



UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CUENCA

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES EN EL TRASTORNO
DISMÓRFICO CORPORAL Y LA AUTOIMAGEN EN
ADOLESCENTES**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

AUTORES: JUAN JOSÉ CALLE PALACIOS

JOSEPH VINICIO CANDO OCHOA

DIRECTORA: MGST. AMANDA DE LOS ANGELES TORRES MOSCOSO

CUENCA - ECUADOR

2026

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES EN EL TRASTORNO
DISMÓRFICO CORPORAL Y LA AUTOIMAGEN EN
ADOLESCENTES**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**

AUTORES: JUAN JOSÉ CALLE PALACIOS

JOSEPH VINICIO CANDO OCHOA

DIRECTORA: MGST. AMANDA DE LOS ANGELES TORRES MOSCOSO

CUENCA - ECUADOR

2026

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO

Declaratoria de Autoría y Responsabilidad

Joseph Vinicio Cando Ochoa portador de la cédula de ciudadanía N° **0107460339**, y **Juan José Calle Palacios** portador de la cédula de ciudadanía N° **0302977822**. Declaramos ser autores de la obra: **“Impacto de las redes sociales en el trastorno dismórfico corporal y la autoimagen en adolescentes”**, sobre la cual nos hacemos responsables sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaramos que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximimos a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaramos finalmente que nuestra 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 nos responsabilizamos y eximimos a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Cuenca, **14 de septiembre de 2026**

F: 

Joseph Vinicio Cando Ochoa

C.I. 0107460339

F: 

Juan José Calle Palacios

C.I. 0302977822

Cuenca, 11 de septiembre de 2026

CERTIFICACIÓN

Yo **Amanda de los Ángeles Torres Moscoso**, con cédula de identidad N° **0103197679** en calidad de Directora del Trabajo de Titulación con el tema: **“Impacto de las redes sociales en el trastorno dismórfico corporal y la autoimagen en adolescentes”**, certifico que el presente trabajo fue desarrollado por Joseph Vinicio Cando Ochoa y Juan José Calle Palacios, bajo mi supervisión.

Atentamente;



DIRECTORA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN
DOCENTE DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Agradecimientos

Culminar este proceso no habría sido posible sin el apoyo de quienes estuvieron presentes a lo largo de este camino. A mi madre, Magaly, mi principal apoyo desde siempre, gracias por suplir cada una de mis necesidades, acompañarme en los momentos de incertidumbre y nunca dejar de creer en mí. A mi familia, especialmente a mis tíos, quienes aún desde la distancia me brindaron su apoyo incondicional durante mi formación universitaria; a mis abuelos, por su amor, sus palabras de aliento y por recordarme siempre la importancia de la fe y a mis hermanas y primos, cuya presencia también contribuyó a mi aprendizaje y alegró muchos momentos de este proceso.

A la Universidad Católica de Cuenca, por brindarme la oportunidad de formarme como profesional de la Psicología Clínica. Mi sincero agradecimiento a la Mgst. Amanda Torres, tutora de este trabajo, por su orientación, paciencia y dedicación durante el proceso de investigación, así como por su disposición para escuchar y guiar cada etapa de este proyecto.

A mi compañero de tesis, por compartir las largas jornadas de trabajo, las correcciones, los momentos de incertidumbre y la satisfacción de avanzar juntos hasta culminar este proyecto.

Finalmente, a mis amigos, por estar presentes tanto en los momentos de estrés como en los de alegría, por el apoyo, las conversaciones y todo lo compartido durante estos años. A quienes con el tiempo dejaron de ser únicamente compañeros o amigos para convertirse en personas que considero parte de mi familia, gracias infinitas.

Joseph Vinicio Cando Ochoa

Dedicatoria

Dedico este logro principalmente a mi madre, por haber estado a mi lado en cada etapa de este camino, por creer en mí y hacer innumerables esfuerzos para que pudiera continuar con mi formación. Este logro es también reflejo de su amor, dedicación y confianza, siempre llevaré conmigo la gratitud por todo lo que hizo posible para que hoy pueda culminar esta etapa.

A mi familia, por acompañarme de distintas maneras a lo largo de estos años. A mis abuelos, por su cariño y enseñanzas, a mis tíos quienes siempre estuvieron presentes y a mi padre, por formar parte de mi historia y del camino que me ha llevado hasta este momento.

A mis hermanas y a mis primos más pequeños, con el deseo de que algún día puedan encontrar en este logro un pequeño recordatorio de que las metas se construyen con esfuerzo, constancia y confianza en uno mismo.

Finalmente, dedico este trabajo a quienes enfrentan luchas internas que muchas veces no son visibles para los demás, con la esperanza de que la Psicología siga contribuyendo a una comprensión más profunda y a formas de acompañamiento más humanas y respetuosas.

Joseph Vinicio Cando Ochoa

Agradecimiento

Al culminar esta importante etapa académica, quiero agradecer a las personas que me acompañaron a lo largo de estos años y que hicieron de este camino una experiencia significativa.

En primer lugar, deseo agradecer profundamente a mi madre, Eloísa Palacios, quien ha sido un apoyo fundamental desde el inicio de este camino. Gracias por estar siempre pendiente de mí, por brindarme su ayuda en todo momento y, sobre todo, por impulsarme a seguir adelante cuando surgieron dudas, recordándome la capacidad que tenía para alcanzar mis metas.

De igual manera, agradezco con mucho cariño a todos mis amigos que conocí a lo largo de estos años. Gracias por hacer que esta etapa fuera mucho más llevadera, por las experiencias compartidas y por los valiosos aprendizajes que construimos juntos. Sin duda, su compañía hizo de esta etapa una vivencia enriquecedora que recordaré siempre con gran afecto. Asimismo, deseo expresar un agradecimiento especial a nuestra tutora, Mgtr. Amanda Torres, por su valiosa orientación, paciencia y acompañamiento durante el desarrollo de esta investigación, brindándonos su guía para superar cada una de las dificultades que se presentaron en el camino.

Finalmente, agradezco a la carrera de Psicología por las enseñanzas adquiridas dentro y fuera de las aulas, que contribuyeron tanto a mi formación profesional como a desarrollar una mirada más empática y comprensiva hacia los demás. Al mirar hacia atrás, siento un profundo orgullo por haber culminado esta meta y una gran satisfacción por todo lo que estos años me dejaron. Fue un proceso lleno de aprendizajes, experiencias y personas que marcaron mi vida, y aunque hoy esta etapa llega a su fin, no puedo sino sonreír al recordar que tuve la oportunidad de vivirla. A todos ellos, mi más sincero agradecimiento por haber sido parte de este logro.

Juan José Calle Palacios

Dedicatoria

Dedico este trabajo a mis padres, Eloísa Palacios y Milton Calle, quienes han sido parte fundamental de mi camino y de la persona en la que me he convertido. A mi padre, por enseñarme con su ejemplo que el trabajo duro, la constancia y la dedicación terminan dando sus frutos. Sus enseñanzas han sido fundamentales en la persona que soy y en la manera en que afronto los objetivos que me propongo. A mi madre, por ser la persona en quien siempre he podido confiar. Agradezco su escucha, sus consejos y su guía constante, así como su impulso para alcanzar mis metas. Le agradezco por estar siempre para mí, incluso frente al cansancio y la adversidad, por tenderme la mano y hacer lo imposible por ayudarme. Aun en situaciones inciertas, siempre encontraba la manera de aprender y buscar una solución para apoyarme. Saber que cuento con su respaldo incondicional es, sin duda, uno de los mayores regalos que me ha dado la vida. Este logro también les pertenece a ellos, porque de una u otra manera estuvieron presentes en cada paso de este recorrido. Con profundo cariño y gratitud, les dedico este trabajo.

Juan José Calle Palacios

Resumen

La creciente exposición a contenido visual idealizado en redes sociales ha generado preocupación por sus efectos en la salud mental adolescente, particularmente en la construcción de la autoimagen y el desarrollo de sintomatología asociada al trastorno dismórfico corporal (TDC). El presente estudio tuvo como propósito analizar cómo el uso descontrolado de redes sociales influye en la autoimagen y favorece la aparición de síntomas del TDC en adolescentes. Se realizó una revisión documental y bibliográfica de alcance descriptivo, mediante la búsqueda de artículos empíricos y revisiones teóricas en bases de datos como PubMed, Scopus, Google Académico, SciELO y Web of Science, priorizando publicaciones entre 2020 y 2025. Los resultados evidenciaron que el uso intensivo de redes sociales, especialmente de plataformas visuales como Instagram, se asocia con una mayor insatisfacción corporal, internalización de ideales estéticos inalcanzables y dependencia de la validación externa. Los adolescentes con uso problemático mostraron casi el doble de probabilidades de percibir su cuerpo de forma negativa; además, la motivación basada en la apariencia y la exposición a contenido "*fitspiration*" potenciaron la comparación social ascendente y la vergüenza corporal. Las consecuencias más graves incluyeron el riesgo de autolesiones, ideación suicida, ansiedad y depresión. Se concluye que el TDC en adolescentes constituye un problema de salud mental que requiere detección temprana e intervenciones que fortalezcan la autoestima, promuevan un uso crítico de redes sociales y reduzcan la dependencia de la validación externa.

Palabras clave: Autoimagen, redes sociales, trastorno dismórfico corporal, adolescentes, salud mental.

Abstract

The increasing exposure to idealized visual content on social media has raised concerns about its effects on adolescent mental health, particularly in the construction of self-image and the development of symptoms associated with body dysmorphic disorder (BDD). This study aimed to analyze how uncontrolled use of social media influences self-image and promotes the emergence of symptoms of Body Dysmorphic Disorder (BDD) in adolescents. A descriptive documentary and bibliographic review were conducted through the search for empirical articles and theoretical reviews in databases such as PubMed, Scopus, Google Scholar, SciELO, and Web of Science, prioritizing publications between 2020 and 2025. The results showed that intensive use of social media, especially visual platforms like Instagram, is associated with greater body dissatisfaction, internalization of unattainable aesthetic ideals, and dependence on external validation. Adolescents with problematic use showed nearly double the likelihood of perceiving their bodies negatively; moreover, appearance-based motivation and exposure to “*fitspiration*” content enhanced social comparison and body shame upward. The most severe consequences included the risk of self-harm, suicidal ideation, anxiety, and depression. It is concluded that BDD in adolescents constitutes a mental health problem that requires early detection and interventions that strengthen self-esteem, promote critical use of social media, and reduce dependence on external validation.

Keywords: Self-image, social media, body dysmorphic disorder, adolescents, mental health.

