



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN**

Relación del uso de las redes sociales y conductas de riesgos de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario, Institución Educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**Licenciada en Nutrición**

**AUTORES:**

Alvarado Parado, Lizeth Madelyn (Orcid.org/0000-0002-5395-9835)

Montenegro Moreno, Karol (Orcid.org/0000-0002-7028-1851)

**ASESORA:**

Mg. Arauco Lozada, Tania (Orcid.org/0000-0002-6375-8260)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Promoción de la Salud y Desarrollo Sostenible

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Promoción de la Salud, nutrición y salud alimentaria

**LIMA — PERÚ**

**2024**

## **DEDICATORIA**

En primer lugar, agradezco a Dios por ser mi soporte en estos años de carrera, a mi abuelo Don Enrique Montenegro, mi padre Javier Montenegro y mi madre Sonia Moreno, quienes estuvieron acompañándome y alentándome a continuar pese a las dificultades. Esta carrera se la dedico a mi hermano Nicolas, mi hermana, mis sobrinos Lucah, Mateo y Gael, mis primos, mis tías y tíos, a donde me depare el futuro, siempre estarán en mi corazón.

Agradezco profundamente su valiosa contribución y amistad en este viaje académico a mi amiga y compañera Lizeth Alvarado. ¡Gracias por estar siempre ahí!"

**Karol Montenegro Moreno**

Esta tesis esta principalmente dedicada a Dios por ser mi fortaleza en todo el proceso para cumplir mis metas. A mis padres Absalón Alvarado y Vilma Parado por confiar en mí, apoyarme incondicionalmente desde el primer momento que decidí estudiar la carrera y brindarme su amor siempre, a mis hermanos por sus consejos y ánimos para no rendirme. Agradezco a mi compañera de tesis y amiga Karol Montenegro por su apoyo incondicional durante estos años de carrera, por siempre darme ánimos y ser pilar fundamental para cumplir esta meta juntas.

**Lizeth Madelyn Alvarado Parado**

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecemos a Dios por acompañarnos en el transcurso de esta carrera y por darnos la fortaleza necesaria para llevar a cabo cada paso con éxito.

A nuestra asesora, Mg. Tania Arauco Lozada, y a los Licenciados Paul Zevallos, Carmen Zurita y Nubia Romero, por ayudarnos a desarrollar cada paso de nuestro proyecto de investigación y compartir con nosotros sus enseñanzas durante todo este tiempo.

Y, sobre todo, agradecemos especialmente a la Mg. Alipia Arnalda Morales Agurto, quien nos guio, alentó y acompañó durante estos años de carrera.

**Lizeth Madelyn Alvarado Parado**

**Karol Montenegro Moreno**



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN**

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, ARAUCO LOZADA TANIA, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de NUTRICIÓN de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, asesor de Tesis titulada: "Relación del uso de las redes sociales y conductas de riesgos de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario, Institución Educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024", cuyos autores son ALVARADO PARADO LIZETH MADELYN, MONTENEGRO MORENO KAROL, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 15.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 16 de Mayo del 2024

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
TANIA ARAUCO LOZADA DNI: 45415314 ORCID: 0000-0002-6375-8260	Firmado electrónicamente por: TARAUCOLO el 16- 05-2024 22:43:48

Código documento Trilce: TRI - 0750287





**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE NUTRICIÓN**

### **Declaratoria de Originalidad de los Autores**

Nosotros, ALVARADO PARADO LIZETH MADELYN, MONTENEGRO MORENO KAROL estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de NUTRICIÓN de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Relación del uso de las redes sociales y conductas de riesgos de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario, Institución Educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024", es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. Hemos mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

<b>Nombres y Apellidos</b>	<b>Firma</b>
ALVARADO PARADO LIZETH MADELYN <b>DNI:</b> 73223070 <b>ORCID:</b> 0000-0002-5395-9835	Firmado electrónicamente por: LALVARADOPA10 el 20-05-2024 23:48:19
MONTENEGRO MORENO KAROL <b>DNI:</b> 73039280 <b>ORCID:</b> 0000-0002-7028-1851	Firmado electrónicamente por: MKMONTENEGROM el 20-05-2024 23:40:54

