autovaloración de la imagen corporal en las adolescentes de 14 a 17 años del Colegio Agropecuario Luis A. Martínez de la ciudad de Ambato”* (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato-Facultad de Ciencias de la Salud-Carrera de Psicología Clínica).

ANEXOS

Constancia de la realización de los consentimientos informados tanto a padres de familia como estudiantes por medio de la plataforma digital Google. De igual manera la aplicación del BSQ y la escala de adicción a Facebook.

ANEXO 1: Consentimiento Informado Padres de familia

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA GIMNASIO DEL CALIMA

Descripción del formulario

NOMBRES Y APELLIDOS *

Texto de respuesta corta

Acepto que mi hij@ participe de manera voluntaria en la investigación conducida por las psicologas en formación Daniela Marin Lopez y Leidy Tatiana Mora Polindara de la Corporación universitaria minuto de Dios . Esta investigación tiene como objetivo establecer el impacto de facebook en la imagen corporal de los estudiantes. La participación en esta investigación es voluntaria y anónima. La información que se brinda será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación.

ACEPTO

NO ACEPTO

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdcDtJP9RO0azG4pCSiqY9fMuW-UcvmgdRz4oFl7Cps0kPrnA/viewform>

ANEXO 2: Ficha Datos Sociodemográficos

https://docs.google.com/forms/d/11apt8pmJ-xS7loo-EHGBWbbdZv7EHRzbcppvccSIEY/edit?usp=forms_home&ths=true

<p>SEXO *</p> <p>Elige ▼</p>
<p>EDAD *</p> <p>Elige ▼</p>
<p>ESTADO CIVIL</p> <p>Elige ▼</p>
<p>NACIONALIDAD</p> <p><input type="radio"/> COLOMBIANO (A)</p> <p><input type="radio"/> Otro: _____</p>
<p>¿CUANTAS PERSONAS VIVEN EN TU HOGAR? *</p> <p>Elige ▼</p>
<p>PERTENECE USTED A UNO DE LOS SIGUIENTES GRUPOS ETNICOS O POBLACIONALES *</p> <p>Elige ▼</p>
<p>Acepto participar voluntariamente en la investigación conducida por las psicólogas en formación Daniela Marin Lopez y Leidy Tatiana Mora Polindara de la Corporación universitaria minuto de Dios . Esta investigación tiene como objetivo establecer el impacto de facebook en la imagen corporal de los estuadintes.La participación en esta investigación es voluntaria y anónima. La información que se brinda será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación. *</p> <p><input type="radio"/> ACEPTO</p> <p><input type="radio"/> NO ACEPTO</p>

ANEXO 3: El Body Shape Questionnaire (BSQ) (Floriano, 2018)

https://docs.google.com/forms/d/11apt8pmJ-xS7loo-EHGBWbbdZv7EHRzbcppvccSIIeY/edit?usp=forms_home&ths=true

TEST DE IMAGEN CORPORAL BSQ

Test de Imágen Corporal - Cuestionario B.S.Q. (Body Shape Questionnaire)
BSQ fue elaborado por Cooper y otros en 1987
El concepto de Imagen Corporal es complejo. En el mismo no sólo intervienen elementos perceptivos sino también actitudes, emociones y reacciones de la personalidad de los individuos ante sus cuerpos.
Este Test permite obtener una puntuación global (suma de las puntuaciones directas de los ítems) y se pueden derivar 4 subescalas: Insatisfacción Corporal, Miedo a Engordar, Baja Estima por la Apariencia y Deseo de perder peso.

1.- ¿ Te has preocupado tanto por tu figura que has pensado que tendrías que ponerte a dieta ? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO

2.- ¿ Has tenido miedo a engordar ? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

3.- ¿ Te ha preocupado que tu musculatura no sea suficientemente firme ?

1. NUNCA
2. RARAMENTE

El impacto de Facebook en la imagen corporal de los adolescentes

4.- Sentirte llen@ (después de una gran comida), ¿ Te ha hecho fijarte en tu cuerpo ? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

5.- ¿ Te has sentido tan mal con tu cuerpo que has llegado a llorar ? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

6.- Estar con chio@s delgad@s, ¿ te ha hecho fijarte en tu cuerpo? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

7.- El hecho de comer poca comida ¿ te ha hecho sentir gord@ ? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

El impacto de Facebook en la imagen corporal de los adolescentes

8.- Al fijarte en la figura de otr@s chic@s, ¿ la has comparado con la tuya desfavorablemente ? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

9.- Pensar en tu figura, ¿ ha interferido en tu capacidad de concentración (cuando miras la *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

10.- ¿ Has evitado llevar ropa que se ciña a tu cuerpo ? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

11.- ¿ Te has imaginado cortando partes gruesas de tu cuerpo ? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

El impacto de Facebook en la imagen corporal de los adolescentes

12.- ¿ Comer dulces, pasteles u otros alimentos con muchas calorías, ¿ te ha hecho sentir gord@? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

...