Contenido

- Introducción..... 12
- Autoimagen 12
- Trastorno dismórfico corporal 12
- Redes Sociales..... 13
- Pregunta guía de investigación 14
- Justificación..... 14
- Objetivo General 15
- Objetivos Específicos 15
- Método Diseño..... 16
- Estrategias de búsqueda 16
- Criterios de selección..... 17
- Extracción de datos 17
- Análisis de datos..... 18
- Desarrollo..... 18
- Uso de redes sociales y desarrollo de la autoimagen en adolescentes..... 19
- Contenido idealizado en redes sociales y aparición de distorsiones en la imagen corporal en adolescentes... 27
- Consecuencias psicológicas y riesgo clínico asociados al trastorno dismórfico corporal en adolescentes..... 33
- Tabla 1..... 41
- Tabla 2..... 44
- Tabla 3..... 47
- Conclusiones 51
- Referencias 54

Introducción

Autoimagen

La autoimagen es un constructo psicológico dinámico en constante evolución, integrado en el desarrollo de la identidad. Desde esta perspectiva, el individuo y la cultura se influyen mutuamente, provocando cambios en las vivencias personales (Roncancio & Mattos, 2019). Por ello la identidad no constituye una estructura estática, sino un sistema flexible que se ajusta frente a diversas transiciones mediante la creación de espacios simbólicos en los que intervienen significados, emociones y prácticas culturales, generando nuevas interpretaciones sobre uno mismo. Además, la imaginación cumple un papel importante como mecanismo psicológico que lleva al individuo a proyectarse hacia el futuro, integrando experiencias pasadas y presentes para formar posibles versiones de sí mismo (Gupta et al., 2023). Así, la autoimagen se conceptualiza como una herramienta de fortalecimiento y autorregulación, en el que el individuo resignifica ciertos elementos culturales para formar imágenes de sí mismo a lo largo del tiempo, constituyéndose en un recurso clave en la autorregulación, en la identidad y transformaciones subjetivas como la adolescencia (Sánchez-Rojas et al., 2022).

Trastorno dismórfico corporal

El Trastorno Dismórfico Corporal (TDC) consiste en una preocupación angustiosa por defectos físicos percibidos en el aspecto físico que son imperceptibles para observadores externos. Esta intrusiva preocupación afecta la funcionalidad social y la vida cotidiana de quien lo sufre. Esta condición se manifiesta con atención excesiva en áreas corporales específicas, lo cual es interpretado de manera sesgada. La prevalencia de este trastorno se presenta entre el 1.7% y el 2.4% de la población mundial, manifestándose mayormente en jóvenes, siendo marcado el inicio de los síntomas durante la adolescencia (Al Shuhayb et al., 2023).

El trastorno dismórfico corporal según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los

Trastornos Mentales, Quinta Edición, se clasifica dentro de los trastornos obsesivos compulsivos y trastornos relacionados. El manual establece ciertos criterios diagnósticos que permiten identificar clínicamente esta condición. Entre ellos se encuentra:

- A. Preocupación por uno o más defectos o imperfecciones percibidas en el aspecto físico que no son observables o parecen sin importancia a otras personas.
- B. En algún momento durante el curso del trastorno, el sujeto ha realizado comportamientos (p. ej., mirarse en el espejo, asearse en exceso, rascarse la piel, querer asegurarse de las cosas) o actos mentales (p. ej., comparar su aspecto con el de otros) repetitivos como respuesta a la preocupación por el aspecto.
- C. La preocupación causa malestar clínicamente significativo o deterioro en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento.
- D. La preocupación por el aspecto no se explica mejor por la inquietud acerca del tejido adiposo o el peso corporal en un sujeto cuyos síntomas cumplen los criterios diagnósticos de un trastorno de la conducta alimentaria (American Psychiatric Association, 2022).

Redes Sociales

Las redes sociales son plataformas digitales de comunicación que se basan en la creación de perfiles para compartir e intercambiar contenido con otros usuarios de manera instantánea, con el fin de establecer y expandir relaciones, creando comunidades virtuales que facilitan la interacción social. En la actualidad han surgido plataformas que reconfiguran la manera en que las personas interactúan, se comunican y acceden a información (Abbas & Dodeen, 2021). Particularmente los universitarios son un grupo inmerso en la interacción constante con estas plataformas, lo cual influye en su vida cotidiana generando un gran interés no solo como medio de comunicación, sino como una herramienta de investigación en diversos campos de ciencia y educación (Purba et al., 2024).

Pregunta guía de investigación

¿Cómo el uso descontrolado de redes sociales puede influir en la autoimagen y favorecer la aparición de síntomas del trastorno dismórfico corporal en adolescentes?

Justificación

El trastorno dismórfico corporal constituye una problemática relevante dentro del campo de la psicología clínica debido a la severidad de sus manifestaciones y al impacto funcional que genera en quienes lo padecen. Se caracteriza por una preocupación persistente por defectos percibidos en la apariencia física, lo que conlleva un deterioro significativo en el funcionamiento personal, social y laboral. A nivel global, la prevalencia del trastorno dismórfico corporal se ha estimado entre aproximadamente el 1,7 % y el 2,4 % de la población general, lo que evidencia su magnitud como problema de salud mental y refuerza su relevancia social (Al Shuhayb et al., 2023). En este contexto, el desarrollo y la masificación de las redes sociales han modificado de manera significativa la forma en que las personas construyen y evalúan su imagen corporal. Estas plataformas promueven ideales estéticos irreales y altamente estandarizados, a través de contenidos visuales idealizados, filtros digitales (Pandey et al., 2025). Esta tesis resulta especialmente oportuna en el contexto actual de propagación de las redes sociales. Estudios muestran que el uso problemático de internet y la exposición al ciberacoso (fenómenos estrechamente ligados a las redes sociales) están asociados a mayores síntomas de ansiedad, depresión y otros trastornos psiquiátricos, lo que puede intensificar la aparición de factores vinculados al desarrollo y mantenimiento del trastorno dismórfico corporal (Sheehy et al., 2025). Por ello, resulta pertinente analizar esta relación desde una perspectiva clínica, considerando a las redes sociales como un posible factor de riesgo o agravamiento de la sintomatología dismórfica.

Sin embargo, a pesar del creciente interés por el estudio de la imagen corporal en entornos digitales, la literatura científica presenta resultados dispersos y, en muchos casos, se enfoca en variables generales, dejando en segundo plano el abordaje específico del trastorno dismórfico corporal (Meskin & Colvin, 2022).

Desde el punto de vista teórico, esta revisión bibliográfica permitirá organizar y consolidar el conocimiento existente, facilitando la comprensión de los mecanismos psicológicos implicados, como la comparación social, la internalización de ideales estéticos y los procesos cognitivos disfuncionales asociados a la autoimagen. A nivel práctico, los resultados podrán contribuir a la formulación de estrategias de evaluación, prevención e intervención clínica más ajustadas al contexto digital actual, sensibilizando a los profesionales de la salud mental sobre la influencia de las redes sociales en el trastorno dismórfico corporal (Bahatheg, 2022).

Objetivo General

Analizar cómo el uso descontrolado de redes sociales favorece la aparición de síntomas asociados al trastorno dismórfico corporal en adolescentes.

Objetivos Específicos

1. Analizar el uso de las redes sociales en la influencia del desarrollo de la autoimagen en adolescentes.
2. Describir como la exposición a contenido idealizado en redes sociales se asocia a la aparición de distorsiones en la imagen corporal en adolescentes.
3. Identificar consecuencias psicológicas, vinculadas a la aparición de síntomas asociados al trastorno dismórfico corporal en adolescentes.

Método

Diseño

Esta investigación empleará una metodología de revisión documental y bibliográfica, centrada en el análisis de fuentes académicas, con el fin de obtener información relevante y actualizada sobre el trastorno dismórfico corporal, la autoimagen y el uso de redes sociales. Mediante un proceso de revisión y selección de literatura previa, se buscará dar una respuesta fundamentada a la interrogante central planteada en el trabajo.

La investigación presentará un alcance descriptivo, ya que se enfocará en detallar y caracterizar los hallazgos teóricos más recientes en relación con la temática abordada. De este modo, se pretende ofrecer una visión clínica y psicológica integral sobre la influencia de las redes sociales en la construcción de la autoimagen, así como en la manifestación y el mantenimiento de síntomas asociados al TDC, a partir de aportes teóricos previamente desarrollados.

Estrategias de búsqueda

La fase de recopilación documental consiste, en el uso de términos de búsqueda en español e inglés relacionados directamente con el objetivo de revisar y seleccionar literatura científica relevante sobre la autoimagen, el TDC y las redes sociales. Los términos utilizados se definieron a partir de las variables de estudio.

Los términos de búsqueda en español son palabras clave como autoimagen, redes sociales, trastorno dismórfico corporal, adolescentes, salud mental. En inglés sus equivalentes son: self-image, social media, body image, teenagers, body dysmorphic disorder. Esta búsqueda se optimiza mediante operadores booleanos AND y OR para ampliar o restringir los resultados, además se utiliza el operador NOT con el objetivo de excluir y descartar publicaciones cuyo

enfoque fuera exclusivamente estético o médico, priorizando la relevancia psicológica.

La búsqueda se lleva a cabo en bases de datos científicas incluyendo: ScienceDirect, PubMed, MedLine, Scopus, Taylor y Francis, Web of science, PsyInfo, PsyArchives, priorizando publicaciones en un periodo entre los años 2020 y 2025.

Criterios de selección

La búsqueda bibliográfica se focaliza en los adolescentes, considerando un grupo etario vulnerable a la presión de plataformas digitales, específicamente en las redes sociales. Asimismo, seleccionamos preferentemente publicaciones científicas que abordan variables psicológicas asociadas a la percepción corporal, la autoimagen y la presencia de síntomas asociados al trastorno dismórfico corporal. Además, integramos estudios que analizan la repercusión de los estímulos visuales en redes sociales en la construcción de la imagen corporal.

Se descartan investigaciones con un enfoque exclusivamente farmacológico o procedimientos que no incorporan un análisis psicológico. Del mismo modo, excluimos publicaciones que abordan, las redes sociales con una perspectiva publicitaria, técnica o de mercadotecnia, sin mantener un vínculo directo con la salud mental. Además, se excluyeron investigaciones centradas únicamente en trastornos de la conducta alimentaria, cuando estos conformen el foco central del estudio y no se aborde en asociación con la autoimagen.

Extracción de datos

La extracción de datos se realizó mediante una matriz de registro elaborada previamente, en la cual se recopiló información relevante de los estudios incluidos en la revisión. Los datos extraídos comprendieron: autor, año de publicación, objetivo del estudio, tipo de diseño metodológico, características de la muestra, variables de estudio, resultados y conclusiones. Este procedimiento permitió organizar de manera sistemática la información para su posterior análisis

comparativo y síntesis teórica.

Análisis de datos

El análisis de la información se realiza con un enfoque cualitativo, de acuerdo al diseño descriptivo de la investigación y los objetivos planteados. Con el fin de evaluar la fiabilidad como la validez de la información, se considera la calidad de los artículos escogidos de revistas clínicas indexadas y centradas en salud mental, así como la coherencia y claridad metodológica de los estudios. Se priorizan investigaciones bibliográficas que presenten consistencia entre objetivos, metodología y resultados que brinden evidencia sobre el trastorno dismórfico corporal, de redes sociales y autoimagen.

La información es analizada de manera sistemática mediante la organización, comparación y clasificación del contenido, permitiendo reconocer patrones asociados a las variables de estudio. El análisis se realiza considerando características de los estudios en función del tipo de redes sociales, tipo de población, contenido visual y las manifestaciones psicológicas relacionadas a la autoimagen y a la sintomatología del TDC.

