UFLO UNIVERSIDAD

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y CIENCIAS SOCIALES

Insatisfacción con la imagen corporal y estrategias de afrontamiento en mujeres argentinas que consumen contenido fitness, de belleza y estilo de vida producido por influencers en Instagram y/o Tiktok.

Estudiante: Groppa, Josefina

Legajo: 33303

Director/es: Pozo, Lorena

Trabajo Final de Integración para acceder al título de Licenciatura en Psicología

2026

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN
PARA LA PUBLICACIÓN DE OBRAS EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL DE LA UFLO UNIVERSIDAD

RIUFLO - *Repositorio Institucional de la Universidad de Flores* - fue creado para gestionar y mantener una plataforma digital de acceso libre y abierto para la difusión de la creación intelectual de la Universidad de Flores.

El autor cede a la Universidad de forma gratuita pero no exclusiva, los derechos de reproducción, de distribución y de comunicación pública de su obra, a través del RIUFLO. Por lo tanto, la Universidad adopta para los ítems allí depositados la Licencia Creative Commons atribución - no comercial - compartir igual 4-0 internacional y siempre requerirá que se cite la fuente y se reconozca la autoría. De solicitar otras limitaciones, el autor podrá detallarlas en forma expresa o a través de la elección de otro modelo de Licencia.

Autorizo la publicación de la obra:

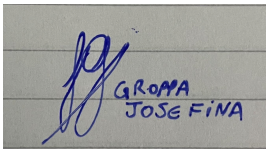
Desde la fecha [X]

Dentro de los 6 meses posteriores a su aceptación [ ]

Otro plazo mayor detallar/justificar:

Lugar y fecha: Buenos Aires, 1 de Octubre de 2026

Firma y aclaración del autor:



Índice

Resumen **5**
Abstract **7**
Introducción **9**
Delimitación del objeto de estudio 9
Planteo del problema 10
Justificación 12
Objetivos 14
Objetivo general 14
Objetivos específicos 14
Hipótesis 15
Estado del Arte **16**
Marco teórico **23**
Concepto de imagen corporal 23
Construcción social e histórica de la imagen corporal 24
Insatisfacción con la imagen corporal e imagen corporal negativa 25
Modelo de influencia tripartita de la imagen corporal 26
Distorsión de la imagen corporal y trastornos de salud mental 27
Distorsión de la imagen corporal y trastornos alimenticios 28
Imagen corporal y procedimientos estéticos 29
Definición de estrés 30
Definición de afrontamiento 31
Tipos de afrontamiento 32
Estilos y estrategias de afrontamiento 33
Abordaje integrativo del afrontamiento 34
Relación entre estrategias de afrontamiento e imagen corporal 35
Redes sociales 36
Experiencia del usuario 37
Influencers 38
Redes sociales y construcción de la imagen corporal 38
Método **41**
Diseño 41
Participantes 41
Criterios de inclusión y exclusión 42
Instrumentos 42
Cuestionario sociodemográfico ad hoc 42
Cuestionario de Forma Corporal (BSQ-21) 43
Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI-24) 43
Procedimiento 44
Análisis de datos 45

Criterio operativo para la interpretación de las puntuaciones del BSQ-21 45
Reagrupación de categorías 46
Análisis estadístico 47
Consentimiento informado 48
Resultados 49
Caracterización de la muestra 49
Cuestionario de Figura Corporal 54
Inventario de Estrategias de Afrontamiento 55
Insatisfacción Corporal y Estrategias de Afrontamiento 57
Relación entre rango etario, insatisfacción con la imagen corporal y estrategias de afrontamiento 61
Relación entre el tiempo de uso de redes sociales, insatisfacción con la imagen corporal y estrategias de afrontamiento 63
Relación entre autorreportes de trastornos de la conducta alimentaria, insatisfacción corporal y estrategias de afrontamiento 65
Discusión 69
Hallazgos secundarios 74
Conclusión 75
Aportes de la investigación 76
Limitaciones de la investigación 77
Líneas futuras de la investigación 78
Referencias 80
Anexo 98
Consentimiento informado 98
Cuestionario ad hoc 99
Cuestionario de Forma Corporal (BSQ-21) 102
Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI-24) 103

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre la insatisfacción con la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento en mujeres argentinas mayores de 18 años que consumen contenido fitness, de belleza y/o estilo de vida producido por influencers en Instagram y/o TikTok. Se desarrolló una investigación de enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal y de alcance descriptivo-correlacional. La muestra estuvo conformada por 61 mujeres de entre 18 y 70 años. Para la recolección de datos se administraron un cuestionario sociodemográfico *ad hoc*, el Cuestionario de Forma Corporal (BSQ-21) y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI-24). Los resultados mostraron que el 36,1 % de las participantes fue incluido en la categoría operativa con insatisfacción corporal. Asimismo, las participantes con insatisfacción corporal presentaron puntuaciones significativamente superiores en Pensamiento Desiderativo, Autocrítica y Ocultación Emocional, mientras que aquellas sin insatisfacción corporal obtuvieron puntuaciones significativamente superiores en Reestructuración Cognitiva. No se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la insatisfacción corporal según el grupo etario ni según el tiempo diario de uso de redes sociales. En relación con las estrategias de afrontamiento, se observaron diferencias específicas según el grupo etario y el tiempo diario de uso de redes sociales. En conjunto, los hallazgos brindaron apoyo parcial a la hipótesis general y evidenciaron diferencias en determinadas estrategias de afrontamiento según la presencia o ausencia de insatisfacción corporal. Se concluye que el análisis conjunto de la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento permite ampliar la comprensión de los recursos psicológicos asociados con el malestar vinculado con la propia imagen en la población estudiada.

Palabras clave: insatisfacción corporal, estrategias de afrontamiento, redes sociales, influencers, TikTok.

Abstract

The present study aimed to analyze the relationship between body image dissatisfaction and coping strategies among Argentine women over 18 years of age who consume fitness, beauty, and/or lifestyle content produced by influencers on Instagram and/or TikTok. A quantitative approach was adopted, using a non-experimental, cross-sectional, descriptive-correlational design. The sample consisted of 61 women aged between 18 and 70 years. Data were collected using an *ad hoc* sociodemographic questionnaire, the Body Shape Questionnaire (BSQ-21), and the Coping Strategies Inventory (CSI-24). Results showed that 36.1% of the participants were included in the operational category of body dissatisfaction. Participants with body dissatisfaction obtained significantly higher scores on Wishful Thinking, Self-Criticism, and Emotional Concealment, whereas those without body dissatisfaction obtained significantly higher scores on Cognitive Restructuring. No statistically significant differences in body dissatisfaction were found according to age group or daily time spent using social media. Regarding coping strategies, specific differences were observed according to age group and daily time spent using social media. Overall, the findings provided partial support for the general hypothesis and revealed differences in specific coping strategies according to the presence or absence of body dissatisfaction. It is concluded that the joint analysis of body image and coping strategies contributes to a broader understanding of the psychological resources associated with body-image-related distress in the population studied.

Keywords: body dissatisfaction, coping strategies, social media, influencers, TikTok.

Introducción

Delimitación del objeto de estudio

La presente investigación se enmarca en el campo de la Psicología Clínica y tiene como propósito analizar la relación entre la insatisfacción con la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento en mujeres argentinas mayores de 18 años que consumen contenido fitness, de belleza y estilo de vida producido por influencers en Instagram y/o TikTok.

Desde una perspectiva teórica, la imagen corporal comprende percepciones, pensamientos y sentimientos que una persona desarrolla en relación con su propio cuerpo. En este marco, la insatisfacción con la imagen corporal refiere a las percepciones, pensamientos y sentimientos negativos vinculados con la propia apariencia y forma corporal (Grogan, 2002). Este fenómeno puede involucrar componentes perceptivos y actitudinales, así como dimensiones cognitivas, emocionales y conductuales.

Por su parte, las estrategias de afrontamiento comprenden los esfuerzos cognitivos y conductuales que las personas despliegan para responder a demandas internas o externas evaluadas como estresantes o que exceden sus recursos disponibles (Lazarus y Folkman, 1984). Estas estrategias pueden adoptar diferentes modalidades y cumplir distintas funciones en la regulación del malestar, por lo que su análisis resulta relevante para comprender las respuestas que las personas desarrollan frente a experiencias vinculadas con la insatisfacción corporal.

En este sentido, el presente estudio se propone describir el nivel de insatisfacción con la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento predominantes en la población seleccionada, así como analizar la relación entre ambas variables. Asimismo, se consideran el rango etario y el tiempo diario de uso de redes sociales con el propósito de examinar posibles diferencias en la insatisfacción corporal y en las estrategias de afrontamiento.

A partir de estas consideraciones, el objeto de estudio se delimita en torno a la relación entre la insatisfacción con la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento en mujeres adultas argentinas que consumen contenido fitness, de belleza y estilo de vida producido por influencers en Instagram y/o TikTok. Para abordar dicha relación, se adopta un enfoque cuantitativo, mediante un diseño no experimental, transversal y de alcance descriptivo-correlacional.

Planteo del problema

La imagen corporal constituye un fenómeno complejo atravesado por factores individuales, sociales y culturales. En el contexto argentino, diferentes investigaciones han señalado la presencia de ideales estéticos asociados con la delgadez y con determinadas prácticas orientadas al control del peso y la apariencia física (Bazán y Ferrari, 2012; Góngora et al., 2020; Tucker, 2010). Asimismo, Argentina registra una elevada cantidad de procedimientos estéticos y se ubica entre los países con mayor cantidad de intervenciones de este tipo a nivel mundial (International Society of Aesthetic Plastic Surgery [ISAPS], 2022). Estos antecedentes permiten considerar la relevancia que adquieren la apariencia física y los ideales corporales en el contexto sociocultural en el que se inscribe la presente investigación.

La insatisfacción con la imagen corporal adquiere especial relevancia para la Psicología Clínica debido a su asociación con diferentes manifestaciones de malestar psicológico y con problemáticas vinculadas con la conducta alimentaria. Diversas investigaciones han señalado relaciones entre las alteraciones de la imagen corporal, los trastornos de la conducta alimentaria y el trastorno dismórfico corporal (Ahrberg et al., 2011; Rosen, 2013). En este sentido, el estudio de la insatisfacción corporal resulta relevante no solo por sus implicancias en la percepción y valoración del propio cuerpo, sino también por su vinculación con diferentes indicadores de salud mental.

Frente al malestar relacionado con la propia imagen corporal, las personas pueden desplegar diferentes estrategias de afrontamiento (Mancuso, 2016). En este contexto, se han identificado diversas respuestas frente al malestar corporal, entre ellas la evitación de situaciones sociales, el ocultamiento de determinadas partes del cuerpo, la comparación corporal y las conductas de comprobación de la apariencia (Kirszman y Carmen, 2015). Asimismo, determinadas estrategias de afrontamiento desadaptativas se han asociado con mayores dificultades relacionadas con la imagen corporal y con factores de riesgo vinculados con los trastornos de la conducta alimentaria (Portela de Santana et al., 2012).

En las últimas décadas, el desarrollo y la expansión de las redes sociales han configurado nuevos escenarios de exposición a modelos corporales y estándares estéticos. Instagram y TikTok se caracterizan por el predominio de contenidos audiovisuales y por la circulación de publicaciones relacionadas con la belleza, el fitness y los estilos de vida. En Argentina, ambas plataformas cuentan con una amplia cantidad de usuarios y registran una participación significativa de mujeres (Universidad Fraternidad de Agrupaciones Santo Tomás de Aquino, 2024).

En este contexto, diferentes investigaciones han encontrado asociaciones entre el uso de redes sociales predominantemente visuales y variables relacionadas con la imagen corporal, especialmente en mujeres (Choukas-Bradley et al., 2020; Marengo et al., 2018). La exposición a contenidos centrados en la apariencia se ha asociado con procesos de comparación social e internalización de ideales estéticos, así como con mayores niveles de insatisfacción corporal (Choukas-Bradley et al., 2020; Marengo et al., 2018). Asimismo, se han identificado diferencias en las formas de procesar y afrontar los contenidos relacionados con la imagen corporal difundidos mediante redes sociales (Mahon y Hevey, 2021).

A pesar del crecimiento de las investigaciones sobre redes sociales e imagen corporal, así como de los estudios que analizan las estrategias utilizadas frente al malestar relacionado

con la apariencia física, de acuerdo con la revisión bibliográfica realizada para el presente estudio, continúan siendo escasos los antecedentes que examinan conjuntamente la insatisfacción con la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento en mujeres adultas argentinas que consumen contenido fitness, de belleza y estilo de vida producido por influencers en Instagram y/o TikTok.

Por lo tanto, resulta relevante analizar la relación entre ambas variables en esta población específica. Su estudio permitirá aportar información acerca de las estrategias de afrontamiento utilizadas por mujeres con diferentes niveles de insatisfacción corporal que consumen contenidos digitales relacionados con la apariencia física en Instagram y/o TikTok.

En función de lo expuesto, se formula la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación entre la insatisfacción con la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento en mujeres argentinas mayores de 18 años que consumen contenido fitness, de belleza y estilo de vida producido por influencers en Instagram y/o TikTok?

Justificación

En las últimas décadas, las redes sociales han adquirido una creciente relevancia como espacios de socialización y circulación de contenidos vinculados con la apariencia física, la belleza y los estilos de vida. En este contexto, la exposición a imágenes corporales idealizadas y editadas puede relacionarse con la construcción y valoración de la propia imagen corporal, particularmente en mujeres susceptibles a la internalización de determinados ideales estéticos (Castro et al., 2024; Zúñiga-Acosta et al., 2024). Asimismo, diferentes investigaciones han señalado asociaciones entre el uso de redes sociales predominantemente visuales y mayores niveles de insatisfacción corporal, comparación social e internalización de ideales estéticos (Choukas-Bradley et al., 2020; Marengo et al., 2018).

Frente al malestar relacionado con la apariencia física, las personas pueden desplegar diferentes estrategias de afrontamiento, entendidas como esfuerzos cognitivos y conductuales orientados al manejo de situaciones evaluadas como estresantes (Lazarus y Folkman, 1984). En particular, diferentes investigaciones han señalado que las estrategias utilizadas frente al malestar corporal pueden relacionarse con la valoración de la propia imagen y con distintos indicadores de bienestar psicológico (Bianchi et al., 2023; Matera et al., 2024). Asimismo, se han encontrado asociaciones entre mayores dificultades relacionadas con la imagen corporal y el empleo de estrategias de afrontamiento disfuncionales, como la autocrítica y la evitación (Castillo-Tintaya y Alfaro-Urquiola, 2025).

En este marco, resulta pertinente estudiar conjuntamente la insatisfacción con la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento en mujeres que consumen contenido fitness, de belleza y estilo de vida producido por influencers en Instagram y/o TikTok. Si bien existen investigaciones que han abordado la relación entre las redes sociales y la imagen corporal, así como estudios centrados en el afrontamiento frente al malestar corporal, de acuerdo con la revisión bibliográfica realizada continúan siendo escasos los antecedentes nacionales que analicen conjuntamente ambas variables en mujeres adultas que consumen este tipo específico de contenido digital.

Desde una perspectiva aplicada, profundizar en el conocimiento de las estrategias de afrontamiento asociadas con diferentes niveles de insatisfacción corporal podría aportar información relevante para el desarrollo de acciones preventivas y psicoeducativas orientadas a favorecer una valoración más adaptativa de la propia imagen corporal. La literatura previa ha destacado la relevancia de considerar las estrategias de afrontamiento en intervenciones vinculadas con la imagen corporal y el bienestar psicológico (Matera et al., 2024).

Finalmente, la investigación resultó viable debido a la disponibilidad de instrumentos para evaluar las variables seleccionadas y al acceso a la población de interés mediante medios digitales.

Objetivos

Objetivo general

- Analizar la relación entre la insatisfacción con la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento en mujeres argentinas mayores de 18 años que consumen contenido fitness, de belleza y/o estilo de vida producido por influencers en Instagram y/o TikTok.

Objetivos específicos

1. Evaluar el grado de insatisfacción con la imagen corporal en mujeres argentinas mayores de 18 años que consumen contenido fitness, de belleza y/o estilo de vida producido por influencers en Instagram y/o TikTok.
2. Describir las estrategias de afrontamiento predominantes en mujeres argentinas mayores de 18 años que consumen contenido fitness, de belleza y/o estilo de vida producido por influencers en Instagram y/o TikTok.
3. Analizar las diferencias en la insatisfacción con la imagen corporal y en las estrategias de afrontamiento según el rango etario y el tiempo diario de uso de redes sociales.

Hipótesis

En relación con el objetivo general, se plantea la siguiente hipótesis: las mujeres que presentan mayores niveles de insatisfacción con la imagen corporal presentan un mayor uso

de estrategias de afrontamiento disfuncionales en comparación con aquellas que presentan menores niveles de insatisfacción corporal.

Hipótesis específicas

1. Las mujeres más jóvenes presentan mayores niveles de insatisfacción con la imagen corporal y un mayor uso de estrategias de afrontamiento disfuncionales en comparación con las mujeres de mayor edad.
2. Un mayor tiempo diario de uso de redes sociales se asocia con mayores niveles de insatisfacción con la imagen corporal y con un mayor uso de estrategias de afrontamiento disfuncionales.

Estado del Arte

La revisión de la literatura realizada para el presente estudio permite observar un creciente interés por el análisis de la imagen corporal, las estrategias de afrontamiento y el uso de redes sociales durante los últimos años. Entre los antecedentes relevados predominan investigaciones desarrolladas en contextos internacionales y en poblaciones específicas, entre ellas adolescentes, pacientes oncológicas y mujeres mastectomizadas. En el ámbito nacional, se identificaron principalmente estudios centrados en la relación entre las redes sociales y la imagen corporal, mientras que resultaron escasos los antecedentes que analizaran conjuntamente la insatisfacción con la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento en mujeres adultas que consumen contenido fitness, de belleza y estilo de vida producido por influencers. En este sentido, la revisión realizada permite identificar un área de vacancia pertinente para el desarrollo de la presente investigación.

Tal es el caso del estudio titulado “Las relaciones entre la imagen corporal, autoeficacia y estrategias de afrontamiento entre estudiantes adolescentes de Indonesia que sufrieron humillación corporal” de Novitasari y Hamid (2021). Los autores tuvieron como objetivo investigar sobre la relación entre la imagen corporal, las estrategias de afrontamiento y la autoeficacia en jóvenes que habían sufrido bullying con respecto a su cuerpo. 168 estudiantes de entre 16 y 17 años de una escuela secundaria en Indonesia, siendo la mayor parte (69%) mujeres. El estudio fue de carácter cuantitativo, correlacional y transversal. Para la recolección de datos se utilizó el Cuestionario de Figura Corporal (BSQ-16), la Escala General de Autoeficacia (GSE) y el Cuestionario de Formas de Afrontamiento (WCQ). Los investigadores hallaron que el 58% demostró tener una imagen corporal negativa, y el 73% utilizaba estrategias de afrontamiento emocional como la evitación o la exaltación de los aspectos positivos. Sin embargo, no se encontró una relación significativa entre imagen corporal y afrontamiento, sino que la autoeficacia se constituyó como un factor mediador entre ambos.

En relación con las redes sociales, García Otero (2022) realizó una revisión sistemática de siete estudios de carácter cualitativo, titulada *Imagen corporal y redes sociales en la adolescencia y la juventud*, con el objetivo de explorar la relación entre las redes sociales y la imagen corporal. Las bases de datos consultadas fueron PsycINFO, PubMed y Psychology and Behavioral Sciences Collection. Los criterios de elegibilidad de los estudios seleccionados contemplaron que abordaran la imagen corporal y las redes sociales y que la población estudiada se encontrara comprendida en la adolescencia y la juventud. Las muestras de los estudios incluidos estuvieron conformadas por entre 5 y 49 participantes, con predominio de mujeres. Los resultados señalaron una relación negativa entre el uso de redes sociales y la imagen corporal, principalmente en mujeres. Asimismo, las estrategias utilizadas frente a las emociones desagradables asociadas con una imagen corporal negativa se

relacionaron con la restricción alimentaria y la comparación con otras personas a través de las redes sociales. Además, Instagram fue identificada como la red social más utilizada por las poblaciones estudiadas.

En continuidad con las revisiones bibliográficas, Cano García et al. (2023) realizaron una revisión de carácter descriptivo titulada *Relación entre redes sociales y autoimagen o imagen corporal en los usuarios de redes sociales*, cuyo objetivo fue analizar la relación entre el uso de redes sociales y la autoimagen o imagen corporal a partir de investigaciones previas. Para la búsqueda bibliográfica se utilizaron las bases de datos Scopus, ScienceDirect y Springer, y se incluyeron 21 artículos publicados entre 2015 y 2022 que abordaron la temática mediante diferentes metodologías. Los resultados indicaron una asociación entre el uso de redes sociales, la distorsión de la imagen corporal y la insatisfacción corporal. Asimismo, estos fenómenos se relacionaron con riesgos vinculados con la búsqueda de la delgadez y con los trastornos de la conducta alimentaria, particularmente en mujeres.

