



UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CUENCA

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

UNIDAD ACADÉMICA SALUD Y BIENESTAR

CARRERA DE PSICOLOGIA CLINICA

**LA INFLUENCIA DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN EN
LA DISMORFIA CORPORAL EN ADOLESCENTES MUJERES**

**PROYECTO DE TITULACION PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

AUTOR: ANABEL KATHERINE MOROCHO SANMARTÍN

DIRECTOR: CLAUDIA CAROLINA ARÉVALO PROAÑO, MGS.

CUENCA – ECUADOR

2025

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

UNIDAD ACADÉMICA SALUD Y BIENESTAR

CARRERA DE PSICOLOGIA CLINICA

**LA INFLUENCIA DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN EN
LA DISMORFIA CORPORAL EN ADOLESCENTES MUJERES**

**PROYECTO DE TITULACION PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

AUTOR: ANABEL KATHERINE MOROCHO SANMARTÍN

DIRECTOR: CLAUDIA CAROLINA ARÉVALO PROAÑO, MGS.

CUENCA – ECUADOR

2025

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



Declaratoria de Autoría y Responsabilidad

Anabel Katherine Morocho Sanmartín portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0106210594**. Declaro ser el autor de la obra: “**La influencia de los medios de comunicación en la dismorfia corporal en adolescentes mujeres**”, sobre la cual me hago responsable sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaro que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Cuenca, **16 de octubre de 2025**

F:
Katherine

Anabel Katherine Morocho Sanmartín

C.I. 0106210594

Cuenca, 16 de octubre de 2025

CERTIFICACIÓN

Yo **Claudia Carolina Arévalo Proaño**, con cédula de identidad N° **0104791033** en calidad de Director del Trabajo de Titulación con el tema: **“La influencia de los medios de comunicación en la dismorfia corporal en adolescentes mujeres”**, certifico que el presente trabajo fue desarrollado por Anabel Katherine Morocho Sanmartín, bajo mi supervisión.

Atentamente:



Claudia Carolina Arévalo Proaño, Mgs.

DIRECTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Agradecimientos

En primer lugar, quiero elevar mi más sincero agradecimiento a Dios, mi guía y refugio eterno. Gracias por la vida que me has regalado, por darme fortaleza en los momentos de incertidumbre y por iluminar mi camino con esperanza y fe inquebrantables. A la Virgen del Cisne, madre amorosa y protectora, te agradezco profundamente por tu constante vigilancia, por escuchar mis plegarias y por envolverme siempre en tu amor infinito, que me brinda la paz que tanto necesito en cada paso de mi vida.

A mi querido papito Julio, que desde el cielo me acompaña, gracias por ser mi faro en la oscuridad y mi inspiración constante. Tu recuerdo vive en mí, iluminando mis días más difíciles y brindándome aliento en cada desafío que enfrento. Aunque no estés físicamente aquí, tu amor y tus enseñanzas resuenan en cada paso que doy, guiándome hacia mis sueños y recordándome la importancia de la perseverancia. A mi amada mami Alexandra, gracias por tu amor incondicional, tu paciencia infinita y tu fe inquebrantable en mí. Eres mi fortaleza y me has enseñado que, con esfuerzo, constancia y amor, todo es posible. Sin duda, tu apoyo ha sido el pilar fundamental de cada uno de mis logros, y sin ti, nada de esto habría sido posible. Admiro profundamente tu capacidad para mantenerte fuerte incluso en los momentos difíciles, esa fuerza me inspira a seguir adelante cada día.

A mi querida familia; mi hermana, mi mami Rosario, tíos, primos y padrino que siempre han estado a mi lado, apoyándome con palabras de aliento y abrazos reconfortantes, gracias por hacer de cada logro un triunfo compartido. Su amor y compañía han hecho que este viaje, durante todos estos años, sea mucho más significativo y lleno de alegría. Cada risa, cada celebración y cada momento de unión han tejido un lazo irrompible que valoro profundamente.

A mis tutores, Mgs. Lorena Díaz Saavedra y Psi. Cl. Daniel Rambay, gracias por guiarme con sabiduría, paciencia y dedicación. Ustedes me han ayudado a descubrir tanto mis fortalezas como mis debilidades, motivándome a superarme cada día. Su inspiración y apoyo han dejado una huella imborrable en mi formación profesional y en mi vida personal. Cada consejo y cada desafío que me presentaron fueron lecciones valiosas que atesoraré siempre, porque, como bien dicen, de los errores se aprende y uno nunca deja de aprender.

Y a todas las personas que formaron parte de mi vida durante estos cuatro años de carrera amigos y docentes, gracias por cada instante compartido, cada consejo y cada gesto de apoyo. Ustedes han tejido recuerdos que permanecerán conmigo para siempre, creando un legado de aprendizaje que guardaré con gratitud y cariño. Cada uno de ustedes ha contribuido a mi crecimiento y ha hecho que esta experiencia sea verdaderamente inolvidable.

A todos ustedes, mi más profundo agradecimiento. Cada palabra, cada gesto y cada enseñanza han contribuido a que hoy pueda mirar hacia atrás con orgullo y hacia adelante con esperanza. Este logro es el fruto de su amor, guía y confianza. Gracias por ser parte fundamental de mi historia.

Katherine Morocho Sanmartín

Dedicatoria

Dedico este logro con todo mi corazón a mi mamá Alexandra, por su amor infinito, su apoyo incondicional y por ser mi ejemplo de fortaleza y entrega. Gracias por enseñarme a luchar por mis sueños, por estar a mi lado en cada paso y por no soltarme nunca, incluso cuando el camino se volvió difícil. Todo lo que soy te lo debo a ti, mamá, porque me enseñaste a creer en mí y a no rendirme jamás.

También dedico este triunfo a mi querido papito Julio, que desde el cielo me acompaña con su amor y su luz. Aunque no estés físicamente aquí, sé que me cuidas desde lo alto y que te sientes orgulloso de mí. Este logro lleva tu nombre, porque tu recuerdo vive en cada meta que alcanzo y en cada paso que doy.

A mi familia, que siempre ha estado presente con palabras de aliento y gestos de cariño, gracias por ser parte de este camino y por compartir conmigo cada sonrisa, cada lágrima y cada logro.

Este triunfo es de todos ustedes, porque sin su amor, su fe y su compañía, nada de esto habría sido posible.

Katherine Morocho Sanmartín

Resumen

Introducción: Hoy en día la amplificación digital de las representaciones corporales idealizadas se ha visto asociada a fenómenos psicológicos como la comparación social, internalización de estándares de belleza y la autoobjetivación. Esta problemática es relevante en la adolescencia, debido a que es una etapa clave para definir la identidad y la búsqueda de aceptación social.

Objetivo: Este estudio analiza la influencia de los medios de comunicación en el desarrollo de los síntomas dismórficos en adolescentes mujeres, considerando los mecanismos psicológicos implicados.

Metodología: Se llevó a cabo una revisión bibliográfica de carácter narrativo, en el cual se seleccionaron investigaciones desde 2019 hasta 2025 que se encuentran en: Scopus, Taylor & Francis y PubMed, combinando las palabras clave: *medios de comunicación, redes sociales, adolescentes mujeres, autoimagen, impacto de los medios, salud mental*.

Resultados: La revisión indica que algunos medios digitales promueven modelos corporales estilizados mediante imágenes editadas o filtradas. Este contenido puede contribuir a procesos de comparación social ascendente e internalización de ideales corporales, lo que en ciertos casos se asocia con una insatisfacción corporal y una distorsión de la autoimagen que se asemejan a los síntomas dismórficos.

Conclusión: Las plataformas digitales no operan únicamente de manera neutral o desinteresada; por el contrario, promueven ciertos procesos psicológicos, como la evaluación social, autoobjetivación y adopción de estándares estéticos. Estos procesos pueden intensificarse durante períodos de la pubertad, momento crítico en la gestación de identidad y la interacción social.

Palabras clave: Medios de comunicación, redes sociales, adolescentes mujeres, autoimagen, dismorfia corporal.

Abstract

Introduction: Nowadays, the digital enhancement of idealized body images has been associated with psychological phenomena such as social comparison, internalization of beauty standards, and self-objectification. This issue is particularly relevant in adolescence, as it is a key stage in identity formation and the pursuit of social acceptance. **Objective:** This study analyzes the influence of the media on the development of dysmorphic symptoms in adolescent girls, considering the psychological mechanisms involved. **Methodology:** A narrative literature review was conducted, selecting research articles from 2019 to 2025 found in the Scopus, Taylor & Francis, and PubMed databases, using the following keywords: *media, social networks, female adolescents, self-image, media impact, and mental health*. **Results:** The review suggests that some digital media feature stylized body models through the use of edited or filtered images. This content can contribute to processes of upward social comparison and the internalization of body ideals, which, in some instances, is associated with body dissatisfaction and self-image distortion resembling dysmorphic symptoms. **Conclusion:** Digital platforms do not operate in a neutral or disinterested manner; on the contrary, they foster specific psychological processes, such as social evaluation, self-objectification, and the adoption of aesthetic standards. These processes can intensify during puberty, a critical time in identity formation and social interaction.

Keywords: Media, social networks, adolescent girls, self-image, body dysmorphia.

Tabla de contenido

Introducción.....	14
Presentación del problema	15
Pregunta guía de investigación	17
Justificación	17
Objetivos.....	18
Objetivo General.....	18
Objetivos Específicos.....	18
Metodología.....	18
Diseño	18
Estrategias de búsqueda	19
Criterios de selección	19
Extracción de datos	20
Análisis de datos	20
Mecanismos psicológicos de las imágenes corporales idealizadas en los medios de comunicación.	21
Adolescencia y construcción de la imagen corporal.....	21
Representaciones del ideal de belleza impuesto por los medios de comunicación ..	22
Mecanismos psicológicos	25
Influencia de los medios de comunicación en la percepción corporal.....	30
Cultura: medios digitales y autopercepción corporal.....	32
Imágenes corporales idealizadas por los medios de comunicación en la aparición de síntomas dismórficos de las adolescentes.	34
Conclusiones	47
Bibliografía.....	49

Introducción

Conceptualización de variables

Los medios de comunicación pueden definirse como dispositivos y entornos que posibilitan la propagación y el intercambio de información, opiniones y otros tipos de contenido entre emisor y receptor (Alvarado et al., 2024). Hoy en día, su función resulta fundamental, ya que han acortado las distancias temporales y espaciales que antaño dificultaban la circulación de las noticias, a la vez que han promovido el debate público y la mayor implicación ciudadana (Cohen, 2019). Dentro de estos medios, las redes sociales plataformas digitales de carácter interactivo han alterado las dinámicas de comunicación, la colaboración y la movilización a escala global. Este cambio ha potenciado la difusión viral de información, ha nutrido la formación de comunidades virtuales y ha dado lugar a formas innovadoras de acción colectiva (Blasco, 2021).

El Trastorno Dismórfico Corporal (TDC) conocido como un fenómeno psiquiátrico que investiga la literatura clínica cuando un individuo dirige su atención psíquica durante un tiempo prolongado hacia un rasgo físico que, aun cuando puede ser real, rara vez posee la gravedad o singularidad que se presume (Perkins, 2019). Aunque puede presentarse en distintos estadios evolutivos del ciclo vital, tiene su pico diagnóstico en la adolescencia, con prevalencia ligeramente mayor en el sexo femenino, y se traduce en una rumiación sobre la apariencia que se intensifica en contextos sociales y se traduce en actos repetitivos, como la inspección en espejos o la búsqueda incesante de confirmación. Esta obsesión transforma la percepción del sujeto, que tiende a investir un rasgo aislado de connotaciones críticas y magnifica su significado social, provocando así una angustia que desborda la incomodidad cotidiana (Bermúdez et al., 2023).