Los hallazgos son sintetizados de manera narrativa y organizada de acuerdo con los objetivos específicos de la investigación, lo que permite reconocer tendencias relevantes, coincidencias y divergencias entre los estudios analizados. Este trabajo agiliza la unión de la evidencia existente para comprender el impacto de las redes sociales en el desarrollo de la autoimagen y en el surgimiento de síntomas vinculados al TDC, además de la identificación de vacíos en la literatura que guíen a futuras investigaciones en el ámbito de la salud mental.

Desarrollo

La presente revisión bibliográfica comprende estudios publicados entre 2020 y 2025, e incluye investigaciones de tipo cuantitativo, cualitativo y revisiones sistemáticas y bibliográficas. El material seleccionado se presenta en orden cronológico y se organiza en torno a los tres

objetivos específicos que guían este trabajo. En primer lugar, se exponen investigaciones orientadas a analizar de qué manera el uso de las redes sociales influye en el desarrollo de la autoimagen en adolescentes. A continuación, se presentan estudios que examinan la relación entre la exposición a contenido idealizado en estas plataformas y la aparición de distorsiones en la imagen corporal, considerando tanto sus efectos negativos como los positivos. Finalmente, se revisan investigaciones centradas en identificar las consecuencias psicológicas vinculadas a la aparición de síntomas asociados al trastorno dismórfico corporal en esta población.

Uso de redes sociales y desarrollo de la autoimagen en adolescentes

El análisis de los antecedentes investigativos permite comprender cómo las redes sociales influyen en la configuración de la autoimagen en las etapas tempranas del desarrollo.

En este marco, una primera aproximación la ofrece una revisión integradora de la literatura realizada por Souza y Ribeiro (2022). Ellos propusieron analizar la influencia de las redes sociales en la percepción de la autoimagen de adolescentes del sexo femenino. Para ello, los autores realizaron una búsqueda en las bases de datos Google Académico, Scielo, PubMed y Science Direct, seleccionando diez artículos publicados entre 2012 y 2020 que abordaban la relación entre los medios digitales y la imagen corporal en jóvenes mujeres. Los resultados obtenidos evidenciaron una clara prevalencia del dominio de los patrones estéticos difundidos por las redes sociales sobre la autoimagen de las adolescentes, quienes internalizan ideales de delgadez y perfección física frecuentemente inalcanzables.

Entre los hallazgos más relevantes sintetizados por los autores, se destacó que el uso diario de redes sociales superior a dos horas aumentaba la probabilidad de insatisfacción con el peso corporal y el deseo de adelgazar en las adolescentes. Asimismo, se reportó que las adolescentes que accedían a Facebook más de diez veces al día presentaban 6,57 veces más riesgo de estar insatisfechas con su cuerpo en comparación con aquellas que lo hacían con menor

frecuencia; en el caso de Instagram, el riesgo era 4,47 veces mayor. Otro estudio incluido en la revisión señaló que las jóvenes que compartían regularmente autorretratos en redes sociales presentaban una mayor sobreestimación de su forma y peso corporal, insatisfacción con su imagen, restricciones alimentarias e internalización del ideal de delgadez, en comparación con aquellas que no compartían este tipo de contenido (De Souza & Ribeiro, 2022).

Finalmente, los autores concluyeron que las redes sociales ejercen una influencia significativa y predominantemente negativa sobre la autoimagen de las adolescentes, lo que resalta la necesidad de implementar acciones educativas que fomenten una mirada crítica frente a los contenidos digitales y promuevan una relación más saludable y receptiva con el propio cuerpo (De Souza & Ribeiro, 2022).

Bajo esta misma línea de reflexión teórica, una revisión narrativa desarrollada en Brasil por Silva y Della Mea (2023) analizó los principales impactos que genera el uso de redes sociales en la autoimagen de los adolescentes. Los autores señalaron que las redes sociales interfieren en la construcción de la percepción que tienen los adolescentes sobre sí mismos, englobando aspectos comportamentales, físicos, alimentarios y sociales. Explicaron que la autoimagen se nutre de la distancia entre lo que el individuo cree que es y lo que desearía ser. Cuando esa diferencia se realza por la exposición continua en redes sociales a estándares de perfección, los adolescentes tienden a desarrollar una percepción negativa sobre su apariencia y valía.

Asimismo, señalaron que los "likes" funcionan como una especie de moneda social que mide la aceptación del entorno, cuando una publicación recibe muchas reacciones positivas, el adolescente percibe que su comportamiento fue el adecuado y su autoestima se fortalece, por el contrario, la falta de estas validaciones produce sentimientos de rechazo e incomodidad, lo que repercute negativamente en la autoimagen del adolescente (Silva & Della Mea, 2023).

Esta premisa encuentra respaldo empírico en un estudio cuantitativo que analizó la

relación entre el uso de Instagram y la imagen corporal de 95 adolescentes hombres y mujeres de entre 11 y 19 años, realizado en España por Camacho-Vidal y colaboradores (2023). Los resultados indicaron que el empleo de esta red social influye directamente en la percepción que los jóvenes tienen de su propio cuerpo. En concreto, el 44,2 % de los encuestados confirmaron que piensan frecuentemente durante el día sobre su cuerpo, y la mitad de la muestra (50,5 %) declaró otorgar una gran importancia a su apariencia física.

Asimismo, más de un tercio admitió comparar a menudo su aspecto con el de otras personas, mientras que casi la mitad manifestó preocupación por la valoración que los demás hacen de su imagen. Un hallazgo especialmente relevante fue que el 74,7 % de los adolescentes se sentía mejor al recibir comentarios positivos sobre su apariencia, lo que indica que se busca la validación externa a través de las redes sociales (Camacho Vidal et al., 2023).

Este estudio también encontró diferencias relevantes dependiendo de características como el género y la edad. Las adolescentes mostraron una mayor preocupación por su apariencia física en contraste con los varones. Respecto a la edad, la inquietud que mostraban por su apariencia aumentaba de manera progresiva, pero es importante destacar que esta inquietud alcanzó su nivel más alto específicamente en el rango de edades de entre 17 a 19 años. Por otra parte, el tiempo dedicado a Instagram resultó ser un factor determinante debido a que los adolescentes que pasaban entre cinco y seis horas al día o incluso más horas en esta red social eran los que más pensaban y se preocupaban sobre su apariencia y también eran los que sentían mayor vergüenza cuando no conseguían verse de la mejor manera posible (Camacho Vidal et al., 2023).

Finalmente, la supervisión de los padres o representantes apareció como un elemento protector clave ya que, los adolescentes que no contaban con acompañamiento por parte de adultos responsables mostraban una mayor tendencia a pensar en su aspecto físico, a compararse

con los demás, a preocuparse por cómo los perciben las demás personas y a sentirse mejor cuando recibían comentarios positivos respecto a su imagen en las redes sociales, estos criterios determinan como el adolescente valora su autoimagen (Camacho Vidal et al., 2023).

De forma complementaria, una revisión sistemática desarrollada en Ecuador por Cobos (2024) analizó múltiples investigaciones sobre la influencia de las redes sociales en la autoimagen de los adolescentes. Los hallazgos revelaron una correlación positiva entre el uso intensivo de estas plataformas y las percepciones negativas de la propia imagen corporal en adolescentes.

De manera específica, el estudio reportó que, a medida que aumenta la intensidad del uso de redes sociales, se incrementa la proporción de adolescentes que perciben su cuerpo de forma desfavorable. Mientras que el 15,2% de los usuarios no activos se consideraban “demasiado gordos”, este porcentaje ascendía al 28,9 % entre los usuarios problemáticos. Asimismo, la percepción de ser “demasiado delgado” pasó del 7,8% en los no activos al 14,2% en los problemáticos, lo que indica que los adolescentes con uso problemático de redes sociales muestran casi el doble de probabilidades de presentar una autoimagen negativa en comparación con aquellos que no utilizan activamente las redes sociales (Cobos, 2024).

El estudio también identificó diferencias de género significativas en la influencia de las redes sociales sobre la autoimagen. Las adolescentes mostraron una mayor vulnerabilidad a los efectos negativos, invirtiendo más tiempo en contenidos relacionados con la apariencia física y realizando comparaciones sociales con mayor frecuencia que los varones. Mientras que las adolescentes mujeres experimentaban un impacto negativo en su autoestima, los adolescentes varones presentaban una mayor variabilidad en sus respuestas y tendían a adoptar estrategias de afrontamiento más activas. Esta disparidad evidencia que el género actúa como un factor modulador en la forma en que los jóvenes internalizan los estándares estéticos difundidos en el entorno digital (Cobos, 2024).

En la misma dirección un estudio cuantitativo realizado por Jin y Le (2024) en China analizó la asociación entre el uso de redes sociales y la preocupación por la apariencia física como un indicador relevante de la autoimagen en adolescentes urbanos. La muestra estuvo compuesta por 11.926 estudiantes de secundaria de entre 13 y 18 años, provenientes de once escuelas de las ciudades de Suzhou y Nanjing. Los autores emplearon un análisis bayesiano con algoritmos de Monte Carlo para examinar cómo diversos factores entre ellos, el tiempo diario de uso de redes sociales, el deseo de recibir atención en estas plataformas o el género, se relacionaban con el nivel de preocupación por la apariencia, entendida como un componente clave de la autoimagen adolescente.

Los resultados revelaron que el tiempo de uso diario de redes sociales no presentaba una asociación significativa con la preocupación por la apariencia. Sin embargo, el deseo de obtener atención mediante interacciones como "me gusta", comentarios y acciones de compartir mostró una asociación positiva clara con un mayor enfoque en la apariencia física, lo que sugiere que la autoimagen de los adolescentes puede verse afectada por la búsqueda activa de validación externa en el entorno digital (Jin & Le, 2024).

En cuanto a las diferencias de género, las adolescentes femeninas presentaron un grado de preocupación por su apariencia significativamente mayor que sus pares masculinos, lo cual coincide con investigaciones previas que indican que las mujeres son más propensas a experimentar ansiedad por la evaluación social relacionada con su aspecto físico, afectando así su autoimagen de manera más pronunciada. Asimismo, se encontró que ciertas conductas orientadas a mejorar la apariencia percibida como la práctica de ejercicio físico y el uso de productos blanqueadores de piel (una práctica que es muy común en el contexto sociocultural chino) se asociaban positivamente con una mayor preocupación por la apariencia (Jin & Le, 2024).

Los autores interpretaron que estas conductas, aunque aparentemente saludables o

estéticas, podrían reflejar un proceso de rumiación y autovigilancia que intensifica la atención hacia la imagen corporal, moldeando negativamente la autoimagen al hacerla dependiente de estándares externos. En conjunto, los hallazgos sugieren que el riesgo para la autoimagen adolescente no reside tanto en el tiempo invertido en redes sociales, sino en la actitud con la que se utilizan estas plataformas específicamente, la búsqueda activa de validación externa a través de la atención digital, lo que apunta a la necesidad de intervenciones que aborden los mecanismos motivacionales subyacentes más que la mera restricción del tiempo de uso, con el fin de proteger el desarrollo saludable de la autoimagen en los jóvenes (Jin & Le, 2024).

Mediante un enfoque integrativo desarrollado por Tessele, Melli y Silva (2024) analizó el impacto de las redes sociales en la autoimagen y la salud mental de adolescentes y jóvenes. A través del análisis de seis artículos científicos indexados en bases de datos como PubMed, Scopus, SciELO y Google Académico, la investigación examinó cómo plataformas como Instagram y Facebook, caracterizadas por la exhibición de versiones idealizadas de sí mismos mediante filtros y fotografías editadas afectan el desarrollo emocional en esta etapa crítica de formación de la identidad.