En relación con las investigaciones realizadas en Argentina, Panzitta et al. (2023) desarrollaron un estudio transversal y descriptivo titulado *Influencia del uso de redes sociales sobre conformidad con la imagen corporal*. La muestra estuvo conformada por 2236 participantes mayores de 18 años residentes en Argentina, quienes fueron encuestados durante diez días de junio de 2020, en el contexto del aislamiento social, preventivo y obligatorio por la pandemia de COVID-19. El cuestionario incluyó datos sociodemográficos y antropométricos, entre ellos el índice de masa corporal (IMC), así como instrumentos *ad hoc* destinados a evaluar la conformidad con la imagen corporal, la influencia percibida de las redes sociales sobre la conformidad con el propio cuerpo y la frecuencia de uso de redes sociales durante el aislamiento. El objetivo fue evaluar la influencia del uso de las redes sociales sobre la conformidad con la imagen corporal y el propio cuerpo en dicho contexto. Los resultados indicaron que el 34 % de la muestra manifestó no sentirse nunca o casi nunca

conforme con su cuerpo, mientras que el 60 % refirió miedo a aumentar de peso y preocupación por la delgadez. Asimismo, quienes presentaban disconformidad corporal antes del aislamiento percibieron que el uso de redes sociales podía incrementar su insatisfacción corporal.

De igual modo, Góngora (2023) llevó a cabo una investigación cuantitativa, transversal y correlacional titulada *Actividades en redes sociales, insatisfacción corporal, ideales de belleza y apreciación corporal en mujeres adultas*, cuyo objetivo fue analizar la relación entre distintos tipos de actividades realizadas en redes sociales y la insatisfacción corporal, la internalización de ideales de belleza y la apreciación corporal. La muestra estuvo conformada por 121 mujeres de entre 18 y 65 años residentes en la Región Metropolitana de Buenos Aires. Entre los instrumentos utilizados se incluyeron una encuesta *ad hoc* sobre el uso de redes sociales, la Escala de Apreciación Corporal (BAS-2), el Inventario de Trastornos de la Conducta Alimentaria (EDI-2) y el Cuestionario de Actitudes Socioculturales hacia la Apariencia (SATAQ-3). Los resultados mostraron que las actividades en redes sociales más asociadas con la internalización de los ideales de belleza, la insatisfacción corporal y la apreciación corporal fueron la publicación de actualizaciones de estado y el chequeo de la actividad de otros contactos. Asimismo, los hallazgos señalaron una asociación entre una mayor apreciación corporal y menores niveles de insatisfacción corporal, lo que permitió considerar su posible función protectora en el contexto del uso de redes sociales.

Por otro lado, Bianchi et al. (2023) llevaron a cabo una investigación titulada *Impacto de la imagen corporal en la calidad de vida y en los atracones alimentarios de adolescentes: el rol indirecto de las estrategias de afrontamiento de la imagen corporal*. El estudio presentó una metodología cuantitativa, no experimental y correlacional, y tuvo como objetivo investigar la relación entre el impacto de la imagen corporal en la calidad de vida y los atracones alimentarios en población adolescente, así como explorar el rol de las estrategias de

afrontamiento de la imagen corporal en dicha relación. La muestra estuvo compuesta por 175 adolescentes de entre 15 y 21 años que asistían a escuelas públicas de distintas ciudades de Italia, de los cuales el 49,1 % eran mujeres. Se aplicaron el Inventario de Calidad de Vida de la Imagen Corporal (BIQLI), el Inventario de Estrategias de Afrontamiento de la Imagen Corporal (BICSI), la Escala de Síntomas de Atracones Alimentarios (BES) y un cuestionario *ad hoc* destinado a evaluar la satisfacción de los adolescentes con su imagen corporal. Los resultados señalaron que una imagen corporal positiva se relacionó con una menor presencia de síntomas de atracones alimentarios mediante un mayor empleo de estrategias de afrontamiento basadas en la aceptación racional positiva y un menor uso de estrategias de evitación. Asimismo, las mujeres adolescentes presentaron mayor vulnerabilidad que los varones en relación con los síntomas de atracones, la insatisfacción con la imagen corporal y la utilización de las estrategias de afrontamiento relacionadas con la imagen corporal.

Por su parte, Zhu et al. (2023) realizaron en China un estudio cuyo objetivo fue investigar la relación entre los estilos de afrontamiento, la perturbación de la imagen corporal y la autocompasión en una muestra de 310 mujeres de entre 18 y 50 años con diagnóstico de cáncer de mama que habían sido sometidas a cirugía. El estudio presentó un enfoque cuantitativo, un diseño no experimental y transversal. Para la recolección de datos se utilizaron el Cuestionario de Autoevaluación de Imagen Corporal para Cáncer de Mama (BISQ-BC), la Escala de Autocompasión (SCS), el Cuestionario Médico de Modos de Afrontamiento (MCMQ) y un cuestionario sociodemográfico. Los resultados indicaron que los estilos de afrontamiento cumplieron un rol mediador en la relación entre la autocompasión y la perturbación de la imagen corporal. En particular, las participantes con mayores niveles de autocompasión presentaron una mayor tendencia a utilizar la confrontación como estrategia de afrontamiento, asociada con una menor perturbación de la imagen corporal. Por el contrario, menores niveles de autocompasión se asociaron con una

mayor utilización de estrategias como la evitación y la aceptación-resignación, vinculadas con una mayor perturbación de la imagen corporal.

Asimismo, Abrante Rodríguez (2024) realizó un estudio titulado *Imagen corporal y el uso de redes sociales en jóvenes: variables psicológicas asociadas*, mediante una metodología mixta. El objetivo fue evaluar la influencia de las redes sociales en la percepción de la imagen corporal de los jóvenes, considerando diferentes variables psicológicas asociadas. La muestra estuvo conformada por 1208 usuarios activos de Instagram de entre 18 y 35 años. Entre los instrumentos utilizados se incluyeron una entrevista semiestructurada, una encuesta sociodemográfica, un cuestionario *ad hoc* sobre el uso de redes sociales, la Escala de Apreciación Corporal (BAS), el Inventario Revisado de Esquemas de Apariencia (ASI-R) y el Inventario de Orientación de Afrontamiento a los Problemas Experimentados (COPE-28), además de otras escalas relacionadas con la personalidad, el bienestar psicológico y la autoestima. Los resultados indicaron que las mujeres presentaron una mayor implicación que los varones en el uso de redes sociales, particularmente Instagram, y en actividades como el consumo de contenido producido por influencers y la edición de fotografías, aspectos que se asociaron con una mayor insatisfacción corporal. Asimismo, la utilización de la autoinculpación como estrategia de afrontamiento se relacionó con una mayor afectación negativa asociada con estas prácticas en redes sociales y con mayores niveles de insatisfacción corporal.

Por su parte, Matera et al. (2024) investigaron el papel de las estrategias de afrontamiento de la imagen corporal en la imagen corporal positiva y el bienestar psicológico en una muestra de 373 mujeres y 377 varones de entre 18 y 31 años. El estudio presentó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental y transversal. Para la recolección de datos se utilizaron el Inventario de Estrategias de Afrontamiento de la Imagen Corporal (BICSI), las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff (RPWB), la Escala de Apreciación de

la Funcionalidad (FAS), la Escala de Compasión Corporal (BCS) y la Escala de Apreciación Corporal (BAS-2). Los resultados mostraron que las estrategias de afrontamiento de la imagen corporal cumplieron un papel mediador en el bienestar psicológico y que las normas sociales y las presiones relacionadas con la imagen corporal se asociaron con la percepción corporal y con las estrategias de afrontamiento utilizadas. Los autores concluyeron que las intervenciones orientadas a mejorar la imagen corporal podrían contribuir al bienestar psicológico mediante la reducción del uso de estrategias de afrontamiento desadaptativas.

Por último, Castillo-Tintaya y Alfaro-Urquiola (2025) realizaron un estudio cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal y correlacional, titulado *Estrategias de afrontamiento e imagen corporal en mujeres mastectomizadas. Un estudio correlacional*. El objetivo fue determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y la imagen corporal en mujeres sometidas a una mastectomía. Se aplicaron el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (IEA) y la Escala de Imagen Corporal (QLQ-BR23) a una muestra conformada progresivamente por 80 mujeres de entre 20 y 66 años que asistían a centros oncológicos de la ciudad de La Paz, Bolivia. Los resultados indicaron que una mayor alteración de la imagen corporal se asoció con un mayor empleo de estrategias de afrontamiento disfuncionales, entre ellas la autocrítica, la evitación de problemas y la retirada social. Por el contrario, una menor alteración de la imagen corporal se relacionó con un mayor empleo de estrategias funcionales, como la resolución de problemas, la expresión emocional y el apoyo social. A partir de estos hallazgos, los autores destacaron la relevancia de fomentar estrategias de afrontamiento adaptativas en pacientes que hayan atravesado una mastectomía.

En función de los antecedentes relevados, y de acuerdo con la revisión bibliográfica realizada, se identifican escasos estudios nacionales que analicen conjuntamente la insatisfacción con la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento en mujeres adultas

que consumen contenido fitness, de belleza y estilo de vida en redes sociales. Esta vacancia fundamenta la pertinencia de profundizar en el estudio conjunto de ambas variables en la población seleccionada.

Marco teórico

Concepto de imagen corporal

El concepto de imagen corporal (IC) ha sido abordado desde diferentes perspectivas y ámbitos de estudio, lo que ha dado lugar a diversas conceptualizaciones y matices en su definición (Del Castillo, 2009). Esta diversidad conceptual ha dificultado el establecimiento de una definición unívoca del constructo (Skrzypek et al., 2001).

Una de las primeras conceptualizaciones de la imagen corporal fue propuesta por Schilder (1936), quien la concibió como la representación mental que una persona construye de su propio cuerpo. Posteriormente, desde una perspectiva cognitiva, Slade (1994) conceptualizó la imagen corporal como una representación mental del tamaño y la forma del cuerpo, influida y modificada por factores biológicos, históricos y socioculturales.

Cash y Pruzinsky (1990, como se citó en Baile-Ayensa, 2003) propusieron una conceptualización multidimensional de la imagen corporal, destacando su carácter multifacético, dinámico y subjetivo. Desde esta perspectiva, la imagen corporal comprende un componente perceptivo, relacionado con la percepción de la forma y el tamaño corporal; un componente cognitivo, vinculado con los pensamientos y creencias acerca del propio cuerpo; y un componente emocional, relacionado con los sentimientos y el grado de satisfacción corporal. De manera similar, Santos-Morocho (2022) distingue dos componentes fundamentales de la imagen corporal: uno perceptivo y otro actitudinal, que comprende emociones, cogniciones, creencias y conductas dirigidas hacia el propio cuerpo, las cuales se encuentran interrelacionadas.

Por otro lado, existen conceptualizaciones más integradoras. Raich et al. (1996a) definen la imagen corporal como un constructo que comprende aquello que una persona percibe, piensa, siente y hace en relación con su propio cuerpo. En una línea similar, Baile-Ayensa (2003) la conceptualiza como un constructo psicológico complejo en el que la autopercepción del cuerpo y de la apariencia configura una representación mental vinculada con aspectos perceptivos, emocionales, cognitivos y conductuales.

A modo de síntesis, la imagen corporal hace referencia a la manera en la que uno percibe, imagina, siente y actúa respecto a su propio cuerpo. Además, incorpora aspectos perceptivos, subjetivos -satisfacción, preocupación y cognición- y aspectos conductuales (Rosen et al., 1995).

Construcción social e histórica de la imagen corporal

Más allá de sus componentes psicológicos, la imagen corporal se encuentra vinculada con los estándares de belleza construidos en determinados contextos sociales, históricos y culturales (Muñoz-Lopez, 2014). Estos ideales corporales se han transformado a lo largo del tiempo y han sido transmitidos y reforzados mediante diferentes producciones culturales, entre ellas el arte, la literatura y los medios de comunicación (Heredia y Espejo, 2009).

En la antigua Grecia, los ideales corporales estuvieron asociados con criterios de simetría y proporción física (Konstan, 2012). Durante la Edad Media y el Renacimiento, las representaciones del cuerpo también estuvieron atravesadas por concepciones religiosas y morales propias de cada contexto histórico. En particular, Jimenez-Marce (2008) señala que determinadas representaciones de la figura femenina establecían una diferenciación simbólica entre las distintas partes del cuerpo: mientras la parte superior se vinculaba con significaciones religiosas y con determinados atributos de belleza, la parte inferior tendía a permanecer cubierta y se asociaba con valoraciones morales negativas.

Durante la primera mitad del siglo XX también se produjeron transformaciones en los ideales de belleza femenina. En este período, el cine norteamericano adquirió un papel relevante en la difusión de determinados modelos estéticos y contribuyó a instalar representaciones de la belleza asociadas, entre otros atributos, con cuerpos bronceados y curvilíneos (Fuente del Campo, 2002).

A partir de la segunda mitad del siglo XX se consolidaron en las sociedades occidentales determinados ideales de belleza femenina asociados con la delgadez, en un contexto atravesado por el crecimiento de la industria de la moda y del consumo vinculado con la apariencia física (Orellana, 2015). En este marco, el cuerpo adquirió una creciente centralidad como objeto de valoración social y estética. La preocupación por la apariencia física y la valoración del cuerpo se vincularon, a su vez, con prácticas orientadas al control del peso y con procesos de estigmatización de los cuerpos que se apartan de los ideales socialmente establecidos (Gervilla, 2002; Salaberria y Cruz, 2007). Estos modelos corporales han sido difundidos y reforzados históricamente por diferentes medios de comunicación y por la publicidad (Salazar-Mora, 2008), a los que posteriormente se incorporaron los entornos digitales y las redes sociales como nuevos espacios de circulación de ideales estéticos.

Insatisfacción con la imagen corporal e imagen corporal negativa

La adecuación a determinados ideales estéticos puede adquirir relevancia en la valoración de la propia apariencia y relacionarse con diferentes aspectos de la vida personal y social. En este contexto, la evaluación reiterada del propio cuerpo puede asociarse con una percepción corporal negativa y con mayores niveles de insatisfacción con la imagen corporal (Esnaola-Etxaniz, 2005). Esta última implica una valoración desfavorable de la propia apariencia y puede vincularse con el deseo de modificar el cuerpo y con la adopción de

determinadas conductas orientadas a alcanzar los ideales corporales internalizados (Solano-Pinto et al., 2017).

La construcción de una imagen corporal negativa puede encontrarse asociada con múltiples factores individuales, familiares, sociales y evolutivos. Entre los factores interpersonales, las figuras parentales y las amistades pueden constituir fuentes de mensajes relacionados con la apariencia física, mediante verbalizaciones que expresan una elevada preocupación por el atractivo o valoraciones críticas acerca del propio cuerpo y del cuerpo de otras personas. Asimismo, determinados factores individuales, como la inseguridad, la baja autoestima y una menor autonomía, pueden vincularse con una mayor preocupación por alcanzar determinados ideales corporales. A estos aspectos se suman los cambios físicos relacionados con la pubertad, las variaciones en el peso y el desarrollo físico precoz o tardío. También se han señalado experiencias vitales como acontecimientos traumáticos, experiencias negativas vinculadas con el cuerpo, dificultades en actividades deportivas, obesidad durante la infancia y determinadas enfermedades como factores que pueden relacionarse con la construcción y el mantenimiento de una imagen corporal negativa (O'Dea, 2012; Pucha y Guaman, 2023; Salaberria y Cruz, 2007; Stice, 2003).

En este contexto, el malestar asociado con la propia apariencia puede vincularse con el desarrollo de conductas de evitación y comportamientos ritualizados relacionados con el cuerpo, los cuales pueden contribuir al mantenimiento de la preocupación y la insatisfacción corporal (Salaberria y Cruz, 2007).

El género constituye otro de los factores considerados en el estudio de la imagen corporal. Diferentes investigaciones han señalado una mayor presencia de insatisfacción con la imagen corporal en mujeres, quienes pueden encontrarse particularmente expuestas a ideales estéticos y presiones socioculturales relacionados con la apariencia física (Ramos et al., 2016; Turón et al., 1992).

Asimismo, una imagen corporal negativa puede relacionarse con dificultades en el ámbito interpersonal y con diferentes manifestaciones de malestar, entre ellas sentimientos de ansiedad e incomodidad en situaciones sociales. También puede vincularse con inseguridad y malestar ante la exposición del propio cuerpo en el contexto de las relaciones sexuales (Raich, 2004).

En síntesis, la insatisfacción con la imagen corporal puede adquirir distintos niveles de intensidad y generar diferentes grados de malestar. Cuando las preocupaciones relacionadas con el cuerpo y la apariencia se presentan de manera persistente e interfieren significativamente en la vida cotidiana, pueden adquirir relevancia clínica y asociarse con alteraciones de la imagen corporal de mayor gravedad (Salaberria y Cruz, 2007).

Modelo de influencia tripartita de la imagen corporal

El modelo de influencia tripartita, desarrollado por Thompson et al. (1999), propone un marco explicativo para comprender la influencia de determinados factores socioculturales en el desarrollo de la insatisfacción corporal y de problemáticas vinculadas con los trastornos de la conducta alimentaria.

El modelo identifica tres principales fuentes de influencia sociocultural vinculadas con la construcción y valoración de la imagen corporal: la familia, los pares y los medios de comunicación. Asimismo, plantea que la relación entre estas influencias y la insatisfacción corporal se encuentra mediada por procesos como la internalización de los ideales socioculturales de apariencia y la tendencia a realizar comparaciones relacionadas con el cuerpo (Van den Berg et al., 2002). Si bien la influencia sociocultural no resulta necesariamente negativa, la internalización de determinados ideales de belleza puede constituir un factor asociado con la insatisfacción corporal y con problemáticas vinculadas con la conducta alimentaria (Pérez-Bustinzar et al., 2023).

Posteriormente, Keery et al. (2004) analizaron las influencias socioculturales y los mecanismos de mediación propuestos por el modelo tripartito. Los resultados mostraron que la internalización de los ideales de apariencia y la comparación mediaron totalmente la relación entre la influencia parental y la insatisfacción corporal, y mediaron parcialmente la relación de la influencia de los pares y de los medios de comunicación con la insatisfacción corporal.

En consonancia con estos planteamientos, diferentes investigaciones han identificado asociaciones entre las influencias familiares y de los pares, la insatisfacción con la imagen corporal y diferentes problemáticas vinculadas con la conducta alimentaria. En particular, se ha señalado la relevancia de los comentarios familiares relacionados con el control del peso, la apariencia física y las valoraciones críticas acerca del propio cuerpo (Curtis y Loomans, 2014; Kluck, 2010). Asimismo, la influencia de los medios de comunicación sobre la imagen corporal ha sido estudiada en relación con la exposición a contenidos televisivos (Hrafnkelsdottir et al., 2022) y, más recientemente, con el uso de redes sociales y plataformas digitales como Instagram, Facebook y TikTok (Mabe et al., 2014; Rodgers y Rousseau, 2022).

Distorsión de la imagen corporal y trastornos de salud mental

Diversas investigaciones han señalado la relevancia de las alteraciones de la imagen corporal en diferentes problemáticas de salud mental. En particular, la distorsión de la imagen corporal ha sido asociada con los trastornos de la conducta alimentaria (Álvarez-Rayón et al., 2009; Espeset et al., 2012; Espina et al., 2001) y con el trastorno dismórfico corporal (Kollei et al., 2012; Rosen y Ramirez, 1998).

Asimismo, se ha señalado la existencia de comorbilidad y de características compartidas entre los trastornos de la conducta alimentaria y el trastorno dismórfico corporal,

particularmente en relación con las preocupaciones vinculadas con la apariencia y la imagen corporal (Hollander et al., 1993; Ruffolo et al., 2006). Estas similitudes han dado lugar a diferentes discusiones acerca de la relación entre ambos tipos de problemáticas, aunque constituyen entidades diagnósticas diferenciadas (Behar y Arancibia, 2015). En este sentido, los criterios diagnósticos también permiten identificar aspectos vinculados con la percepción y valoración de la apariencia: mientras que en la anorexia nerviosa se contemplan alteraciones relacionadas con la manera en que se experimentan el peso y la forma corporal, en el trastorno dismórfico corporal adquiere centralidad la preocupación por defectos o imperfecciones percibidos en la apariencia física (Asociación Americana de Psiquiatría, 2022).

Por último, la insatisfacción con la imagen corporal también ha sido asociada con diferentes indicadores de malestar psicológico, entre ellos sintomatología ansiosa y depresiva, particularmente en población joven (Mercader-Yus et al., 2018; Murray et al., 2018).

Distorsión de la imagen corporal y trastornos alimenticios

En pacientes con anorexia nerviosa se han descripto alteraciones de la imagen corporal vinculadas con discrepancias entre el tamaño corporal y su percepción subjetiva (Bruch, 1962). En una línea similar, Garner y Garfinkel (1982) señalaron dificultades en la estimación del tamaño corporal, junto con componentes cognitivos y emocionales negativos relacionados con la valoración de la propia apariencia. Estos aportes permiten distinguir entre alteraciones de carácter perceptivo y aspectos actitudinales vinculados con la insatisfacción con la propia imagen corporal.