La adolescencia va de los 10 a los 19 años y es un periodo de transición entre niñez y adultez, donde el cuerpo experimenta transformaciones a nivel psicológico y social que impactan

en la construcción del autoconcepto y las relaciones interpersonales (Organización Mundial de la Salud, 2024). En esta fase, la inquietud por la figura corporal es muy común entre los adolescentes. Tener un físico poco atractivo se convierte en una de las inquietudes más frecuentes, junto con preocupaciones sobre las amistades y el miedo al rechazo en grupos sociales. Estas preocupaciones están interrelacionadas, contribuyendo a una mayor presión sobre la imagen personal en esta etapa de la vida (Jiménez et al., 2019). En este sentido, el efecto de los medios, especialmente las plataformas sociales son clave en la imagen corporal y la dismorfia en jóvenes (Manrique et al., 2018). La continua exposición a imágenes alteradas y perfectas a menudo agrava la insatisfacción personal, acentuando las inquietudes típicas de la adolescencia. Comprender esta relación es crucial para abordar cuestiones de salud mental y fomentar una imagen corporal positiva en este grupo vulnerable (Raj et al., 2022).

Presentación del problema

De acuerdo al DSM-5, el TDC se caracteriza por una intensa inquietud por una falla mínima o inexistente en la imagen. Esta preocupación provoca un malestar considerable y/o un deterioro en áreas fundamentales del desempeño, como el social, laboral o educativo (American Psychiatric Association, 2014). El TDC se presenta con mayor frecuencia en la adolescencia, con alrededor del 70% de los casos apareciendo antes de los 18 años, aunque también se ha documentado en casos posteriores a la menopausia (Garza et al., 2024).

En Estados Unidos, se estima que cerca del 1% de la población tiene TDC, aunque en los estudios se cree que está infradiagnosticado. En Latinoamérica, hay pocos estudios sobre su prevalencia. En Lima, Perú, la insatisfacción con el aspecto físico alcanza el 16.6% en adolescentes y el 11.1% en adultos. En el caso de Ecuador, En Ecuador, el estudio realizado por Mena y Moreno (2020) han explorado la presencia del TDC en pacientes adultos que acuden a cirugía plástica. En

este estudio, se evaluaron 195 pacientes mediante cuestionarios y escalas clínicas, encontrándose que el TDC estaba presente en un número significativo de personas, especialmente mujeres jóvenes, y que las principales preocupaciones se centraban en el peso, la piel y rasgos faciales.

La situación se asocia con el incremento en años recientes de la exhibición de estándares de belleza inalcanzables e ideales en los medios. Un análisis realizado por Raj et al. (2022) señala que la constante exposición a imágenes de cuerpos ideales en publicidad y redes sociales se relaciona con mayor insatisfacción corporal, menor autoestima, mayor riesgo de trastornos alimentarios y dismorfia corporal. Asimismo, un metaanálisis reciente reveló que ver imágenes corporales ideales en medios digitales incrementa notablemente la insatisfacción corporal en adolescentes (Peris & Sala, 2023).

El aumento de la tendencia a 'verse bien' en redes sociales y la continua comparación con otros parece agravar los problemas de dismorfia corporal. Un estudio en Guayaquil halló que el tiempo en redes sociales vincula con más dismorfia corporal en los adolescentes, mediado por una mayor comparación social (Manrique et al., 2018). Asimismo, la edición y filtrado excesivo de imágenes propias en plataformas digitales se ha asociado con mayores niveles de insatisfacción y distorsión de la imagen corporal (Blasco, 2021).

No obstante, la representación irreal y sesgada de ciertos cuerpos en los medios puede generar sentimientos de exclusión y estigmatización en personas con características físicas menos valoradas socialmente, como sobrepeso, discapacidades o rasgos étnicos distintivos. Esto puede favorecer el desarrollo o agravamiento de trastornos de la imagen corporal, intensificando problemas de salud mental en este grupo vulnerable (Peris & Sala, 2023).

Pregunta guía de investigación

¿Cómo influyen los medios de comunicación en el desarrollo de la dismorfia corporal en las adolescentes mujeres?

Justificación

Los medios de comunicación son fundamentales en la sociedad actual por su impacto en la percepción de la imagen corporal. La habitual idealización de cuerpos perfectos en medios, publicidad y redes ha aumentado la dismorfia corporal, que se define por una preocupación distorsionada sobre la apariencia (Weinstein, 2023).

Los esquemas estéticos que los influenciadores difunden a través de las redes sociales gravitan de modo nocivo sobre los entendimientos que los adolescentes construyen sobre sí mismos, dado que su horizonte de referencias sigue siendo, en esta etapa, especialmente susceptible a las circulaciones digitales. Este efecto se traduce, a su vez, en modificaciones observables en su comportamiento, en la estructura de su pensamiento y en la reordenación de sus valores (Blasco, 2021). Las indagaciones ya acumuladas ponen de manifiesto que la exposición reiterada a cánones de figura que escapan a toda posibilidad realista, mediada por entornos digitales, se vincula de forma consistente con la génesis y la cronicidad de la dismorfia corporal. Así las cosas, se torna ineludible proseguir con el estudio sistemático de este fenómeno y con la indagación de estrategias que hagan posible la prevención de su institucionalización y de su expansión (Bermúdez et al., 2023).

Los hallazgos obtenidos en las mencionadas indagaciones sustentan el desarrollo de intervenciones preventivas y de tratamientos más acertados, con un efecto positivo sobre el bienestar individual, las interacciones comunitarias y la formulación de políticas públicas. La expansión y gravedad del fenómeno han impulsado líneas de trabajo orientadas a dilucidar la

asociación entre las circunstancias contextuales y el empeoramiento del bienestar psíquico, centrándose en su repercusión sobre colectivos en situación de riesgo, con un énfasis particular en la adolescencia (Imperatori et al., 2022).

Por eso, es vital analizar la conexión entre los medios y la dismorfia corporal, para desarrollar intervenciones eficaces que fomenten una percepción positiva del cuerpo y la autoimagen saludable en diversas poblaciones (Blasco, 2021).

Objetivos

Objetivo General

Analizar la influencia de los medios de comunicación en el desarrollo de la dismorfia corporal en las adolescentes mujeres.

Objetivos Específicos

Describir los mecanismos psicológicos de las imágenes corporales idealizadas en los medios de comunicación.

Identificar las imágenes corporales idealizadas por los medios de comunicación en la aparición de síntomas dismórficos de las adolescentes.

Metodología

Diseño

Se realizó una revisión narrativa de la literatura con enfoque cualitativo y alcance descriptivo.

Estrategias de búsqueda

Se emplearon las siguientes palabras clave, tanto en español o inglés: Dismorfia corporal, medios de comunicación, redes sociales, adolescentes mujeres, autoimagen, impacto de los medios, salud mental, *body dysmorphic, media, social media, adolescent girls, self-image, media impact, mental health*. Además, se utilizó los siguientes operadores booleanos: AND, OR, NOT.

Se realizó esta búsqueda en la biblioteca de la Universidad Católica de Cuenca, utilizando las bases de datos: Scopus, Taylor & Francis y PubMed, lo que facilitó el acceso a la información más pertinente y actual del tema de investigación. Además, se unieron las palabras clave en español e inglés, aplicando operadores booleanos para lograr resultados significativos que solidifiquen un estado del arte acerca de cómo los medios y redes sociales influyen en el desarrollo de la dismorfia corporal.

Criterios de selección

Para recolectar datos sobre el impacto de los medios en la dismorfia corporal, se consideró los artículos con un intervalo de tiempo de los últimos 5 años de publicación (2019-2024), en los idiomas español e inglés, investigaciones que aborden temas relacionados a la investigación: dismorfia corporal, adolescentes mujeres y los medios de comunicación con poblaciones de adolescentes (entre 10 y 19 años), además, de estudios que sean realizados a nivel global, nacional y local.

En cambio, los criterios de exclusión incluyeron estudios que no se centran en la dismorfia corporal, investigaciones que no analizan el papel de los medios o redes sociales, artículos y publicaciones sin muestras representativas, con más de 10 años, salvo excepciones relevantes, y los que no están disponibles en texto completo o en español/inglés.

Extracción de datos

Se elaboró una ficha bibliográfica para obtener información sobre años de publicación, autor, país, muestra, población y hallazgos en la investigación acerca del efecto de los medios en la dismorfia corporal, llevando a cabo una búsqueda completa en la base de datos con palabras clave y operadores booleanos. Los estudios seleccionados según criterios de inclusión y exclusión, fueron analizados mediante una plantilla estandarizada que capturó información bibliográfica, objetivos, metodología, resultados, conclusiones y calidad metodológica. Posteriormente, se llevó a cabo un análisis descriptivo para identificar las ideas clave, diferencias y similitudes, seguido de una narrativa que organizó la información en temas y variables relevantes, con el fin de consolidar un panorama completo de cómo los medios, incluyendo redes sociales, afectan el desarrollo y la persistencia de la dismorfia corporal.

Análisis de datos

El análisis de datos fue cualitativo, enfocado en reconocer y resumir los descubrimientos principales de la investigación científica en este ámbito. Asimismo, se aplicaron métodos como evaluación de contenido y resumen de rasgos y descubrimientos significativos de investigaciones seleccionadas, detección de tendencias, patrones y temáticas comunes, calidad metodológica y limitaciones en investigaciones revisadas, análisis coherente y consistente de hallazgos, así como la exploración de mecanismos explicativos y posibles factores de riesgo propuestos para entender la relación entre medios de comunicación y desarrollo de dismorfia corporal.

Desarrollo

Mecanismos psicológicos de las imágenes corporales idealizadas en los medios de comunicación.

Hoy en día el entorno digital, se caracteriza por su mayor alcance y accesibilidad en los procesos de comunicación (Cassi & Pedrón, 2022), no solo ha transformado la forma en que interactuamos, sino que también ha intensificado la problemática de la imagen idealizada que los medios de comunicación proyectan (Zunino, 2024). La amplificación digital de representaciones idealizadas del cuerpo se ha sido asociados con fenómenos psicológicos como la comparación social y la autovaloración negativa. Estas exposiciones constantes a imágenes estilizadas pueden intensificar distorsiones cognitivas relacionadas con la imagen corporal, contribuyendo al desarrollo de trastornos como la dismorfia corporal, especialmente en adolescentes (Rizo, 2020).

Adolescencia y construcción de la imagen corporal

La adolescencia es un período clave en el desarrollo de la autoimagen corporal, caracterizada por transformaciones físicas, hormonales, psicológicas, crisis de identidad y relaciones interpersonales (Domínguez et al., 2025). Según refiere Nusser et al. (2023), quien cita a Erikson (1968) argumenta en su teoría psicosocial, que esta fase es un período de construcción de identidad, donde la apariencia física cobra gran importancia para el sentido del yo.

Durante la adolescencia, los jóvenes se embarcan en un proceso clave para definir su identidad y, al mismo tiempo, buscan la validación que proviene del entorno. Este trayecto dista de ser idéntico y lineal entre los distintos adolescentes, pues está condicionado por la dinámica propia de la adolescencia, así como por variables sociales, familiares y personales que determinan, en cada caso, la velocidad y la modalidad de la construcción identitaria (Bustamanante et al., 2022). Las redes sociales, en este contexto, se han convertido en el ámbito preponderante de

interacción simbólica; en él, los adolescentes elaboran su representación corporal y perciben una avalancha de reacciones y comentarios que pueden ser tanto afirmativos como críticos. Estas respuestas externas operan como reforzadores sociales, modelando de manera contundente la autopercepción corporal; pueden, por un lado, consolidar una imagen de cuerpo que se considera ajustada, o, por el contrario, desviar y distorsionar esa misma imagen (Camacho et al., 2023).

En este proceso, las adolescentes acuden a referentes externos para construir su autoimagen, siendo dicho punto, donde los medios de comunicación asumen el rol de principales proveedores de referentes. De hecho, Grogan (2021) señala que, durante esta etapa, la propensión a establecer comparaciones se dirige con mayor intensidad hacia icons mediáticos que hacia los adultos, fenómeno que se explica por la acentuada búsqueda de pertenencia y la necesidad de validación que caracteriza a dicha fase del desarrollo. Por esta razón, la búsqueda de identidad se transforma en un suelo propicio para la influencia de los valores estéticos. Las adolescentes asimilan las imágenes mediáticas, la diferencia entre su cuerpo real y el ideal genera sentimientos de insuficiencia, vergüenza o rechazo (Camacho et al., 2023).