Los hallazgos principales revelan que la exposición constante a estos estándares estéticos promueve procesos de comparación social ascendente. Esta dinámica incrementa significativamente la insatisfacción y distorsión corporal, la baja autoestima, la inseguridad y los síntomas de ansiedad o depresión. Asimismo, se identificó que aplicaciones estrictamente visuales como Instagram ejercen una influencia más severa, ya que el uso prolongado de herramientas de edición ensancha la brecha entre la apariencia real y la proyectada. Finalmente, el estudio concluyó que el bienestar psicológico de los jóvenes queda supeditado a la búsqueda de aprobación externa, convirtiendo la validación virtual que se ve expresada en comentarios, “likes” o en el número de seguidores, es un factor determinante y a menudo perjudicial para la

construcción de su autoimagen (Tessele et al., 2024).

Esta afectación en la autoimagen se ve reflejada en la evidencia empírica señalada por Tennfjord y colaboradores que examinaron cómo el uso cotidiano de plataformas digitales moldea la autoimagen durante la adolescencia. En su estudio cualitativo realizado en Noruega con hombres y mujeres adolescentes de 15 a 20 años encontró que el 44,4 % de los participantes reportó una influencia negativa de las redes sociales sobre su autoimagen, mientras que sólo el 16,1 % percibió un efecto positivo y el 39,5 % expresó sentimientos mixtos o neutros. El estudio también reveló diferencias de género significativas: el 56,2 % de las mujeres indicó una influencia negativa en su autoimagen, frente al 27,5 % de los varones (Tennfjord et al., 2025).

Siguiendo la misma línea, otros autores también destacaron que las redes sociales promueven una "espectacularización del yo", en donde los jóvenes sienten la necesidad de publicar, actualizar y mostrar la versión de lo que desearían ser, frecuentemente modificada mediante filtros y ediciones. En igual forma los adolescentes tienden a modificar su comportamiento para llegar a un determinado ideal difundido en las redes sociales con el fin de sentirse parte de un grupo. Esta práctica, sumada a la comparación social constante con perfiles que aparentan vidas perfectas, alimenta un ciclo de insatisfacción (Saucedo & Martin-Díaz, 2025).

Desde un abordaje teórico realizado por Alencar y Oliveira (2025) analizó el impacto de las redes sociales en la autoimagen de los adolescentes con el objetivo de proponer estrategias que promuevan una percepción corporal saludable. La metodología consistió en una búsqueda en las bases de datos SciELO y Portal Periódicos CAPES, seleccionando investigaciones publicadas entre 2019 y 2024 que abordaran la relación entre plataformas digitales, autoestima y autoimagen en esta población.

Los resultados evidenciaron que las redes sociales afectan la autopercepción juvenil

mediante dos mecanismos principales: la comparación social constante con figuras idealizadas y la búsqueda de validación externa a través de interacciones digitales (“likes”, comentarios y seguidores). Esta dinámica no solo genera insatisfacción corporal y una percepción negativa del propio cuerpo, sino que fomenta una dependencia de la aprobación ajena; esto induce a los jóvenes a modificar su comportamiento y presentación virtual para encajar en las expectativas del entorno, obstaculizando el desarrollo de una identidad auténtica (De Alencar & Oliveira, 2025).

Ante este panorama, las autoras concluyen que la influencia de las plataformas es predominantemente negativa cuando se vincula a procesos de comparación ascendente. Por ello, destacan la urgencia de implementar intervenciones psicoeducativas orientadas al consumo digital consciente y al pensamiento crítico frente a los contenidos visuales. Finalmente, enfatizan que el núcleo familiar y el ámbito escolar son agentes fundamentales para dotar a los adolescentes de herramientas que construyan una autoimagen resiliente y desvinculada de los estándares estéticos virtuales (De Alencar & Oliveira, 2025).

La revisión de la literatura presentada permite afirmar que el uso de redes sociales constituye un factor de influencia relevante en el desarrollo de la autoimagen durante la adolescencia. A lo largo de los estudios analizados, se ha evidenciado que la exposición constante a estándares estéticos idealizados, la comparación social con perfiles aparentemente perfectos y la dependencia de la validación externa a través de interacciones digitales configuran un escenario donde la percepción corporal de los jóvenes queda supeditada a criterios ajenos y, en muchos casos, inalcanzables. Estos mecanismos, reforzados por diferencias de género y por la ausencia de supervisión parental, afectan de manera diferencial a los adolescentes, siendo las mujeres quienes muestran una mayor vulnerabilidad a los efectos negativos. Por ello, la presente revisión resulta de utilidad tanto para profesionales de la salud mental como para educadores y familias, al ofrecer un marco comprensivo que permite identificar los factores de riesgo y las dinámicas

psicosociales subyacentes a la insatisfacción corporal.

Contenido idealizado en redes sociales y aparición de distorsiones en la imagen corporal en adolescentes

Basta con deslizar el dedo por una pantalla por un momento para encontrarse con publicaciones que muestran cuerpos sometidos a procesos de edición y el resultado final sea presentados como un estándar guía. Este tipo de contenido puede pasar desapercibido por personas quienes tienen una identidad consolidada, sin embargo, para los adolescentes quienes construyen constantemente una idea de cómo se ven y quienes son el efecto es muy distinto, llevando a tener una constante comparación con publicaciones en una medida de lo que “debería” ser su propio cuerpo. En este contexto la investigación psicológica se ha encaminado en documentar información respecto a cómo el contenido idealizado conduce a distorsiones e insatisfacción en la manera en que los adolescentes perciben su imagen corporal (Vuong et al., 2021).

Vuong et al. (2021) tuvieron como objetivo examinar de qué modo el usar Instagram y Snapchat se asocia con la insatisfacción corporal en adolescentes, y si la internalización de pensamientos de apariencia como del ideal muscular y el ideal de delgadez actuaban como variable moderadora en dicha asociación. La muestra contó con la participación de 1153 adolescentes australianos de ambos sexos cuya media de edad se situó en los 14 años de los cuales 55,42% eran varones. Para la obtención de estos datos se utilizaron cuestionarios de autoinforme validados y los datos se procesaron mediante correlaciones de Spearman.

Los resultados mostraron evidencia de que el uso de redes sociales, las internalizaciones de ideales poco alcanzables se correlacionan de manera significativa y positiva con la insatisfacción corporal en ambos géneros. Al analizar que variable ejercía una influencia marcada, la internalización del ideal de delgadez fue el único con efecto significativo en cuanto a la

insatisfacción corporal tanto en mujeres como en varones. En el caso de los adolescentes varones, el ideal muscular también funcionó como un factor moderador, ya que quienes habían adoptado con intensidad este estándar mostraban altos niveles de disconformidad física a medida que aumentaba el uso de redes sociales. Por su parte, las adolescentes reportaron usar redes sociales con frecuencia, con mayor idealización de delgadez y niveles elevados de insatisfacción corporal en comparación a los varones de su misma edad (Vuong et al., 2021).

Esta investigación representa un avance significativo en el campo de la psicología porque expande la literatura sobre la imagen corporal y las redes sociales hacia los adolescentes varones, población de históricamente ha recibido menos atención. El principal hallazgo del estudio fue identificar que el factor que influye con superioridad no corresponde al tiempo de uso de las plataformas digitales, sino el proceso de internalización de los estándares idealizados que circulan los medios digitales, punto que lleva al diseño de estrategias de prevención orientadas a la salud mental en adolescentes. Esto es relevante en el área clínica ya que los varones adolescentes han sido históricamente subdiagnosticados por preocupaciones en cuanto a su imagen corporal, debido a que generalmente los instrumentos de evaluación han sido elaborados con criterios pensados en la insatisfacción femenina centrada en el malestar corporal por delgadez. Sin embargo, una limitación del estudio radica en el diseño transversal, lo que no permite determinar una relación causal entre el uso de redes sociales y la insatisfacción corporal, del mismo modo se dificulta establecer si son los adolescentes quienes experimentan mayor insatisfacción quienes están expuestos frecuentemente a este tipo de contenido (Vuong et al., 2021).

Mills et al. (2022) llevaron a cabo una revisión teórica con el objetivo de enriquecer el Modelo de Influencia Tripartita, punto que indica la insatisfacción corporal que surge a partir de la presión ejercida por la familia, los pares y los medios de comunicación. Lograron reconocer

tres variables puntuales que ese modelo no incorporaba y que resultan ser útiles para entender de forma más completa el impacto de los ideales estandarizados sobre la autoimagen: la vergüenza corporal, la autocompasión y la imagen corporal positiva.

El modelo tradicional tiene una limitación que Mills et al. (2022) indican con claridad, si bien explica como el consumir contenido idealizado aumenta la comparación social y la internalización de ideas estéticas ajenas como propias, no permite esclarecer por que algunas personas podrían ser mayormente vulnerables que otras a estos efectos. No obstante, no menciona nada sobre algo que un profesional de la salud observa en la práctica clínica, por ejemplo, dos adolescentes pueden consumir exactamente el mismo contenido y terminar con una idea muy distinta respecto a la información transmitida por imágenes idealizadas. Uno podría mantener una idea de insatisfacción corporal durante un periodo de tiempo extendido. El otro lo ve, podría compartirlo con sus pares y continuar con su vida sin problema.

¿Qué marca esa diferencia? Los autores apuntan que la respuesta a esto es la vergüenza por su apariencia corporal, comprendida como una sensación de incomodidad, que surge como un ideal no alcanzado. El daño aumenta a medida en que tan fuerte es la vergüenza percibida. Del mismo modo reconocen elementos que actúan como protectores: la autocompasión en la que se trata a si mismo con la idea de cómo tratarían a una persona cercana que experimenta un mal momento, y la imagen corporal positiva que se entiende como aceptar y valorar el cuerpo por lo que hace y no únicamente por como se ve, un adolescente que tenga presentes estos recursos afronta mejor una comparación (Mills et al., 2022).

Roberts et al. (2022) buscaron actualizar el Modelo de Influencia Tripartita incluyendo las redes sociales como un cuarto factor de presión estética, además de incluir a la idealización muscular como una variable complementaria, respondiendo así a la evidencia de que el estándar corporal para los adolescentes ya no se mantiene únicamente en la delgadez, sino que engloba

una combinación de atributos físicos considerables socialmente como deseables. El estudio se llevó a cabo con 543 adolescentes mujeres de Estados Unidos que promediaban los 16 años de edad, caracterizada por la composición étnica conformada por 49,17 % latinas, 28,18 % blancas, 8,66 % negras, 7,55 % asiáticas y 6,45 % multirraciales. Esta variación étnica es un aporte relevante porque gran parte de las investigaciones relacionadas a la imagen corporal e internalización de ideas estéticas se enfocaron en muestras predominantemente blancas, sin explorar si las reacciones se replican de manera similar en otros grupos. Al añadir adolescentes latinas, la literatura permite comprender porque la presión estética digital genera malestar en diversas poblaciones dentro de un contexto cultural compartido (Roberts et al., 2022). Los resultados apoyan el modelo adaptado, mostrando que las cuatro fuentes de presión evaluadas (familia, pares, medios tradicionales, redes sociales) influyen en la insatisfacción corporal. Sin embargo, las redes sociales fueron principalmente llamativas porque son el único medio vinculado a la autoestima asociada a la apariencia por mecanismos simultáneos: el ideal de comparación corporal y la internalización de ideales de delgadez. Lo que sugiere que los medios digitales no transmiten únicamente estándares estéticos, sino también activan procesos de comparación constante y adopción de estos estándares como propios (Roberts et al., 2022).