La literatura ha reconocido la relevancia de las alteraciones de la imagen corporal en trastornos de la conducta alimentaria como la anorexia nerviosa y la bulimia nerviosa. Sin

embargo, se han planteado diferentes perspectivas acerca del papel que estas alteraciones desempeñan en su aparición y mantenimiento (Maganto y Cruz, 2000).

Desde una perspectiva clásica, Bruch (1962) consideró la distorsión de la imagen corporal como una característica central de la anorexia nerviosa, particularmente vinculada con la sobreestimación del propio tamaño corporal. Sin embargo, Garner (1981) también identificó fenómenos de subestimación corporal en esta población, lo que permitió considerar la existencia de variaciones en la estimación y percepción del propio cuerpo entre pacientes con anorexia nerviosa.

Por otra parte, diferentes investigaciones han cuestionado la especificidad de las alteraciones de la imagen corporal como características exclusivas de los trastornos de la conducta alimentaria. Se ha observado que el malestar, la insatisfacción y determinadas alteraciones vinculadas con la percepción y valoración del propio cuerpo también pueden presentarse en personas sin un diagnóstico de trastorno de la conducta alimentaria, particularmente en mujeres expuestas a ideales socioculturales relacionados con la apariencia física (Espina et al., 2001; Maganto y Cruz, 2000; Tordera y Rivera, 2007). En este sentido, las alteraciones de la imagen corporal constituyen un fenómeno relevante para la comprensión de la anorexia nerviosa, aunque su presencia no debe interpretarse de manera aislada como indicativa de un diagnóstico.

Imagen corporal y procedimientos estéticos

Los procedimientos estéticos constituyen una práctica extendida a nivel internacional y presentan una importante participación de población femenina (International Society of Aesthetic Plastic Surgery [ISAPS], 2022). La búsqueda de modificaciones en la apariencia física constituye uno de los aspectos considerados en el estudio psicológico de las personas que recurren a este tipo de intervenciones (Sarwer y Crerand, 2004). Según datos de ISAPS

(2022), entre los procedimientos quirúrgicos de mayor frecuencia se encuentran determinadas intervenciones sobre los párpados, la liposucción, el aumento mamario, la corrección de cicatrices y la rinoplastia. Entre los procedimientos no quirúrgicos se incluyen la aplicación de ácido hialurónico y toxina botulínica, la depilación, los tratamientos orientados al tensado de la piel y el *peeling* químico.

Sarwer et al. (1998a) señalan que la apariencia física constituye un componente relevante de la imagen corporal y una fuente de información utilizada en las interacciones sociales, vinculada con las creencias y pensamientos acerca del propio cuerpo y del cuerpo de otras personas. Asimismo, los autores describen diferentes factores perceptivos, sociales y evolutivos que pueden relacionarse tanto con la imagen corporal como con la decisión de someterse a procedimientos estéticos. Entre ellos se encuentran la discrepancia entre la percepción de la propia forma corporal y sus características físicas, la insatisfacción corporal, determinados cambios asociados con la maduración física y sexual, las experiencias de burlas relacionadas con la apariencia y la comparación con figuras que representan ideales de belleza.

En relación con los posibles efectos de los procedimientos estéticos sobre la imagen corporal, Rabert et al. (2010) señalaron que las personas que habían atravesado una cirugía estética podían presentar una mayor atención hacia aspectos relacionados con el peso, la alimentación y el mantenimiento de la forma física, junto con modificaciones en la percepción de la propia imagen corporal. Sin embargo, los resultados de este tipo de intervenciones pueden diferir en personas con trastorno dismórfico corporal. En esta población, diferentes estudios han señalado que los procedimientos estéticos no necesariamente disminuyen el malestar relacionado con la apariencia y que, en algunos casos, este puede persistir o intensificarse (Figueroa-Varela y Careaga-Perez, 2013; Rochefort-Ciscutti et al., 2014).

Definición de estrés

Desde una perspectiva fisiológica, el estrés puede comprenderse como una respuesta del organismo frente a la percepción de estímulos aversivos o placenteros (Dvorkin y Cardinali, 2003). Entre las conceptualizaciones clásicas, Selye (1946, como se citó en González y Escobar, 2002) describió el estrés como un estado de desequilibrio del organismo y formuló el Síndrome General de Adaptación para explicar la respuesta fisiológica desplegada frente a diferentes estímulos y las modificaciones que permiten al organismo adaptarse a las demandas experimentadas. Asimismo, señaló que la exposición sostenida a situaciones estresantes puede asociarse con consecuencias negativas para la salud.

El Síndrome General de Adaptación comprende tres etapas. La primera corresponde a la fase de alarma, en la que el organismo responde ante la presencia del agente estresor mediante la activación de diferentes mecanismos fisiológicos y la movilización de los recursos necesarios para afrontar la situación. Posteriormente, se desarrolla la fase de resistencia o adaptación, durante la cual el organismo intenta mantener la respuesta frente al estresor mediante la utilización de los recursos disponibles. Finalmente, cuando la exposición al agente estresor se prolonga y los recursos adaptativos resultan insuficientes, puede presentarse la fase de agotamiento, caracterizada por una disminución de la capacidad del organismo para sostener la respuesta adaptativa (de Camargo, 2004; Selye, 1946, como se citó en González y Escobar, 2002).

Definición de afrontamiento

Una de las conceptualizaciones más influyentes del afrontamiento en el campo de la Psicología corresponde al modelo cognitivo-transaccional desarrollado por Lazarus y Folkman (Biggs et al., 2017). Desde esta perspectiva, el afrontamiento comprende los

esfuerzos cognitivos y conductuales, dinámicos y cambiantes, que una persona despliega para manejar demandas internas o externas que son valoradas como exigentes o como superiores a los recursos disponibles para responder a ellas (Lazarus y Folkman, 1984). El modelo destaca la relevancia de la valoración cognitiva que la persona realiza tanto de las demandas de la situación como de los recursos con los que cuenta para afrontarlas. Cuando dichas demandas son evaluadas como superiores a los recursos disponibles, puede generarse una respuesta de estrés (Dahab et al., 2010).

Esta perspectiva sitúa el afrontamiento en la interacción entre la persona y su entorno, otorgando especial relevancia a la valoración que realiza de las demandas de una determinada situación. Esta valoración se encuentra vinculada con diferentes aspectos de la experiencia individual, entre ellos la historia de aprendizaje, la trayectoria biográfica y el contexto social de la persona (Casado-Cañero, 2002). En consecuencia, el afrontamiento se concibe como un proceso dinámico y contextual, cuyas respuestas pueden modificarse en función de las características de la situación y a lo largo del tiempo (Schoenmakers et al., 2015).

Tipos de afrontamiento

El afrontamiento constituye un constructo complejo que comprende fenómenos de diversa naturaleza, lo que ha dado lugar a distintas conceptualizaciones y clasificaciones y ha dificultado su delimitación teórica y su estudio empírico (Lopez y Rodríguez, 1997).

En el marco del modelo cognitivo-transaccional, Lazarus y Folkman distinguen diferentes funciones del afrontamiento, entre las que se encuentran aquellas orientadas al problema y aquellas centradas en la regulación de las emociones (Vishkin y Tamir, 2020). El afrontamiento centrado en el problema comprende esfuerzos dirigidos a manejar o modificar la situación que genera malestar, mediante acciones como la identificación del problema, la consideración de posibles alternativas y la implementación de respuestas orientadas a

modificar la fuente de estrés. Por su parte, el afrontamiento centrado en la emoción se orienta al manejo de las respuestas emocionales asociadas con la situación estresante, mediante diferentes estrategias de regulación emocional (Folkman, 2008; Lazarus y Folkman, 1984).

Por su parte, Endler y Parker (1994) propusieron una clasificación que contempla el afrontamiento orientado a la tarea, el afrontamiento orientado a la emoción y una tercera modalidad de carácter evitativo.

Otra forma de clasificar las respuestas de afrontamiento distingue entre procesos de acercamiento y de evitación (Fauerbach et al., 2009; Roth y Cohen, 1986). El acercamiento comprende respuestas orientadas al contacto y abordaje activo de una situación estresante, que pueden incluir la búsqueda de alternativas, el reconocimiento de las emociones y la modificación de patrones conductuales (Affleck y Tennen, 1996), aun cuando este proceso pueda implicar la experimentación transitoria de emociones desagradables (Hayes et al., 2006). En contraste, la evitación comprende respuestas orientadas a disminuir o eludir el contacto con determinados aspectos de una experiencia percibida como aversiva (Roth y Cohen, 1986). Aunque algunas respuestas evitativas pueden producir una disminución del malestar a corto plazo, su utilización persistente puede limitar el contacto con experiencias significativas y restringir el repertorio de respuestas disponibles frente a situaciones estresantes (Hayes et al., 2013).

Estilos y estrategias de afrontamiento

Las investigaciones acerca de la relación entre la personalidad y el afrontamiento han dado lugar a diferentes perspectivas respecto de su estabilidad y variabilidad. En este sentido, se ha debatido si el afrontamiento puede comprenderse principalmente en términos de disposiciones relativamente estables de la persona o si sus manifestaciones varían en función

de las características de las situaciones y los contextos en los que se producen (Bouchard, 2003).

Desde una perspectiva disposicional, los estilos de afrontamiento pueden entenderse como patrones relativamente estables que predisponen a las personas a responder de determinadas maneras frente a situaciones nuevas, problemáticas o estresantes (Beutler et al., 2011). En contraste, Soriano (2002) sostiene que el afrontamiento no debe comprenderse como un rasgo permanente y estático, sino en términos de estrategias dinámicas que pueden variar en función de diferentes factores, entre ellos las características del contexto en el que la persona se desenvuelve.

Una perspectiva integradora permite diferenciar ambos conceptos sin considerarlos excluyentes. Fernández-Abascal (1997, como se citó en Castaño y del Barco, 2010) define los estilos de afrontamiento como predisposiciones relativamente estables que orientan la manera en que una persona tiende a responder frente a diferentes situaciones, mientras que las estrategias de afrontamiento corresponden a respuestas cognitivas y conductuales más específicas, desplegadas en función de las características y demandas de un contexto determinado. En esta misma línea, David y Suls (1999) señalan la relevancia de considerar conjuntamente factores personales y situacionales para comprender las respuestas de afrontamiento.

Abordaje integrativo del afrontamiento

El abordaje integrativo del afrontamiento articula la perspectiva disposicional, vinculada con los estilos de afrontamiento, con una perspectiva contextual centrada en las estrategias desplegadas frente a situaciones específicas (Martinez, 2007). En este marco, Moos y Holahan (2003) consideran insuficiente una explicación exclusivamente disposicional del afrontamiento, dado que esta no permite comprender plenamente las

respuestas que las personas desarrollan frente a situaciones estresantes particulares. En consecuencia, proponen un modelo integrador en el que los recursos personales y contextuales se encuentran interrelacionados y mantienen relaciones recíprocas con los estresores presentes en la vida cotidiana.

De acuerdo con Moos y Holahan (2003), el proceso de afrontamiento comprende la interacción entre el sistema ambiental, el sistema personal, las habilidades de afrontamiento y los procesos de adaptación. El sistema ambiental incluye tanto condiciones relativamente estables como acontecimientos transitorios, entre ellos los estresores y los recursos disponibles en el entorno. Por su parte, el sistema personal comprende características individuales relativamente estables, incluidos determinados estilos de afrontamiento, que pueden influir en las preferencias y respuestas de la persona frente a situaciones estresantes. La interacción entre las condiciones ambientales, los acontecimientos transitorios y los factores personales interviene en la valoración cognitiva de las situaciones y en las respuestas de afrontamiento desplegadas, las cuales se relacionan, a su vez, con los procesos de adaptación (Moos y Holahan, 2003).

Relación entre estrategias de afrontamiento e imagen corporal

Las respuestas de afrontamiento desplegadas frente a una situación estresante pueden relacionarse con diferentes resultados, los cuales varían en función de las estrategias utilizadas, las características del estresor y el contexto en el que se produce la situación. Lazarus y Folkman (1984) señalan que las consecuencias del proceso de afrontamiento pueden analizarse en diferentes áreas, entre ellas el funcionamiento social, la adaptación psicológica y la salud.

Diferentes problemáticas de salud mental se han asociado con una mayor utilización de estrategias de afrontamiento desadaptativas y con dificultades para emplear respuestas más

flexibles frente al malestar (Aldao y Nolen-Hoeksema, 2012). En particular, se han identificado asociaciones entre determinadas estrategias de afrontamiento desadaptativas y los trastornos de la conducta alimentaria (Nolen-Hoeksema et al., 2007), en los cuales las alteraciones de la imagen corporal constituyen un aspecto clínicamente relevante (Bruch, 1962).

A su vez, el malestar asociado con la propia imagen corporal puede constituir una experiencia valorada como estresante y dar lugar al despliegue de diferentes estrategias de afrontamiento frente a situaciones relacionadas con la apariencia física (Cash et al., 2005). Entre las respuestas descriptas se encuentran estrategias cognitivas y conductuales de evitación que pueden reducir transitoriamente el malestar y, de este modo, mantenerse mediante procesos de reforzamiento negativo (Cash y Pruzinsky, 2002). Asimismo, se han identificado respuestas vinculadas con el afrontamiento centrado en la emoción frente al malestar corporal (Koff y Sangani, 1997), entre ellas la expresión emocional, la autoinculpación, la atribución de responsabilidad a otras personas y determinadas formas de resignación o respuesta pasiva (Endler y Parker, 1994).

Redes sociales

Las redes sociales pueden definirse como plataformas digitales que posibilitan a sus usuarios crear, compartir e intercambiar diferentes tipos de contenidos, así como interactuar con otras personas mediante diversos recursos comunicacionales (Mazurek et al., 2019). Su desarrollo se encuentra vinculado con las transformaciones asociadas con la denominada Web 2.0 (DiNucci, 1999), concepto utilizado para diferenciar nuevas formas de participación e interacción en internet respecto de las características predominantes de la web en períodos anteriores (Pérez Salazar, 2011).

La Web 2.0 implicó transformaciones tanto en el desarrollo de las aplicaciones digitales como en las formas de utilización de internet por parte de los usuarios (O'Reilly, 2006). Entre sus principales características se encuentra el incremento de las posibilidades de interacción y participación, que favoreció un papel más activo de los usuarios en la producción, publicación y circulación de contenidos, actividades que anteriormente requerían mayores conocimientos y recursos técnicos (Campión y Nalda, 2012).

En este contexto, las redes sociales se constituyeron como nuevos espacios de comunicación e interacción social (Freire, 2008). Estas plataformas permiten a los usuarios crear perfiles mediante los cuales pueden presentar información personal, expresar intereses e interactuar con otras personas, así como participar en grupos o comunidades organizados en torno a intereses compartidos. En este sentido, el perfil digital constituye una forma de presentación y construcción de la identidad del usuario dentro de estos entornos virtuales (Lin, 2022).

Las redes sociales ocupan un lugar relevante en las formas contemporáneas de comunicación e interacción social, aunque sus implicancias pueden variar en función de las características de las plataformas, las modalidades de uso y los contextos en los que se producen las interacciones (Azzaakiyyah, 2023). Plataformas como Instagram, TikTok, Facebook y Twitter han ampliado las posibilidades de comunicación e intercambio entre usuarios, favoreciendo interacciones que trascienden determinadas limitaciones espaciales y temporales de las formas tradicionales de comunicación (Tarigan et al., 2023).

Experiencia del usuario

Las redes sociales se caracterizan por permitir que los usuarios participen tanto en la producción y publicación de contenidos como en el consumo e interacción con aquellos generados por otras personas (Azzaakiyyah, 2023). Asimismo, estas plataformas posibilitan

cierto grado de personalización de la experiencia digital en función de los intereses, preferencias y modalidades de interacción de los usuarios (Caldevilla-Domínguez, 2010).

Sin embargo, la selección y organización de los contenidos disponibles para cada usuario también se encuentra mediada por sistemas algorítmicos de recomendación. Estos sistemas operan mediante conjuntos de reglas y procedimientos que se actualizan en función de las características y objetivos de cada plataforma (Giménez, 2023). Para seleccionar y jerarquizar los contenidos, pueden considerar diferentes datos vinculados con la actividad digital y las interacciones del usuario, determinando qué publicaciones adquieren mayor visibilidad dentro de su experiencia en la plataforma (Eg et al., 2023).

De este modo, la organización algorítmica de la información puede intervenir en la visibilidad y disponibilidad de determinados contenidos y, en consecuencia, en las posibilidades de selección que encuentran los usuarios dentro de las plataformas (Albanie et al., 2017; Entrena-Serrano, 2025). La experiencia en redes sociales puede comprenderse, por lo tanto, como el resultado de una interacción entre las prácticas del usuario y los mecanismos de selección y recomendación implementados por las plataformas, cuyo funcionamiento no se encuentra completamente bajo el control de quienes las utilizan (Bareither y Wirth, 2026).

Influencers

El término influencer constituye un anglicismo utilizado para referirse a una persona con capacidad de influir sobre otras, particularmente a través de los medios y las redes sociales (Real Academia Española, s. f.). En los entornos digitales, los influencers producen y comparten contenidos vinculados con diferentes temáticas y pueden ejercer influencia sobre las opiniones, preferencias y decisiones de sus seguidores, entre ellas aquellas relacionadas con productos, marcas y servicios. Parte de estas publicaciones puede, asimismo, formar

parte de colaboraciones o comunicaciones comerciales. La construcción de una audiencia y la interacción sostenida con sus seguidores favorecen la conformación de comunidades digitales en torno a estas figuras, que también han sido conceptualizadas como formas de microcelebridad caracterizadas por la exposición y documentación de aspectos de la vida cotidiana (Abidin y Ots, 2016; De Veirman y Hudders, 2020; Paredes et al., 2024).

Redes sociales y construcción de la imagen corporal

En la actualidad, las redes sociales constituyen espacios relevantes de socialización y circulación de significados relacionados con el cuerpo, la identidad y la apariencia física. Plataformas predominantemente visuales como Instagram y TikTok facilitan la exposición a contenidos vinculados con determinados estándares estéticos y modelos corporales. Diferentes investigaciones han señalado que la exposición a este tipo de contenidos puede relacionarse con procesos de internalización de ideales de apariencia y con la valoración de la propia imagen corporal (Fardouly y Vartanian, 2016; Marengo et al., 2018).

A diferencia de los medios de comunicación tradicionales, las redes sociales incorporan una dimensión interactiva mediante la cual los usuarios no solo consumen contenidos, sino que también pueden producirlos, editarlos, compartirlos y responder a las publicaciones de otras personas. Asimismo, diferentes indicadores visibles de interacción, como los “me gusta”, los comentarios y la cantidad de seguidores, pueden funcionar como formas de retroalimentación y validación social. Estas características adquieren particular relevancia en relación con la apariencia física y la imagen corporal, especialmente en mujeres, quienes han estado expuestas a importantes presiones socioculturales vinculadas con determinados ideales de belleza (Choukas-Bradley et al., 2020; Tiggemann y Zaccardo, 2015).

En este contexto, los influencers pueden constituirse en figuras de referencia para sus seguidores, particularmente cuando producen contenidos relacionados con la belleza, el fitness y los estilos de vida. La exposición a representaciones corporales idealizadas puede favorecer procesos de comparación social, mediante los cuales las personas evalúan determinados aspectos de sí mismas en relación con otras (Festinger, 1954). En particular, la comparación ascendente se produce cuando el referente es percibido como poseedor de características valoradas o consideradas superiores. En el ámbito de las redes sociales, diferentes investigaciones han encontrado asociaciones entre la comparación relacionada con la apariencia y mayores niveles de insatisfacción corporal y afecto negativo (Fardouly et al., 2015; Marengo et al., 2018).

Asimismo, las características de las plataformas predominantemente visuales permiten seleccionar, editar y modificar las imágenes que se publican, favoreciendo la presentación de versiones cuidadosamente construidas de la propia apariencia. La exposición a contenidos altamente seleccionados o idealizados puede contribuir a establecer estándares de comparación difíciles de alcanzar en la vida cotidiana (Perloff, 2014). En este contexto, la exposición reiterada a determinados ideales de apariencia puede relacionarse con su internalización y con una mayor discrepancia entre la imagen corporal percibida y los ideales corporales valorados por la persona (Holland y Tiggemann, 2016).

La modalidad de utilización de las redes sociales también ha sido considerada como un aspecto relevante para comprender sus posibles asociaciones con el bienestar y la imagen corporal. En particular, se ha diferenciado entre formas de participación activa y modalidades de consumo pasivo, caracterizadas principalmente por la observación de contenidos producidos por otros usuarios sin una interacción directa con ellos (Verduyn et al., 2017). En relación con la imagen corporal, determinadas formas de exposición y procesamiento de contenidos relacionados con la apariencia pueden favorecer procesos de comparación social y

asociarse con una valoración más negativa del propio cuerpo (Mahon y Hevey, 2021). Estos procesos han adquirido especial interés en investigaciones realizadas con mujeres y poblaciones jóvenes (Choukas-Bradley et al., 2020).