13.- ¿ Has evitado ir a actos sociales (por ejemplo, una fiesta) porque te has sentido mal con tu *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

14.- ¿ Te has sentido excesivamente gord@ o redondead@? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

...

15.- ¿ Te has sentido más a gusto con tu figura cuando tu estómago esta vacío (por ejemplo por *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

El impacto de Facebook en la imagen corporal de los adolescentes

16.- ¿ Te ha preocupado que otra gente vean rollos alrededor de tu cintura o estómago? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

17.- ¿ Has vomitado para sentirte más delgada? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

18.- Cuando estás con otras personas, ¿te ha preocupado ocupar demasiado espacio(por

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

19.- ¿ Has tomado laxantes para sentirte más delgada? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

20.- La preocupación por tu figura, ¿te ha hecho pensar que deberías hacer ejercicio? *

1. NUNCA
2. RARAMENTE
3. ALGUNA VEZ
4. A MENUDO
5. MUY A MENUDO
6. SIEMPRE

ANEXO 4: Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) (Restrepo Escobar, 2014)
desarrollada por Andreass en en el año 2012

https://docs.google.com/forms/d/11apt8pmJ-xS7loo-EHGBWbbdZv7EHRzbcppvccSIIY/edit?usp=forms_home&ths=true

ESCALA DE ADICCIÓN A FACEBOOK

Bergen Facebook Addiction Scale (BFAS) desarrollada por Andreass en en el año 2012.
Responde a cada pregunta del 1 al 5 en función de la siguiente codificación, Con que frecuencia durante el ultimo año has...

¿ Pasado mucho tiempo pensando en Facebook o planeado usar Facebook? *

Muy raramente

Raramente

A veces

A menudo

Muy a menudo

El impacto de Facebook en la imagen corporal de los adolescentes

¿Pensado como podrías conseguir mas tiempo para estar en facebook? *

- Muy raramente
- Raramente
- A veces
- A menudo
- Muy a menudo

...

¿Pensado mucho sobre lo que ha sucedido en facebook recientemente? *

- Muy raramente
- Raramente
- A veces

...

Pasado más tiempo en Facebook del que pretendías inicialmente? *

- Muy raramente
- Raramente
- A veces
- A menudo
- Muy a menudo

Sentido la urgencia de usar Facebook más y más? *

- Muy raramente
- Raramente
- A veces

El impacto de Facebook en la imagen corporal de los adolescentes

Sentido que has tenido que usar Facebook más para obtener el mismo placer de él? *

Muy raramente

Raramente

A veces

A menudo

Muy a menudo

Usado Facebook para olvidar tus problemas personales? *

Muy raramente

Raramente

A veces

A menudo

Muy a menudo

Sentido que has tenido que usar Facebook más para obtener el mismo placer de él? *

Muy raramente

Raramente

A veces

A menudo

Muy a menudo

Usado Facebook para olvidar tus problemas personales? *

Muy raramente

Raramente

A veces

A menudo

Muy a menudo

El impacto de Facebook en la imagen corporal de los adolescentes

Sentido que otros te han dicho que reduzcas el uso de Facebook pero no les has escuchado? *

Muy raramente

Raramente

A veces

A menudo

Muy a menudo

Intentado usar menos Facebook sin éxito? *

Muy raramente

Raramente

A veces

A menudo

Muy a menudo

Decidido usar Facebook con menos frecuencia pero no has sabido cómo hacerlo? *

Muy raramente

Raramente

A veces

A menudo

Muy a menudo

Te has vuelto inquieto o molesto si te han prohibido usar Facebook? *

Muy raramente

Raramente

A veces

A menudo

Muy a menudo

El impacto de Facebook en la imagen corporal de los adolescentes

Te has irritado cuando te han prohibido usar Facebook? *

- Muy raramente
- Raramente
- A veces
- A menudo
- Muy a menudo

Sentido mal si tú, por diferentes razones, no has podido entrar en Facebook durante un tiempo? *

- Muy raramente
- Raramente
- A veces
- A menudo
- Muy a menudo

Usado Facebook tanto que has tenido un impacto negativo en tu trabajo/estudios? *

- Muy raramente
- Raramente
- A veces
- A menudo
- Muy a menudo

Dado menos prioridad a tus hobbies, actividades de recreo y ejercicio a causa de Facebook? *

- Muy raramente
- Raramente
- A veces
- A menudo
- Muy a menudo

Ignorado a tu pareja, familiares o amigos a causa de Facebook? *

- Muy raramente
- Raramente
- A veces
- A menudo
- Muy a menudo