Adicionalmente, tanto las redes sociales como los pares se vinculan con mayor intensidad al ideal muscular, evidenciando que las exigencias sobre el cuerpo adolescente femenino son contradictorias y complejas (Roberts et al., 2022).

Esta investigación aporta evidencia sobre la diferencia que ocupan las redes sociales entre las fuentes de presión sobre la autoimagen, superando a los medios tradicionales y a la familia en su capacidad para afectar el autoestima relacionado con la apariencia. No obstante, la principal limitación de este estudio es que la muestra fue conformada únicamente por adolescentes mujeres, lo que impide la posibilidad de extrapolar los resultados a la población

masculina adolescente (Roberts et al., 2022).

Choukas et al. (2022) desarrollaron un modelo teórico integrador llamado “tormenta perfecta” (perfect storm), para explicar por qué las redes sociales representan un factor de riesgo particularmente para la auto imagen y la salud mental en adolescentes mujeres. De manera similar a la propuesta de Mills et al. (2022), este trabajo se trata de una revisión teórica que sintetiza, analiza y organiza críticamente la evidencia empírica disponible, sin incluir recolección de datos propios.

El modelo identifica la existencia de una combinación de factores que se potencian entre sí. Por una parte, se encuentran las características propias del periodo adolescente: alta sensibilidad a la aprobación social, búsqueda de identidad y aumento de tiempo de exposición a plataformas digitales. Por otra parte, las características estructurales de las redes sociales enfocadas en contenido visual, las cuales brindan relevancia a la apariencia física, permiten una auto presentación controlada y ofrecen retroalimentación cuantificable mediante “me gusta” y comentarios, aumentando los procesos de comparación (Choukas et al., 2022).

Los autores incluyen el concepto de “appearance related social media consciousness” (ASMC), que describe la tendencia de los adolescentes a analizar de manera continua como sería percibida su apariencia ante una audiencia digital, incluso en situaciones en donde no se encuentren utilizando de forma activa las plataformas, lo que revela el impacto de estos medios no se limita únicamente al momento de conexión, sino que se extiende a diferentes situaciones de la vida cotidiana (Choukas et al., 2022).

En el ámbito de la psicología clínica, este modelo brinda una herramienta comprensiva que permite a los profesionales entender no solo alteraciones relacionadas con la imagen corporal en adolescentes, sino también por qué esta problemática tiende a manifestarse con intensidad en esta etapa específica del desarrollo. La principal limitación encontrada en el estudio radica en que al no incluir evidencia empírica propia que respalden el modelo necesitan ser verificados por

investigaciones que, por lo que sus planteamientos deben contrastarse con investigaciones que contemplen mediciones directas en poblaciones reales (Choukas et al., 2022).

Czubaj et al. (2025) examinaron como la exposición al contenido tipo "*fitspiration*" (imágenes de cuerpos atléticos idealizados) circulando en plataformas sociales, afecta a la autoestima de los jóvenes, dando atención a las diferencias por género y los datos del índice de masa corporal como posible variable modificadora. El estudio se desarrolló con un diseño transversal mediante la aplicación de una evaluación en línea a 211 participantes que incluyo tanto hombres como mujeres adolescentes que sean usuarios activos de redes sociales. Para la obtención de la información se usaron instrumentos validados como la Escala de Autoestima Corporal y la escala de la silueta de Sobczak.

Los hallazgos evidenciaron que las exposiciones a imágenes con expectativas estéticas inalcanzables reducen la autoestima corporal en un 37% de los participantes, con efecto altamente significativo y predominante en mujeres ($p = 0,004$). Del mismo modo, el género se vinculó de manera relevante con la tendencia a compararse con los cuerpos representados en este tipo de contenido publicado ($p = 0,02$), demostrando que las mujeres además de resultar afectadas en su autoestima, llegan a establecer comparaciones constantes con los cuerpos observados en los medios digitales (Czubaj et al., 2025).

Este resultado posee relevancia clínica, ya que cuestiona la idea de que solo los adolescentes con sobrepeso representan mayor vulnerabilidad al impacto del contenido idealizado difundido en redes sociales, sugiriendo que cualquier joven expuesto a imágenes de este tipo puede experimentar disminución en su autoestima, especialmente cuando está expuesto frecuentemente a este tipo de contenido puntualmente si existe una tendencia a la comparación social elevada. No obstante, la limitación más notoria es el reducido tamaño de la muestra y el hecho de que los participantes no pertenecieran a un grupo etario adolescente (Czubaj et al.,

2025).

Consecuencias psicológicas y riesgo clínico asociados al trastorno dismórfico corporal en adolescentes

El abordaje de las alteraciones de la autoimagen en la literatura científica también alcanza dimensiones críticas asociadas a la psicopatología severa y el riesgo clínico. En este sentido, Krebs et al. (2022) investigaron qué tan fuerte es la asociación entre los síntomas del trastorno dismórfico corporal y la conducta suicida en adolescentes y adultos jóvenes, con la intención de determinar si existe una relación con los síntomas ansiosos y depresivos que frecuentemente acompañan al trastorno dismórfico corporal. Esta idea surge de un hecho inneable en la práctica clínica: la recurrente y alarmante tasa de conductas suicidas de pacientes con TDC, sin embargo, el dilema era entender si este riesgo era consecuencia directa del trastorno o si se presentaba como un reflejo de la depresión que suele estar junto a los síntomas. Para solventar esta duda, el equipo diseñó un estudio con gemelos, que otorgó una distinción sobre que parte de una asociación se debe a factores genéticos y que parte por factores del entorno. La muestra se sustentó por 4291 pares de gemelos suecos, a quienes se evaluó en dos etapas del desarrollo: a los 18 y a los 24 años.

Los hallazgos observados confirmaron las sospechas de la práctica clínica, al examinar las manifestaciones de los síntomas dismórfico como un espectro continuo en vez de un dictamen rígido, se logró establecer vínculo significativo con tentativas de suicidio, ideaciones suicidas, planes suicidas concretos. Este vínculo permaneció inalterable incluso luego de controlar el impacto de la depresión y ansiedad, lo que manifiesta que el TDC funciona como un factor de riesgo suicida independiente y no necesariamente como un síntoma secundario de la depresión. El análisis genético brindó información adicional: las cifras de herencia biológica que explicaron el 72,9% de correlación entre dismorfia corporal y comportamiento suicida en la etapa final de la adolescencia, y el 77,7% al llegar a la edad de 14 años, dejando un porcentaje restante que explica

variables ambientales no compartidas (Krebs et al., 2022).

Este alcance clínico deja un punto difícil de ignorar: no es suficiente hacer evaluaciones sobre cuadros de depresión o ansiedad al explorar el riesgo suicida en un adolescente, hay que poner interés especial en indagar de manera directa, la intranquilidad vinculada a la autoimagen. Ahora bien, se debe tener en cuenta que la muestra total proviene de Suecia, un contexto con patrones culturales propios asociados a la autoimagen, por lo que se debe tener prudencia si se desea extrapolar estos resultados al contexto latinoamericano (Krebs et al., 2022).

En consonancia con la necesidad de profundizar en la caracterización clínica de esta psicopatología en etapas tempranas, Rautio et al. (2022) tuvieron la finalidad de detallar características clínicas del TDC en adolescentes, abordando un grupo que contaba con poca literatura debido a que los estudios se enfocaban en la población adulta, dejando a los pacientes jóvenes fuera de la investigación. Dicha investigación trabajó con una muestra notablemente grande de pacientes jóvenes diagnosticados clínicamente confirmando 172 participantes de entre 12 a 19 años, derivados a centros especializados en trastornos obsesivo-compulsivos y relacionados en Londres y Estocolmo. Referente a la composición demográfica el grupo estuvo conformado por 136 mujeres, 32 varones y 4 personas transgenero, recolectando datos mediante una batería clínica administrada por terapeutas y evaluaciones auto informadas y completadas por los padres.

Los análisis mostraron una elevada comorbilidad psiquiátrica, con un 46,5% de los participantes que cumplían criterios asociados a un trastorno de ánimo, generalmente depresión mayor o distimia, y otro 18,6% quienes manifestaban trastornos de ansiedad. Aproximadamente un tercio de la muestra 30,7% expresaban antecedentes familiares de patologías obsesivo compulsivas, información que permite reconocer la existencia de una vulnerabilidad compartida por genética. La investigación documento del mismo modo que el TDC durante esta etapa de vida

se vincula con peligros críticos como conductas autolesivas, ideación suicida, deseo por procedimientos estéticos injustificados, hasta absentismo escolar. Un acierto puntual fue que la gravedad del trastorno reveló niveles equivalentes entre niños y adolescentes, lo que supera la creencia de que el TDC se manifiesta como un grado leve cuando aparece en etapas iniciales del desarrollo (Rautio et al., 2022).

Atendiendo a esta estrecha relación entre la sintomatología dismórfica y los cuadros afectivos, un estudio transversal realizado por Melvin (2023) examinó la asociación entre los motivos de uso de redes sociales y los síntomas de trastorno dismórfico corporal (TDC), así como sus consecuencias psicológicas comórbidas, en una muestra de 407 adolescentes de entre 12 y 18 años. Los participantes fueron reclutados a través de anuncios en Facebook y completaron cuestionarios de autoinforme que evaluaban síntomas de TDC (Body Image Questionnaire – Child and Adolescent Version), síntomas de trastornos alimentarios (ChEAT), y síntomas de ansiedad y depresión (RCADS).

Además, se evaluaron los motivos de uso de redes sociales, incluyendo el escapismo o uso de redes sociales para evadir la realidad, el paso del tiempo y la búsqueda de retroalimentación sobre la apariencia. Los resultados revelaron que los motivos de estas variables se asociaban positivamente con los síntomas de TDC, lo que sugiere que los adolescentes que utilizan las redes sociales para evadirse de la realidad o para obtener validación externa sobre su aspecto presentan mayores niveles de sintomatología dismórfica (Melvin, 2023).

En cuanto a las consecuencias psicológicas asociadas a los síntomas de TDC, el estudio encontró que estos síntomas se correlacionaban de manera significativa con la presencia de ansiedad y depresión. Específicamente, los motivos de escapismo, paso del tiempo y búsqueda de retroalimentación sobre la apariencia se relacionaron positivamente con los síntomas de ansiedad; mientras que los motivos de escapismo y paso del tiempo se asociaron con los síntomas depresivos.

Estos hallazgos indican que los adolescentes con mayores preocupaciones dismórficas también tienden a experimentar niveles elevados de ansiedad y depresión, lo que refleja una carga psicológica significativa que va más allá de la preocupación por la apariencia (Melvin, 2023).