Por otra parte, los sistemas de recomendación algorítmica pueden contribuir a que los usuarios sean expuestos de manera reiterada a contenidos relacionados con sus interacciones e intereses previos. Este proceso puede favorecer la conformación de entornos informativos personalizados en los que determinados tipos de contenido adquieren una mayor presencia y visibilidad (Pariser, 2011). En el contexto de plataformas predominantemente visuales, esta característica resulta relevante para considerar la frecuencia con la que los usuarios pueden encontrarse expuestos a publicaciones relacionadas con la apariencia, la belleza o el fitness.

En este marco, la relación entre el uso de redes sociales y la imagen corporal debe comprenderse como un fenómeno complejo en el que intervienen diferentes características de las plataformas, de los contenidos y de los propios usuarios. La exposición a representaciones corporales idealizadas, los procesos de comparación social y la internalización de determinados estándares estéticos han sido asociados con mayores niveles de insatisfacción corporal y malestar relacionado con la propia apariencia (Fardouly y Vartanian, 2016; Holland y Tiggemann, 2016). En consecuencia, el análisis de estas variables resulta especialmente relevante para comprender la experiencia de mujeres que consumen contenidos relacionados con la belleza, el fitness y los estilos de vida en plataformas predominantemente visuales como Instagram y TikTok.

Método

Diseño

El presente trabajo se trata de un estudio de investigación cuantitativa, no experimental y transversal, debido a que el proceso de comprobación de hipótesis se lleva a cabo mediante la recolección de datos y un posterior análisis estadístico de los mismos, sin haber manipulación de las variables estudiadas y realizando las mediciones en un sólo momento. Además, es de alcance descriptivo-correlacional, ya que se busca establecer una relación entre las variables (Hernández-Sampieri et al., 2014).

Participantes

La muestra estuvo conformada por 61 mujeres mayores de 18 años, con edades comprendidas entre los 18 y los 70 años, residentes en Argentina, que utilizaban Instagram y/o TikTok y consumían contenido fitness, de belleza y/o estilo de vida producido por influencers.

Se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia y autoselección, dado que la convocatoria fue difundida mediante redes sociales y la participación en el estudio fue voluntaria. La muestra quedó conformada por aquellas participantes que accedieron al formulario, aceptaron el consentimiento informado y cumplieron con los criterios de inclusión establecidos.

Criterios de inclusión y exclusión

Como criterios de inclusión se establecieron: identificarse como mujer, ser mayor de 18 años, poseer nacionalidad argentina o residencia permanente en el país, utilizar Instagram

y/o TikTok y consumir contenido fitness, de belleza y/o estilo de vida producido por influencers.

No se establecieron criterios de exclusión adicionales a aquellos derivados del incumplimiento de los criterios de inclusión.

Instrumentos

Para la recolección de datos se utilizaron tres instrumentos: un cuestionario sociodemográfico *ad hoc*, el Cuestionario de Forma Corporal (BSQ-21) y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI-24).

Cuestionario sociodemográfico ad hoc

Se administró un cuestionario sociodemográfico ad hoc, elaborado específicamente para la presente investigación, con el propósito de caracterizar a la muestra y relevar variables de interés para los análisis posteriores. Se indagaron datos relativos a la edad, lugar de residencia y nivel educativo, así como aspectos vinculados con el uso de redes sociales, entre ellos el tiempo diario de utilización de Instagram y/o TikTok, el tipo de contenido consumido y la modalidad de interacción con contenidos producidos por influencers.

Asimismo, se relevaron antecedentes autorreportados vinculados con trastornos de la conducta alimentaria y/o trastorno dismórfico corporal, junto con información acerca de la identificación de dichos antecedentes.

Cuestionario de Forma Corporal (BSQ-21)

Para evaluar la insatisfacción con la imagen corporal se utilizó el Cuestionario de Forma Corporal (Body Shape Questionnaire [BSQ]), desarrollado originalmente por Cooper

et al. (1987). El instrumento fue diseñado para evaluar preocupaciones relacionadas con la forma y el peso corporal.

En la presente investigación se utilizó la versión abreviada de 21 ítems validada en población argentina por Nieri y Fuentes (2020). Esta versión se encuentra conformada por dos dimensiones: Preocupación por el Peso, integrada por 11 ítems, e Insatisfacción Corporal, compuesta por 10 ítems. Los reactivos se responden mediante una escala tipo Likert de seis opciones, en función de la frecuencia con la que la persona experimentó diferentes pensamientos y sentimientos relacionados con su cuerpo.

Para los análisis correspondientes a los objetivos de la presente investigación se consideró específicamente la dimensión Insatisfacción Corporal. Los criterios operativos utilizados posteriormente para categorizar las puntuaciones obtenidas se describen en el apartado Análisis de datos.

Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI-24)

Para evaluar las estrategias de afrontamiento se utilizó el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (*Coping Strategies Inventory* [CSI]), desarrollado originalmente por Tobin et al. (1989). El instrumento evalúa diferentes respuestas cognitivas y conductuales utilizadas por las personas frente a situaciones percibidas como estresantes.

En el presente estudio se empleó la versión abreviada de 24 ítems adaptada y validada en población argentina por Schetsche et al. (2022). El instrumento evalúa ocho estrategias de afrontamiento: Resolución de Problemas, Reestructuración Cognitiva, Expresión Emocional, Apoyo Social, Evitación de Problemas, Pensamiento Desiderativo, Autocrítica y Ocultación Emocional.

Las puntuaciones obtenidas en cada una de las dimensiones fueron consideradas para identificar las estrategias de afrontamiento predominantes en la muestra y efectuar las comparaciones previstas de acuerdo con los objetivos e hipótesis de la investigación.

Procedimiento

La recolección de datos se realizó de manera virtual mediante un formulario elaborado en Google Forms, cuya convocatoria fue difundida a través de redes sociales. La participación fue voluntaria y estuvo dirigida a personas que cumplieran con los criterios de inclusión establecidos para la investigación.

Antes de acceder a los instrumentos, las participantes fueron informadas acerca de las características generales y los objetivos del estudio y debieron aceptar el consentimiento informado para continuar con el formulario. Asimismo, se indicó que algunas de las preguntas podían generar malestar emocional y se explicitó la posibilidad de interrumpir la participación en cualquier momento si así lo consideraban necesario.

Una vez aceptado el consentimiento informado, las participantes accedieron al cuestionario sociodemográfico ad hoc, al Cuestionario de Forma Corporal (BSQ-21) y al Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI-24). La cumplimentación del formulario demandó aproximadamente entre 15 y 20 minutos.

Análisis de datos

Los datos obtenidos fueron procesados inicialmente mediante Hojas de cálculo de Google, donde se realizó un primer análisis descriptivo de la muestra. Posteriormente, se utilizó Jamovi, versión 2.7.38.0, para efectuar los análisis estadísticos inferenciales. El análisis de los datos se organizó de acuerdo con los objetivos e hipótesis planteados.

Asimismo, se realizaron análisis secundarios de carácter exploratorio con el propósito de ampliar la descripción de los resultados obtenidos.

Criterio operativo para la interpretación de las puntuaciones del BSQ-21

Dado que la versión argentina del BSQ-21 utilizada en el presente estudio no cuenta con baremos ni puntos de corte específicos que permitan establecer categorías de insatisfacción corporal, se adoptó un criterio operativo con fines exclusivamente analíticos. Para su construcción, se tomaron como referencia los valores informados en la adaptación colombiana del instrumento (Castrillón-Moreno et al., 2007) y se realizó una conversión proporcional en función de la cantidad de ítems correspondiente a la versión empleada en esta investigación.

A partir de este procedimiento se establecieron categorías operativas de insatisfacción corporal que permitieron organizar las puntuaciones obtenidas y efectuar las comparaciones estadísticas previstas. Estas categorías fueron utilizadas exclusivamente para el análisis de los datos de la presente muestra y no deben interpretarse como puntos de corte clínicos ni como baremos validados para población argentina.

Posteriormente, con el propósito de realizar los análisis comparativos, las categorías obtenidas fueron reagrupadas en dos grupos: sin insatisfacción corporal y con insatisfacción corporal. Esta recategorización permitió comparar las estrategias de afrontamiento entre ambos grupos mediante pruebas estadísticas no paramétricas.

La Tabla 1 presenta las categorías operativas utilizadas en el estudio. En particular, los valores correspondientes a la subescala de Insatisfacción Corporal fueron obtenidos mediante el procedimiento de conversión proporcional previamente descripto y se utilizaron exclusivamente con fines analíticos en la presente muestra. No se establecieron categorías

operativas para la dimensión Preocupación por el Peso, dado que esta no fue considerada en los análisis correspondientes a los objetivos de la investigación.

Tabla 1

Categorías operativas utilizadas para la interpretación de las puntuaciones del BSQ-21

Dimensiones	Ausencia	Leve	Moderado	Intenso
Preocupación por la forma corporal	21 a 49	50 a 68	69 a 86	87 a 126
Subescala Insatisfacción Corporal	11 a 25	26 a 35	36 a 45	46 a 66

Nota. Las categorías fueron establecidas con fines analíticos para el presente estudio mediante una conversión proporcional de los valores de referencia seleccionados. No constituyen baremos clínicos validados para población argentina.

Reagrupación de categorías

Para la realización de los análisis comparativos se reagruparon algunas categorías correspondientes a las variables edad, tiempo diario de uso de redes sociales e insatisfacción corporal, debido a la baja frecuencia de casos observada en algunas de las categorías originales y con el propósito de favorecer la realización de las comparaciones estadísticas previstas.

En relación con la edad, se mantuvo el grupo de 18 a 30 años (n = 48) y se unificaron los rangos de 31 a 50 años y de 51 a 70 años en una única categoría correspondiente a participantes de 31 a 70 años (n = 13).

Respecto del tiempo diario de uso de redes sociales, las respuestas fueron agrupadas en tres categorías: uso bajo, correspondiente a una utilización de hasta 3 horas diarias (n = 36); uso moderado, correspondiente a una utilización de más de 3 y hasta 6 horas diarias (n = 21); y uso alto, correspondiente a una utilización superior a 6 horas diarias (n = 4).

Finalmente, para los análisis correspondientes a la insatisfacción corporal se establecieron dos grupos a partir de las categorías operativas previamente descriptas. Las participantes incluidas en la categoría Ausencia fueron agrupadas como sin insatisfacción corporal (n = 39), mientras que aquellas incluidas en las categorías Leve, Moderado e Intenso fueron agrupadas como con insatisfacción corporal (n = 22). Esta clasificación fue utilizada exclusivamente con fines analíticos para las comparaciones realizadas en la presente muestra.

Análisis estadístico

Para el análisis descriptivo de la muestra se calcularon frecuencias y porcentajes para las variables categóricas y medidas de tendencia central y dispersión para las variables cuantitativas.

Para analizar las diferencias en las estrategias de afrontamiento según la presencia o ausencia de insatisfacción corporal se utilizó la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney. Esta misma prueba se empleó para analizar las diferencias en las puntuaciones de insatisfacción corporal y en las estrategias de afrontamiento según los grupos etarios establecidos.

Para analizar las diferencias en la insatisfacción corporal y en las estrategias de afrontamiento según el tiempo diario de uso de redes sociales se utilizó la prueba no paramétrica de Kruskal-Wallis, considerando los tres grupos definidos: uso bajo, moderado y alto.

Asimismo, se realizaron análisis secundarios de carácter exploratorio para examinar las asociaciones entre los antecedentes autorreportados vinculados con trastornos de la conducta alimentaria y/o trastorno dismórfico corporal, la insatisfacción corporal y las estrategias de afrontamiento. Para analizar la asociación entre dichos antecedentes y la categorización operativa de la insatisfacción corporal se utilizó la prueba de Chi-cuadrado de independencia. Por su parte, para comparar las estrategias de afrontamiento según la

presencia o ausencia de antecedentes autorreportados se empleó la prueba U de Mann-Whitney.

Para los análisis inferenciales se estableció un nivel de significación estadística de $p < .05$.

Consentimiento informado

La participación en el estudio estuvo sujeta a la aceptación previa de un consentimiento informado, mediante el cual se brindó información acerca de las características generales de la investigación, sus objetivos y la utilización de los datos obtenidos. Asimismo, se informó a las participantes sobre el carácter voluntario de su colaboración y sobre el tratamiento anónimo y confidencial de la información recolectada.

El consentimiento informado constituye un requisito ético fundamental en la investigación con seres humanos, ya que permite que las personas reciban información suficiente y comprensible acerca del estudio y puedan decidir libremente sobre su participación (Losada, 2014).

El consentimiento informado utilizado en la presente investigación se encuentra disponible en el Anexo.

Resultados

Caracterización de la muestra

La muestra estuvo conformada por 61 participantes. En relación con la edad, el 78,7% ($n = 48$) tenía entre 18 y 30 años, el 14,8% ($n = 9$) entre 31 y 50 años y el 6,6% ($n = 4$) entre 51 y 70 años.

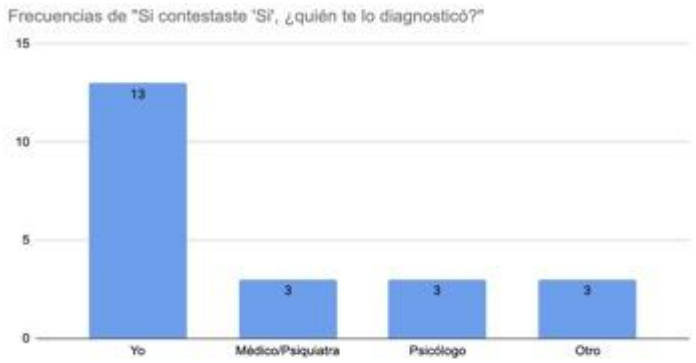
Respecto del lugar de residencia, el 65,6% (*n* = 40) residía en la provincia de Buenos Aires, el 23% (*n* = 14) en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, el 9,8% (*n* = 6) en La Pampa y el 1,6% (*n* = 1) en Neuquén.

En cuanto al nivel educativo alcanzado, el 39,3% (*n* = 24) informó poseer estudios universitarios incompletos, el 18% (*n* = 11) secundario completo y el 16,4% (*n* = 10) estudios universitarios completos. Asimismo, el 13.1% (*n*=8) completó el nivel terciario, el 9,8% (*n* = 6) indicó poseer estudios terciarios incompletos y el 3,3% (*n* = 2) estudios de posgrado completos.

Por otra parte, el 32,8% (*n* = 20) de las participantes informó antecedentes actuales o previos vinculados con trastornos de la conducta alimentaria y/o trastorno dismórfico corporal, mientras que el 67,2% (*n* = 41) respondió no presentar dichos antecedentes. Entre las participantes que informaron antecedentes actuales o previos vinculados con trastornos de la conducta alimentaria y/o trastorno dismórfico corporal, se indagó quién había identificado dicha problemática. Las respuestas incluyeron la identificación realizada por la propia participante, así como la efectuada por profesionales de la salud, entre ellos psicólogos, médicos y/o psiquiatras.

Tal como se observa en la Figura 1, la identificación realizada por la propia participante constituyó la respuesta más frecuente.

Figura 1
Frecuencias de "Si contestaste `Sí´, ¿quién te lo diagnosticó?"

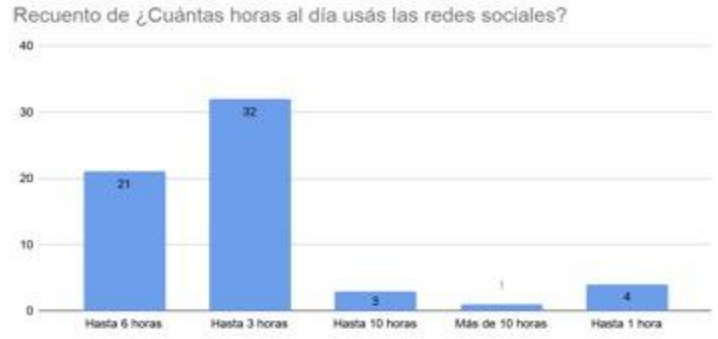


Nota: elaboración propia con datos obtenidos

En relación con el tiempo diario destinado al uso de redes sociales, el 52,5% de las participantes (*n* = 32) informó utilizarlas hasta 3 horas por día, mientras que el 34,4% (*n* = 21) señaló un uso de hasta 6 horas diarias. Por su parte, el 6,6% (*n* = 4) indicó utilizarlas hasta 1 hora diaria, el 4,9% (*n* = 3) hasta 10 horas y el 1,6% (*n* = 1) más de 10 horas por día. (ver *Figura 2)*

Figura 2

Horas diarias de uso de redes sociales



Nota: elaboración propia con datos obtenidos.

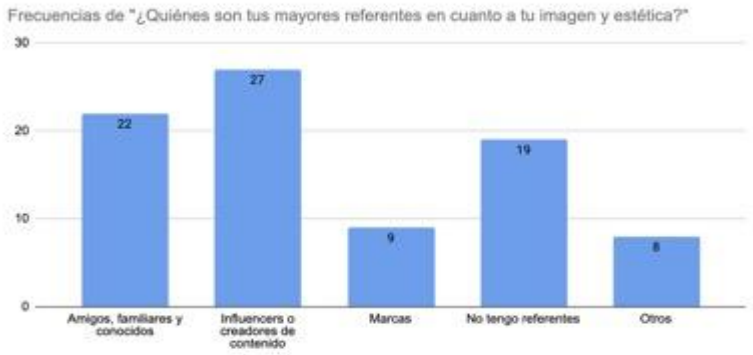
Siguiendo con el análisis descriptivo, y como se observa en la Figura 3, el 44,1% de las participantes (*n* = 27) señaló a influencers o creadores de contenido entre sus principales referentes estéticos, seguido por amigos, familiares y conocidos (36,1%; *n* = 22). Por otro lado, el 31,1% de la muestra (*n* = 19) manifestó no contar con referentes estéticos, mientras

que las marcas fueron seleccionadas por el 14,8% (*n* = 9). Dado que esta pregunta admitía respuestas múltiples, los porcentajes no son excluyentes entre sí.

Quienes seleccionaron la opción "Otros" (*n* = 8) mencionaron, entre sus respuestas: "Esteticistas, doctoras, peluqueras"; "Cantantes y gente en el mundo de la 'moda', inspiración de Pinterest o Instagram"; "Modelos en desfiles"; "Creo que tengo un estilo propio pero tomo referencias de las redes muchas veces"; y "Pinterest".

Figura 3

Mayores referentes estéticos y de imagen



Nota: elaboración propia con datos obtenidos. Las participantes tuvieron la oportunidad de elegir más de una opción.

En concordancia con la temática de la investigación, la Figura 4 presenta los tipos de contenido visualizados por las participantes en redes sociales. Dado que la pregunta admitía respuestas múltiples, los porcentajes representados en la figura corresponden a la distribución sobre el total de respuestas seleccionadas. Las categorías más frecuentemente seleccionadas fueron "Moda y vestimenta", "Lifestyle o estilo de vida/vida cotidiana" y "Belleza, skincare y maquillaje" (23,5% de las respuestas; *n* = 36 selecciones en cada categoría). "Nutrición y/o fitness" constituyó la siguiente categoría con mayor frecuencia de selección (18,3%; *n* = 28).

Por otro lado, la categoría "Otros" representó el 7,2% de las respuestas (*n* = 11). En esta opción, las participantes mencionaron: "Viajes"; "Videojuegos, música, gameplays"; "Decoración, cocina"; "Artistas, dibujantes, programas de mi interés"; "Músicos y medios de

comunicación varios”; “Procesos, comida, pastelería, mascotas”; “Chismes, casos, arte, reflexiones, científico”; “Registros akáshicos”; “Personas que hablan de temas más artísticos o divertidos”; y “Divulgación científica, datos curiosos, psicología. A veces me aparece mucho contenido estético sin que lo haya pedido o buscado”. Finalmente, “Cirugías y procedimientos estéticos” fue la categoría seleccionada con menor frecuencia (3,9%; $n = 6$).

En síntesis, considerando como denominador el total de participantes ($N = 61$), los contenidos vinculados con moda y vestimenta, estilo de vida y belleza fueron seleccionados por 36 participantes cada uno, lo que representa el 59% de la muestra para cada categoría. Asimismo, 28 participantes (45,9%) seleccionaron contenido relacionado con nutrición y/o fitness, 11 (18%) señalaron otros tipos de contenido y 6 (9,8%) indicaron consumir contenido relacionado con cirugías y procedimientos estéticos.

Figura 4

Influencers y creadores de contenido más vistos en redes sociales



Nota. La pregunta admitía respuestas múltiples. Los porcentajes representados en la figura corresponden a la distribución del total de respuestas seleccionadas y no al porcentaje de participantes.

En relación con la modalidad de acceso a estos contenidos, el 77% de la muestra ($n = 47$) indicó que no seguía activamente a influencers o creadores de contenido, sino que sus videos e imágenes aparecían como contenido sugerido o viral. Por el contrario, el 23% ($n = 14$) manifestó seguir activamente a influencers o creadores de contenido de su preferencia.