Código documento Trilce: INV - 1638267

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA.....	II
AGRADECIMIENTO.....	III
DECLARATORIA DE AUTOENTICIDAD .....	IV
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD .....	V
ÍNDICE DE CONTENIDOS .....	VI
INDICE DE TABLAS .....	VII
RESUMEN .....	VIII
ABSTRACT .....	IX
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO .....	5
I. METODOLOGÍA .....	13
3.1 Tipo y diseño de investigación.....	13
3.2. Variables y operacionalización .....	13
3.3. Población, muestra, muestreo y unidad de análisis .....	14
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	15
3.5. Procedimiento de recolección de datos.....	16
3.6. Método de análisis de datos.....	17
3.7. Aspectos éticos .....	17
III. RESULTADOS.....	19
IV. DISCUSION.....	24
V. CONCLUSIONES.....	28
VI. RECOMENDACIONES .....	29
REFERENCIAS:.....	30
ANEXOS .....	36

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 01.</b> Características demográficas de los estudiantes encuestados de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.....	19
<b>Tabla 02:</b> Uso de redes sociales en los alumnos del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena 2024.....	20
<b>Tabla 03:</b> Conductas de Riesgos de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.....	20
<b>Tabla 04:</b> Adicción a redes sociales y conductas de riesgo de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.....	21
<b>Tabla 05:</b> Relación del uso de redes sociales y la dieta en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.....	22
<b>Tabla 06:</b> Relación del uso de redes sociales con la bulimia y preocupación por la comida en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.....	22
<b>Tabla 07:</b> Relación del uso de redes sociales con el control oral en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.....	23

## RESUMEN

**Introducción:** A nivel mundial, se han registrado cifras alarmantes en el diagnóstico de trastornos alimentarios entre adolescentes. Simultáneamente, la accesibilidad a internet y las redes sociales se ha generalizado entre los jóvenes, facilitando su alcance y uso, lo que potencialmente podría ser uno de los motivos por el cual se relacionen entre sí. **Objetivo:** Analizar la relación que tiene el uso de las redes sociales con las conductas de riesgos de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres de Magdalena. **Metodología:** La investigación es de diseño no experimental de corte transversal de tipo correlacional. Como muestra se utilizó 237 alumnos que pertenecen a 3º, 4º y 5º de secundaria de la I. E San Martín de Porres del distrito de Magdalena en la ciudad de Lima, a los que se realizó las encuestas de escala de riesgo de adicción - adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI) y la escala para evaluar riesgo de trastorno de alimentación (EAT – 26) en el mes de marzo del año 2024. **Resultados:** Según el coeficiente de Rho de Spearman las variables estudiadas tienen una relación baja ( $Rho=0.089$ ) y estadísticamente nula, estando el valor de  $p = 0.174 (> 0.05)$  **Conclusión:** No se evidencia una relación estadísticamente significativa entre el uso de redes sociales y conductas de riesgo de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.

**Palabras clave:** trastornos de conducta alimenticia, redes sociales, estudiantes, adolescentes.

## ABSTRACT

**Introduction:** Worldwide, alarming figures have been recorded in the diagnosis of eating disorders among adolescents. Simultaneously, the accessibility of the Internet and social networks has become widespread among young people, facilitating their reach and use, which could potentially be one of the reasons why they relate to each other. **Objective:** To analyze the relationship that the use of social networks has with the risk behaviors of eating disorders in secondary school students of the San Martín de Porres educational institution in Magdalena. **Methodology:** The research has a non-experimental, cross-sectional, correlational design. As a sample, 237 students who belong to 3rd, 4th and 5th secondary school of the I. E San Martín de Porres in the Magdalena district in the city of Lima were used, to whom the addiction risk escalation surveys - adolescent were carried out. to social networks and the Internet (ERA-RSI) and the scale to evaluate the risk of eating disorder (EAT – 26) in the month of March 2024. **Results:** According to Spearman's Rho coefficient, the variables studied have a relationship low ( $Rho=0.089$ ) and statistically null, with the value of  $p = 0.174 (> 0.05)$  **Conclusion:** There is no statistically significant relationship between the use of social networks and risk behaviors for eating disorders in secondary school students of the San Martín de Porres educational institution, Magdalena, 2024.

**Keywords:** eating disorders, social networks, students, adolescent.

## I. INTRODUCCIÓN

Las alteraciones en los hábitos alimenticios, conocidas como trastornos de la conducta alimentaria (TCA), son patrones alimenticios extremos, relacionados a emociones, percepciones sobre la dieta y el peso corporal de la persona que lo padece (1). La proporción global de trastornos alimentarios en niños y adolescentes es del 22%, siendo más prevalente en niñas, según lo indica la revista de pediatría JAMA (1).