A su vez, se observaron diferencias de género relevantes: las mujeres adolescentes reportaron niveles más altos de síntomas de TDC, ansiedad y depresión en comparación con los adolescentes varones, lo que sugiere que ciertos grupos pueden ser más vulnerables a estas consecuencias psicológicas. Los autores concluyeron que los motivos específicos de uso de redes sociales, especialmente el escapismo y la búsqueda de validación externa, están asociados con una mayor sintomatología de TDC y con la presencia de trastornos internalizantes como la ansiedad y la depresión en la adolescencia, lo que subraya la necesidad de intervenciones preventivas dirigidas a los jóvenes que presentan estos patrones de uso problemático de redes sociales (Melvin, 2023).

Reforzando este panorama y compartiendo un marco metodológico similar, Gupta et al. (2023) en su estudio examinó la asociación entre el uso de redes sociales y la presencia de síntomas vinculados al trastorno dismórfico corporal (TDC) en 208 adolescentes de entre 16 y 18 años reclutados en escuelas de Londres. La muestra estuvo conformada mayoritariamente por mujeres (64 %) y todos los participantes reportaron poseer al menos una cuenta en redes sociales, siendo Instagram, Snapchat y TikTok las plataformas más utilizadas. Para la evaluación de las variables, se utilizó el Cuestionario de Imagen Corporal - Versión Infantil y Adolescente (BIQ-C) para medir la severidad de los síntomas dismórficos, junto con escalas enfocadas en ansiedad, depresión y perfeccionismo. Los resultados evidenciaron que el 4,3 % de los participantes obtuvieron puntuaciones superiores al punto de corte clínico establecido para el trastorno, manifestando preocupaciones recurrentes relacionadas principalmente con imperfecciones en la piel (como el acné o sus cicatrices), el abdomen (percibido como demasiado grande o poco plano) y la forma de la nariz.

Asimismo, la investigación encontró que los adolescentes que utilizaban con mayor frecuencia plataformas centradas en imágenes presentaban niveles más elevados de sintomatología dismórfica, especialmente cuando el uso de estas redes estaba motivado por preocupaciones relacionadas con la apariencia física (Gupta et al., 2023).

De igual manera, el estudio analizó el impacto de dos tipos de perfeccionismo. Se determinó que el perfeccionismo auto orientado, es decir, la tendencia a exigirse a uno mismo estándares estéticos excesivamente altos e inalcanzables intensificaba de manera significativa la relación entre el uso de redes sociales visuales y los síntomas del TDC. Por el contrario, el perfeccionismo socialmente prescrito que es la creencia de que son los demás quienes nos exigen ser perfectos, no tuvo ningún efecto influyente ni agravante en esta relación. Esto sugiere que la autocrítica interna y personal del propio joven tiene un peso mucho mayor en el desarrollo de estos síntomas que la presión percibida desde el entorno social (Gupta et al., 2023).

Por otra parte, el estudio aportó hallazgos cruciales sobre la especificidad de estos vínculos al demostrar que la relación con la sintomatología del TDC es exclusiva de las plataformas de contenido visual, dado que el uso de redes basadas en texto (como Twitter) no mostró ninguna asociación significativa. Asimismo, al evaluar distintas razones para conectarse, tales como buscar popularidad, conexión social o compartir intereses, solo la motivación basada en la apariencia mantuvo un vínculo claro y directo con los síntomas dismórficos (Gupta et al., 2023).

Siguiendo la misma línea un estudio realizado por Krebs et al. (2024) buscaron completar un vacío crítico en la literatura científica. Hasta el momento, se conocía poco sobre cuál es la prevalencia y el nivel de incapacidad del TDC en la población joven, ya que por lo general las investigaciones previas se llevaron a cabo en un contexto clínico, dejando fuera a una población

de adolescentes que experimentan el trastorno en su vida habitual sin haber acudido a consulta. Con el objetivo de abordar esta interrogante, el equipo utilizó datos de la encuesta de Salud Mental de Niños y Jóvenes de Inglaterra elaborada en el año 2017, evaluando 7654 participantes con edades comprometidas entre 5 y 19 años. Tanto el diagnóstico de TDC como el reconocimiento de comorbilidades psiquiátricas se determinaron mediante una evaluación diagnóstica administrada por profesionales clínicos, bajo los criterios del Manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales, quinta edición. Del mismo modo el deterioro psicosocial se evaluó a través de una escala cuantitativa con indicadores como intentos de suicidio, conductas autolesivas y frecuencia en el uso de servicios de salud (Krebs et al., 2024).

La exploración reveló una prevalencia de TDC del 1,0%, notablemente superior en la etapa adolescente en contraste con la niñez 1,9% frente a 0,1%, mostrando igualmente con mayor fuerza en las mujeres que en varones 1,8% frente a un 0,3%. De igual modo, alrededor del 70% de jóvenes que acudían en busca de servicio de salud mental profesional por TDC presentaba de manera simultánea otro trastorno del estado de ánimo, trastorno obsesivo-compulsivo y ansiedad social como comorbilidad habitual (Krebs et al., 2024).

Dentro de la investigación se encontró que tanto el trastorno dismórfico corporal como la preocupación por la autoimagen conllevan un impacto significativo, demostrando tanto una mayor tasa autolesiva, intentos de suicidio y necesidad de asistencia profesional en servicios de salud mental en contraste con los jóvenes sin estas preocupaciones (Krebs et al., 2024).

Siguiendo la misma línea de análisis respecto a la severidad del riesgo autolesivo, Rautio y colaboradores. (2024) se plantearon una interrogante que no se había tomado en cuenta en exploraciones científicas anteriores no dieron prioridad a nivel poblacional: ¿Cuál es la probabilidad de incremento en el riesgo de autolesión o muerte por suicidio al recibir un

diagnóstico de trastorno dismórfico corporal, en comparación con el resto de población?, para abordar esta interrogante, el equipo de investigación recurrió al registro nacional de pacientes de Suecia.

De modo que, evaluaron el historial de cada participante diagnosticado formalmente con TDC válido entre 1997 y 2020, conformando una muestra altamente significativa que superó los 2800 participantes. Con el fin garantizar un rigor metodológico, cada caso fue emparejado con 10 personas de la población en general sin diagnóstico de TDC, emparejados por año de nacimiento, área geográfica de residencia y sexo, lo que permitió una comparación de mayor impacto que el de un estudio clínico convencional (Rautio et al., 2024).

Los hallazgos demostraron que los participantes con TDC presentan un notorio peligro, incluso tres veces mayor de autolesión, tomando en cuenta tanto el daño tisular no suicida hasta intentos de suicidio, y de muerte por suicidio consumado en contraste con la población en general. Ese alcance se mantuvo después de modificar modelos estadísticos por variables tanto sociodemográficas como comorbilidades psiquiátricas, lo que deja fuera que la vulnerabilidad responda centrada en la coexistencia de otros cuadros clínicos (Rautio et al., 2024).

Desde una aproximación complementaria que aborda los mecanismos psicológicos subyacentes, un estudio transversal realizado por El Hayek y colaboradores (2025) examinó el papel mediador de la depresión en la relación entre el uso problemático de redes sociales y las preocupaciones dismórficas corporales. Estas preocupaciones se entienden como la inquietud excesiva y angustiada por defectos percibidos en la apariencia física que, sin alcanzar necesariamente un diagnóstico clínico, constituyen un espectro de sintomatología característico del trastorno dismórfico corporal. La investigación se llevó a cabo con una muestra de 336 adolescentes libaneses de entre 15 y 18 años, quienes completaron el Cuestionario de Preocupación

Dismórfica (DCQ) para evaluar la severidad de dichas preocupaciones, el Cuestionario de Salud del Paciente (PHQ-9) para medir síntomas depresivos, y la Escala de Trastorno por Uso de Redes Sociales (SMD) para evaluar el uso problemático de estas plataformas.

Los resultados revelaron que el 41,7 % de los adolescentes presentaba un uso problemático de redes sociales. Además, se encontró que el uso problemático de redes sociales, los síntomas depresivos y las preocupaciones dismórficas se asociaban de manera significativa entre sí. El análisis de mediación mostró que la depresión actuaba como un mediador parcial en la relación entre el uso problemático de redes sociales y las preocupaciones dismórficas. Específicamente, un mayor uso problemático de redes sociales se relacionaba con niveles más elevados de síntomas depresivos, y estos, a su vez, se vinculaban con mayores preocupaciones sobre la apariencia física (Hayek et al., 2025).

Los autores interpretaron que la exposición a estándares de belleza idealizados en redes sociales puede generar un malestar inicial que desencadena síntomas depresivos. Posteriormente, estos síntomas depresivos parecen intensificar las preocupaciones sobre la apariencia, creando un ciclo de retroalimentación negativa. Asimismo, se observó que las adolescentes femeninas presentaban niveles más altos de preocupaciones dismórficas en comparación con los varones. Los autores concluyeron que la depresión constituye un factor psicológico clave que ayuda a explicar por qué algunos adolescentes que utilizan redes sociales de forma problemática desarrollan mayores preocupaciones dismórficas. Esto subraya la importancia de evaluar y tratar los síntomas depresivos como parte de las intervenciones dirigidas a jóvenes con sintomatología dismórfica y uso problemático de redes sociales (Hayek et al., 2025).

Tabla 1*Tabla Resumen Objetivo 1*

Autor	Año	Propósito	Tipo de estudio o diseño	Resultados
De Souza & Ribeiro	2022	Analizar la influencia de las redes sociales en la autoimagen de adolescentes mujeres	Revisión integradora	El uso diario >2 horas aumenta la probabilidad de insatisfacción con el peso; el acceso diario >10 veces a Facebook e Instagram incrementa la insatisfacción en 6,57 y 4,47 veces respectivamente; las adolescentes que comparten autorretratos presentan mayor insatisfacción corporal e internalización del ideal de delgadez.
Camacho- Vidal et al.	2023	Analizar cómo afecta el uso de Instagram a la autoimagen corporal de adolescentes	Estudio cuantitativo transversal	El 50,5 % otorga gran importancia a su apariencia; las chicas muestran mayor preocupación; el tiempo de uso (5-6 horas diarias) y la falta de supervisión parental se asocian con una peor autoimagen.
Silva & Della Mea	2023	Describir los impactos del uso de redes sociales	Revisión narrativa	Las redes interfieren en la percepción subjetiva en aspectos físicos, comportamentales y sociales;

		en la autoimagen adolescente		la discrepancia entre el "self real" y el "self ideal" genera percepciones negativas; los "likes" condicionan la autoestima a la validación externa. El uso intensivo de redes se correlaciona con percepciones negativas de la imagen corporal; los usuarios problemáticos tienen el doble de probabilidades de percibirse como "demasiado gordos" o "demasiado delgados"; la supervisión parental emerge como factor protector.
Cobos Velasco	2024	Analizar la influencia de las redes sociales en la autoimagen adolescente	Revisión sistemática	El tiempo de uso diario no se asocia con la preocupación por la apariencia; el deseo de obtener atención (likes, comentarios) muestra una asociación positiva clara; las adolescentes femeninas presentan mayor preocupación que los varones.
Jin & Le	2024	Examinar la asociación entre uso de redes y preocupación por la apariencia en adolescentes chinos	Estudio cuantitativo	La exposición a imágenes idealizadas y la búsqueda de
Tessele, Melli &	2024	Examinar la relación entre uso	Revisión integradora	

Silva		de redes sociales y autoimagen en jóvenes			validación generan comparación ascendente; la intensidad de uso de Instagram se relaciona con mayor preocupación por el peso, especialmente en mujeres; quienes practican actividad física regular presentan mayor satisfacción corporal.
					La exposición a estándares de belleza irreales genera insatisfacción corporal y percepción negativa; los
De Alencar & Oliveira	2025	la autoimagen adolescente y proponer estrategias de intervención	Revisión bibliográfica		adolescentes modifican su comportamiento para ajustarse a expectativas virtuales, dificultando el desarrollo de una identidad auténtica.
					Las redes promueven una "espectacularización del yo"; los
Saucedo & Martin-Díaz	2025	Analizar la influencia de las redes sociales en la percepción corporal adolescente	Estudio teórico-cualitativo		adolescentes publican una versión idealizada de sí mismos; la comparación social constante con perfiles aparentemente perfectos alimenta un ciclo de insatisfacción.