Al indagar si las participantes habían considerado o puesto en práctica consejos proporcionados por influencers, o si habían imitado aspectos de los contenidos observados en redes sociales, el 77% (*n* = 47) respondió afirmativamente, mientras que el 23% (*n* = 14) manifestó no haberlo hecho.

Asimismo, entre las participantes que respondieron los ítems referidos a las repercusiones percibidas luego de visualizar este tipo de contenido, el 70,8% (*n* = 34) manifestó que aumentaban los pensamientos relacionados con su cuerpo y/o rostro, mientras que el 72,9% (*n* = 35) indicó haber considerado realizar cambios en alguna parte de su cuerpo y/o rostro a partir de la visualización de dichos contenidos.

En cuanto al malestar percibido, el 68,8% (*n* = 33) respondió experimentarlo "A veces", el 27,1% (*n* = 13) indicó "Para nada" y el 4,2% (*n* = 2) respondió "Bastante".

Cuestionario de Figura Corporal

En relación con la insatisfacción corporal, se analizaron las respuestas correspondientes a los 10 ítems que conforman la subescala Insatisfacción Corporal del BSQ-21: ítems 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 16, 17 y 20. Para la interpretación de las puntuaciones se utilizaron las categorías operativas previamente descriptas en el apartado Análisis de datos.

A partir de este criterio, el 63,9% de las participantes (*n* = 39) fue incluido en la categoría sin insatisfacción corporal, mientras que el 36,1% (*n* = 22) fue incluido en la categoría con insatisfacción corporal. Esta última agrupó a las participantes cuyas puntuaciones se ubicaron en las categorías operativas leve, moderada o intensa.

Estos resultados muestran que, de acuerdo con el criterio operativo establecido para la presente investigación, la mayor proporción de la muestra se ubicó en la categoría sin insatisfacción corporal. No obstante, más de un tercio de las participantes presentó

puntuaciones correspondientes a alguno de los niveles incluidos dentro de la categoría con insatisfacción corporal.

Tabla 2

Distribución de las participantes según las categorías operativas de insatisfacción corporal

Nivel de insatisfacción corporal	Frecuencias	Porcentajes (%)
Ausencia	39	63.90%
Intenso	2	3.30%
Leve	15	24.60%
Moderado	5	8.20%

Nota. Las categorías utilizadas corresponden al criterio operativo establecido para los análisis de la presente investigación y no constituyen puntos de corte clínicos validados para población argentina.

Inventario de Estrategias de Afrontamiento

Para responder al segundo objetivo específico, se analizaron los resultados obtenidos mediante el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI-24) en sus ocho dimensiones primarias y en su agrupación en estrategias adecuadas o funcionales e inadecuadas o disfuncionales.

En términos generales, la sumatoria de las puntuaciones correspondientes a las cuatro estrategias adecuadas o funcionales fue de 1840 puntos, mientras que las cuatro estrategias inadecuadas o disfuncionales alcanzaron una puntuación total de 1638. Estos resultados muestran, a nivel descriptivo, una mayor puntuación global de las estrategias de afrontamiento adecuadas o funcionales en la muestra estudiada.

Tabla 3

Inventario de Estrategias de Afrontamiento

	Factor	Puntaje total	Porcentaje	Media	Desv. Estándar
	REP	506	14.5%	8.30	2.15
	REC	459	13.2%	7.52	2.43
Estrategias adecuadas	EEM	454	13.1%	7.44	2.67

	APS	421	12.1%	6.90	3.21
	EVP	340	9.8%	5.57	3.26
	PSD	505	14.5%	8.28	3.07
Estrategias inadecuadas	AUC	420	12.1%	6.89	3.76
	OCE	373	10.7%	6.11	3.73

Nota: Elaboración propia con datos obtenidos. REP=Resolución del Problema, REC= Reestructuración Cognitiva, EEM=Expresión Emocional, APS=Apoyo Social, EVP=Evitación del Problema, PSD=Pensamiento Desiderativo, AUC=Autocrítica, OCE=Ocultación Emocional

Como se observa en la Tabla 3, las estrategias que presentaron las puntuaciones medias más elevadas fueron Resolución del Problema (REP; *M* = 8,30; *DE* = 2,15) y Pensamiento Desiderativo (PSD; *M* = 8,28; *DE* = 3,07). A continuación se ubicaron Reestructuración Cognitiva (REC; *M* = 7,52; *DE* = 2,43) y Expresión Emocional (EEM; *M* = 7,44; *DE* = 2,67).

Por su parte, Apoyo Social presentó una media de 6,90 (*DE* = 3,21), seguida por Autocrítica (*M* = 6,89; *DE* = 3,76), Ocultación Emocional (*M* = 6,11; *DE* = 3,73) y Evitación del Problema (*M* = 5,57; *DE* = 3,26), siendo esta última la estrategia con la menor puntuación media de la muestra.

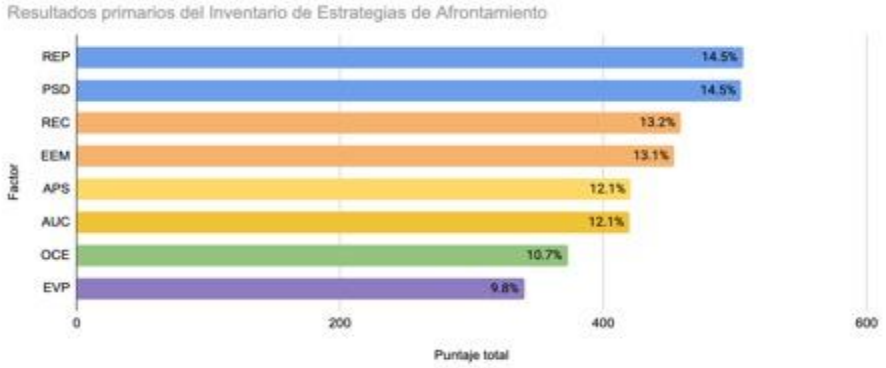
En conjunto, los resultados descriptivos muestran la coexistencia de estrategias adecuadas o funcionales e inadecuadas o disfuncionales. Si bien la sumatoria global fue superior para las estrategias adecuadas o funcionales, *Resolución del Problema* y *Pensamiento Desiderativo* -pertenecientes a agrupaciones diferentes- presentaron puntuaciones medias prácticamente equivalentes.

En la Figura 5 se presentan gráficamente las puntuaciones obtenidas en las ocho estrategias de afrontamiento evaluadas mediante el CSI-24, ordenadas según su frecuencia relativa. Las estrategias de afrontamiento más utilizadas por la muestra se podrían agrupar de la siguiente manera: en primer lugar, *Resolución del Problema* y *Pensamiento Desiderativo*

(14.5% cada una, aunque en *REP* se ha obtenido 1 punto más), en segundo lugar, *Reestructuración Cognitiva* y *Expresión Emocional* (13.2% y 13.1% respectivamente). En tercer lugar, se ubican *Apoyo Social* y *Autocrítica*, con 12.1% cada una (con 1 punto más para *APS).* Finalmente, se observa *Ocultación Emocional* con 10.7% y *Evitación del Problema* con 9.8%.

Figura 5

Distribución de las estrategias de afrontamiento evaluadas mediante el CSI-24



Nota: Elaboración propia con datos obtenidos. REP=Resolución del Problema, REC= Reestructuración Cognitiva, EEM=Expresión Emocional, APS=Apoyo Social, EVP=Evitación del Problema, PSD=Pensamiento Desiderativo, AUC=Autocrítica, OCE=Ocultación Emocional

Insatisfacción Corporal y Estrategias de Afrontamiento

Con el propósito de analizar las diferencias en las estrategias de afrontamiento según la presencia o ausencia de insatisfacción corporal, se compararon las puntuaciones obtenidas en las ocho dimensiones del CSI-24 entre el grupo sin insatisfacción corporal (n = 39) y el grupo con insatisfacción corporal (n = 22). Para ello, se utilizó la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney.

Como se observa en la Tabla 4, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre ambos grupos en Reestructuración Cognitiva (REC; p = .037), Pensamiento Desiderativo (PSD; p = .012), Autocrítica (AUC; p < .001) y Ocultación Emocional (OCE; p = .001). Por su parte, Resolución del Problema (REP) presentó un valor de p = .050, ubicado en el umbral de significación estadística.

No se observaron diferencias estadísticamente significativas en Expresión Emocional (EEM; $p = .370$), Apoyo Social (APS; $p = .112$) ni Evitación del Problema (EVP; $p = .635$). (ver *Tabla 4* y *Tabla 5).*

Tabla 4

Comparación de las estrategias de afrontamiento según presencia o ausencia de insatisfacción corporal

		Estadístico	p
REP	U de Mann-Whitney	300	0.05
REC	U de Mann-Whitney	292	0.037
EEM	U de Mann-Whitney	370	0.37
APS	U de Mann-Whitney	324	0.112
EVP	U de Mann-Whitney	397	0.635
PSD	U de Mann-Whitney	263	0.012
AUC	U de Mann-Whitney	171	<.001
OCE	U de Mann-Whitney	215	0.001

Nota: Elaboración propia con datos obtenidos. REP=Resolución del Problema, REC= Reestructuración Cognitiva, EMM=Expresión Emocional, APS=Apoyo Social, EVP=Evitación del Problema, PSD=Pensamiento Desiderativo, AUC=Autocrítica, OCE=Ocultación Emocional

Con el propósito de examinar la dirección de las diferencias observadas, se analizaron las puntuaciones medias correspondientes a cada grupo. Tal como se presenta en la Tabla 5, las participantes incluidas en el grupo con insatisfacción corporal obtuvieron puntuaciones medias superiores en Pensamiento Desiderativo ($M = 9{,}41$), Autocrítica ($M = 9{,}23$) y Ocultación Emocional ($M = 8{,}14$), en comparación con las participantes sin insatisfacción corporal, cuyas medias fueron de 7,64, 5,56 y 4,97, respectivamente.

En sentido contrario, el grupo sin insatisfacción corporal presentó puntuaciones medias superiores en Reestructuración Cognitiva ($M = 8{,}08$) respecto del grupo con insatisfacción corporal ($M = 6{,}55$). Asimismo, Resolución del Problema mostró una puntuación media superior en el grupo sin insatisfacción corporal ($M = 8{,}74$) en comparación

con el grupo con insatisfacción corporal (*M* = 7,50), aunque la diferencia se ubicó en el umbral de significación estadística (*p* = .050).

Tabla 5

Puntuaciones medias de las estrategias de afrontamiento según presencia o ausencia de insatisfacción corporal

	Grupo	N	Media	Mediana	DT	EE
REP	Sin insatisfacción	39	8.74	9	2.1	0.336
	Con insatisfacción	22	7.5	8	2.04	0.435
REC	Sin insatisfacción	39	8.08	8	2.18	0.349
	Con insatisfacción	22	6.55	7	2.6	0.553
PSD	Sin insatisfacción	39	7.64	9	3.04	0.487
	Con insatisfacción	22	9.41	10	2.86	0.609
AUC	Sin insatisfacción	39	5.56	6	3.65	0.584
	Con insatisfacción	22	9.23	10	2.71	0.577
OCE	Sin insatisfacción	39	4.97	5	3.48	0.558
	Con insatisfacción	22	8.14	8.5	3.33	0.71

Nota: Elaboración propia con datos obtenidos. REP=Resolución del Problema, REC= Reestructuración Cognitiva, EMM=Expresión Emocional, APS=Apoyo Social, EVP=Evitación del Problema, PSD=Pensamiento Desiderativo, AUC=Autocrítica, OCE=Ocultación Emocional

Con respecto a las estrategias funcionales o adecuadas, los análisis estadísticos mostraron que Expresión Emocional y Apoyo Social no presentaron diferencias estadísticamente significativas entre las participantes con y sin insatisfacción corporal (*p* = .370 y *p* = .112, respectivamente). Por el contrario, Reestructuración Cognitiva presentó diferencias estadísticamente significativas (*p* = .037). Como se observa en la Tabla 5, las participantes sin insatisfacción corporal obtuvieron una puntuación media superior en esta estrategia (*M* = 8,08) en comparación con aquellas incluidas en el grupo con insatisfacción corporal (*M* = 6,55). Por último, Resolución del Problema presentó un valor de *p* = .050, ubicado en el umbral de significación estadística, con una puntuación media superior en el grupo sin insatisfacción corporal (*M* = 8,74) respecto del grupo con insatisfacción corporal (*M* = 7,50).

En relación con las estrategias disfuncionales o inadecuadas, se hallaron diferencias estadísticamente significativas en tres de las cuatro estrategias evaluadas. Específicamente, el grupo con insatisfacción corporal obtuvo puntuaciones significativamente superiores en Pensamiento Desiderativo ($p = .012$; $M = 9,41$ frente a $M = 7,64$), Autocrítica ($p < .001$; $M = 9,23$ frente a $M = 5,56$) y Ocultación Emocional ($p = .001$; $M = 8,14$ frente a $M = 4,97$), en comparación con el grupo sin insatisfacción corporal. Por el contrario, Evitación del Problema no mostró diferencias estadísticamente significativas entre ambos grupos ($p = .635$), registrándose puntuaciones medias similares entre las participantes con ($M = 5,86$) y sin ($M = 5,41$) insatisfacción corporal.

En conjunto, los resultados muestran que las participantes incluidas en la categoría con insatisfacción corporal presentaron puntuaciones significativamente superiores en tres estrategias consideradas disfuncionales: Pensamiento Desiderativo, Autocrítica y Ocultación Emocional. A su vez, las participantes sin insatisfacción corporal presentaron puntuaciones significativamente superiores en Reestructuración Cognitiva, considerada una estrategia funcional.

Estos hallazgos proporcionan apoyo parcial a la hipótesis general, según la cual las mujeres con mayores niveles de insatisfacción corporal presentarían un mayor uso de estrategias de afrontamiento disfuncionales. Si bien se observaron diferencias significativas en tres de las cuatro estrategias disfuncionales evaluadas, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en Evitación del Problema. Asimismo, se identificó una diferencia significativa en Reestructuración Cognitiva, con mayores puntuaciones entre las participantes sin insatisfacción corporal.

Relación entre rango etario, insatisfacción con la imagen corporal y estrategias de afrontamiento

Con el propósito de analizar las diferencias en la insatisfacción corporal y en las estrategias de afrontamiento según la edad, se compararon los grupos de 18 a 30 años (n = 48) y de 31 a 70 años (n = 13) mediante la prueba U de Mann-Whitney.

En relación con la insatisfacción corporal, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre ambos grupos etarios (p = .082). Si bien se observaron diferencias descriptivas entre las puntuaciones obtenidas por ambos grupos, estas no alcanzaron el nivel de significación estadística establecido (p < .05). En consecuencia, los resultados no permiten afirmar que la insatisfacción corporal difiera significativamente según el grupo etario en la muestra estudiada (tabla 6 y 7).

Tabla 6

Comparación de la insatisfacción corporal y las estrategias de afrontamiento según grupo etario

		Estadístico	p
INSATISFACCIÓN CORPORAL	U de Mann-Whitney	213	0.082
REP	U de Mann-Whitney	272	0.476
REC	U de Mann-Whitney	261	0.368
EMM	U de Mann-Whitney	270	0.46
APS	U de Mann-Whitney	308	0.95
EVP	U de Mann-Whitney	190	0.031
PSD	U de Mann-Whitney	254	0.305
AUC	U de Mann-Whitney	284	0.62
OCE	U de Mann-Whitney	274	0.507

Nota: Elaboración propia con datos obtenidos. REP=Resolución del Problema, REC= Reestructuración Cognitiva, EMM=Expresión Emocional, APS=Apoyo Social, EVP=Evitación del Problema, PSD=Pensamiento Desiderativo, AUC=Autocrítica, OCE=Ocultación Emocional

Respecto de las estrategias de afrontamiento, únicamente Evitación del Problema presentó diferencias estadísticamente significativas entre los grupos etarios (p = .031). Las

participantes de 18 a 30 años obtuvieron una puntuación media superior en esta estrategia (*M* = 6,06) en comparación con las participantes de 31 a 70 años (*M* = 3,77).

En las restantes estrategias de afrontamiento no se observaron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos etarios ($p > .05$).

Tabla 7

Descriptivas de grupo - Tercer objetivo específico

	Grupo	N	Media	Mediana	DT	EE
INSATISFACCIÓN CORPORAL	18-30	48	23.88	22.5	9.47	1.368
	31-70	13	19.69	16	10.34	2.868
EVP	18-30	48	6.06	6	3.04	0.439
	31-70	13	3.77	3	3.52	0.975

Nota: Elaboración propia con datos obtenidos. EVP=Evitación del Problema.

En relación a las estrategias de afrontamiento adecuadas, no se encontraron resultados estadísticamente significativos. Con respecto a las estrategias inadecuadas, no se hallaron diferencias significativas en Pensamiento Desiderativo, Autocrítica ni Ocultación Emocional. De todas maneras, la diferencia significativa sí existió en la estrategia de Evitación del Problema ($p = 0.031$), donde las mujeres más jóvenes evidenciaron un uso sustancialmente mayor ($M = 6.06$) en comparación con las participantes de mayor edad ($M = 3.77$).

En función de estos resultados, la primera hipótesis específica recibió apoyo limitado. La hipótesis planteaba que las mujeres más jóvenes presentarían mayores niveles de insatisfacción corporal y un mayor uso de estrategias de afrontamiento disfuncionales en comparación con las mujeres de mayor edad. Sin embargo, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en los niveles de insatisfacción corporal según el grupo etario y, entre las estrategias de afrontamiento disfuncionales evaluadas, únicamente Evitación del Problema presentó diferencias significativas, con puntuaciones superiores en el grupo de 18 a

30 años. Por lo tanto, los resultados respaldan solamente de manera parcial y acotada lo planteado en esta hipótesis.

Relación entre el tiempo de uso de redes sociales, insatisfacción con la imagen corporal y estrategias de afrontamiento

Con el propósito de analizar las diferencias en la insatisfacción corporal y en las estrategias de afrontamiento según el tiempo diario de uso de redes sociales, se compararon los grupos de uso bajo (hasta 3 horas diarias; $n = 36$), uso moderado (hasta 6 horas diarias; $n = 21$) y uso alto (más de 6 horas diarias; $n = 4$). Para ello, se utilizó la prueba no paramétrica de Kruskal-Wallis.

En relación con la insatisfacción corporal, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los tres grupos establecidos ($p = .698$). En consecuencia, en la muestra estudiada no se observaron diferencias en la insatisfacción corporal en función del tiempo diario de uso de redes sociales.

Respecto de las estrategias de afrontamiento disfuncionales, tampoco se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos de uso bajo, moderado y alto ($p > .05$).

Por el contrario, entre las estrategias de afrontamiento funcionales se observaron diferencias estadísticamente significativas en Resolución del Problema ($p = .014$), Reestructuración Cognitiva ($p = .013$) y Apoyo Social ($p = .038$). Expresión Emocional no presentó diferencias estadísticamente significativas entre los grupos.

Tabla 8

Prueba de Kruskal-Wallis - Tercer objetivo específico

	χ^2	gl	p
INSATISFACCIÓN CORPORAL	0.718	2	0.698

REP	8.477	2	0.014
REC	8.613	2	0.013
EMM	1.385	2	0.5
APS	6.565	2	0.038
EVP	2.35	2	0.309
PSD	0.579	2	0.749
AUC	1.354	2	0.508
OCE	1.297	2	0.523

Nota: Elaboración propia con datos obtenidos. REP=Resolución del Problema, REC= Reestructuración Cognitiva, EMM=Expresión Emocional, APS=Apoyo Social, EVP=Evitación del Problema, PSD=Pensamiento Desiderativo, AUC=Autocrítica, OCE=Ocultación Emocional

Al realizar el análisis de comparaciones por pares, se encontró que para el uso de la estrategia Resolución del Problema existió una diferencia significativa al pasar de un uso bajo de redes sociales (hasta 3 horas, Mediana=8) a uno moderado (hasta 6 horas, Mediana=9), incrementándose. Por otro lado, el uso de Reestructuración Cognitiva cayó significativamente al pasar de un uso moderado (hasta 6 horas, Mediana=9) a uno alto (más de 6 horas, Mediana=4). Por último, no se hallaron diferencias significativas en ninguna comparación por pares de Apoyo Social.

Tabla 9

Descriptivas de grupo - Tercer objetivo específico

	Uso diario de redes sociales	Insatisfacción Corporal	REP	REC	APS
Media	Hasta 3 horas	22.3	7.61	7.33	6.31
	Hasta 6 horas	24	9.33	8.43	7.24
	Más de 6 horas	23.8	9	4.5	10.5

Nota: Elaboración propia con datos obtenidos. REP=Resolución del Problema, REC= Reestructuración Cognitiva, EMM=Expresión Emocional, APS=Apoyo Social, EVP=Evitación del Problema, PSD=Pensamiento Desiderativo, AUC=Autocrítica, OCE=Ocultación Emocional

Los análisis posteriores permitieron identificar diferencias entre determinados grupos en Resolución del Problema y Reestructuración Cognitiva. No obstante, estos resultados deben interpretarse con cautela debido al reducido número de participantes incluido en la

categoría de uso alto (n = 4). En el caso de Apoyo Social, si bien la prueba global de Kruskal-Wallis resultó estadísticamente significativa, las comparaciones posteriores entre grupos no alcanzaron significación estadística.