Asimismo, es crucial destacar que la percepción corporal cambia según la fase del desarrollo juvenil. En la adolescencia temprana (10 - 13 años) enfrentan los primeros cambios físicos, interés sexual y dudas sobre su apariencia, durante la adolescencia media (15 – 17 años), los cambios físicos y la preocupación por el aspecto continúan; no obstante, se presenta un detalle significativo donde la inquietud acerca de la imagen corporal en los adolescentes tardíos (18 - 21 años) se relaciona con factores sociales y de pares (Prownpuntu et al., 2025).

Representaciones del ideal de belleza impuesto por los medios de comunicación

La continua exposición a imágenes visuales estilizadas en redes sociales, con filtros, idealización de estilos de vida y promoción de cuerpos normativos, es un riesgo para que los

adolescentes interioricen modelos de belleza. Esta exposición reiterada, en una etapa del desarrollo psicosocial caracterizada por la inestabilidad identitaria como lo es la adolescencia, puede conducir a crear procesos de comparación social disfuncional (Arab & Díaz, Impact of social networks and internet in adolescence: strengths and weaknesses, 2019). Como consecuencia, se puede producir una brecha perceptiva entre el esquema corporal real y el cuerpo idealizado, lo que eleva la susceptibilidad a experimentar insatisfacción corporal y síntomas dismórficos. Estos efectos se intensifican por factores individuales como la autoestima, el autoconcepto, la identidad corporal en formación (Lee et al., 2024).

En este contexto las redes sociales y plataformas visuales, como TikTok, Instagram y YouTube, han reforzado y transformado el concepto de belleza, promoviendo estándares de belleza poco realistas manifestados por medio figuras de complexión delgada, pero con curvas marcadas, piel visiblemente perfeccionada y rasgos faciales poco realistas (Schröder & Behm, 2025). Además, estas plataformas no solo funcionan como medios de comunicación, sino también como espacios de validación social y construcción de identidad, ya que la constante exposición a imágenes estilizadas, junto con la retroalimentación instantánea por 'me gusta', comentarios y compartidos, crea un ambiente donde las adolescentes absorben y adoptan estándares de belleza idealizados (Bracho et al., 2024).

Según Macedo et al. (2019) evidencia a través de su investigación que los medios juegan un papel fundamental en la formación y consolidación de estándares corporales idealizados, los cuales son interiorizados por los adolescentes a través de mensajes repetitivos y visuales que exaltan un tipo específico de cuerpo como sinónimo de éxito, aceptación social y atractivo. Estas representaciones homogéneas del cuerpo ideal frecuentemente delgado, tonificado y sin

imperfecciones actúan como referentes normativos frente a los cuales los jóvenes evalúan sus propios cuerpos, generando comparaciones constantes.

Por otro lado, Khajuria et al. (2025) afirman que el uso regular de filtros en redes sociales incrementa notablemente la insatisfacción corporal y la distorsión de la autoimagen. Estas imágenes, generadas mediante filtros, retoques digitales y estrategias publicitarias, distorsionan la realidad e idealizan la belleza femenina. En consecuencia, la discrepancia continua entre las imágenes idealizadas de los anuncios y la realidad de las mujeres pueden provocar emociones negativas, insatisfacción corporal y autoestima baja (Martín et al., 2022).

La construcción social de la belleza femenina en los medios contemporáneos se basa en representaciones digitalmente retocadas que establecen cánones desproporcionados (Kling et al., 2019). Esta no es una cuestión de superficie; la exposición constante a tales imágenes socava la autoevaluación y alimenta desórdenes en la percepción del propio cuerpo. Además, los algoritmos de las plataformas forzan la circulación de contenidos que se alinean con ese ideal dominante, transmitiendo el mensaje de que la aprobación social depende, de manera casi exclusiva, de un determinado tipo de estética (Pontón, 2019).

Este tipo de contenido, entonces, alimenta la búsqueda de aceptación social apoyada en estándares estéticos que la sociedad ha establecido, lo que a su vez lleva a una internalización de ideales corporales insalubres y culturalmente fabricados (Tiggemann et al., 2020). En consecuencia, tales prácticas perpetúan una narrativa centrada en la perfección estética y en la constante comparación con los demás, lo que debilita la autoaceptación y alimenta una relación disfuncional con el propio cuerpo (Barbierik et al., 2023). En este contexto, los medios de comunicación dejan de ser meras fuentes de entretenimiento para convertirse en agentes de

socialización estética que imponen modelos, valores y conductas relacionados con el cuerpo y la identidad de las mujeres (Ko et al., 2019).

Mecanismos psicológicos

Los mecanismos psicológicos constituyen estructuras cognitivas y emocionales que operan, habitualmente, sin que el sujeto sea plenamente consciente de ello, y que mediatizan la manera en que se interpretan, organizan y responden a los estímulos del entorno. Dichos mecanismos determinan nuestras actitudes, emociones, percepciones y comportamientos, convirtiéndose en ejes centrales para el análisis del comportamiento humano (Bi et al., 2024). En la investigación de la salud mental, el análisis de estas configuraciones resulta indispensable, ya que posibilita situar la relación que media entre los estímulos ambientales como los mensajes difundidos por los medios de comunicación y las interacciones en las redes sociales y los procesos cognitivos y afectivos internos que, en última instancia, moldean tanto la autoimagen como la autovaloración corporal (Lee & Lee, 2021).

Estos mecanismos pueden incidir en el ajuste psicosocial de maneras opuestas, determinándose su efecto por el contexto en el que operan y por las modalidades de su manifestación. La internalización de cánones de belleza, por ejemplo, resulta funcional cuando los ideales incorporados promueven la diversidad y la aceptación corporal (Montes et al., 2024); por el contrario, su incorporación de normas restrictivas y distantes de la realidad lo transforma en un recurso disfuncional. La comparación social, en paralelo, actúa como mediador disfuncional cuando recurre a modelos inalcanzables, generando consecuencias perjudiciales tales como la insatisfacción con el cuerpo y la devaluación del yo (López et al., 2024). A continuación, se esbozan los mecanismos psicológicos más relevantes que ilustran el modo en que estas imágenes afectan profundamente la psique adolescente:

La internalización designa el mecanismo mediante el cual los individuos asimilan los cánones estéticos externos y los convierten en referencia interna. Cuando los cuerpos de las adolescentes responden al imperativo de que “solo el delgadez resulta deseable”, sus actitudes, sus emociones y sus conductas se reeducan en clave de ese ideal, aun cuando el mismo sea manifiestamente inalcanzable (Jamil, 2024). La asiduidad con que se distribuyen imágenes en las redes deriva de un anhelo extendido de validación social, no obstante, el mismo acto no es indistintamente motivador para todos los participantes. Para determinados colectivos, el mismo desplazamiento digital se vuelve canal de asimilación de normas estéticas latentes, mientras que en otros casos las plataformas actúan como espacios de búsqueda de autenticidad o de interconexión personal, rehusando, en consecuencia, la subordinación a cánones de belleza específicos. Este proceso, sostenido en el tiempo, afecta la construcción de la autoimagen, volviéndola dependiente de parámetros visuales externos y homogéneos (Cárdaba et al., 2022).

Otro mecanismo psicológico es la comparación social que plantea que los individuos evalúan su propio valor corporal comparándose con los demás. En el contexto mediático, muchos adolescentes tienden a compararse con modelos e influencers que representan un ideal estético poco realista, en algunos casos en que perciben una mayor discrepancia entre su propia apariencia y dicho ideal, es más probable que experimenten insatisfacción corporal (Montes et al., 2024).

En el artículo realizado por Sully et al. (2023), se demostró que la comparación social ascendente y la adopción de estándares de belleza influyen en la conexión entre el uso de redes sociales y la insatisfacción corporal en jóvenes. En 210 niñas estudiadas, el tiempo comparándose con mujeres consideradas más atractivas se asoció con mayor insatisfacción corporal, efecto parcialmente explicado por la internalización del ideal delgadez. Estos procesos promueven una alteración de la autoimagen y son factores cruciales para el surgimiento de la dismorfia corporal.

Un estudio en Australia con jóvenes de 11 a 17 años utilizó un enfoque sociocultural para analizar el uso de redes sociales, revisando la imagen, el bienestar subjetivo y la satisfacción corporal, mostrando que la comparación social afecta a hombres y mujeres (Jarman et al., 2021).

Un estudio reciente abordó un diseño de tres momentos de evaluación en el tiempo, con el propósito de analizar tanto los efectos directos como indirectos de la influencia de las redes sociales en la autopercepción de los jóvenes. Este estudio se llevó a cabo bajo la teoría sociocultural, enfocándose en la interiorización de normas de delgadez y la comparación social como mediadores. Esto indica que la utilización de redes sociales visuales, en vez de uno general relacionado con actividades fotográficas, se asocia con procesos psicológicos que afectan negativamente la percepción del cuerpo (Jarman et al., 2021). Estos hallazgos indican que una mayor exposición a imágenes idealizadas en redes sociales incrementa la probabilidad de que los adolescentes, intensifiquen conductas que internalizan los estándares estéticos promovidos en espacios digitales. Por ende, la comparación social, actúa como un mecanismo psicológico clave, al motivar a los adolescentes a evaluarse constantemente en relación con los cuerpos que observan en línea (Rousseau, 2021).

Además, la autoobjetivación constituye otro mecanismo psicológico relevante. Este fenómeno implica que la persona se ve y se juzga a sí misma desde el ángulo de otro supuesto observador, tratándose a su propio cuerpo como un objeto cuyas cualidades deben ser constantemente sometidas a la evaluación externa. El resultado de este enfoque es que el valor que la persona se concede queda supeditado a su apariencia, y se instauran prácticas de autoobservación incesante que originan estados anímicos adversos, entre los que destacan la ansiedad, la insatisfacción con el propio cuerpo y la vergüenza. Tal efecto se hace más intenso

cuando la imagen que se refleja interiormente se distancia de los cánones que la persona ha interiorizado (Mancin et al., 2024).

La autoobjetivación no presenta una única forma, sino que se moldea a partir de influencias biológicas (predisposición genética, hormonalidad), psicológicas (niveles de autoestima, inclinación perfeccionista), sociales (dinámicas familiares, influencia de pares) y culturales (representaciones mediáticas, cánones estéticos, herencias tradicionales) (Skowronski et al., 2021). Desde este marco, el cuerpo deja de vivirse como organismo funcional para transformarse en el blanco de evaluaciones, miradas comparativas y juicios. El proceso se concreta, en primer lugar, en la vergüenza corporal, que aparece cuando el cuerpo observado se distancia de los ideales asumidos; en segundo lugar, se articula a través de la vigilancia corporal, que consiste en una autoexaminación constante y crítica desde una perspectiva externa (Vaquero et al., 2021).

La edición de imágenes y el manejo de Photoshop constituyen otra dimensión crítica del fenómeno estudiado. Si bien estas técnicas editadas no operan como dispositivos psicológicos en el sentido estricto, sí funcionan como catalizadores de la autoimagen esquemática, pues al modificar su representación en fotografía el individuo intenta sincronizar su figura con los cánones de belleza prescritos por los medios y las plataformas digitales, efecto que puede modificar la autoaprecio y la percepción del propio cuerpo (Lee & Lee, 2021). Tales actuaciones, alimentadas por un descontento corporal no explícito, reafirman la asunción de cánones de belleza inaccesibles y alientan la práctica de comparaciones sociales hacia el ideal, al abrir la circulación de imágenes retocadas que perpetúan proyecciones corporales desproporcionadas (Rodgers & Nowicki, 2024).

En los ecosistemas digitales donde la validación ajena es prioritaria, la implementación de filtros, retoques y apps de edición propicia un proceso de autoobjetivación: los individuos comienzan a mirarse a sí mismos desde la mirada de un otro imaginario. Esta reconfiguración de

la autoevaluación desvincula la percepción del propio cuerpo de vivencias internas y la reordena en función de estándares externos. Así, la exposición a contenidos estéticos, en lugar de nutrir una apreciación positiva, establece un correlato adverso entre satisfacción corporal y la construcción de la imagen propia, y consiguiente propensión a trastornos de la percepción corporal, tal como demuestra la dismorfia corporal (Liu, 2022).