Tennfjord et al.	2025	Explorar cómo las redes sociales influyen en la autoimagen y la imagen corporal de adolescentes noruegos	Estudio cualitativo	El 44,4 % de los participantes reportó una influencia negativa de las redes sociales sobre su autoimagen, mientras que el 16,1 % percibió un efecto positivo y el 39,5 % expresó sentimientos mixtos o neutros. Diferencias de género significativas: el 56,2 % de las mujeres indicó una influencia negativa, frente al 27,5 % de los varones
------------------	------	--	---------------------	---

Tabla 2*Tabla Resumen Objetivo 2*

Autor	Año	Propósito	Tipo de estudio o diseño	Resultados
Voug et al.	2021	Evaluar la relación entre el uso de redes sociales y la insatisfacción corporal en adolescentes,	Diseño transversal, cuantitativo	Se encontró una asociación evidente entre el uso de redes sociales y la insatisfacción corporal por ideales de delgadez y musculatura. La internalización del ideal de delgadez se posiciona como el predictor con más énfasis tanto en hombres como

		considerando si la internalización del ideal muscular e ideal de delgadez tenían efecto moderador en dicha asociación.		mujeres.
Mills et al.	2022	Analizar el Modelo de Influencia Tripartita ampliando e incorporando variables como la vergüenza corporal, la autocompasión e imagen corporal positiva.	Revisión teórica	Los autores plantean que la vergüenza corporal intensifica los efectos adversos de la exposición al contenido idealizado sobre la autoimagen, mientras que la autocompasión e imagen corporal positiva actúan como factores protectores frente a la comparación social favoreciendo a una relación saludable con el propio cuerpo.
Roberts et al.	2022	Analizar el Modelo de la Influencia	Cuantitativo, diseño transversal	Se encontró que las redes sociales actúan como canal de presión sociocultural vinculado

		Tripartita		indirectamente con la autoestima
		incorporando las		respecto a la apariencia por medio de
		redes sociales		la internalización del ideal tanto de
		como factor de		delgadez como de comparación
		presión estética.		corporal.
		Explicar porque		
		las redes sociales		
		representan un		Los autores proponen el modelo
		riesgo para el		“tormenta perfecta” el cual plantea
		desarrollo de		que las características de la
Choukas et	2022	preocupaciones	Revisión	adolescencia, la dinámica de las
al.		respecto a la	teórica	redes sociales y la presión
		imagen corporal y		sociocultural que al interactuar
		otros problemas		aumentan el riesgo de la
		de salud mental		insatisfacción corporal.
		en etapa		
		adolescente.		
		Evaluar como la		
		exposición a	Diseño	La exposición a imágenes atléticas
		contenido	transversal,	disminuyo la autoestima corporal en
Czubaj et	2025	<i>"fitspiration"</i>	Cuantitativo,	el 37% de los participantes, efecto
el.		afecta la	encuesta en	significativamente mayor en
		autoestima	línea	mujeres.

corporal, teniendo en cuenta diferencias según el género y el papel del índice de masa corporal.

Tabla 3

Tabla Resumen Objetivo 3

Autor	Año	Propósito	Tipo de estudio o diseño	Resultados
Krebs et al.	2022	Examinar si los síntomas dismórficos corporales se vinculan con conductas suicidas en adolescentes determinando si tenía relación con síntomas depresivos y	Enfoque cuantitativo, diseño longitudinal con una muestra de gemelos	Los síntomas dismórficos se vinculan directamente al incremento de la ideación suicida, planes suicidas e intentos de suicidio. Los componentes genéticos representaron el 72,9% de la covarianza a los 18 años y el 77,7% a los 24 años, mientras que la proporción restante se explicaron por factores ambientales

		ansiosos.		
Rautio et al.	2022	Describir manifestaciones del trastorno dismórfico corporal en población adolescente, considerando la evidencia disponible de este grupo etario. Examinar la asociación entre los motivos de uso de redes sociales y los síntomas de trastorno dismórfico corporal (TDC), así como sus	Investigación cuantitativa, diseño clínico descriptivo Estudio cuantitativo transversal	El 46,5% de los participantes presentaban un trastorno del estado del ánimo y el 18,6% algún trastorno de ansiedad como comorbilidad. Se registró conductas autolesivas, ideación suicida y rechazo escolar, al comparar grupos de mayor y menor edad. Sin embargo, no se reconocieron diferencias relevantes en cuanto a la severidad, dando a notar un malestar similar entre los diferentes participantes. Los motivos de escapismo y búsqueda de retroalimentación sobre la apariencia se asociaron positivamente con síntomas de TDC; los síntomas de TDC se correlacionaron significativamente con ansiedad y depresión; las mujeres adolescentes y personas no binarias reportaron niveles más altos de síntomas de TDC, ansiedad y

		consecuencias psicológicas comórbidas (ansiedad y depresión) en adolescentes		depresión en comparación con los varones.
Gupta, Jassi & Krebs	2023	Examinar la asociación entre distintas facetas del uso de redes sociales (frecuencia, motivaciones, uso activo/pasivo) y los síntomas de TDC en jóvenes, explorando el rol moderador del perfeccionismo	Estudio cuantitativo transversal	El 4,3 % superó el punto de corte clínico para probable TDC; el uso de plataformas visuales (Instagram, Snapchat, TikTok) y la motivación basada en la apariencia se asociaron con síntomas dismórficos; el perfeccionismo autoorientado intensificó esta relación; el perfeccionismo socialmente prescrito no mostró efecto moderador; las áreas de preocupación más comunes fueron acné, abdomen y nariz.
Krebs et al.	2024	Establecer la prevalencia y el deterioro con la que se presenta el	Investigación cuantitativa, estudio epidemiológico	Se estimó una prevalencia del 0,1% del trastorno dismórfico corporal, con presencia elevada en adolescentes (1,9%) y mayor

	trastorno dismórfico corporal en la población adolescente de Inglaterra y evaluar el impacto del trastorno en el funcionamiento psicosocial. Evaluar el riesgo de autolesión y muerte por suicidio en personas diagnosticadas con trastorno dismórfico corporal comparado a la población en general.	transversal, diseño transversal	frecuencia en mujeres (1,8%) que en varones (0,3%). Además, cerca del 70% de participantes tenía comorbilidad psiquiátrica y el trastorno de vínculo con mayor riesgo de autolesiones e intentos de suicidio.
Rautio et al. 2024		Investigación cuantitativa, registro de cohorte con registro de pacientes	El análisis demostró que las personas que presentan síntomas dismórficos tienen un riesgo tres veces mayor de incurrir en autolesiones intencionales y muerte por suicidio en comparación con individuos sin este diagnóstico, confirmando al trastorno dismórfico corporal como factor de riesgo independiente para la conducta suicida.

El Hayek et al	2025	Examinar el papel	Estudio cuantitativo transversal	El 41,7 % de los adolescentes
		mediador de la depresión en la relación entre el uso problemático de redes sociales y las preocupaciones dismórficas corporales en adolescentes		presentó uso problemático de redes sociales; la depresión actuó como mediador parcial entre el uso problemático de redes y las preocupaciones dismórficas; un mayor uso problemático se asoció con más síntomas depresivos y estos, a su vez, con mayores preocupaciones sobre la apariencia; las mujeres presentaron mayores preocupaciones dismórficas que los varones.

Conclusiones

El conjunto de investigaciones revisadas, permite concluir que la interacción con las redes sociales impacta significativamente en la percepción de la autoimagen de los adolescentes, predominantemente en una dirección desfavorable. Este impacto llega a un punto crítico en proporción a la intensidad y frecuencia de uso, llegando a intensificar la internalización de pensamientos negativos y desregulados sobre su propia imagen corporal. Este mecanismo se puede reconocer en entornos virtuales que ensancha la brecha que existe entre lo que el adolescente es y lo que desearía ser, nutriendo cánones estéticos estandarizados de perfección y una necesidad de validación social basado en comentarios y reacciones que aumentan o debilitan la autoestima. En

este contexto se añade que la preocupación por la apariencia mantiene un vínculo con el tiempo de consumo e interacción con las plataformas virtuales colocando a la supervisión parental como un factor de contención importante para aplacar el impacto negativo producido por la constante comparación con perfiles idealizados y la búsqueda de validación en medios digitales a través de reacciones y comentarios en relación a como el adolescente se ve y como siente que debería verse, lo que resalta la necesidad de una intervención adecuada según la edad y género.

A partir del impacto que generan las redes sociales sobre la imagen corporal, es necesario tomar en cuenta el papel que tiene el contenido idealizado con el origen de distorsiones de la autoimagen. Los datos revisados nos llevan a concluir que al estar frente a una exposición de contenido idealizado se logra establecer un vínculo consistente con distorsiones ya mencionadas, actuando a través de procesos como la comparación social y la internalización de ideales inalcanzables que amplía la brecha entre el yo real y el yo ideal, es decir en como el adolescente llega a percibirse a sí mismo y como siente que debería verse. Estos procesos no influyen de la misma manera a todos los adolescentes, en las mujeres existe una fragilidad frente al ideal de delgadez estandarizado, mientras que por otra parte los varones buscan alcanzar el ideal muscular estéticamente atlético. lo que lleva a comprobar que las exigencias digitales en cuanto a lo estético imponen estándares corporales complejos y en parte contradictorios entre sí. Más que el tiempo que pueden experimentar las personas frente a plataformas digitales, existe un impacto en la internalización de estándares que potencian el malestar por vergüenza corporal. En consecuencia, el contenido idealizado lleva a un riesgo directo con la distorsión corporal sin darle relevancia al peso real, obligando a que la intervención clínica se centre únicamente en mecanismos de internalización y comparación.

En consecuencia, a las distorsiones progresivas en la autoimagen, es necesario darle

relevancia hacia dónde puede llegar el problema cuando alcanza una expresión clínica. La evidencia permite concluir que el trastorno dismórfico corporal en la población adolescente no se reduce a una inquietud estética, sino que pone en riesgo el funcionamiento social y psicológico de los jóvenes. Esta fragilidad llega a aumentar la probabilidad encontrada en la población general, expresándose de manera independiente a la presencia de ansiedad o depresión. A esto se aumenta la comorbilidad psiquiátrica, debido a que cierto número de adolescentes afectados coexisten con al menos un diagnóstico clínico adicional, por lo general del estado de ánimo o ansiedad, factor que dificulta el abordaje y diagnóstico terapéutico. Del mismo modo, los síntomas asociados al TDC impactan en el bienestar personal relacionado a la salud mental, sin influenciar la impresión de la salud física, lo que permite comprender que el padecimiento de este trastorno se enfoca en aspectos psicológicos del adolescente. En conclusión, la evidencia revisada muestra que el trastorno dismórfico corporal extiende su gravedad desde el deterioro emocional hasta puntos clínicos considerados de gravedad, con comorbilidad psiquiátrica que incluye la depresión mayor, trastorno obsesivo compulsivo y trastornos de ansiedad, lo que evidencia la necesidad de programas de detección e intervención temprana durante esta etapa del desarrollo.