En función de estos resultados, la segunda hipótesis específica no recibió apoyo empírico. La hipótesis planteaba que un mayor tiempo diario de uso de redes sociales se asociaría con mayores niveles de insatisfacción corporal y con un mayor uso de estrategias de afrontamiento disfuncionales. Sin embargo, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos en insatisfacción corporal ni en las estrategias de afrontamiento disfuncionales. Las diferencias identificadas correspondieron, en cambio, a algunas estrategias de afrontamiento funcionales.

Por lo tanto, en la muestra estudiada, el tiempo diario de uso de redes sociales no permitió diferenciar los niveles de insatisfacción corporal ni el uso de estrategias de afrontamiento disfuncionales.

Relación entre autorreportes de trastornos de la conducta alimentaria, insatisfacción corporal y estrategias de afrontamiento

Por fuera de los objetivos e hipótesis planteados, se realizó un análisis exploratorio secundario con el propósito de aportar una perspectiva complementaria y enriquecer los resultados de la investigación. Específicamente, se examinaron posibles diferencias y asociaciones vinculadas con los antecedentes auto reportados de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y/o trastorno dismórfico corporal (TDC).

En primer lugar, se utilizó la prueba chi-cuadrado de independencia para evaluar la asociación entre la presencia o ausencia de antecedentes auto reportados de TCA y/o TDC y las categorías operativas de insatisfacción corporal -con insatisfacción y sin insatisfacción-.

Los resultados indicaron una asociación estadísticamente significativa entre ambas variables ($p < .001$).

Al analizar las contingencias (véase Tabla 10), se observó que, entre las participantes que informaron antecedentes de TCA y/o TDC, 14 fueron clasificadas en la categoría con insatisfacción corporal, lo que representa el 23% del total de la muestra, mientras que 6 fueron clasificadas sin insatisfacción corporal (9,8% del total de la muestra). Por el contrario, entre quienes no informaron dichos antecedentes, 33 participantes fueron clasificadas sin insatisfacción corporal (54,1% del total de la muestra) y 8 fueron incluidas en la categoría con insatisfacción corporal (13,1% del total de la muestra).

En términos descriptivos, estos resultados muestran una mayor proporción de participantes clasificadas con insatisfacción corporal entre quienes informaron antecedentes de TCA y/o TDC. En consecuencia, se identificó una asociación estadísticamente significativa entre los antecedentes auto reportados de TCA y/o TDC y la clasificación de insatisfacción corporal en la muestra estudiada, sin que este resultado permita establecer relaciones causales entre ambas variables.

Tabla 10

Asociación entre antecedentes autorreportados de TCA y/o TDC e insatisfacción corporal

		Nivel de Insatisfacción Corporal		
Presencia de TCA		Sin insatisfacción	Con insatisfacción	Total
No	Observado	33	8	41
	% del total	54.10%	13.10%	67.20%
Si	Observado	6	14	20
	% del total	9.80%	23.00%	32.80%
Total	Observado	39	22	61
	% del total	63.90%	36.10%	100.00%

Nota: Elaboración propia con datos obtenidos.

Tabla 11

Comparación de las estrategias de afrontamiento según antecedentes autorreportados de TCA y/o TDC

		Estadístico	p
REP	U de Mann-Whitney	386	0.715
REC	U de Mann-Whitney	401	0.889
EEM	U de Mann-Whitney	356	0.402
APS	U de Mann-Whitney	349	0.349
EVP	U de Mann-Whitney	391	0.775
PSD	U de Mann-Whitney	307	0.111
AUC	U de Mann-Whitney	239	0.008
OCE	U de Mann-Whitney	286	0.056

Nota: Elaboración propia con datos obtenidos. REP=Resolución del Problema, REC= Reestructuración Cognitiva, EMM=Expresión Emocional, APS=Apoyo Social, EVP=Evitación del Problema, PSD=Pensamiento Desiderativo, AUC=Autocrítica, OCE=Ocultación Emocional

Tabla 12

Estadísticos descriptivos de las estrategias de afrontamiento según antecedentes autorreportados de TCA y/o TDC

	Auto reporte de TCA	N	Media	Mediana	DT	EE
AUC	No	41	6.15	8	3.58	0.559
	Si	20	8.4	10	3.75	0.838
OCE	No	41	5.49	6	3.4	0.531
	Si	20	7.4	8.5	4.12	0.922

Nota: Elaboración propia con datos obtenidos. AUC=Autocrítica, OCE=Ocultación Emocional

De manera complementaria, se analizaron las diferencias en las estrategias de afrontamiento según la presencia o ausencia de antecedentes auto reportados de TCA y/o TDC. Para ello, se utilizó la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney.

Los resultados mostraron diferencias estadísticamente significativas únicamente en Autocrítica (AUC) (p = .008). Las participantes que informaron antecedentes de TCA y/o TDC presentaron puntuaciones superiores en esta estrategia en comparación con aquellas que no informaron dichos antecedentes.

Por su parte, Ocultación Emocional (OCE) presentó un valor de p = .056, por lo que no alcanzó el nivel de significación estadística establecido (p < .05). Asimismo, no se

observaron diferencias estadísticamente significativas entre ambos grupos en las restantes estrategias de afrontamiento evaluadas.

En conjunto, estos resultados exploratorios indican que, en la muestra estudiada, los antecedentes auto reportados de TCA y/o TDC se asociaron con mayores puntuaciones en Autocrítica. Sin embargo, dado el carácter exploratorio de este análisis y la modalidad de autorreporte utilizada para relevar dichos antecedentes, estos hallazgos deben interpretarse con cautela.

Discusión

Los resultados del presente estudio han permitido responder a la pregunta de investigación y a las hipótesis planteadas para la población estudiada, conformada por mujeres argentinas mayores de 18 años que consumen contenido fitness, de belleza y/o estilo de vida producido por influencers en plataformas como Instagram y/o TikTok. A continuación, se realiza la contrastación de dichos resultados con los hallazgos provenientes de la literatura científica previa.

En primer lugar, el objetivo general de la investigación (referido a analizar la relación entre la insatisfacción con la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento) fue alcanzado satisfactoriamente. Las pruebas estadísticas indicaron que la hipótesis general (la cual indicaba que a mayores niveles de insatisfacción con la imagen corporal, mayor uso de estrategias de afrontamiento disfuncionales) pudo ser confirmada de manera parcial. Específicamente, se demostró una relación estadísticamente significativa en tres de los cuatro modos de afrontamiento disfuncionales: *Pensamiento Desiderativo*, *Autocrítica* y *Ocultación Emocional*. Además. Como contrapartida, al comparar las estrategias utilizadas por el grupo

sin insatisfacción con la imagen corporal se encontraron relaciones estadísticamente significativas con *Reestructuración Cognitiva*, una estrategia considerada funcional o adaptativa.

Al contrastar estos hallazgos con la literatura antecedentes, se observa que la asociación entre variables es consistente con estudios realizados en diversos contextos. Por ejemplo, Castillo-Tintaya y Alfaro-Urquiola (2025), asocian el uso de estrategias de afrontamiento disfuncionales con una distorsión en la imagen corporal en mujeres mastectomizadas. En esta misma línea, investigaciones como las de Zhu et al., (2023) en pacientes con cáncer de mama sometidas a cirugía, y Bianchi et al., (2023) en INSERTE POBLACIÓN, también confirman la relación entre la insatisfacción corporal y el afrontamiento disfuncional. Sin embargo, resulta interesante destacar que mientras ambos estudios asocian directamente la insatisfacción corporal con un mayor uso de estrategias evitativas, en la presente investigación no se halló una relación significativa entre la estrategia *Evitación del Problema* y la insatisfacción con la imagen corporal.

En la misma línea, Abrante Rodríguez (2024) comprobó que en jóvenes usuarios de Instagram la estrategia de autoinculpación (similar a *Autocrítica* hallada en esta muestra) se asocia con la insatisfacción corporal, estando este proceso mediado por plataformas digitales. Adicionalmente, el hallazgo sobre el uso de estrategias adaptativas (*Reestructuración Cognitiva)* en mujeres que no presentan insatisfacción corporal concuerda con Matera et al., (2024), quienes afirman que la mejora de la imagen corporal en mujeres se relaciona con la reducción del uso de estrategias de afrontamiento desadaptativas.

Por el contrario, la asociación directa encontrada en esta investigación difiere con los resultados de Novitasari y Hamid (2021) quienes no encontraron relaciones significativas directas entre imagen corporal y estrategias de afrontamiento en estudiantes que sufrieron

humillación corporal, sugiriendo que la relación podría estar mediada de forma indirecta por la autoeficacia.

En segundo lugar, en relación con los objetivos específicos centrados en evaluar el grado de insatisfacción con la imagen corporal y describir las estrategias de afrontamiento predominantes en la población de interés, ambos propósitos fueron alcanzados exitosamente.

Respecto a la imagen corporal, la mayoría de la muestra evidenció una ausencia de insatisfacción corporal (63.9%). El porcentaje restante se distribuyó en niveles de insatisfacción leve (24.6%), moderada el (8.2%) e intensa (3.3%). Estos hallazgos difieren con los de Novitasari y Hamid (2021) donde la imagen corporal negativa dió 58%. Sin embargo, esta divergencia puede explicarse por cuestiones metodológicas, dado que en dicha investigación se empleó una versión diferente del BSQ, y su muestra estuvo conformada por hombres y mujeres. De igual modo, los datos actuales contrastan con los de Panzitta et al. (2023) quienes hallaron que el 34% manifestó nunca o rara vez sentir satisfacción con su cuerpo, utilizando instrumentos ad-hoc para medir la conformidad corporal.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento, el perfil de uso en la muestra indicó la siguiente distribución de mayor a menor frecuencia: *Resolución del Problema* y *Pensamiento Desiderativo* (14.1% cada una), *Reestructuración Cognitiva* (13.2%), *Expresión Emocional* (13.1%), *Apoyo Social* y *Autocrítica* (12.1% cada una), *Ocultación Emocional* (10.7%) y, por último, *Evitación del Problema* (9.8%). En términos globales, se observó en la muestra una tendencia a utilizar estrategias de afrontamiento funcionales en mayor medida que las disfuncionales.

Al analizar este perfil frente a los antecedentes, surgen ligeras diferencias. Con respecto a la investigación de Novitasari y Hamid (2021), se halló que la mayoría de la muestra (73%) utilizó estrategias de afrontamiento centradas en la emoción, evaluando otro cuestionario sobre estrategias de afrontamiento. El presente estudio no describió la división

entre estrategias centradas en la emoción (*Expresión Emocional, Apoyo Social, Autocrítica* y *Ocultación Emocional*) y centradas en el problema (*Resolución del Problema, Reestructuración Cognitiva, Pensamiento Desiderativo* y *Evitación del Problema*). Sin embargo, al agrupar las escalas en el presente estudio es posible observar una leve preferencia por estrategias centradas en el problema (51.2%), contradiciendo los hallazgos del antecedente y sugiriendo un abordaje más orientado a la resolución por parte de las mujeres evaluadas.

En tercer lugar, se alcanzó satisfactoriamente el último objetivo específico, que buscó analizar las diferencias en la insatisfacción con la imagen corporal y en las estrategias de afrontamiento según el rango etario y el tiempo diario de uso de redes sociales. De este objetivo se desdoblan las dos hipótesis específicas de la investigación, detalladas a continuación.

Con respecto a la primera hipótesis específica, la cual planteaba un mayor nivel de insatisfacción con la imagen corporal y un uso superior de estrategias de afrontamiento disfuncionales en mujeres jóvenes que en mujeres de mayor edad, fue parcialmente confirmada. Por un lado, no se han encontrado diferencias significativas entre los grupos etarios en lo relativo a la insatisfacción con la imagen corporal. Por otro lado, en cuanto a las estrategias de afrontamiento disfuncionales, la única dimensión que presentó diferencias significativas según la edad fue *Evitación del Problema,* registrando puntuaciones más elevadas en el grupo de los 18 a 30 años.

Al intentar contrastar estos hallazgos con los antecedentes, se hace evidente que gran parte de las investigaciones de la temática fueron realizadas sobre población joven y/o adolescente (Novitasari y Hamid, 2021; García Otero, 2022), omitiendo el estudio de otros grupos etarios. Por su parte, aquellas investigaciones que sí han abarcado muestras con rangos de edad más amplios (Góngora et al., 2020; Panzitta et al., 2023) no han efectuado

contrastes estadísticos por edades. En consecuencia, la imposibilidad de realizar comparaciones directas con otros estudios pone de manifiesto la necesidad de continuar investigando la insatisfacción corporal y los mecanismos de afrontamiento en poblaciones de mujeres adultas.

Por último, la segunda hipótesis específica, que postulaba una correlación entre el tiempo diario de uso de redes sociales, la insatisfacción con la imagen corporal y el uso de estrategias de estrategias de afrontamiento disfuncionales, no ha podido ser confirmada. Los análisis estadísticos no mostraron diferencias estadísticamente significativas entre el uso bajo, moderado y alto, en relación con las variables estudiadas. A pesar de este hallazgo, y al contrastar los datos con la literatura científica previa, se evidencia que el consumo general de redes sociales sí ejerce un impacto negativo sobre la imagen corporal. Diversos estudios asocian esta exposición con distorsiones e insatisfacción que elevan el riesgo de desarrollar sintomatología alimentaria en mujeres (Cano García et al., 2023) afectando especialmente a aquellas personas que ya presentaban una disconformidad corporal previa (Panzitta et al., 2023). En esta misma línea, el análisis descriptivo de la presente investigación respalda dicho fenómeno, al evidenciar que la mayoría de las mujeres encuestadas manifestó un incremento en los pensamientos sobre su propio cuerpo y la presencia de malestar al visualizar este tipo de contenidos. Asimismo, se identificó a influencers y creadores de contenido como principales referentes de la imagen corporal (frente a amigos, familiares y otras personas), especialmente quienes crean contenido relacionado al mundo de la moda, el fitness, y la belleza.

Sin embargo, la ausencia de diferencias significativas según el tiempo de exposición sugiere que dicha métrica resulta insuficiente por sí sola para explicar el malestar con la imagen corporal o el uso de estrategias de afrontamiento disfuncionales. Tal como señalan Góngora et al. (2020) existen comportamientos puntuales (como la publicación de

actualización de estados y el monitoreo constante hacia otros usuarios) que están directamente asociados a la insatisfacción corporal. De forma complementaria, estas dinámicas de comparación en redes sociales podrían ser consideradas una estrategia de afrontamiento disfuncional para lidiar con las emociones desagradables derivadas de una imagen corporal negativa (García Otero, 2022). En suma, se concluye que el factor determinante no radica en la cantidad de horas frente a la pantalla, sino en el tipo de uso y en las características específicas de las actividades que las usuarias realizan dentro de las plataformas.

Hallazgos secundarios

En lo que respecta a los análisis secundarios de la presente investigación, los hallazgos mostraron una asociación estadísticamente significativa entre los antecedentes auto reportados de TCA y/o TDC, la insatisfacción corporal y el uso de la estrategia de afrontamiento de *Autocrítica*. Estos resultados son altamente congruentes con lo planteado por Bianchi et al. (2023) quienes postularon que las mujeres constituyen la población de mayor vulnerabilidad frente a la sintomatología alimentaria, la insatisfacción con la imagen corporal y el despliegue de estrategias de afrontamiento ligadas a estas problemáticas. Asimismo, lo demostrado por Bianchi et al. expone una dinámica que complementa los hallazgos del presente estudio: mientras que dichos autores evidencian que una imagen corporal positiva actúa como un factor protector al fomentar estrategias adaptativas (como la Aceptación Racional) y reducir la evitación ante síntomas de atracones, en la muestra evaluada se observa la contraparte de dicho fenómeno, donde los antecedentes de trastornos alimenticios auto reportados y la insatisfacción corporal se vinculan de forma directa con respuestas de carácter disfuncional, como lo es la *Autocrítica.*

Conclusión

El presente estudio permitió dar respuesta a la pregunta de investigación "¿Cuál es la relación entre la insatisfacción con la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento en mujeres argentinas mayores de 18 años que consumen contenido fitness, de belleza y estilo de vida producido por influencers en Instagram y/o TikTok?"

En términos generales, se concluye que la insatisfacción con la imagen corporal no opera de manera aislada, sino que se vincula estrechamente con el despliegue de mecanismos de afrontamiento disfuncionales, específicamente el *Pensamiento Desiderativo*, la *Autocrítica* y la *Ocultación Emocional*. En contraposición, la satisfacción con el propio cuerpo se asocia con estrategias adaptativas centradas en la *Reestructuración Cognitiva*, lo que parece apoyar la idea de que la satisfacción con la imagen corporal condiciona la modalidad de afrontamiento de las usuarias.

En cuanto a las diferencias por rango etario, se concluye que la insatisfacción con la imagen corporal es un fenómeno transversal que se manifiesta de forma similar a lo largo de las distintas edades. Sin embargo, el grupo de adultas jóvenes (18 a 30 años) exhibe una mayor inclinación hacia el uso de la *Evitación del Problema*, lo que denota una marcada tendencia a eludir las fuentes de malestar emocional características de esta etapa vital.

Respecto al impacto del entorno digital, la investigación demuestra que la cantidad de tiempo diario de uso de redes sociales no constituye un factor determinante por sí solo en el incremento de la insatisfacción corporal o el afrontamiento disfuncional. La ausencia de diferencias entre usuarios de consumo bajo, moderado y alto desplaza el eje del problema desde la variable puramente cronométrica hacia la dimensión cualitativa del consumo, concluyendo que son el tipo de actividad, la comparación social y la exposición activa a influencers los verdaderos catalizadores del malestar.

Finalmente, se concluye que la vulnerabilidad clínica previa (dada por antecedentes de TCA o TDC) acentúa la insatisfacción y promueve afrontamientos disfuncionales como la *Autocrítica*. En conjunto, el malestar con la imagen corporal en el contexto de redes sociales responde a un fenómeno complejo donde el tipo de interacción digital y los antecedentes individuales ejercen un peso sustancialmente mayor que la mera cantidad de horas de conexión.

Aportes de la investigación

La presente investigación aporta información empírica relevante al campo de la Psicología, especialmente al estudio de la imagen corporal, del afrontamiento y del impacto de las redes sociales en dichos fenómenos.

Especialmente, el estudio cobra particular relevancia debido a la escasez de antecedentes en Argentina que aborden de manera conjunta la relación entre insatisfacción con la imagen corporal, afrontamiento y contenidos específicos de estilo de vida, belleza y fitness en plataformas digitales. De este modo, la investigación contribuye a cubrir una vacante temática en el contexto sociocultural nacional.

Con respecto al plano metodológico, la utilización del Cuestionario de Forma Corporal (BSQ-21) y del Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI-24), ambos adaptados a la población argentina, contribuye a la consolidación de y difusión de estos instrumentos en el ámbito científico local. De esta manera, ambas herramientas proporcionan evidencia empírica actualizada sobre el comportamiento psicométrico de estas escalas en mujeres adultas argentinas.

Finalmente, a nivel práctico y aplicado, los hallazgos ofrecen resultados de valor para el campo de la psicología clínica y la salud mental. Al demostrar que el malestar se vincula principalmente con el tipo de interacción en redes y no con la cantidad de horas frente a la

pantalla, se brindan pautas concretas para el diseño de programas de prevención, talleres de alfabetización digital y dispositivos psicoeducativos. Asimismo, la identificación del papel clave de estrategias como la *Autocrítica* y la *Reestructuración Cognitiva* permite a los profesionales de la salud orientar abordajes terapéuticos más precisos, dirigidos a modificar las respuestas de afrontamiento disfuncionales frente a la presión estética del entorno digital.

Limitaciones de la investigación

Al interpretar los hallazgos de la presente investigación, es necesario reconocer ciertas limitaciones y obstáculos metodológicos que condicionan el alcance de los resultados.

En primer lugar, el uso de cuestionarios autoadministrados conlleva el riesgo de sesgos de respuesta, tales como la deseabilidad social o la estimación imprecisa de variables subjetivas o sensibles (por ejemplo, el cálculo del tiempo real de pantalla o el autorreporte de antecedentes de TCA/TDC).

En segundo lugar, el tamaño de la muestra (n=61) resulta acotado y fue obtenido mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Esta característica restringe la representatividad de los datos y exige cautela al intentar generalizar las conclusiones a la totalidad de la población de mujeres usuarias de redes sociales en el país.

En tercer lugar, ha sido necesario realizar ajustes metodológicos. Para el análisis del Cuestionario de Forma Corporal (BSQ-21) fue preciso aplicar transformaciones proporcionales en las puntuaciones para adaptar la métrica a las exigencias de la versión utilizada. Además, se han reagrupado variables categóricas como el rango etario, la satisfacción corporal y el tiempo de uso de redes sociales, debido a la baja frecuencia observada en algunas opciones de respuesta. Si bien estos procedimientos aseguraron la solidez matemática del análisis, pudieron haber reducido el nivel de detalle o matiz en la comparación de ciertos subgrupos.