Según el comunicado de prensa de HootSuite y We Are Social, 3.960 millones de usuarios se sumaron a las redes sociales para el año 2020, diferentes plataformas surgen cada año con el fin de entretener a los usuarios conectados en diferentes partes del mundo, entre ellas, se encuentra la red social Instagram, la cual tuvo un mayor crecimiento sumando 1 millón de usuarios inscritos por día (2).

En el año 2021, Essalud publicó un artículo señalando un preocupante incremento en los casos de jóvenes y menores de edad que padecen TCA en el Perú en el que 5 de cada 10 niños presentan algún tipo de TCA. Este aumento evidenciaba la creciente necesidad de atención y apoyo en salud mental para esta población vulnerable. Un año después, en el 2022, un nuevo artículo de Essalud reveló otra preocupación de salud entre los adolescentes peruanos: el 5% de ellos sufrían de anorexia. Esta información añadió un componente adicional a los servicios de salud mental a los jóvenes, destacando la importancia de abordar no solo los trastornos de conducta, sino también los trastornos alimenticios entre esta población (3).

Desde el año 2019 hasta el año 2023, las cifras de niños y adolescentes identificados con TCA por instituciones como el Ministerio de Salud (MINSA) y el Seguro Social de Salud (EsSalud) incrementaron a un 300%. Desde el mes de enero hasta junio del 2023 se han registrado 290 menores de 12 años con TCA, superando el porcentaje del año 2022, el cual el 99% de adolescentes de 12 a 17 años padecían de este trastorno (4).

El Instituto Nacional de Estadística, durante el año 2022, expuso mediante una nota de prensa que “el 72.5% de la población peruana mayor a 6 años de edad tenían acceso a internet, en el que las personas de Lima metropolitana eran representadas con el 85.8% a diferencia del área rural con un 40.9%”. A su vez, “el dispositivo más usado era el teléfono celular 66.7%, siendo así que el 90.6% accedía al uso de internet de manera diaria”. (5)

Según EsSalud, para el año 2022, advirtió que “los trastornos de conducta alimentaria afectan al 5% de la población adolescente, requiriendo un apoyo multidisciplinario de psicología, nutrición, medicina, entre otros.” A su vez, “manifiestan que es una enfermedad multifactorial, que incluso la genética puede predisponer a tener dicha afección”. (6)

Al revisar investigaciones anteriores se hace la necesidad patente de ahondar en la siguiente pregunta de investigación ¿Cuál es la relación entre el uso de redes sociales y las conductas de riesgo asociadas a los trastornos alimentarios en los estudiantes de secundaria?

La aproximación sobre este estudio se dirige a brindar información valiosa y específica que contribuya a una comprensión más profunda de cómo las interacciones en línea de manera reiterativa, pueden influir en las conductas alimentarias de este grupo demográfico particular. Además, identificar causas potenciales que permita desarrollar estrategias de intervención y prevención adaptadas a las características y desafíos específicos que enfrentan estas adolescentes en su entorno educativo.

Con el objetivo de justificar de manera objetiva el presente proyecto de investigación, se impartirá en 4 enfoques importantes: teórica, demostrando que el enfoque se suma a teorías existentes; práctica, por su utilización en situaciones reales abordando problemas concretos; metodológica, mostrando la elección de métodos y enfoques para responder el problema de investigación, así como la hipótesis planteada (7) y de relevancia social; destacando la contribución al conocimiento general y a la utilidad para abordar problemas sociales específicos.

Este tema ha despertado atención tanto en el ámbito de la nutrición como en el

de la psicología. Sin embargo, hay una brecha significativa en la comprensión de cómo afectan una sobre otra en el contexto educativo secundario. Al integrar teorías cognitivas y nutricionales, este proyecto de investigación busca proporcionar un marco teórico sólido para comprender las dinámicas subyacentes entre el efecto significativo que pueden tener en esta etapa etaria.

Este estudio emplea un enfoque no experimental de corte transversal, con un énfasis en la correlación como método de investigación. La metodología empleada será de naturaleza básica, utilizando un enfoque cuantitativo para recopilar datos estadísticos de los participantes en la investigación (8).