Referencias

- Abbas, L., & Dodeen, H. (2021). Body dysmorphic features among Snapchat users of “Beauty-Retouching of Selfies” and its relationship with quality of life. *Media Asia*, 49(3), 196-212.
<https://doi.org/10.1080/01296612.2021.2013065> abbas
- Al Shuhayb, B. S., Bukhamsin, S., Albaqshi, A. A., & Omer Mohamed, F. (2023). The Prevalence and Clinical Features of Body Dysmorphic Disorder Among Dermatology Patients in the Eastern Province of Saudi Arabia. *Cureus*, 15(7), e42474.
<https://doi.org/10.7759/cureus.42474>
- American Psychiatric Association. (2022). *DSM-5-TR: Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5.^a ed., texto revisado). Editorial Médica Panamericana.
<https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
- Bahatheg, R. O. (2022). Effect of Social Media Celebrities on Children’s Satisfaction with Their Body Image. *International Journal Of Mental Health Promotion*, 24(1), 95-114.
<https://doi.org/10.32604/ijmhp.2022.015169>
- Camacho Vidal, P., Díaz López, A., & Sabariego García, J. A. (2023). Relación entre el uso de Instagram y la imagen corporal de los adolescentes. *APUNTES DE PSICOLOGÍA*, 41(2).
<https://doi.org/10.55414/ap.v41i2.1537>
- Choukas, S., Maheux, A. J., Aubrey, J. S., Charmaraman, L., Maas, M. K., Nesi, J., Ward, L. M., & Yang, C. (2024). Social Media Use, Body Image Concerns, and Disordered Eating Among Adolescents. En *Handbook of Children and Screens* (pp. 149-156).
https://doi.org/10.1007/978-3-031-69362-5_21
- Cobos, J. C. C. (2024). Influencia de las redes sociales en la autoimagen de los adolescentes. *Impact Research Journal*, 2(1), 4-18. <https://doi.org/10.63380/irj.v2n1.2024.29>

- Czubaj, N., Szymańska, M., Nowak, B., & Grajek, M. (2025). The Impact of Social Media on Body Image Perception in Young People. *Nutrients*, 17(9), 1455. <https://doi.org/10.3390/nu17091455>
- Çınaroğlu, M., & Yılmaz, E. (2025). Problematic Social Media Use, Self-Objectification, and Body Image Disturbance: The Moderating Roles of Physical Activity and Diet Intensity. *Psychology Research And Behavior Management*, Volume 18, 931-952. <https://doi.org/10.2147/prbm.s517193>
- De Alencar, M. I. P., & Oliveira, M. E. B. (2025). A influência das mídias sociais na construção da autoimagem do adolescente: uma revisão de literatura. *Revista de Geopolítica*, 16(4), e640. <https://doi.org/10.56238/revgeov16n4-007>
- De Souza, & Ribeiro, J. M. A. (2022). Mídias sociais: A influência das redes sociais na percepção da autoimagem de adolescentes do sexo feminino. *Research Society And Development*, 11(8), e13311830459. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i8.30459>
- Gupta, M., Jassi, A., & Krebs, G. (2023). The association between social media use and body dysmorphic symptoms in young people. *Frontiers In Psychology*, 14, 1231801. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1231801>
- Hanley, S. M., Bhullar, N., & Wootton, B. M. (2020). Development and initial validation of the Body Dysmorphic Disorder Scale for Youth. *Clinical Psychologist*, 24(3), 254-266. <https://doi.org/10.1111/cp.12225>
- Hayek, S. E., Obeid, S., Kazan, R., Hallit, S., Fekih-Romdhane, F., & Haddad, G. (2025). Mediating effect of depression between problematic social media use and body dysmorphic concerns in adolescents. *Discover Mental Health*, 5(1), 47. <https://doi.org/10.1007/s44192-025-00176-8>

- Ives, L. S. E., Patón, A. H., Buratti, M. A. F., Pitti, J. Á., Salmerón-Ruiz, M. A., Hernández, P. J. R., & Real-López, M. (2025). Impacto de las pantallas y las redes sociales en la salud mental. *Anales de Pediatría*, 103(2), 503909. <https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2025.503909>
- Jin, R., & Le, T. (2024). Eyes on me: how social media use is associated with urban Chinese adolescents' concerns about their physical appearance. *Frontiers In Public Health*, 12, 1445090. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1445090>
- Krebs, G., Fernández de la Cruz, L., Rijdsdijk, F. V., Rautio, D., Enander, J., Rück, C., Lichtenstein, P., Lundström, S., Larsson, H., Eley, T. C., & Mataix-Cols, D. (2022). The association between body dysmorphic symptoms and suicidality among adolescents and young adults: a genetically informative study. *Psychological medicine*, 52(7), 1268–1276. <https://doi.org/10.1017/S0033291720002998>
- Krebs, G., Clark, B. R., Ford, T. J., & Stringaris, A. (2024). Epidemiology of Body Dysmorphic Disorder and Appearance Preoccupation in Youth: Prevalence, Comorbidity and Psychosocial Impairment. *Journal Of The American Academy Of Child & Adolescent Psychiatry*, 64(1), 30-40. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2024.01.017>
- Melvin, Kaylan, "The Associations Between Adolescent Motives for Social Media Use with Body Dysmorphia, Eating Disorder, and Anxiety and Depression Symptoms" (2023). *eGrove*. https://egrove.olemiss.edu/hon_thesis/2872
- Meskin, L. A., & Colvin, M. L. (2022). Body image: A scoping review of the literature. *Journal Of Human Behavior In The Social Environment*, 33(5), 738-756. <https://doi.org/10.1080/10911359.2022.2093814>

- Mills, J. S., Minister, C., & Samson, L. (2022). Enriching sociocultural perspectives on the effects of idealized body norms: Integrating shame, positive body image, and self-compassion. *Frontiers in psychology*, 13, 983534. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.983534>
- Pandey, R. P., Kumar, P., Singh, V., Sharma, T., Kumar, D., Singh, S. K., Kumar, A., Awasthi, P., Nitu, F., & Bumra, K. (2025). Social Media Engagement and Self-Esteem as Predictors of Adjustment Domains Among Adolescents With Body Dysmorphic Symptoms. *Cureus*, 17(10), e95261. <https://doi.org/10.7759/cureus.95261>
- Purba, A. K., Pearce, A., Henderson, M., McKee, M., & Katikireddi, S. V. (2024). Social media as a determinant of health. *European Journal Of Public Health*, 34(3), 425-426. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckae029>
- Rautio, D., Isomura, K., Bjureberg, J., Rück, C., Lichtenstein, P., Larsson, H., Kuja-Halkola, R., Chang, Z., D'Onofrio, B. M., Brikell, I., Sidorchuk, A., Mataix-Cols, D., & Fernández de la Cruz, L. (2024). Intentional self-harm and death by suicide in body dysmorphic disorder: A nationwide cohort study. *Biological Psychiatry*, 96(11), 868–875. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2024.05.006>
- Rautio, D., Jassi, A., Krebs, G., Andrén, P., Monzani, B., Gumpert, M., Lewis, A., Peile, L., Sevilla-Cermeño, L., Jansson-Fröjmark, M., Lundgren, T., Hillborg, M., Silverberg-Morse, M., Clark, B., Fernández de la Cruz, L., & Mataix-Cols, D. (2022). Clinical characteristics of 172 children and adolescents with body dysmorphic disorder. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 31(1), 133–144. <https://doi.org/10.1007/s00787-020-01677-3>
- Roberts, S. R., Maheux, A. J., Hunt, R. A., Ladd, B. A., & Choukas, S. (2022). Incorporating social media and muscular ideal internalization into the tripartite influence model of body image: Towards a modern understanding of adolescent girls' body dissatisfaction. *Body image*, 41, 239–247. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.03.002>

- Roncancio, M., & Mattos, E. (2019). Self-imaging: beyond children's and adolescents' self-image / El Self imaginando-se: más allá de la autoimagen de niños y adolescentes. *Studies in Psychology*, 40(1), 157–185. <https://doi.org/10.1080/02109395.2018.1565028>
- Sánchez-Rojas, A. A., García-Galicia, A., Vázquez-Cruz, E., Montiel-Jarquín, Á. J., & Aréchiga-Santamaría, A. (2022). Autoimagen, autoestima y depresión en escolares y adolescentes con y sin obesidad. *Gaceta Médica de México*, 158(3). <https://doi.org/10.24875/gmm.21000817>
- Saucedo, D. L. S., & Martin-Díaz, A. G. (2025). Influencia de las redes sociales sobre la percepción corporal. *Journal Of Behavior And Feeding*, 5(9), 22-27. <https://doi.org/10.32870/jbf.v5i9.79>
- Sheehy, M. R., Vora, T., Hiscock, B. B., George, A. C., Swab, M., Fawcett, J. M., & Fawcett, E. J. (2025). Examining the Relationship Between Social Media Use and Addiction and Body Dysmorphic Disorder Symptoms: A Meta-Analytic Review. *Media Psychology*, 1-27. <https://doi.org/10.1080/15213269.2025.2564698>
- Silva, H. L., & Della Mea, C. P. (2023). Uso de rede sociais e autoimagem em adolescentes: uma revisão narrativa. *Psicologia Em Ênfase*, 4, 34-45. <https://doi.org/10.70612/rpe.v4.773>
- Tennfjord, M. K., Bell, A. R., & Eg, R. (2025). How social media influences the self-image and body image among female and male adolescents. *PLoS ONE*, 20(11), e0334657. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0334657>
- Tessele, R., Melli, T. L., & Da Silva, A. Z. (2024). O impacto das redes sociais na autoimagem em jovens na atualidade. <https://repositoriodigital.univag.com.br/index.php/psicba/article/view/1993>

Vuong, A. T., Jarman, H. K., Doley, J. R., & McLean, S. A. (2021). Social Media Use and Body Dissatisfaction in Adolescents: The Moderating Role of Thin- and Muscular-Ideal Internalisation. *International journal of environmental research and public health*, 18(24), 13222. <https://doi.org/10.3390/ijerph182413222>

Joseph Vinicio Cando Ochoa portador de la cédula de ciudadanía N° **0107460339** y **Juan José Calle Palacios** portador de la cédula de ciudadanía N° **0302977822**. En calidad de autores y titulares de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación **“Impacto de las redes sociales en el trastorno dismórfico corporal y la autoimagen en adolescentes”** de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconocemos 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. Autorizamos además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de éste trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, **14 de septiembre de 2026**

F: 

Joseph Vinicio Cando Ochoa

C.I. 0107460339

F: 

Juan José Calle Palacios

C.I. 0302977822