Líneas futuras de la investigación

En primer lugar, se considera relevante el ampliar la población de estudio para incluir varones, identidades de género diversas y rangos etarios más avanzados (como mujeres de mediana edad o adultas mayores) para contrastar cómo operan los fenómenos estudiados en distintos momentos del ciclo vital.

Además, se proponen estudios que evalúen de forma cuantitativa el uso de redes sociales, por ejemplo, entre las distintas actividades realizadas dentro de las plataformas digitales (como lo son la interacción directa con otros contenidos o la frecuencia de comparación social) en lugar de medir únicamente la variable cronométrica del tiempo de pantalla.

Por otro lado, resultan relevantes los estudios con diseños longitudinales en donde se dé seguimiento a lo largo del tiempo a determinar la causalidad y direccionalidad entre la exposición continua a contenidos fitness/belleza, el desarrollo de insatisfacción corporal y el afianzamiento de estrategias de afrontamiento disfuncionales.

En suma, para profundizar en la experiencia subjetiva de los significados asociados a la “Evitación del problema” o la “Autocrítica” al navegar en Instagram y Tiktok, se proponen estudios cualitativos donde se incluyan entrevistas o grupos focales.

Por último, existen en la presente investigación dos aspectos que si bien exceden a los objetivos planteados, dan cuenta de dos problemáticas que podrían ser relevantes para futuras investigaciones. En primer lugar, la mayoría de las mujeres que reportaron antecedentes de TCA y/o TDC admitieron haber realizado un autodiagnóstico (en lugar de consultar con un profesional de la salud). Específicamente, sería interesante analizar si los autodiagnósticos de trastornos alimenticios y dismórficos se relacionan con el consumo de contenidos digitales relacionados a la salud mental.

En segundo lugar, el presente estudio aporta evidencia de la capacidad del algoritmo digital de reducir la autonomía del usuario en sus preferencias de contenidos (Albanie et al., 2017; Entrena Serrano, 2025), dando cuenta de que la mayoría de las usuarias encuestadas manifestó que los videos e imágenes aparecen como contenido sugerido o viral, lo que respalda. En este sentido, se propone continuar investigando si el tipo de algoritmo presente a día de hoy en estas redes sociales podría estar perjudicando la percepción y satisfacción corporal de sus usuarias.

Referencias

Abidin, C., y Ots, M. (2016). Influencers Tell All? Unravelling Authenticity and Credibility in a Brand Scandal. *In Blurring the Lines: Market-driven and Democracy-driven Freedom of Expression* (153-161). Nordicom.

Abrante Rodríguez, D. (2024). *Imagen corporal y uso de redes sociales en jóvenes: Variables psicológicas asociadas*. Repositorio Institucional de la Universidad de La Laguna.

Affleck, G., y Tennen, H. (1996). Construing benefits from adversity: Adaptational significance and dispositional underpinnings. *Journal of personality,* 64(4), 899-922.

Ahrberg, M., Trojca, D., Nasrawi, N. and Vocks, S. (2011), Body Image Disturbance in Binge Eating Disorder: *A Review. Eur. Eat. Disorders Rev*., 19: 375-381. https://doi.org/10.1002/erv.1100

Albanie, S., Shakespeare, H., y Gunter, T. (2017). *Unknowable manipulators: Social network curator algorithms.* 30° Conferencia en Sistemas de Procesamiento de

Información Neural (NIPS 2016), Barcelona, España. https://doi.org/10.48550/arXiv.1701.04895

Aldao, A., y Nolen-Hoeksema, S. (2012). When are adaptive strategies most predictive of psychopathology?. *Journal of abnormal psychology,* 121(1), 276.

Álvarez-Rayón, G., Franco-Paredes, K., López-Aguilar, X., Mancilla-Díaz, J. M., y Vázquez-Arévalo, R. (2009). Imagen corporal y trastornos de la conducta alimentaria. *Revista de Salud pública*, 11, 568-578.

Asociación Americana de Psiquiatría (2022). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (5.ª ed.), https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787

Azzaakiyyah, H. K. (2023). The impact of social media use on social interaction in contemporary society. *Technology and Society Perspectives* (TACIT), 1(1), 1-9.

Baile-Ayensa, J. L. (2003) ¿Qué es la imagen corporal?. *Cuadernos del Marqués de San Adrián: revista de humanidades*, (2), 53-70.

Bareither, C., y Wirth, S. (2026). Social media feeds as curatorial assemblages: A conceptual framework. *Media, Culture y Society*, 48(1), 73-88.

Bazán, C. I., y Ferrari, L. E. (2012). La delgadez y las dietas hipocalóricas: un estudio comparativo entre mujeres argentinas y japonesas. *IV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XIX Jornadas de Investigación VIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.

Behar, R., y Arancibia, M. (2015). Body image disorders: anorexia nervosa versus reverse anorexia (muscle dysmorphia). *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 6(2), 121-128.

Beutler, L. E., Harwood, T. M., Kimpara, S., Verdirame, D., y Blau, K. (2011). Coping style. *Journal of clinical psychology*, 67(2), 176-183.

Bianchi, D., Schinelli, A., Fatta, L.M. (2023) Body image impact on quality of life and adolescents' binge eating: the indirect role of body image coping strategies. *Eat Weight Disord.* 28, 75.

Biggs, A., Brough, P., y Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's psychological stress and coping theory. *The handbook of stress and health: A guide to research and practice*, 349-364.

Blanco-Ornelas, J. R., Álvarez-Mendoza, G., Rangel-Ledezma, Y., y Gastelum-Cuadras, G. (2017). Imagen corporal en universitarios: Comparaciones por género. *Revista de Educación y Desarrollo*, 41(1), 71-75.

Bobadilla-Suárez, S., y López-Avila, A. (2014). Distorsión de imagen corporal percibida e imaginada. Un posible factor para la obesidad y el sobrepeso en mexicanos. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 52(4), 408-414.

Bouchard, G. (2003). Cognitive appraisals, neuroticism, and openness as correlates of coping strategies: An integrative model of adaptation to marital difficulties. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 35(1), 1.

Bruch, H. (1962). Perceptual and conceptual disturbances in anorexia nervosa. *Biopsychosocial Science and Medicine*, 24(2), 187-194.

Caldevilla Domínguez, D. (2010). Las Redes Sociales. Tipología, uso y consumo de las redes 2.0 en la sociedad digital actual. *Documentación de las Ciencias de la Información*, 33, 45-68.

Campión, R. S., y Nalda, F. N. (2012). La web 2.0 en escena. Píxel-Bit. R*evista de medios y educación,* (41), 19-30.

Cano García, M., Agudelo, Y. M., Moreno, D. M., Quiroz, A. M. L., Meza, M. J. M., Montes, Molina Ramírez, L. F y Cardona, J. M (2023). *Relación entre redes*

sociales y la autoimagen o imagen corporal en los usuarios de redes sociales. Redes sociales: atrapamiento o conexión emocional, cap 4 (51).

Casado Cañero, F. D. (2002). Modelo de afrontamiento de Lazarus como heurístico de la intervención. *Apuntes De Psicología*, 20(3), 403-414.

Casanova-Garrigós, G., Torrubia-Pérez, E., Cañellas Reverté, N., Capera Fernández, J., Mora-López, G., y Albacar-Riobóo, N. (2025). Influencia de las redes sociales en la imagen corporal de adolescentes: una revisión integrativa. *Enfermería Global*, 24(75).

Cash TF, Pruzinsky T. (2002). *Body image: a handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford.

Cash, T. F., Santos, M. T., y Williams, E. F. (2005). Coping with body-image threats and challenges: Validation of the Body Image Coping Strategies Inventory. *Journal of psychosomatic research*, 58(2), 190-199.

Castaño, E. F., y del Barco, B. L. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. International *Journal of psychology and psychological therapy*, 10(2), 245-257.

Castillo Tintaya, J. y Alfaro-Urquiola, A. L. (2025). Estrategias de afrontamiento e imagen corporal en mujeres mastectomizadas. Un estudio correlacional. Fides et Ratio - *Revista de Difusión cultural y científica de la Universidad La Salle en Bolivia*, 29(29), 133-153. .https://doi.org/10.55739/fer.v29i29.166

Castillo, E. G. (2002). La tiranía de la belleza, un problema educativo hoy. La estética del cuerpo como valor y como problema. Teoría de la educación. *Revista interuniversitaria*, 14.

Castrillón Moreno, D., Luna Montaño, I., Avendaño Prieto, G., y Pérez Acosta, A. M. (2007). Validación del body shape questionnaire (cuestionario de la figura corporal) BSQ para la población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 10(1), 15–23.

Castro, J. M. M., Barros, N. A. Z., y Patiño, K. L. M. (2024). Estereotipos de belleza en redes sociales: impacto en la autoestima femenina. Religación. *Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 9(40), e2401183.

Choukas-Bradley S., Nesi J., Widman L., Galla B. M. (2020). The Appearance-Related Social Media Consciousness Scale: Development and validation with adolescents. *Body Image*, 33, 164–174. https://doi.org/10.1016/J.BODYIM.2020.02.017

Cooper, P.J., Taylor, M.J., Cooper, Z. and Fairbum, C.G. (1987), The development and validation of the body shape questionnaire. *Int. J. Eat. Disord.*, 6: 485-494. https://doi.org/10.1002/1098-108X(198707)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-O

Curtis, C., y Loomans, C. (2014). Friends, family, and their influence on body image dissatisfaction. *Women's Studies Journal*, 28(2), 39-56.

Dahab, J., Rivadeneira, C., y Minici, A. (2010). El enfoque cognitivo-transaccional del estrés. *Revista de terapia cognitivo conductual*, 18(1), 1-6.

David JP y Suls J (1999). Coping efforts in daily life: role of big five traits and problem appraisals. *Journal of Personality*, 67, 265-294.

de Camargo, B. (2004). Estrés, síndrome general de adaptación o reacción general de alarma. *Revista médico científica*, 17(2).

De Veirman, M., y Hudders, L. (2020). Disclosing sponsored Instagram posts: the role of material connection with the brand and message-sidedness when disclosing covert advertising. *International journal of advertising*, 39(1), 94-130.

Del Castillo, D. F. G. (2009). Esquema corporal e imagen corporal. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (386), 45-45.

DiNucci, D. (1999). Design y New Media: Fragmented Future-Web development faces a process of mitosis, mutation, and natural selection. PRINT-NEW YORK-, 53, 32-35.

Duno, M., y Acosta, E. (2019). Percepción de la imagen corporal en adolescentes universitarios. *Revista chilena de nutrición*, 46(5), 545-553.

Dvorkin M. A y Cardinali D. P. (2003) Best y Taylor Bases Fisiológicas de la Práctica Médica. 13" ed. Buenos Aires

Eg, R., Tønnesen, Ö. D., y Tennfjord, M. K. (2023). A scoping review of personalized user experiences on social media: The interplay between algorithms and human factors. *Computers in Human Behavior Reports*, 9, 100253.

Endler, N. S., y Parker, J. D. (1994). Assessment of multidimensional coping: Task, emotion, and avoidance strategies. *Psychological assessment,* 6(1), 50.

Entrena-Serrano, C. (2025). Watch, Scroll, Repeat: How Interface Design Shapes Consumptive Curation Affordances on TikTok. *Social Media+ Society*, 11(3).

Erikson, E. H. (1985). El ciclo vital completado. Editorial Paidós.

Esnaola Etxaniz, I. (2005). Imagen corporal y modelos estéticos corporales en la adolescencia y juventud. *Análisis y Modificación de Conducta*, 31(135). https://doi.org/10.33776/amc.v31i135.2218

Espeset, E. M., Gulliksen, K. S., Nordbø, R. H., Skårderud, F., y Holte, A. (2012). Fluctuations of body images in anorexia nervosa: patients' perception of contextual triggers. *Clinical psychology y psychotherapy*, 19(6), 518-530.

Espina, A., Ortego, M. A., de Alda, Í. O., Yenes, F., y Alemán, A. (2001). La imagen corporal en los trastornos alimentarios. *Psicothema*, 13(4), 532-538.

Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., y Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body image*, 13, 38-45.

Fardouly, J., y Vartanian, L. R. (2016). Social media and body image concerns: Current research and future directions. *Current opinion in psychology*, 9, 1-5.

Fauerbach, J. A., Lawrence, J. W., Fogel, J., Richter, L., Magyar‐Russell, G., McKibben, J. B., y McCann, U. (2009). Approach–avoidance coping conflict in a sample of burn patients at risk for posttraumatic stress disorder. *Depression and Anxiety*, 26(9), 838-850.

Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7(2), 117-140.

Figueroa Varela, M. D. R., y Careaga Pérez, G. (2013). La opción de la reconfiguración estética: estudio en jóvenes universitarias. La ventana. *Revista de estudios de género*, 4(37), 324-360.

Folkman, S. (2007). The case for positive emotions in the stress process. *Anxiety, Stress, y Coping,* 21(1), 3–14. https://doi.org/10.1080/10615800701740457

Freire, F. C. (2008). Las redes sociales trastocan los modelos de los medios de comunicación tradicionales. R*evista Latina de comunicación social*, 11(63).

Fuente del Campo, A. (2002). Beauty: Who Sets the Standards?. *Aesthetic Surgery Journal*, 22 (3) 267–268.

García Otero, M. (2022). Imagen Corporal y Redes Sociales en la Adolescencia y la Juventud. Universidad Pontificia Comillas.

García, F. C., Franco, L. R., y Martínez, J. G. (2007). Spanish version of the coping strategies inventory. *Actas españolas de psiquiatrí*a, 35(1), 29-39.

Garner, D. M. (1981). Body image in anorexia nervosa. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 26(4), 224-227.

Garner, D. M., y Garfinkel, P. E. (1982). Body image in anorexia nervosa: Measurement, theory and clinical implications. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 11(3), 263-284.

Giménez, S. (2023). Redes Sociales, estado actual y tendencias 2023. *OBS Business School.* Universidad de Barcelona.

Góngora, V. C. (2023). Actividades en redes sociales, insatisfacción corporal, ideales de belleza y apreciación corporal en mujeres adultas. *Psychology, Society y Education*, 15(2), 19-27.

Góngora, V. C., Cruz Licea, V., Mebarak Chams, M. R., y Thornborrow, T. (2020). Assessing the measurement invariance of a Latin-American Spanish translation of the Body Appreciation Scale-2 in Mexican, Argentinean, and Colombian adolescents. *Body Image*, 32, 180-189.

González, B., y Escobar, A. (2002). Neuroanatomía del estrés. *Revista Mexicana de Neurociencia*, 3(5), 273-282.

Grogan, S. (2002). Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children. *Routledge.*

Hayes, S. C., Levin, M. E., Plumb-Vilardaga, J., Villatte, J. L., y Pistorello, J. (2013). Acceptance and commitment therapy and contextual behavioral science: Examining the progress of a distinctive model of behavioral and cognitive therapy. *Behavior therapy,* 44(2), 180-198.

Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., y Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour research and therapy,* 44(1), 1-25.

Heredia N, Espejo G (2009). Historia de la belleza; History of beauty. *Acta otorrinolaringol cir cabeza cuello.* 37(1) 31-46

Hernández-Sampieri R., Fernández-Collado C. y Baptista-Lucio P. (2014). *Metodología de la investigación*. 6ta Edición. McGraw-Hill Interamericana.

Holland, G., y Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body image*, 17, 100-110.

Hollander, E., Cohen, L. J., y Simeon, D. (1993). Body dysmorphic disorder. *Psychiatric Annals*, 23(7), 359-364.

Hrafnkelsdottir, S. M., Brychta, R. J., Rognvaldsdottir, V., Chen, K. Y., Johannsson, E., Guðmundsdottir, S. L., y Arngrimsson, S. A. (2022). Screen time and body image in Icelandic adolescents: sex-specific cross-sectional and longitudinal associations. *International Journal of Environmental Research and Public Health,* 19(3), 1308.

imagen corporal en pacientes mujeres con trastornos alimentarios: un modelo explicativo. *Psychology, Society y Education*, 15(2), 1-9. https://doi.org/10.21071/psye.v15i2.15608

International Society of Aesthetic Plastic Surgery (2022). ISAPS International Survey on Aesthetic/Cosmetic Procedures - 2021. *International Society of Aesthetic Plastic Surgery*.

Jiménez Marce, R. (2008). Georges Vigarello, Historia de la belleza. El cuerpo y el arte de embellecer desde el Renacimiento hasta nuestros días. *Signos históricos*, 10(19), 214-220.

Keery, H., Van den Berg, P., y Thompson, J. K. (2004). An evaluation of the tripartite influence model of body dissatisfaction and eating disturbance with adolescent girls. *Body Image*, 1(3), 237-251. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.03.001

Kirszman, D., y Carmen, M. (2015) Body image. Mediating dimensions in psychopathology and types of intervention. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*, 6(2), 129-136. https://doi.org/10.1016/j.rmta.2015.10.004

Kluck, A. S. (2010). Family influence on disordered eating: The role of body image dissatisfaction. *Body image*, 7(1), 8-14.

Koff, E. y Sangani, P. (1997). Effects of coping style and negative body image on eating disturbance. Int. J. *Eat. Disord*., 22: 51-56.

Kollei, I., Brunhoeber, S., Rauh, E., de Zwaan, M., y Martin, A. (2012). Body image, emotions and thought control strategies in body dysmorphic disorder compared to eating disorders and healthy controls. *Journal of Psychosomatic Research*, 72(4), 321-327.

Konstan, David. (2012). El concepto de belleza en el mundo antiguo y su recepción en Occidente. *Nova tellus*, 30(1), 133-147

Lazarus, R., y Folkman, S. (1984). Estrés, evaluación y afrontamiento. Nueva York: Springer.

Lin, Y. (2022). Social media for collaborative planning: A typology of support functions and challenges. *Cities*, 125, 1–11. https://doi.org/10.1016/j.cities.2022.103641

López, A. M. M. (2014) La imagen corporal en la sociedad del siglo XXI. Universitat Internacional de Catalunya.

López, M. C., y Rodríguez, J. A. C. (1997). La evaluación del afrontamiento: adaptación española del cuestionario COPE con una muestra de estudiantes universitarios. *Análisis y Modificación de conducta*, 23(92), 797-830.

Losada, A. V. (2014). Uso en Investigación y Psicoterapia del Consentimiento Informado. En B. Kerman, y M. R. Ceberio (Comps.). En búsqueda de las ciencias

de la mente. Investigación en Psicología sistémica, cognitiva y neurocientífica (pp. 159-167). Ediciones Universidad de Flores.

Mabe, A. G., Forney, K. J., y Keel, P. K. (2014). Do you “like” my photo? Facebook use maintains eating disorder risk. *International Journal of Eating Disorders*, 47(5), 516-523.

Maganto, C., y Cruz, S. (2000). La imagen corporal y los trastornos alimenticios: una cuestión de género. *Cuadernos de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente,* 30(1), 45-48.

Mahon, C. y Hevey, D. (2021) Processing Body Image on Social Media: Gender Differences in Adolescent Boys’ and Girls’ Agency and Active Coping. *Front. Psychol*. 12:626763. doi: 10.3389/fpsyg.2021.626763

Mancuso, S. G. (2016). Body image inflexibility mediates the relationship between body image evaluation and maladaptive body image coping strategies. *Body Image*, 16, 28-31.

Marengo D., Longobardi C., Fabris M. A., Settanni M. (2018). Highly-visual social media and internalizing symptoms in adolescence: The mediating role of body image concerns. *Computers in Human Behavior*, 82, 63–69. https://doi.org/10.1016/J.CHB.2018.01.003

Marengo, D., Longobardi, C., Fabris, M. A., y Settanni, M. (2018). Highly-visual social media and internalizing symptoms in adolescence: The mediating role of body image concerns. *Computers in Human Behavior*, 82, 63-69.

Martínez González, J. A (2010). "Estrategias De Afrontamiento Ante El Estrés Y Rendimiento Académico En Estudiantes Universitarios," Cuadernos de Educación y Desarrollo, Servicios Académicos Intercontinentales SL.

Martínez, J. G. (2007). Adaptación española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Esp Psiquiatr*, 35(1), 29-39.

Matera, C., Casati, C., Paradisi, M., Di Gesto, C., y Nerini, A. (2024). Positive Body Image and Psychological Wellbeing among Women and Men: The Mediating Role of Body Image Coping Strategies. *Behavioral Sciences*, 14(5), 378. https://doi.org/10.3390/bs14050378

Mazurek, G., Korzyński, P., y Górska, A. (2019). Social Media in the Marketing of Higher Education Institutions in Poland: Preliminary Empirical Studies. *Entrepreneurial Business and Economics Re-view,* 7(1), 117-133. https://doi.org/10.15678/EBER.2019.070107

Mercader-Yus, E., Neipp-López, M. C., Gómez-Méndez, P., Vargas-Torcal, F., Gelves-Ospina, M., Puerta-Morales, L., ... y Mancera-Sarmiento, M. (2018). Anxiety, self-esteem and body image in girls with precocious puberty. *Revista Colombiana de Psiquiatría* (English ed.), 47(4), 229-236.