Los procesos psicológicos relacionados con imágenes perfectas en medios (redes sociales) no solo modifican la percepción del cuerpo, sino que también provocan efectos emocionales y conductuales. Entre las repercusiones emocionales destaca la ansiedad corporal constante, que se manifiesta en situaciones cotidianas como la preocupación al mostrarse en público, al tomarse fotografías, usar ropa ajustada, etc (Lo Destro , 2024). Asimismo, editar fotos para lucir mejor en redes sociales se ha vuelto habitual, aunque conlleva importantes riesgos para la salud mental. Esta conducta está relacionada con la auto objetivación y la comparación social, impactando negativamente la autopercepción y disminuyendo la autoestima, provocando insatisfacción corporal y malestar emocional (Ozimek et al., 2023).

La creciente relevancia de las imágenes en las redes sociales ha intensificado la vergüenza corporal, minando la autoestima de las personas, que, a menudo, recurren a la edición digital para ajustar su apariencia. Aunque la intención de este tipo de intervención es reducir la incomodidad que suscita el propio cuerpo, el efecto que genera es a menudo opuesto, pues la valoración que se concede a la identidad se ancla en representaciones visuales que, por definición, están alteradas (Gioia et al., 2023). Quienes alteran sus fotos en busca de una imagen deseable reportan un incremento en la ansiedad sobre la imagen corporal, un estado de hipervigilancia constante y una propensión a esquivar situaciones sociales. La discrepancia entre el cuerpo físico y la representación retocada, a su vez, se asocia con la manifestación de desórdenes alimentarios y una

disminución constante de la autoestima, promoviendo un ciclo de insatisfacción continua y de malestar emocional que, en conjunto, compromete el bienestar psicológico (Liu, 2022).

Es imperativo señalar que la utilización frecuente de redes sociales y teléfonos inteligentes expone a las adolescentes a representaciones que exaltan cánones corporales irrealizables. Este fenómeno activa un ciclo de interiorización de dichos ideales, de comparación incesante y de ansiedad social vinculada a la apariencia (Lo Destro , 2024). Tales procesos, que operan a través de múltiples filtros sociales y psicológicos, terminan por erosionar la autoestima vinculada al cuerpo y por incubar, en ellas, un descontento persistente y un malestar emocional significativo. Reconocer que estas tecnologías modelan no solo la apariencia, sino también la estabilidad psicológica de las jóvenes exige, por tanto, una respuesta educativa y clínica que fomente vínculos más constructivos con la autoimagen y que contenga la influencia adversa de los espacios digitales (Yang et al., 2020).

Influencia de los medios de comunicación en la percepción corporal

La revolución digital ha promovido la difusión mundial de estereotipos de belleza a través de redes como Instagram, YouTube y TikTok, donde los influencers y la publicidad digital ocupan un lugar central. Estos agentes no solo exhiben contenido de alta calidad visual, sino que, de manera implícita, configuran nociones acerca del cuerpo que debe venerarse. Al difundir cánones estéticos que frecuentemente resultan inalcanzables o diseñados, generan en la adolescencia una presión para replicar tales modelos, lo que puede dar lugar a una autoevaluación crítica, a una insatisfacción corporal persistente y, en casos extremos, a trastornos como la dismorfia corporal (Kadavathe, 2025).

En la actualidad, los medios digitales, especialmente las redes sociales, son clave en la construcción de los ideales estéticos entre los adolescentes. La arquitectura de estas plataformas

permite una circulación inmediata y a gran escala de imágenes que, antes de su publicación, han sido seleccionadas y alteradas meticulosamente. Redes como Instagram y TikTok ofrecen, en consecuencia, entornos sociales predominantemente visuales que amplifican la incorporación de cánones corporales considerados ideales, a través de feeds curados y de comparaciones permanentes entre pares y modelos (Varaona et al., 2024). Este proceso de exposición, comparación y validación impacta directamente en la formación de la imagen corporal y puede llevar al surgimiento de distorsiones conectadas a la dismorfia corporal (Zhang et al., 2020).

Esta presión estética enfatiza la necesidad de adherirse a estándares de belleza dominantes, provocando inquietud continua por la apariencia, ansiedad por la aceptación social y una tendencia a adoptar prácticas compensatorias para lograr dicha imagen (Losada et al., 2022). En un estudio realizado por García (2024) evidencia que la exposición frecuente a TikTok incrementa significativamente la conciencia corporal objetivada y la insatisfacción corporal física en adolescentes, al reforzar estándares corporales idealizados y alterar su autopercepción. Estos efectos se presentan independientemente del género, indicando un impacto generalizado en la imagen corporal juvenil. Mientras que en otro estudio realizado por Flores y Castellano (2024) muestra que un mayor uso de Instagram, especialmente cuando está enfocado en contenido relacionado con la apariencia física, se asocia con mayores niveles de insatisfacción corporal. Aunque no hallaron una relación significativa con la autoestima general, identificaron una correlación directa entre satisfacción corporal y autoestima, lo cual indica que la percepción favorable del cuerpo afecta el bienestar mental.

Otra investigación, realizada por Alluhidan et al. (2025) destaca que no solo el contenido público de las redes sociales influyen en la imagen corporal de los adolescentes, sino también las interacciones privadas, como los mensajes de texto directos. Además, compartir experiencias sobre

la insatisfacción corporal en conversaciones individuales suele generar apoyo, mientras que los entornos grupales se asociaron con mayor frecuencia a humillación corporal o comentarios negativos. Finalmente, Alfonso et al (2023) en su estudio indican que el uso constante de Instagram, sobre todo si supera una hora diaria, está vinculado a altos niveles de insatisfacción corporal y menor autoestima en los individuos, como lo demuestran las diferencias significativas observadas en las escalas de evaluación de la apariencia física y forma corporal. Estos efectos parecen ser causados por la tendencia a hacer comparaciones físicas constantes, independientemente del tipo de contenido visualizado.

Cultura: medios digitales y autopercepción corporal en adolescentes

La cultura contemporánea está profundamente influenciada por los medios digitales, que se han convertido en agentes centrales en la construcción de significados sociales y personales, especialmente durante la adolescencia (Acevedo, 2024). Durante esta etapa, los jóvenes intentan establecer su identidad y el cuerpo se convierte en un aspecto clave en este proceso. Las plataformas digitales, especialmente las redes sociales y sitios visuales, funcionan como reflejos y escaparates donde los adolescentes proyectan y comparan sus cuerpos con imágenes que representan ideales estéticos culturalmente contruidos. Así, la autopercepción corporal no solo responde a factores biológicos o personales, sino que se encuentra mediada por un entorno simbólico saturado de representaciones visuales (Campodónico & Encarnación , 2024) .

Estos medios digitales suelen promover modelos corporales que, en muchos casos, son inalcanzables, estandarizados y manipulados mediante tecnologías de edición, filtros y retoques. Dichos modelos, además de reflejar, contribuyen a la construcción de patrones culturales sobre lo que se considera atractivo o aceptable, reforzando la idea de que la belleza está asociada a determinados rasgos corporales (Jones & Jaeger, 2019). La repetida exposición a estos referentes

culturales puede llevar a algunos adolescentes a compararse constantemente entre su cuerpo real y el ideal digital, lo que en ciertos casos desencadena sentimientos de insatisfacción, inseguridad y autoevaluaciones negativas (Cárdaba et al., 2022). Esta comparación social se vuelve un fenómeno cotidiano, en el que las identidades se moldean y negocian a partir de las imágenes que circulan en la cultura digital, afectando directamente la manera en que los jóvenes experimentan su corporalidad (Lindvall et al., 2024).

La cultura digital, por otra parte, promueve una supervisión ininterrumpida del cuerpo mediante la exposición habitual de fotografías y vídeos, persiguiendo la validación social a través de “likes”, comentarios y nuevos seguidores (Ballara, 2023). Dicha dinámica transforma la autoimagen en un bien expuesto al escrutinio social, alimentando una autoobservación crítica exacerbada y la necesidad de conformarse a normas estéticas específicas. Como resultado, la percepción corporal en la adolescencia puede tornarse inestable, e incierta, sujeta a la variabilidad del feedback digital, y, por ende, la vulnerabilidad a trastornos emocionales y psicológicos vinculados a la imagen corporal se incrementa (Hosseini & Padhy, 2023).

La cultura digital no se limita a replicar estándares de belleza; también reconfigura las dinámicas de interacción social de tal modo que la comparación y la competencia estética se convierten en ejes constitutivos de la vida cotidiana (Calafato & Simmonds, 2022). Redes como Instagram, TikTok y YouTube convierten los cuerpos en capital social, de modo que la elaboración de identidades personales se articula en torno a la apariencia física, elevada a principal recurso para la obtención de popularidad y reconocimiento. Este proceso intensifica la presión para ajustarse a patrones normativos y facilita la internalización de criterios cerrados que privilegian lo visual sobre otras dimensiones de valor, tanto personales como sociales (Buali et al., 2024).

Por otro lado, la cultura mediática contemporánea ha facilitado la aparición del fenómeno conocido como autoobjetivación, mediante el cual las adolescentes internalizan una mirada externa y comienzan a evaluar su propio cuerpo según criterios ajenos de belleza y éxito. Esta reconfiguración de la mirada genera una disociación de la experiencia corporal, conducente al surgimiento de pensamientos rumiantes y de conducta dismórfica. La continua edición y filtrado de imágenes en las redes sociales acentúa el conflicto, puesto que las usuarias no solo contraponen su corporeidad a la de sus pares, sino que se enfrentan a réplicas virtuales hiperrealistas de sí mismas, obstaculizando así la posibilidad de una aceptación genuina de su corporalidad (LLovet & Establés, 2023). Sin embargo, la cultura digital como un agente modelador de la imagen corporal adolescente, al promover ideales estéticos estandarizados, intensificar la comparación social y estimular procesos de disconformidad corporal. Este entorno visualmente dominante favorece la internalización de creencias disfuncionales sobre el cuerpo, lo que puede afectar negativamente el desarrollo psicofísico y el bienestar emocional de los adolescentes (Demaria, y otros, 2024).

Imágenes corporales idealizadas por los medios de comunicación en la aparición de síntomas dismórficos de las adolescentes.

La adolescencia representa una etapa evolutiva altamente vulnerable, donde el cuerpo se convierte en una fuente de identidad, aceptación o rechazo (Aran et al., 2024). Durante la adolescencia, la construcción de la imagen corporal adquiere un valor central en el desarrollo de la identidad. Este proceso, profundamente influenciado por cambios hormonales, físicos y sociales, se ve especialmente afectado por los mensajes que las adolescentes reciben del entorno (Alegría, 2024). La continua visualización de imágenes de cuerpos perfectos en redes sociales alimenta una narrativa visual en la que los cuerpos “perfectos” son celebrados, mientras que los cuerpos que no encajan en estos moldes son invisibilizados o rechazados (Fernández & Medina , 2023).

En este contexto, los medios de comunicación, particularmente las redes sociales y plataformas digitales visuales, presentan representaciones corporales muchas veces manipuladas digitalmente y desconectadas de la diversidad corporal real, configurando estándares estéticos altamente normativos, inalcanzables y homogéneos, que funcionan como marcos de referencia frente a los cuales las adolescentes comparan su apariencia (Perloff, 2021). Desde un enfoque psicosocial, esta comparación constante se convierte en un mecanismo de autovaloración donde la imagen corporal deja de ser una percepción neutral para convertirse en un factor de evaluación personal. Este proceso, denominado autoobservación crítica corporal, implica que las adolescentes comienzan a vigilarse, juzgarse y corregirse a través del lente del ideal de belleza socialmente impuesto (Arab & Díaz, 2019). En este punto, se evidencia la aparición de pensamientos dismórficos: ideas recurrentes y obsesivas sobre defectos corporales que generan altos niveles de angustia y conductas compulsivas para corregirlos o disimularlos, muchas veces sin base objetiva (García & Pérez, 2020).