El periodo escolar constituye momentos críticos en el desarrollo de prácticas saludables relacionados a la alimentación. Dada la creciente prevalencia de los TCA entre las adolescentes, comprender cómo las redes sociales influyen en estas conductas se vuelve imperativo. Como justificación práctica, este estudio proporcionará información valiosa para promover futuras aplicaciones o estrategias de intervención destinadas a promover el bienestar físico y psicológico de las alumnas de dicha institución.

La estabilidad emocional de los adolescentes es un componente crucial para el bienestar integral de la sociedad. Al comprender mejor cómo las redes sociales contribuyen a las conductas de riesgo de trastornos de la alimentación, este estudio puede inspirar a nuevas políticas educativas, programas de prevención y campañas de concientización que impactarán positivamente en la población intervenida. Además, al centrarse en una población específica se pueden diseñar intervenciones adaptadas a las necesidades particulares de esta comunidad educativa.

Dado el aumento de inquietudes relacionadas con el problema de investigación mencionado anteriormente, el objetivo general buscó analizar la relación entre el uso de las redes sociales y las conductas de riesgo de trastornos alimenticios en estudiantes de nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, en 2024. Como objetivos específicos se consideró examinar la relación entre el uso de las redes sociales y la dieta, la bulimia y la preocupación por la comida, así como el control oral en esta población estudiantil.

En el marco de este estudio, se planteó la hipótesis general: Existe relación significativa entre el uso de las redes sociales y las conductas de riesgo asociadas a trastornos alimentarios en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024. Para explorar esta relación, se empleará la metodología detallada previamente.

## II. MARCO TEÓRICO

Martínez realizó una revisión sistemática en la que relacionó la influencia de redes sociales y TCA en adolescentes peruanos, la cual tuvo como método descriptivo y enfoque cualitativo, en las que se estudió 10 investigaciones realizadas en años 2016 a 2021 en revistas como DIALNET, SCOPUS, SCIELO, CIENCIA Y ESPACE, como resultado, se confirma la influencia que ciertos factores ejercen en el desarrollo de TCA. Se destaca particularmente la incidencia mayor de anorexia y bulimia entre las mujeres, como enfermedades que predominan en este género (9).

Marquez y Uribe estudiaron la influencia de la red social Instagram y las conductas alimentarias en sujetos de 18 a 35 años en Lima - Perú, mediante una encuesta virtual a 296 personas; el método de investigación fue descriptivo, observacional de corte transversal, en la que se afirmó que existe relación entre la red social Instagram y los conocimientos nutricionales, a su vez, no se encontraron diferencias significativas, indicando que la población encuestada se encuentra acorde al ideal nutricional y no reciben influencias de dicha red social (10).

Pérez investigó la relación del uso de redes sociales y los trastornos de conducta alimentaria en estudiantes de medicina durante la pandemia por el coronavirus. Se realizó un análisis observacional y de diseño transversal, que incluyó a 330 estudiantes en la ciudad de Trujillo, Perú. Se aplicaron el cuestionario EAT-26 y la Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS). Concluyendo que el 24.8% de los estudiantes presentaban riesgos en la alimentación, desglosándose que los sujetos presentaron 48.2%, 23.3% y 3.9% de riesgo leve, moderado y alto según la escala ARS. Concluyendo que existe una relación significativa entre el uso de redes sociales y los TCA en la población estudiada (11).

Garrido y Riveros realizaron un estudio sobre los potenciales factores asociados con la presencia de TCA en 218 adolescentes mujeres de 12 a 18 años, residentes en Perú. En su investigación, emplearon la encuesta EAT-26 y la escala Eating Disorder Inventory (EDI-3). Sus hallazgos indicaron la presencia de tres factores significativos: la preocupación por la delgadez, comportamientos bulímicos y tendencias ascéticas. Estos factores mostraron una correlación con

las características típicas de la etapa de la adolescencia bajo estudio (12).

Emiro y Castañeda llevaron a cabo un análisis sobre la relación de los TCA y el uso de redes sociales en usuarios de gimnasios en Medellín, Colombia. La investigación adoptó un enfoque descriptivo cuantitativo de corte transversal, donde se recolectaron datos mediante encuestas realizadas a 337 mujeres de 15 y 30 años. Concluyeron que el 47.5% de las participantes mostraron indicios de riesgo de TCA. Asimismo, se observó relación significativa entre dichas variable y las pautas alimentarias de esta población que frecuenta los gimnasios (13).