Míguez Bernárdez, M., De la Montaña Miguélez, J., Isasi Fernández, M. C., González Rodríguez, M., y González Carnero, J. (2009). Evaluación de la distorsión de la imagen corporal en universitarios en relación a sus conocimientos de salud. *Nutr Clín Diet Hosp*, 29(2), 15-23.

Moos, R.H. y Holahan, C. J. (2003). Dispositional and contextual perspectives on doping: toward an integrative framework. *Journal of Clinical Psychology*, 59, 1387-1403

Murray, K., Rieger, E., y Byrne, D. (2018). Body image predictors of depressive symptoms in adolescence. *Journal of adolescence,* 69, 130-139.

Nieri, L., y Fuentes, C. (2020). Validez del Body Shape Questionnaire (BSQ) en mujeres Argentina. *Revista de Psicología de la Salud*. 8(1), 1-44. https://doi.org/10.21134/pssa.v8i1.667

Nolen-Hoeksema, S., Stice, E., Wade, E., y Bohon, C. (2007). Reciprocal relations between rumination and bulimic, substance abuse, and depressive symptoms in female adolescents. *Journal of abnormal psychology*, 116(1), 198.

Novitasari, E., y Hamid, A. Y. S. (2021). The relationships between body image, self-efficacy, and coping strategy among Indonesian adolescents who experienced body shaming. *Enfermería Clínica*, 31, S185-S189.

O'Dea, J. A. (2012). Body image and self-esteem. *Encyclopedia of body image and human appearance*, 1, 141-147.

O'Reilly, T. (2006). Qué es Web 2.0. Patrones del diseño y modelos del negocio para la siguiente generación del software. *Boletín de la Sociedad de la Información: Tecnología e Innovación*, 3, 177-201.

Orellana, T. (2015). Canon, delgadez y desnudez del cuerpo: cinco miradas sobre la belleza. *Revista De Teoría Del Arte*, (26), p. 55 – 64.

Panzitta, M. T., Labory, J. P., Anger, V. É., Chulibert, M. E., Mayer, M. A., y Kalfaian, L. (2023). Influencia del uso de redes sociales sobre la conformidad con la imagen corporal. *Actualización en Nutrición*, 24(2).

Paredes, M., Vilasís-Cardona, X., Puertas-Graell, D., y Aran-Ramspott, S. (2024). Influencers y jóvenes seguidores. Análisis de sus interacciones comunicativas. *El Profesional de la información*, vol. 33, núm. 4, 2024.

Pariser, E. (2011). The filter bubble: What the Internet is hiding from you. *Penguin* UK.

Pérez Salazar, Gabriel. (2011). La Web 2.0 y la sociedad de la información. *Revista mexicana de ciencias políticas y sociales*, 56(212), 57-68.

Pérez-Bustinzar, A. R., Valdez-Aguilar, M., Rojo Moreno, L., Radilla Vázquez, C. C., y Barriguete Meléndez, J. A. (2023). Influencias socioculturales sobre la

Perloff, R. M. (2014). Social media effects on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research. *Sex roles*, 71(11), 363-377.

Portela de Santana, M. L., da Costa Ribeiro Junior, H., Mora Giral, M., y Raich, R. M. (2012). La epidemiología y los factores de riesgo de los trastornos alimentarios en la adolescencia: una revisión. *Nutrición hospitalaria*, 27(2), 391-401.

Pucha Guaman, D. X., y Guamán Paredes, J. C. (2023). Alteraciones de la imagen corporal y personalidad en adolescentes y adultos jóvenes. Universidad Nacional de Chimborazo.

Rabert, E. R., del Cid, L. B. G., y Ruiz, J. B. (2010). Efectos de la cirugía estética y los tratamientos estéticos sobre la imagen corporal, la autoestima y las relaciones de pareja: implicaciones para la psicoterapia. *Apuntes de Psicología*, 28(3), 457-472.

Raich, R. M. (2004). Una perspectiva desde la psicología de la salud de la imagen corporal. *Avances en psicología Latinoamericana*, 22(1), 15-27.

Raich, R. M., Soler, A, Avila, C., Clos, I., Zapater, L. (1996). Adaptación de un instrumento de evaluación de la insatisfacción corporal. *Clínica y Salud.* 7. 51-66.

Raich, R.M., Torras, J., Figueras M. (1996) Estudio de la imagen corporal y su relación con el deporte en una muestra de estudiantes universitarios. *Análisis y modificación de conducta*, Vol 22, n°85.

Ramos, P., Rivera, F., Pérez, R. S., Lara, L., y Moreno, C. (2016). Diferencias de género en la imagen corporal y su importancia en el control de peso. *Escritos de Psicología*, 9(1), 42-50.

Real Academia Española (s.f.). Influencer. Observatorio de palabras. https://www.rae.es/observatorio-de-palabras/influencer

Rochefort-Ciscutti, G., Berner-Gómez, J. E., Castillo-Montoya, P., y Vidal-García-Huidobro, P. (2014). Importancia de la detección del trastorno dismórfico corporal en la consulta de Cirugía Estética. *Cirugía Plástica Ibero-Latinoamericana*, 40(3), 253-259.

Rodgers, R. F., y Rousseau, A. (2022). Social media and body image: Modulating effects of social identities and user characteristics. *Body Image*, 41, 284-291.

Rosen, J. C. (2013). Body-image disorder: Definition, development, and contribution to eating disorders. In The etiology of bulimia nervosa (pp. 157-177). Taylor y Francis.

Rosen, J. C., Reiter, J., y Orosan, P. (1995). Cognitive-behavioral body image therapy for body dysmorphic disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63(2), 263–269. https://doi.org/10.1037/0022-006X.63.2.263

Rosen, J. C., y Ramirez, E. (1998). A comparison of eating disorders and body dysmorphic disorder on body image and psychological adjustment. *Journal of Psychosomatic Research*, 44(3-4), 441-449.

Roth, S., y Cohen, L. J. (1986). Approach, avoidance, and coping with stress. *American Psychologist*, 41(7), 813-819. doi: 10.1037/0003-066X.41.7.813

Ruffolo, J., Phillips, K. A., Menard, W., Fay, C., y Weisberg, R. B. (2006). Comorbidity of body dysmorphic disorder and eating disorders: severity of psychopathology and body image disturbance. *International Journal of eating disorders*, 39(1), 11-19.

Ruiz, A., y Guadalupe, M. (2019). Validación del inventario de estrategias de afrontamiento hacia la imagen corporal en estudiantes universitarios mexicanos.

Ruiz, M. N. S., Fernández, B. M., Ontoso, I. A., Grima, F. G., Monzo, I. S., Armayor, N. C., ... y Annan, J. (2015). Análisis de la percepción de la imagen corporal que

tienen los estudiantes universitarios de Navarra. *Nutrición hospitalaria*, 31(5), 2269-2275.

Salaberria, K., Rodríguez, S., y Cruz, S. (2007). Percepción de la imagen corporal. *Osasunaz*, 8(2), 171-183.

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

Santos Morocho, J. L. (2022). Psicopatología de la Imagen Corporal. Definiciones, alteraciones, teorías y evaluación. *Centro de Investigación y Desarrollo.* https://doi.org/10.37811/cli_w731

Sarwer, D. B., Wadden, T. A., Pertschuk, M. J., y Whitaker, L. A. (1998a). The psychology of cosmetic surgery: A review and reconceptualization. *Clinical Psychology Review*, 18, 1–22.

Sarwer, D. B., y Crerand, C. E. (2004). Body image and cosmetic medical treatments. *Body image*, 1(1), 99-111.

Schetsche, C., Jaume, L. C., y Azzollini, S. C. (2022). Desarrollo de una versión breve del Coping Strategies Inventory. *Revista Evaluar*, 22(1), 01-16.

Schilder, P. F. (1936). The Image and Appearance of the Human Body: Studies in the Constructive Energies of the Psyche. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 83, 227-228.

Schoenmakers, E. C., van Tilburg, T. G., y Fokkema, T. (2015). Problem-focused and emotion-focused coping options and loneliness: how are they related?. *European journal of ageing*, 12(2), 153–161. https://doi.org/10.1007/s10433-015-0336-1

Skrzypek, S., Wehmeier, P. M., y Remschmidt, H (2001). Body image assessment using body size estimation in recent studies on anorexia nervosa. A brief review. E*uropean Child and Adolescent Psychiatry*, 10, 215-221.

Slade, P. D. (1994) What is body image?. *Behaviour Research and Therapy*, 32, 497-502.

Solano-Pinto, Natalia, Cano-Vindel, Antonio, Blanco Vega, Humberto, y Fernández Cézar, Raquel. (2017). Datos psicométricos de la versión abreviada del cuestionario IMAGEN: evaluación de la insatisfacción corporal. *Nutrición Hospitalaria*, 34(4), 952-960.

Soriano, J. (2002). Reflexiones sobre el concepto de afrontamiento en psicooncología. *Boletín de psicología*, 75, 73-85.

Stice, E. (2003). Puberty and body image. Gender differences at puberty, 61-76.

Tarigan, I. M., Harahap, M. A. K., Sari, D. M., Sakinah, R. D., y Ausat, A. M. A. (2023). Understanding Social Media: Benefits of Social Media for Individuals. *Journal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2317–2322.

Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., y Tantleff-Dunn, S. (1999). Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance. *American Psychological Association*

Tiggemann, M., y Zaccardo, M. (2015). "Exercise to be fit, not skinny": The effect of fitspiration imagery on women's body image. *Body image,* 15, 61-67.

Tobin, David y Holroyd, Ke y Reynolds, Russ y Wigal, Joan. (1989). The hierarchical structure of the Coping Strategies Inventory. *Cognitive Therapy and Research.* 13. 343-361.10.1007/BF01173478

Tordera, C. P., y Rivera, R. M. B. (2007). Distorsión de la imagen corporal: Un estudio en adolescentes. *Cadernos de Psicopedagogia*, 6(11), 00-00.

Tucker, A. R. (2010). Body Modification and Body Image Among Argentines: The Prevalence of Plastic Surgery and Eating Disorders in Buenos Aires. Doctoral dissertation, University of Mississippi.

Turón, J., Fernández, F., y Vallejo, J. (1992). Anorexia nerviosa: características demográficas y clínicas en 107 casos. *Revista de Psiquiatría de la Facultad de Medicina de Barcelona,* 19(1), 19-25.

Universidad Fraternidad de Agrupaciones Santo Tomás de Aquino (2024). Informe Final: Consumo de redes sociales y uso de internet en Argentina 2024.

Van den Berg, P., Thompson, J. K., Obremski-Brandon, K., y Coovert, M. (2002). The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation testing the mediational role of appearance comparison. *Journal of psychosomatic research*, 53(5), 1007-1020.

Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., y Kross, E. (2017). Do social network sites enhance or undermine subjective well‐being? A critical review. *Social Issues and Policy Review*, 11(1), 274-302.

Vishkin, A., y Tamir, M. (2020). Fear not: Religion and emotion regulation in coping with existential concerns. In The science of religion, spirituality, and existentialism (pp. 325-338). *Academic Press.*

Xu, J., Alivi, M. A., Mustafa, S. E. B., Dharejo, N., Brony, M., y Haoyue, W. (2025). Examining the Varied Effects of Social Media on Body Image Across Genders: An In-Depth Systematic Review. *Sage Open*, 15(4), 21582440251374734.

Zhu, F., Liu, C., Zhang, W., Qiang, W., Yin, X., y Lu, Q. (2023). The mediating effect of coping styles between self-compassion and body image disturbance in young breast cancer survivors: a cross-sectional study. *BMC nursing*, 22(1), 178.

Zueck, M. D. C., Pinto, N. S., Pando, E. V. B., y Delgado, J. C. G. (2016). Imagen corporal en universitarios mexicanos: diferencias entre hombres y mujeres. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (30), 171-176.

Zuñiga Acosta, Y., Guzmán Cortés, J. A., Sánchez Betancourt, J. T., Bolaños Ceballos, F., y Canales Basulto, S. F. (2024). La influencia de las redes sociales en la percepción de la imagen corporal en mujeres jóvenes: Una revisión narrativa. *DIVULGARE Boletín Científico De La Escuela Superior De Actopan*, 12(Especial), 1–9.

Anexo

Consentimiento informado

Me ha sido explicado que los miembros de la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de UFLO Universidad desean conocer la relación entre distorsión de la imagen corporal y estrategias de afrontamiento. Es por esta razón que se está realizando un trabajo de investigación cuya finalidad es conocer e indagar sobre el nivel de insatisfacción con la imagen corporal y las estrategias de afrontamiento en mujeres argentinas mayores de edad que consumen contenido fitness, de belleza y de estilo de vida creado por influencers Instagram y/o Tiktok.

Mi participación en la investigación consiste en responder con sinceridad a la administración de los cuestionarios que se me entregarán en el marco de la investigación.

La participación es voluntaria y en cualquier momento puedo dejar sin efecto la presente autorización. Se me ha informado que mis respuestas u opiniones serán confidenciales y sólo de conocimiento para el equipo de investigación.

Asimismo, se me ha explicado que los resultados globales de la investigación serán presentados en la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales y que podrán ser expuestos también en congresos y/o publicados en revistas científicas preservándose siempre mi identidad, conforme a la ley 25.326.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que, en caso de que tenga alguna pregunta acerca del estudio o sobre mis derechos a participar en el mismo, puedo contactar a la Secretaría de Investigación y Desarrollo UFLO, a sinvestydes@uflo.edu.ar

Cuestionario ad hoc

- Habiendo comprendido lo que se me ha explicado en el consentimiento informado, acepto participar en este trabajo de investigación.

□ Sí

- Soy mujer mayor de 18 años y nacida en Argentina/residente permanente

□ Si

- ¿Tenés una cuenta en Instagram y/o Tiktok, en donde alguna vez visualizaste contenido relacionado al fitness, a la belleza o a influencers que muestran su estilo de vida?

□ Si

- ¿Qué edad tenés?

1. 18-30

2.31-50

3.51-70

4.+70

- Provincia

1.CABA

2.Buenos Aires

3.Catamarca

4.Chaco

5.Chubut

6.Córdoba

7.Corrientes

8.Entre Ríos

9.Formosa

10.Jujuy

11.La Pampa

12.La Rioja

13.Mendoza

14.Misiones

15.Neuquén

16.Río Negro

17.Salta

18.San Juan

19.San Luis

20.Santa Cruz

21.Santa Fé

22.Santiago del Estero

23.Tierra del Fuego, Antártida e Islas del Atlántico Sur

24.Tucumán

- Nivel educativo alcanzado

1.Primario incompleto

2.Primario completo

3.Secundario incompleto

4.Secundario completo

5.Terciario incompleto

6.Terciario completo

7.Universitario incompleto

8.Universitario completo

9.Posgrado incompleto

10.Posgrado completo

- ¿Alguna vez atravesaste algún trastorno de conducta alimentaria? (Anorexia, Bulimia, Tr por Atracones y/o Tr Dismórfico Corporal)

□ Si

□ No

- Si contestaste "Si", ¿quién te lo diagnosticó?

□ Psicólogo

□ Médico/Psiquiatra

□ Yo

□ Otro

- ¿Quiénes son tus mayores referentes en cuanto a tu imagen y estética? (podés seleccionar más de 1 respuesta)

□ Amigos, familiares y conocidos

□ Influencers o creadores de contenido

□ Marcas

□ No tengo referentes

□ Otros

- Si respondiste "Otro" desarrolla de forma breve
- ¿Cuántas horas al día usás las redes sociales?

□ Hasta 1 hora

□ Hasta 3 horas

□ Hasta 6 horas

□ Hasta 10 horas

□ Más de 10 horas

- ¿Qué tipo de influencers/creadores de contenido mirás más en redes sociales? (podés seleccionar más de 1 respuesta)

Belleza, skincare y maquillaje

□ Moda y vestimenta

□ Nutrición y/o fitness

□ Lifestyle o estilo de vida/vida cotidiana

□ Cirugías y procedimientos estéticos

□ Otros

- Si respondiste "Otros" desarrolla de forma breve
- Estos influencers/creadores de contenido, ¿los seguís o te aparecen de forma espontánea en tu inicio?

□ Mayormente los sigo

□ Mayormente aparecen de forma espontánea en mi inicio

- ¿Alguna vez pusiste en práctica/consideraste poner en práctica uno o más consejos de influencers, o imitar algún aspecto de lo que muestran en redes sociales?

□ Si

□ No

- Durante o después de mirar este tipo de contenido en redes, ¿tus pensamientos acerca de tu cuerpo y/o tu rostro aumentan?

□ Si

□ No

- ¿Alguna vez sentiste que debías cambiar una parte de tu cuerpo y/o rostro, durante o después de haber visto este tipo de contenido en redes?

□ Si

□ No

- ¿Sentís que este tipo de contenido te genera malestar?

□ Para nada

□ A veces

□ Bastante

- Si respondiste A VECES ó BASTANTE, ¿cómo afrontas ese malestar? (podes seleccionar más de 1 respuesta)

□ Lo enfrento intentando cambiar mis pensamientos y mis acciones

□ Lo enfrento buscando apoyo en otras personas y expresando mis emociones

□ Evito hacer algo al respecto y pensar en ello

□ Me aislo de las personas y me culpo por sentirme de esa manera

Cuestionario de Forma Corporal (BSQ-21)

ADVERTENCIA: El objetivo del siguiente cuestionario es evaluar el grado de insatisfacción corporal. Las siguientes preguntas están referidas al peso, la forma del cuerpo y hábitos dietéticos. Se recomienda pausar el cuestionario si se experimenta malestar, sentimientos de baja autoestima o ansiedad.

Respuestas: Nunca-Raramente-Alguna vez-A menudo-Muy a menudo-Siempre

1. ¿Me siento molesta o enfadada al hacer un examen de mi aspecto físico?

2. ¿Me sentí tan preocupada por mi aspecto físico que pensé que debería hacer dieta?

3. ¿Pensé que mis nalgas, caderas, cintura o muslos eran demasiado "grandes" gordos en relación al resto de mi cuerpo?

4. ¿Sentí temor a volverme gorda o empezar a aumentar de peso?

5. ¿Me he sentido preocupada al sentir que mi piel o mi carne no era suficientemente firme y tonificada?

6. ¿Me he sentido tan mal en relación a mi figura corporal que tuve que gritar o llorar?

7. ¿Evité trotar a causa de que mi carne podía tambalearse o moverse como gelatina?

8. El hecho de comer incluso pequeñas cantidades de comida ¿me hizo sentir gorda?

9. El hecho de pensar en mi figura ¿hace que me sea difícil concentrarme en otras cosas? (por ejemplo mientras veía la televisión, leía o estudiaba)

10. Evito utilizar ropas que resalten mi figura corporal? (escote, minifalda, descaderado)

11. ¿He imaginado modificar algunas zonas de mi cuerpo? (barriga, muslos, nariz)

12. ¿No asistí a "rumbas" o reuniones sociales porque me sentí mal con mi figura?

13. ¿La preocupación acerca de mi figura me hizo ponerme a dieta?

14. ¿Me siento más feliz con mi figura cuando mi estómago está vacío?

Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI-24)

Piense durante unos momentos en un hecho o situación que haya sido muy estresante para usted en el último mes. Por estresante entendemos una situación que causa problemas, le hace sentirse a uno mal o que cuesta mucho enfrentarse a ella.

Puede ser con la familia, en la escuela, en el trabajo, con los amigos, etc.

Responda a la siguiente lista de afirmaciones basándose en cómo manejó esta situación. Lea cada frase y determine el grado en que hizo lo que cada frase indica en la situación que antes eligió, marcando el número que corresponda:

0 = Totalmente en desacuerdo

1 = En desacuerdo

2 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

3 = De acuerdo

4 = Totalmente de acuerdo

No hay respuestas correctas o incorrectas; sólo se evalúa lo que hizo, pensó o sintió en ese momento.

01.Luché para resolver el problema.

2.Cambié la forma en que veía la situación para que las cosas no parecieran tan malas.

3.Dejé salir mis sentimientos para reducir el estrés.

4.Encontré a alguien que escuchó mi problema.

5.Traté de olvidar por completo el asunto.

6.Deseé que la situación nunca hubiera empezado.

7.Me culpé a mí mismo.

8.Oculté lo que pensaba y sentía.

9.Me esforcé para resolver los problemas de la situación.

10.Me convencí de que las cosas no eran tan malas como parecían.

11.Expresé mis emociones, lo que sentía.

12.Hablé con una persona de confianza.

13.Quité importancia a la situación y no quise preocuparme más.

14.Deseé que la situación no existiera o que de alguna manera terminase.

15.Me critiqué por lo ocurrido.

16.No dejé que nadie supiera como me sentía.

17.Hice frente al problema.

18.Me pregunté qué era realmente importante y descubrí que las cosas no estaban tan mal después de todo.

19.Analicé mis sentimientos y simplemente los dejé salir.

20.Pedí consejo a un amigo o familiar que respeto.

21.Me comporté como si nada hubiera pasado.

22.Deseé no encontrarme nunca más en esa situación.

23.Me recriminé por permitir que esto ocurriera.

24.Traté de ocultar mis sentimientos.