En conexión con este asunto, Sharp y Gerrard (2022) sostienen que la exposición reiterada a imágenes digitales, combinada con la práctica continua de compartir y modificar fotografías propias, constituye un vector persistente de malestar psicológico. Este riesgo se agudiza ante la ausencia de la validación social anticipada –como son los likes o los comentarios favorables–. En este entorno cultural, las narrativas digitales tienden a magnificar la percepción de deficiencia personal y a intensificar la vergüenza vinculada al cuerpo, lo que puede, en algunos individuos, precipitar la manifestación de síntomas compatibles con el Trastorno Dismórfico Corporal (TDC).

Según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5), El TDC se caracteriza por una fuerte inquietud por las imperfecciones estéticas. Otros pueden no ver estos errores o considerarlos insignificantes (APA, 2013). Esta inquietud lleva a realizar conductas

repetitivas, como mirarse al espejo, compararse, evitar lo social o buscar intervenciones estéticas, se observa en adolescentes que consumen contenido de plataformas visuales como Snapchat, TikTok e Instagram (Khajuria et al., 2025).

Un hallazgo importante de Lindvall et al. (2024) concluyen que alrededor del 80% de la muestra de 1.558 jóvenes entre 16 y 19 años, admitieron que las redes sociales tenían una influencia negativa sobre su apariencia, y aquellas con mayor tiempo de exposición diaria a estas plataformas presentaban niveles significativamente más altos de síntomas dismórficos, resaltando que en las adolescentes son más vulnerables ante los contenidos visuales que propagan en las redes sociales, asociándose hacia un incremento de internalización de ideales de belleza, que llegan a ser irrealistas o difíciles de alcanzar.

El efecto de estas imágenes supera una percepción estética ideal; la exposición continua a modelos corporales perfeccionados puede llevar a interiorizar esos estándares como objetivos personales, resultando en una evaluación negativa del propio cuerpo (Wang et al., 2019). En adolescentes mujeres, esta dinámica es especialmente pronunciada, debido a la presión social por cumplir con expectativas físicas vinculadas a la feminidad, la aceptación social y el éxito personal (Shuruq et al., 2024). En la actualidad, las redes sociales ofrecen un flujo constante de imágenes que representan modelos hegemónicos corporales, es decir que son ideales de belleza dominantes en una sociedad, asociados a características como delgadez, piel clara y rasgos eurocéntricos, que se imponen como referentes normativos y refuerzan desigualdades sociales (Ortiz, 2019).

Cuando estas comparaciones se vuelven desfavorables, es decir, cuando la adolescente se percibe en desventaja frente a los cuerpos observados, se activa un proceso de autocrítica negativa que puede derivar en distorsiones cognitivas sobre la propia imagen corporal (Tiggemann, 2022). Las adolescentes que internalizan estándares de belleza irreales tienden a desarrollar una

desconexión con su corporalidad auténtica, lo que conlleva alteraciones en su autoconcepto, autoestima y funcionamiento psicosocial (Mancin et al., 2024).

Por su parte, Iannotone et al. (2025) subrayan que el imaginario corporal sistema de significaciones culturales, afectivas y cognitivas que rodea al cuerpo se convierte en el eje de construcción de la auto imagen en la adolescencia. La exposición continua y uniforme a imágenes idealizadas altera la percepción, elevando la discrepancia entre el cuerpo vivido y el cuerpo visto. Esta grieta cognitiva alimenta la insatisfacción y el sufrimiento subjetivo, cuyo efecto se extiende al día a día. La esfera funcional se resentida, facilitando la evitación de encuentros sociales y la adopción de rituales obsesivos, como la auto comprobación reiterada frente al espejo (Nicewicz et al., Boutrouille, 2025).

La autoimagen negativa que se consolida se erige en el eje clínico del trastorno alimentario y se vincula con una variedad de desregulación emocional que incluye ansiedad, tristeza, irritabilidad y vergüenza, señales que impactan negativamente la calidad de vida, las relaciones sociales y el rendimiento académico. Por otro lado, una autoimagen positiva sirve como protector, fomentando la estabilidad emocional y la formación de una identidad corporal coherente en la adolescencia (Raj et al., 2022). La constante publicación de fotos en redes sociales se nutre de la búsqueda de aprobación, aunque también opera como canal sutil para la incorporación de cánones estéticos que permanecen explícitas. Este proceso, sostenido en el tiempo, afecta la construcción de la autoimagen, volviéndola dependiente de parámetros visuales externos y homogéneos (Cárdaba et al., 2022).

Por su parte, Azurmendi et al. (2021) destacan que los principales predictores del desarrollo de síntomas dismórficos en adolescentes son tres: la exposición habitual a medios, la influencia de amigos y la aceptación de críticas corporales familiares. Estas influencias, al operar al mismo

tiempo, amplifican el efecto negativo en la percepción corporal y obstaculizan establecer una relación saludable con el cuerpo. La reiterada exposición a cuerpos idealizados no solo genera comparación, sino también un ideal inalcanzable que se convierte en referencia para la evaluación del propio valor. En esta línea, Díaz (2022) enfatiza que la interacción temprana con redes sociales incrementa de forma significativa la probabilidad de desarrollar una percepción corporal distorsionada. Su investigación cualitativa con adolescentes activas en redes sociales muestra cómo las emociones negativas emergen como respuesta a la comparación con otras imágenes, además, sentimientos como frustración, ira o tristeza están directamente asociados a la autoevaluación física influida por la exposición digital.

En este contexto, la constante publicación de fotografías responde a una necesidad de aceptación social, pero también actúa como vehículo de internalización de normas estéticas implícitas. Este proceso, sostenido en el tiempo, afecta la construcción de la autoimagen, volviéndola dependiente de parámetros visuales externos y homogéneos (Cárdaba et al., 2022). Desde esta perspectiva, se sostiene que el bombardeo constante de imágenes corporales idealizadas no solo disminuye la autoestima, sino que también promueve la adopción de esquemas de autoevaluación rígidos, basados en lo que se considera socialmente deseable (Sánchez & López, 2020).

La exigencia de cumplir con los criterios estéticos de los medios puede llevar a pensamientos obsesivos sobre partes específicas del cuerpo, vergüenza corporal e incluso rechazo de la propia imagen. Estas manifestaciones, cuando interfieren significativamente en la funcionalidad diaria, se enmarcan dentro de los criterios diagnósticos del TDC, un hallazgo central de la investigación de Castro et al. (2024). Además, el estudio de Sicari et al. (2023), que buscaba entender el impacto de la presión estética en los adolescentes, concluyó que esta influencia cultural

promueve la auto-objetivación, fragmenta el autoconcepto corporal y consolida una visión instrumental del cuerpo, en la cual la apariencia se convierte en el criterio principal de valía personal. En esta misma línea, la investigación de Wang et al. (2025) se enfocó en comprender cómo la construcción simbólica del cuerpo afecta a las adolescentes mujeres, descubriendo que el sistema mediático les asigna una función estética primordial, lo que las hace especialmente vulnerables a estos efectos distorsionadores.

Estas manifestaciones, cuando interfieren significativamente en la funcionalidad diaria, se enmarcan dentro de los criterios diagnósticos del TDC (Castro et al., 2024). Asimismo, Sicari et al. (2023) advierten que la presión estética ejercida por los medios constituye un factor que afecta la salud mental adolescente. Esta influencia cultural promueve la auto-objetivación, fragmenta el autoconcepto corporal y consolida una visión instrumental del cuerpo, en la cual la apariencia se convierte en criterio principal de valía personal. De tal manera que esta construcción simbólica del cuerpo, mediatizada y distorsionada, afecta especialmente a las adolescentes mujeres, dado que el sistema mediático asigna al cuerpo femenino una función estética primordial (Wang et al., 2025).

Frente a este panorama, resulta imperativo promover una educación mediática que estimule el pensamiento crítico sobre contenidos digitales y la valoración de la imagen corporal positiva e inclusiva (Gonzales et al., 2021). Esta investigación analiza la influencia de las imágenes corporales idealizadas difundidas por los medios en la aparición de síntomas dismórficos en adolescentes mujeres y se fundamenta en la necesidad de visibilizar y comprender las formas en que el entorno digital configura la percepción del cuerpo durante una etapa tan crucial como la adolescencia. Entender estos procesos permitirá desarrollar tácticas de prevención y acción basadas en evidencia, que busquen mejorar el bienestar mental de las adolescentes y disminuir la prevalencia de sintomatología dismórfica en esta población vulnerable (Manzano et al., 2024).

La teoría de la objetivación social de Fredrickson y Roberts explica la influencia de los medios digitales en la percepción corporal en la adolescencia (1997). Según esta proposición, desde la infancia las mujeres son entrenadas para adoptar un punto de vista ajeno sobre su apariencia, priorizando la evaluación externa en lugar de la experiencia subjetiva del cuerpo (Paredes et al., 2024). En un entorno donde las imágenes son simultáneamente producidas y juzgadas en espacios públicos, esta internalización del juicio ajeno alcanza cotas sin precedentes, instaurando un estado de vigilancia que refuerza la insatisfacción con el cuerpo. La internalización de esta mirada externa promueve un proceso de auto-monitoreo que, al examinar el cuerpo como un objeto que debe ser evaluado, abre la puerta a la rumia y a la sobre-identificación con supuestos defectos, dando lugar a síntomas dismórficos (Maldonado et al., 2024).

Adicionalmente, las redes sociales no solo promueven estándares de belleza, sino que también refuerzan dinámicas de comparación incesante y de competencia estética entre los usuarios (Derbaix et al., 2025). Peinado et al. (2021) documentan que el tiempo invertido en la navegación de perfiles se correlaciona con un incremento significativo en la inquietud por la apariencia y el descontento corporal. Los datos indican que la exposición pasiva (consumo de contenidos) y la activa (publicación y edición de imágenes) pueden ser factores de riesgo para trastornos dismórficos en adolescentes. Las plataformas centradas en la imagen promueven la elaboración de identidades digitales en las que el cuerpo se convierte en el principal instrumento para construir y consolidar la aprobación social, alterando de esta manera, lo que adolescente ve su cuerpo real (Barbierik et al., 2023).

Asimismo, es relevante analizar cómo la representación mediática está influenciada por intereses comerciales y culturales que perpetúan la hegemonía de ciertos cuerpos considerados “deseables” (Aran et al., 2024). La publicidad, por ejemplo, utiliza estrategias visuales que

enfatan la perfección física, el éxito y la felicidad vinculados a la apariencia externa. Estos mensajes implícitos establecen un estándar rígido y excluyente que dificulta la aceptación de la diversidad corporal (Martín et al., 2022). Las adolescentes, al enfrentarse a estos mensajes, pueden desarrollar una autoimagen fragmentada que prioriza aspectos estéticos por encima del bienestar integral (Zozaya & Yáñez, 2024).

El fenómeno de la "influencia de influencers" ha cobrado particular relevancia en la última década. Los jóvenes tienden a seguir figuras públicas que modelan estilos de vida, belleza y valores relacionados con la apariencia (Abdullah et al., 2023). Según De Vries et al. (2021), el contacto con influencers de cuerpos perfectos está vinculado a una mayor insatisfacción corporal y conductas de obsesión por la apariencia. Las redes sociales, en este sentido, funcionan como espacios de construcción social donde se negocian y reproducen ideales estéticos que pueden alimentar la dismorfia corporal.

Por otra parte, el contexto familiar y social actúa como mediador o modulador de la influencia mediática (Azurmendi et al., 2021). De acuerdo con el estudio de Rodgers et al. (2020) encontraron que adolescentes que perciben apoyo familiar, diálogo abierto y comunicación positiva sobre la imagen corporal presentan menor vulnerabilidad a desarrollar síntomas dismórficos, aun cuando están expuestas a imágenes idealizadas. Esto resalta la importancia de integrar el análisis mediático con un enfoque sistémico que considere el entorno cercano y las interacciones sociales como factores protectores o de riesgo.

Las repercusiones psicosociales de la dismorfia corporal en la adolescencia son extensivas y repercuten en múltiples dimensiones de la existencia juvenil. A nivel social, la tendencia a evitar contextos en los que se deba mostrar la propia corporalidad restringe la asistencia a prácticas recreativas, deportivas o escolares, lo que, a su vez, obstaculiza la adquisición de competencias

sociales y la cohesión grupal (Hernández, 2023). En la esfera emocional, la confluencia de síntomas de ansiedad, episodios depresivos y una autoestima erosionada se traduce en un mayor riesgo de aislamiento, complicando la habilidad para enfrentar los retos propios de esta fase del ciclo vital. Este descenso en la calidad de vida juvenil subraya la urgencia de aplicar medidas preventivas que enfrenten la influencia perniciosa de los contenidos mediáticos (Sadat et al., 2022).

La constante exposición a imágenes manipuladas y figuras supuestamente “ideales”, afecta la forma en que las adolescentes ven su cuerpo, sino también la manera en que lo experimentan y lo viven (Schmith et al., 2025). A diferencia de una mera preocupación estética, los síntomas dismórficos implican una distorsión perceptual persistente y un malestar clínicamente significativo relacionado con la autoimagen. Las adolescentes afectadas tienden a focalizar su atención en partes específicas del cuerpo, a menudo de forma obsesiva, y a experimentar un malestar que interfiere en su vida social, académica o familiar (Moreno, 2024).

En este contexto, el papel de las tecnologías emergentes resulta particularmente preocupante, ya que el auge de las aplicaciones de edición facial, filtros de belleza y la inteligencia artificial aplicada al embellecimiento digital, las adolescentes no solo se comparan con otras personas, sino también con versiones irreales de sí mismas (Gupta et al., 2023). Este fenómeno, del cuerpo real versus el cuerpo editado, puede llevar a una desconexión identitaria profunda, en la que el yo corporal ya no se percibe como válido si no cumple con ciertos parámetros estéticos. Este hecho, conocido como “selfie dysmorphia” o dismorfia inducida por selfies, ha sido documentado en diversos estudios recientes, donde se observa un aumento de la autoinsatisfacción y la autoexigencia patológica vinculada al deseo de parecerse a la versión retocada de una misma (Maymone et al., 2023).

Además, las adolescentes que presentan una alta necesidad de aprobación social y baja autoestima basal son especialmente expuestas a las consecuencias perjudiciales de los medios visuales, pues la necesidad de aprobación externa a través de likes, comentarios y seguidores aumenta la dependencia del juicio ajeno como un regulador de autopercepción (Ramspott et al., 2024). En ausencia de una autoestima sólida, esta dependencia se traduce en una autoimagen fluctuante, inestable y frágil, lo que favorece la aparición de conductas de evitación, malestar emocional y sentimientos de vergüenza corporal. Estas variables psicológicas actúan como gatillo o reforzador de síntomas dismórficos, convirtiendo al entorno digital en un factor psicosocial de riesgo (Cánovas et al., 2023).

A su vez, la escasez de modelos corporales reales, diversos y saludables en los medios de comunicación refuerza el mensaje que solo ciertos tipos de cuerpos son válidos, deseables o exitosos. Esta imagen limitada y homogénea refuerza la idea de que el valor individual se conecta directamente con la conformidad con un canon estético particular (Tejada et al., 2019). Las adolescentes que no encajan dentro de ese modelo pueden desarrollar una percepción corporal negativa crónica, caracterizada por el rechazo del cuerpo propio, la hipervigilancia sobre defectos imaginarios y el deseo constante de modificar su apariencia. En este sentido, la industria mediática no solo refleja ideales estéticos, sino que los construye, los impone y los legitima (López et al., 2024).

En muchos casos, los mensajes internalizados desde temprana edad quedan naturalizados, operando de forma inconsciente en la construcción del autoconcepto. Este vacío formativo constituye una deuda estructural que debe ser abordada con urgencia desde las políticas públicas y los sistemas educativos (Arribas et al., 2023). El problema se agudiza aún más cuando estos mensajes son consumidos sin una mediación crítica o educativa, debido a la ausencia de programas

formativos que traten la educación física, la alfabetización mediática y el bienestar emocional en relación con la imagen puede dejar a las adolescentes sin herramientas para interpretar, cuestionar o resistir los mandatos estéticos que circulan en el entorno digital (Nadador & Sánchez, 2025).

La investigación longitudinal ha documentado en repetidas ocasiones que la insatisfacción corporal durante la adolescencia actúa como un precursor de síntomas clínicos relacionados con la dismorfia corporal en etapas posteriores. En este sentido, estudios recientes han puesto de manifiesto cómo la exposición prolongada a contenido en redes sociales, especialmente en Instagram, eleva de forma significativa los niveles de ansiedad corporal. Estos hallazgos desafían la suposición de que la presión estética emana exclusivamente de figuras públicas y, en su lugar, demuestran que la comparación entre pares constituye un factor relevante en la regulación de la autoimagen, tal como lo han constatado investigaciones como la de Tiggemann (2022) y Sucupira et al. (2022), quienes refuerzan la idea de que la interacción con conocidos y la visualización de su contenido personal influye directamente en la insatisfacción corporal.

Las investigaciones actuales han evidenciado que los algoritmos utilizados por las plataformas de contenido digital participan activamente en la difusión y validación de los cánones de belleza dominantes. Los sistemas de recomendación, diseñados para adaptarse a los gustos particulares de cada usuario, los enfrentan de forma sistemática a representaciones de cuerpos delgados, rostros marcas simétricas y otros criterios estéticos predominantes, incluso en los casos en que no han buscado esos contenidos de modo explícito (Tiggemann, 2022). La reiteración de estas imágenes normaliza un ideal de belleza que, por su naturaleza restrictiva y contraria a la variabilidad corporal, acaba por erosionar la aceptación del propio cuerpo. En consecuencia, el entorno digital se convierte en un contexto que exagera la propensión a la comparación social, la

insatisfacción y la vigilancia del propio físico, factores que, en conjunto, se asocian con el desarrollo de síntomas dismórficos (Zimmer et al., 2021).

Desde un enfoque crítico, resulta imprescindible indagar en la operatividad de los discursos de “empoderamiento” corporal que ciertos dispositivos publicitarios difunden. Si bien inicialmente pueden lograrse lecturas benévolas, el cotejo revela que, en su mayor parte, tales mensajes reeditan lógicas de consumo que, en última instancia, sitúan la estética como el único, o principal, canal de reafirmación identitaria (Schmidt et al. 2023). De este modo, la proclamación de la “autoaceptación” aparece indisolublemente unida al acatamiento de pautas visuales determinadas. Tal disonancia, a su vez, puede instigar en las adolescentes un posicionamiento conflictivo, al interpretar que la aceptación de la corporalidad depende de la conformidad a estándares externos, y no de un juicio que contemple la totalidad de la persona (Choukas et al. 2022).

En conclusión, las imágenes corporales idealizadas que circulan en los medios adquieren un protagonismo central en la edificación y transformación de la percepción del cuerpo en las adolescentes mujeres (Casanova et al., 2025). El desarrollo de este análisis ha puesto de relieve que tales representaciones, frecuentemente retocadas digitalmente y desprovistas de referencialidad al mundo real, no solo propagan un ideal estético homogéneo y excluyente, sino que, además, se erigen en modelos de referencia frente a los cuales las adolescentes dirimen el valor de su propia imagen (Perafán, 2020). La comparación que de este modo se hace perpetua, y las dinámicas de la validación social en plataformas visuales como Instagram y TikTok, crea una presión callada, aunque persistente, que les impone el deber de ajustarse a estándares corporales rígidos y, por definición, inalcanzables (Flores et al., 2024).

En este marco analítico, el surgimiento de síntomas dismórficos debe interpretarse, no como un efecto aislado, sino como el producto de una interacción multivariable en la que coexisten

determinantes biográficos, trayectorias sociales y discursos culturales en constante renegociación (Heshmati et al., 2023). Las adolescentes que se sienten incapaces de ajustarse a estos ideales desarrollan pensamientos intrusivos sobre su apariencia, conductas repetitivas para corregir o disimular sus “defectos” percibidos y malestar emocional profundo que afecta su autoestima, funcionalidad cotidiana y salud mental en general. Estos síntomas, asociados al TDC, tienen consecuencias que van desde el aislamiento social hasta la búsqueda compulsiva de intervenciones estéticas (Merino et al., 2024).

Frente a este panorama, se hace indispensable un abordaje integral y preventivo, este debe incluir programas de educación mediática crítica, donde las adolescentes aprendan a cuestionar los contenidos que consumen; la promoción de modelos corporales diversos y reales, que desafíen los estereotipos hegemónicos; el acompañamiento psicológico oportuno; y la formación en habilidades socioemocionales que fortalezcan la autoestima y el autoconocimiento (Mesquita et al., 2022). Solo mediante estrategias coordinadas que involucren activamente a la familia, la educación, la comunidad y los medios de comunicación en sí, será posible mitigar el impacto negativo de estas imágenes y fomentar una imagen corporal saludable, auténtica y resiliente en las nuevas generaciones (Mango et al., 2024).

Conclusiones

En un mundo donde los medios digitales han idealizado una imagen corporal, en relación con la realidad física, esta investigación concluye que los medios, sobre todo las redes sociales, son un espejo que distorsiona la percepción de la autoimagen en adolescentes. La continua visualización de formas perfectas, retocados y uniformados no solo moldea aspiraciones estéticas, sino que afecta profundamente la manera en que estas chicas se ven, se estiman y se conectan con su cuerpo. Así, la dismorfia corporal no solo debe entenderse como una alteración individual, sino también como una manifestación social de una cultura que prioriza la apariencia física por encima de otros valores.

Los resultados obtenidos corroboran que la mediación informativa no opera de manera neutra o desinteresada; por el contrario, moviliza fuerzas psicológicas prominentes, como la evaluación social, la auto objetivación y la adopción de estándares estéticos. Estos procesos se intensifican durante períodos adolescentes, momento crítico en la gestación de la identidad y en la expansión de la reactividad afectiva. La superposición de tales variables puede traducirse en síntomas dismórficos, alteraciones emocionales, depreciación de la autoestima y, en múltiples ocasiones, en conductas disfuncionales orientadas a la transformación del cuerpo, que son adyacentes a la dismorfia corporal.

No obstante, cabe subrayar que el efecto de los medios digitales en la imagen corporal de los adolescentes no es independiente, sino que se relaciona con factores contextuales de la familia, escuela y amigos. La mediación crítica, el fomento de diálogos sinceros y el apoyo emocional consistente en esos escenarios pueden atenuar los efectos desfavorables y reforzar la capacidad de recuperación ante las exigencias estéticas. Por consiguiente, la formación en alfabetización

mediática y en competencias emocionales se erige en un recurso indispensable para propiciar el bienestar integral de los jóvenes en un ecosistema progresivamente digitalizado.

Aparte de identificar un fenómeno de preocupación, la presente indagación se revela funcional y indispensable, dado que saca a la luz un asunto que, aunque soterrado, compromete a millares de jóvenes. Su contribución debe leerse como un imperativo dirigido a padres, docentes, clínicos de la salud mental y diseñadores de políticas: cuestionar los relatos que se escuchan, que circulan y que obtienen reconocimiento. Analizar cómo los dispositivos de comunicación configuran la representación del cuerpo humano es, por tanto, la fase inaugural que permite desactivar las consecuencias más lesivas de tales configuraciones.

En conclusión, este estudio no solo aclara la cuestión que guió la investigación, sino que también propone una revaloración del cuerpo que supera la mirada crítica y la compara con la mirada compasiva; tal mirada descubre que la belleza verdaderamente significativa no depende de la aprobación digital, sino de una aceptación que es tanto individual como colectiva. Reconocer el cuerpo como un espacio heterogéneo, imperfecto y auténtico es, por lo tanto, un gesto de resistencia a una cultura que persiste en uniformar.

Finalmente, la cultura mediática digital configura un entorno dinámico en el que los adolescentes construyen y actualizan de manera permanente su percepción del propio cuerpo. Aunque las plataformas digitales pueden multiplicar las demandas acerca de la imagen y promover la insatisfacción corporal, también generan entornos en los que se revalorizan y se visibilizan corporeidades diversas. Ante esta dualidad, se vuelve imprescindible examinar su intersección a fin de guiar políticas e iniciativas educativas que fomenten una autoimagen positiva, inclusiva y sostenible en los jóvenes. Solo así será posible formar generaciones que se relacionen con su cuerpo desde la autonomía, el respeto y una dignidad renovada.

Bibliografía

- Acevedo, D. (2024). Adolescencia y Redes Sociales: Entre Riesgos y Oportunidades. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 6241-6257.
doi:https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.11045
- Alegría, J. (2024). Juventudes y redes sociales: una apropiación espacial del mundo virtual. *Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales, Niñez Y Juventud* , 23(1), 1-22.
doi:<https://doi.org/10.11600/rlcsnj.23.1.6872>
- Alluhidan, A., Katie, J., Akter, M., Rodgers, R., Razi, A., & Wisniewski, P. (2025). Unfiltered: How Teens Engage in Body Image and Shaming Discussions via Instagram Direct Messages. *Cornell University*. <https://arxiv.org/abs/2504.02176v1>
- Azurmendi, A., Etayo, C., & Torell, A. (2021). Sharenting and digital rights of children and teenagers. *Profesional de la información*, 30(4), e300407. <https://research-ebSCO-com.vpn.ucacue.edu.ec/c/q3t66c/viewer/pdf/rfh53ajmz5>
- Ballara, N. (2023). The Power of Social Validation: A Literature Review on How Likes, Comments, and Shares Shape User Behavior on Social Media. *International Journal of Research Publication and Reviews*, 4(7), 3355-3367.
doi:<https://doi.org/10.55248/gengpi.4.723.51227><https://doi.org/10.55248/gengpi.4.723.51227>
227
- Barbierik , L., Bacikova, M., & Petrovova, V. (2023). The Role of Social Appearance Comparison in Body Dissatisfaction of Adolescent Boys and Girls. *PsychOpen Journals*, 19(3), 244–258. doi:<https://doi.org/10.5964/ejop.6443>

- Bi, X., Liang, Q., Jiang, G., Deng, M., Cui, H., & Ma, Y. (2024). The cost of the perfect body: influence mechanism of internalization of media appearance ideals on eating disorder tendencies in adolescents . *BMC Psychology*. doi:<https://doi.org/10.1186/s40359-024-01619-7>
- Buali , F., Ahmed, J., & Jahrami, H. (2024). Exploring the effects of social media on body dysmorphic disorder among citizens of Bahrain: a cross-sectional study. *BMC Psychology*, *12*. doi:<https://doi.org/10.1186/s40359-024-02101-0>
- Casanova, G., Torrubia, E., Cañellas, N., Capera, J., Mora, G., & Albacar, N. (2025). Influencia de las redes sociales en la imagen corporal de las y los adolescentes: Una revisión integrativa. *Enfermería Global*, *24*(1). doi:<https://doi.org/10.6018/eglobal.622331>
- Choukas, S., Roberts, S., Maheux, A., & Nesi, J. (2022). The Perfect Storm: A Developmental–Sociocultural Framework for the Role of Social Media in Adolescent Girls’ Body Image Concerns and Mental Health. *Clinical child and family psychology review*, *25*(4), 681–701. doi:<https://doi.org/10.1007/s10567-022-00404-5>
- Gioia, F., McLean, S., Rega, V., & Boursier, V. (Septiembre de 2023). What about young adults’ photo manipulation activity? The predictive role of body shame and the mediating effect of body esteem. *Current Psychology*, *43*, 10418–10433. doi:<https://doi.org/10.1007/s12144-023-04946-x>
- Jankauskiene, R., & Baceviciene , M. (2022). Media Pressures, Internalization of Appearance Ideals and Disordered Eating among Adolescent Girls and Boys: Testing the Moderating Role of Body Appreciation. (R. Casas, Ed.) *14*(11). doi:<https://doi.org/10.3390/nu14112227>

- Ko, S., Wei, M., Wang, K., & Park, H.-j. (2019). Appearance Comparison, Appearance Self-Schema, Perfectionism, and Body Esteem Among Korean College Students. *Sage Journals*, 47(3). doi:<https://doi.org/10.1177/0011000019871>
- Kvardova, N., Machackova, H., Maes, C., & Vandebosch, L. (2025). Navigating Beauty Standards on Social Media: Impact of Appearance Activity on Adolescents' Body Dissatisfaction. *J. Youth Adolescence*. doi:<https://doi.org/10.1007/s10964-025-02159-y>
- Lee, I., Chang, Y., Lei, Y., & Yoo, T. (2024). Adolescent Health and Dark Personalities: The Role of Socioeconomic Status, Sports, and Cyber Experiences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(8), 987. doi:<https://doi.org/10.3390/ijerph21080987>
- Lee, M., & Lee, H. (2021). Social media photo activity, internalization, appearance comparison, and body satisfaction: The moderating role of photo-editing behavior. *Computers in Human Behavior*, 114. doi:<https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106579>
- Lindvall, C., Sundgot, C., Lundin, I., Wennersberg, L., & Wisting, L. (2024). Further evidence of the association between social media use, eating disorder pathology and appearance ideals and pressure: a cross-sectional study in Norwegian adolescents. *Journal of Eating Disorders*, 12(34). Obtenido de https://jeatdisord.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40337-024-00992-3?utm_source=chatgpt.com
- Liu, C. (2022). Imag(in)ing place: Reframing photography practices and affective social media platforms. *Geoforum*, 129. doi:<https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2022.01.015>

- Nicewicz, H., Torrico, T., & Boutrouille, J. (2025). Body Dysmorphic Disorder. *tatPearls Publishing*. Obtenido de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK555901/>
- Nusser, L., Zimprich, D., & Wolf, T. (2023). Themes of trust, identity, intimacy, and generativity in important autobiographical memories: Associations with life periods and life satisfaction. *Journal of Personality* , 1110-1122. doi:<https://doi.org/10.1111/jopy.12786>
- Ortiz, V. (2019). Modelos estéticos hegemónicos, subalternos y/o alternativos: una perspectiva étnico-racial de clase y género. *Tabula Rasa*, 18.
<https://www.revistatabularasa.org/numero18/modelos-esteticos-hegemonicos-subalternos-yo-alternativos-una-perspectiva-etnico-racial-de-clase-y-genero/>
- Ozimek, P., Lainas, S., Werner , H., & Rohmann , E. (2023). How photo editing in social media shapes self-perceived attractiveness and self-esteem via self-objectification and physical appearance comparisons. *BMC Psychology*, 11(99).
https://bmcp psychology.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-023-01143-0?utm_source=chatgpt.com
- Raj, R., Arashpreet, Devedi, D., & Hasan, S. (2022). Body dysmorphia and social media impact. *International Journal of Health Sciences*, 6(33), 3725–3735.
doi:<https://doi.org/10.53730/ijhs.v6nS3.6604>
- Rodgers, R., & Nowicki, G. (2024). Profiles of photo-based social media use and body image among midlife women. *Body Imagen*, 48.
doi:<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.101646>

- Rousseau, A. (2021). Adolescents' selfie-activities and idealized online self-presentation: An application of the sociocultural model. *Body Image*, 36, 16-26.
doi:<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.10.005>
- Schröder, M., & Behm, E. (2025). Belleza digital: el impacto de los filtros de belleza adelgazantes en la imagen corporal, el deseo de perder peso, la autoobjetivación y las actitudes anti-gordura. *Computers in Human Behavior*, 165.
doi:<https://doi.org/10.1016/j.chb.2024.108519>
- Shuruq , A., Entisar, A., Jumanah Ahmed, A.-B., Abdulhameed, M., Mohammed Ahmed, A., Abdulelah Adel, B., . . . Mostaf, A. (2024). Influence of Social Media on Body Image and Eating Disorder Prevalence in Adolescents: A Cross-sectional Saudi Study. *Jorunal of Advanced Trends in Medical Research* , 1(2), 593-598.
doi:10.4103/ATMR.ATMR_104_24
- Skowronski, M., Busching, R., & Krahé , B. (2021). Predicting Adolescents' Self-Objectification from Sexualized Video Game and Instagram Use: A Longitudinal Study. *Sex Roles* , 584–598. doi:<https://doi.org/10.1007/s11199-020-01187-1>
- Varaona , A., Alvarez, M., Serrano, I., Díaz, M., Looi, J., & Molina, R. (2024). Exploring the Relationship Between Instagram Use and Self-Criticism, Self-Compassion, and Body Dissatisfaction in the Spanish Population: Observational Study. *Journal of Medical Internet Research* , 26. doi:<https://doi.org/10.2196/51957>
- Yang, H., Jiaqi, J., Tng, G., & Yang, S. (2020). Effects of Social Media and Smartphone Use on Body Esteem in Female Adolescents: Testing a Cognitive and Affective Model.

Children, 7(9), 148. Obtenido de https://www.mdpi.com/2227-9067/7/9/148?utm_source=chatgpt.com#metrics

- Alfonso, I., Álvarez, M., Sánchez, R., Ortega, M., Alvarez, M., & Molina, R. (Agosto de 2023). Time Spent on Instagram and Body Image, Self-esteem, and Physical Comparison Among Young Adults in Spain: Observational Study. *JMIR Publications*, 7. https://preprints.jmir.org/preprint/42207?__hstc=102212634.91eba4059e43c958dddc63c18c6710b2.1753038704266.1753038704266.1753038704266.1&__hssc=102212634.1.1753038704267&__hsfp=1899190414
- Arab, E., & Díaz, A. (2019). Impact of social networks and internet in adolescence: strengths and weaknesses. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 7-13.
- Arab, E., & Díaz, A. (2019). Impact of social networks and internet in adolescence: strengths and weaknesses. *Revista Médica Clínica los Condes*, 26(1), 7-13. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000048>
- Aran, S., Elexpuru, I., Korres, O., Moro, Á., & Bergillos, I. (2024). Young Digital Citizens: Perception of their Media and Transmedia Competence. *Profesional de la Información*, 33(3). <https://research-ebSCO-com.vpn.ucacue.edu.ec/c/q3t66c/viewer/pdf/kcxwkfio2f>
- Calafato, R., & Simmonds, K. (2022). Linkages between literary response, aesthetic competence, and literary competence in the EFL classroom. *Studies in Educational Evaluation*, 75. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191491X22000918>
- Camacho, P., Díaz, A., & Sabariego, J. (2023). Relación entre el uso de Instagram y la imagen corporal de los adolescentes. *Apuntes De Psicología*, 41(2), 117-122. [doi:https://doi.org/10.55414/ap.v41i2.1537](https://doi.org/10.55414/ap.v41i2.1537)

- Campodónico, N., & Encarnación, I. (2024). REVISIÓN SISTEMÁTICA SOBRE LA INFLUENCIA DE LAS REDES SOCIALES EN LA AUTOESTIMA DE LOS ADOLESCENTES. *PSICOLOGÍA UNEMI*, 8(15), 73-87.
doi:<https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol8iss15.2024pp73-87p>
- Cárdaba, M., Porto, L., & Verde, L. (2022). Representación de la belleza femenina en publicidad. Efectos sobre el bienestar emocional, la satisfacción corporal y el control del peso en mujeres jóvenes. *Profesional de la información*, 31(1).
doi:<https://doi.org/10.3145/epi.2022.ene.17>
- Demaria, F., Pontillo, M., Di Vincenzo, C., Bellantoni, D., Petrelli, I., & Vicari, S. (2024). Body, image, and digital technology in adolescence and contemporary youth culture. *Frontiers Psychology*, 15. doi:<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1445098>
- Derbaix, M., Masciantonio, A., Balbo, L., Lao, A., Camus, S., Tafraouti, S., & Bourguignon, D. (2025). Understanding Social Comparison Dynamics on Social Media: A Qualitative Examination of Individual and Platform Characteristics. *Psychology & Marketing*, 42(6), 1433-1720. doi:<https://doi.org/10.1002/mar.22194>
- Domínguez, A., Rico, S., Calderón, J., Huerta, S., Lavado, J., Roncero, R., . . . López, F. (2025). Impact of the COVID-19 pandemic on self-esteem and body image in Spanish adolescents. *I3*. doi:<https://doi.org/10.1186/s40359-025-02478-6>
- Fernández, C., & Medina, M. (2023). Critical management studies y la perspectiva feminista: una revisión de los debates en el campo de los análisis críticos de la gestión. *Cuadernos de Relaciones Laborales*, 41(2), 247-264. doi:<https://doi.org/10.5209/crla.87774>

- Flores , R., León , K., Ortega, Z., & Carpio, C. (2024). La influencia del uso de Instagram y TikTok en los estudiantes universitarios. *Revista Científica Multidisciplinaria SAPIENTIAE*, 7(15), 68–81. doi:<https://doi.org/10.56124/sapientiae.v7i15.005>
- Flores, C., & Castellano, C. (2024). Relationship Between Instagram, Body Satisfaction, and Self-Esteem in Early Adulthood. *Healthcare*, 12(21), 2153.
doi:10.3390/healthcare12212153
- García , F., & Pérez, M. (2020). Trastorno dismórfico corporal del adolescente. *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 37(4), 30–35. doi:<http://dx.doi.org/10.31766/revpsij.v37n4a3>
- García, A. (2024). Social Media's Impact on Physical Body Dissatisfaction and Objectified Body Consciousness: Investigating Miami's Adolescent Self-Perception from Exposure to TikTok. *Stanford Journal of Science*, 17(2).
https://ojs.stanford.edu/ojs/index.php/intersect/article/view/2902?utm_source=chatgpt.com
- Garza, R., Cardoso, V., & González, C. (2024). Body dysmorphic disorder and social media. *Revista Mexicana de Medicina Familiar (RMMF)*, 12(2).
https://www.revmexmedicinafamiliar.org/frame_esp.php?id=155
- Grogan, S. (2021). Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children (4th ed.). *Taylor & Francis*.
<https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9781003100041/body-image-sarah-grogan>

- Gupta , M., Jassi , A., & Krebs, G. (2023). The association between social media use and body dysmorphic symptoms in young people. (A. Hartmann, Ed.) *Frontiers in Psychology*, 14. doi:<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1231801>
- Heshmati, R., Pellerone , M., Yeganeh , N., Jafari, E., & Nejad , M. (2023). Interpersonal Attachment Styles and Body Dysmorphic Symptoms in Adolescent Girls: The Mediating Role of Body Image. *Clinical neuropsychiatry*, 20(2), 141–150. doi:<https://doi.org/10.36131/cnfioritieditore20230206>
- Hosseini , S., & Padhy, R. (2023). Body Image Distortion (Archived). *StatPearls Publishing*. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31536191/>
- Jalali, S., Amiri, P., Zarani, F., & Azizi, F. (2021). The main physical components of body image from the perspectives of Iranian adolescents: a qualitative study. *BMC Public Health*, 21. doi:<https://doi.org/10.1186/s12889-020-10096-7>
- Jamil, N. (2024). Social media and Self-Esteem in adolescents. *Scientific Research Reports* , 1. <https://sciresearchreports.com/index.php/SRR/article/view/2/2>
- Jarman , H., Marques, M., McLean, S., Slater, A., & Paxton, S. (2021). Social media, body satisfaction and well-being among adolescents: A mediation model of appearance-ideal internalization and comparison. *Nationaly Library of Medicine*, 139-148. doi:[10.1016/j.bodyim.2020.11.005](https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.11.005)
- Jarman, H., McLean, S., Slater, A., Marques, M., & Paxton, S. (2021). Direct and indirect relationships between social media use and body satisfaction: A prospective study among adolescent boys and girls. *Sage Journals*, 26(1), 292-312. doi:<https://doi.org/10.1177/14614448211058468>

- Jones , A., & Jaeger, B. (2019). Biological Bases of Beauty Revisited: The Effect of Symmetry, Averageness, and Sexual Dimorphism on Female Facial Attractiveness. *Symmetry*, *11*(2), 279. doi:<https://doi.org/10.3390/sym11020279>
- Kadavathe, S. (2025). The Impacts of Social Media Influencer Marketing on Body Dysmorphic Disorder Among the Generation Z. *Journal of Digital Marketing and Communication*, *5*(1), 82-95. doi:<https://doi.org/10.53623/jdmc.v5i1.650>
- Khajuria, A., Gandotra, A., Khajuria , A., Arora, K., Gupta, R., Gupta, U., & Babber , S. (2025). Role of Social Media in the Rising Body Dissatisfaction and Dysmorphia Among Adolescents. (A. Muacevic, & J. Adler, Edits.) *Cureus*.
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11873132/>
- LLovet, C., & Establés, M. (2023). ¿Desvestidos para triunfar? Análisis de contenido de la auto objetificación de influencers en España. *Revista de Comunicación*, *22*(2), 271–297.
doi:<https://doi.org/10.26441/RC22.2-2023-3193>
- Lo Destro , C. (2024). Unraveling the impact of self-esteem on the utilization of Instagram filters: the mediating role of fear of negative evaluation. *Frontiers Psychology*, *15*.
doi:<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1302662>
- López, M., Aonso, G., & Estévez, A. (2024). Distrés emocional e insatisfacción corporal: El papel mediador de las redes sociales y la regulación emocional. *Ciencias del Comportamiento*, *14*(7), 580. doi:<https://doi.org/10.3390/bs14070580>
- Macedo, F., Macêdo, N., Da Costa, T., Pinhiero, R., Domingos , N., Figueiredo, N., . . . Alves, N. (2019). Influence of the Mass Media and Body Dissatisfaction on the Risk in

- Adolescents of Developing Eating Disorders. *International journal of environmental research and public health*, 16(9), 1508. doi:<https://doi.org/10.3390/ijerph16091508>
- Maldonado, J., Zambrano , N., & Mancilla , K. (2024). Estereotipos de belleza en redes sociales: impacto en la autoestima femenina. *Religación Revista*, 9(40). doi:<https://doi.org/10.46652/rgn.v9i40.1183>
- Mancin, P., Ghisi, M., Spoto, A., & Cerea, S. (2024). The relation between body dysmorphic disorder symptoms and photo-based behaviors: is body appreciation a protective factor? *Body Image*. doi:<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2024.101764>
- Mango , P., Pérez, G., & Turpo , O. (2024). Alfabetización mediática y pensamiento crítico en la formación inicial de docentes. *European Public & Social Innovation Review*, 9, 1-15. doi:<https://doi.org/10.31637/epsir-2024-1548>
- Manzano , D., Palop, M., Arteaga, M., & Valero, A. (2022). Análisis de los niveles de actividad física en adolescentes y su relación con la imagen corporal y los hábitos nutricionales. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*, 19(5), 3064. doi:<https://doi.org/10.3390/ijerph19053064>
- Martín, M., Porto, L., & Verde , L. (2022). Representation of female beauty in advertising: effects on emotional well-being, body satisfaction, and weight control in young wome. *Profesional de la información*. Obtenido de <https://research-ebSCO-com.vpn.ucacue.edu.ec/c/q3t66c/viewer/pdf/s7f7hujcjr>
- Merino, M., Tornero , J., Rubio, A., Villanueva, C., Martín , A., & Clemente , V. (2024). Body Perceptions and Psychological Well-Being: A Review of the Impact of Social Media and Physical Measurements on Self-Esteem and Mental Health with a Focus on Body Image

- Satisfaction and Its Relationship with Cultural and Gender Factors. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 12(14), 1396. doi:<https://doi.org/10.3390/healthcare12141396>
- Mesquita, W., Fernandez, C., & Cebrerio, B. (2022). Critical media literacy to improve students' competencies. *Revista Científica de Comunicación y educación*, 70, 1134-3478. doi:<https://doi.org/10.3916/C70-2022-04>
- Montes, M., Medina, E., & León, G. (2024). Redes sociales y comparación social en adolescentes de México: implementación de modelo interdisciplinar . *Miguel Hernández Communication Journal*, 15, 323-344. doi:<https://doi.org/10.21134/ns223y53>
- Perafán, E. (2020). Estética, ideología y espacio público. / Aesthetics, Ideology and Public Space. *Utopía Y Praxis Latinoamericana*, 25, 65-83. Obtenido de <https://produccioncientificaluz.org/index.php/utopia/article/view/32850>
- Pontón , J. (2019). Mujeres en la publicidad del Ecuador: de las imágenes a los cuerpos. *ResearchGate*. https://www.researchgate.net/publication/344178214_Mujeres_en_la_publicidad_del_Ecuador_de_las_imagenes_a_los_cuerpos
- Prownpuntu, T., Aungkawattanapong, N., Subchartanan , J., Suteerojtrakool, O., Tempark , T., & Bongsebandhu, C. (2025). Examining body image satisfaction among transfeminine and cisgender female youth in Thailand: a community-based survey. *BMC Psychology*. doi:<https://doi.org/10.1186/s40359-025-02546-x>
- Rizo, M. (2020). Cuerpo(s), comunicación y cultura. Balance académico sobre el cuerpo y la corporalidad como objetos de estudio de la comunicación. *Palabra Clave*, 24(4), 2443. doi:<https://doi.org/10.5294/pacla.2021.24.4.3>

- Sadat , A., Ling, S., Sim, F., Deng, R., & Lee, K.-F. (2022). A Moderated Mediation Model of Perceived Effect of Fitspiration Images on Self: The Influence of Media Literacy and BMI. *International Journal of Environmental Research and Public Health* , 19(9), 5077. doi:<https://doi.org/10.3390/ijerph19095077>
- Sánchez, C., & López, C. (2020). Perception of harmful attitudes in the use of social networks in teenagers. *Revista Interuniversitaria de Investigación en Tecnología Educativa (RIITE)*(8), 1-13. doi:<http://dx.doi.org/10.6018/riite.401801>
- Sully, M., Swords , L., & Nixon , E. (2023). Social comparisons on social media: online appearance-related activity and body dissatisfaction in adolescent girls. *Revista irlandesa de medicina psicológica*, 31-42. doi:10.1017/ipm.2020.93.
- Vaquero, M., Tapia, M., Moreno, M., Cerro, D., & Sánchez, P. (2021). Análisis exploratorio de la actividad física en la auto-objetificación e insatisfacción corporal de jóvenes adolescentes (Exploratory analysis of physical activity in self-objectification and body image of adolescents). *Cultura, Ciencia Y Deporte*, 16(48), 199–206. doi:<https://doi.org/10.12800/ccd.v16i48.1724>
- Wang, H., Binti, M., & Binti, S. (2025). Unveiling the relationship between social media and self-objectification: A three-level meta-analysis. *Body Image*, 53, 101895. doi:<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2025.101895>
- Wang, S., Haynos, A., Neumark, D., Wall, M., Chen, C., Eisenberg, M., & Neumark, D. (2019). Fifteen-Year Prevalence, Trajectories, and Predictors of Body Dissatisfaction From Adolescence to Middle Adulthood. *Clinical Psychological Science*, 7(6), 1403-1415. doi:<https://doi.org/10.1177/2167702619859331>

Zozaya, L., & Yáñez, M. (2024). Verse bien & sentirse bien. Impacto de las colaboraciones entre marcas e influencers sobre el culto al cuerpo para adolescentes. *Revista De Estudios De Comunicación*, 29(57), 171–187. doi:<https://doi.org/10.1387/zer.26926>

Zunino, E. (2024). Información de salud mental en el entorno digital: estudio de caso en la Argentina. *Palabra Clave*, 27(4), 2743. <https://research-ebSCO-com.vpn.ucacue.edu.ec/c/q3t66c/search/details/drpyxf5t5v?isDashboardExpanded=true&limiters=FT1%3AY&q=que%20es%20el%20entorno%20digital>



Universidad
Católica
de Cuenca

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Anabel Katherine Morocho Sanmartín portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0106210594**. En calidad de autor/a y titular de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación **“La influencia de los medios de comunicación en la dismorfia corporal en adolescentes mujeres”** de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, **16 de octubre de 2025**

F: .....

Anabel Katherine Morocho Sanmartín

C.I. 0106210594