En un estudio llevado a cabo por Lugo, se examinó la interrelación entre las redes sociales, la adicción a Internet, la percepción de la imagen corporal y la amenaza de desarrollar trastornos alimenticios en adolescentes mexicanos. La investigación adoptó un enfoque cualitativo de diseño transversal comparativo-analítico, en el que participaron 1674 estudiantes menores de 15 años pertenecientes a distintos niveles académicos. La población fue de 56% de mujeres y un 44% de hombres. Se utilizaron varias escalas de evaluación, incluyendo la Escala de Riesgo de Adicción a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI), la Escala de Adicción a Internet de Lima, la Escala de Insatisfacción Corporal, EAT-26 y la Muscle Appearance Satisfaction Scale. Los resultados revelaron asociaciones significativas entre el uso de redes sociales y la dependencia a Internet (coeficiente de correlación de 0.574\*\*), así como con el riesgo de trastornos alimenticios (coeficiente de correlación de 0.242\*\*) y la vigorexia (coeficiente de correlación de 0.223\*\*). En conclusión, los hallazgos obtenidos indican que los objetivos planteados y los resultados alcanzados poseen relevancia estadística (14).

Ojeda y colaboradores estudiaron el uso de redes sociales y riesgo de TCA en la ciudad de Sevilla - España, en las que se encuestaron a 108 sujetos de 18 a 30 años, de los cuales, el 32.4% fueron varones y 67.6% mujeres, excluyendo a personas con alguna enfermedad física o mental que influya en los resultados de TCA, mediante encuesta EAT - 26 y preguntas de elaboración propia de los investigadores, dando como resultado que existe relación en dichas variables (15).

Kelly y colaboradores evaluaron el uso de redes sociales y aplicaciones de citas con el trastorno de conductas alimentarias el mismo día y de días siguientes en hombres jóvenes, se realizó un protocolo de evaluación ecológica momentánea (EMA) por 14 días, en los que indicaron cinco veces al día sobre la restricción dietética, insatisfacción corporal y alimentación, en las que se obtuvo como resultado que el uso de aplicación de citas se asocian con una mayor restricción dietética el mismo día ( $r^2$  equivalente = 0,022,  $p = 0,003$ ) y al día siguiente ( $r^2$  equivalente = 0,016,  $p = 0,02$ ); El uso de redes sociales no lo fue. Un mayor uso de redes sociales se asoció con menores probabilidades de comer el mismo día (OR [IC del 95 %] = 0,86 [0,75, 0,99],  $p = 0,044$ ), concluyendo los vínculos no son estadísticamente significativos por lo que recomiendan seguir investigando sobre las redes sociales y trastornos de alimentación (16).

Ahasan y colaboradores estudiaron los riesgos de TCA y el interés por la cultura moderna, en los que se incluyeron la ropa de moda, programas, redes sociales y comida de lujo en Bangladesh, su estudio es transversal con una población de 196 estudiantes de 18 a 29 años en una universidad de Bangladesh, en las que se encuestaron con EAT-26 y se obtuvieron resultados estadísticamente no significativos, concluyendo que si bien los TCA se relaciona con la cultura moderna, no presenta relación significativa con las redes sociales (17).

Vega estudió los riesgos de TCA y las redes sociales en España, se recopilaron datos mediante una encuesta en línea que aborda el uso habitual de redes sociales, trastornos alimentarios y el comportamiento de ejercicio excesivo en 71 mujeres y 51 hombres de 12 a 61 años. El análisis fue de regresión lineal dando como resultado que el uso desordenado de las redes sociales estaba estrechamente vinculado con desórdenes alimentarios y una percepción física negativa en los dos géneros (18).

Wang y colaboradores estudiaron la relación entre las conversaciones de características corporales en las redes sociales (SNS body talk) y la alimentación restringida en estudiantes chinos de secundaria y preparatoria. Se examina el papel mediador del miedo a la evaluación negativa de la apariencia física (FNAE) y la vergüenza corporal, así como el papel moderador del género. Participaron 1,481 estudiantes, y los resultados revelaron una asociación positiva entre las

conversaciones corporales en las redes sociales y la restricción alimentaria. Tanto el FNAE cómo la vergüenza corporal actuó como mediadores en esta relación. Además, se identificaron diferencias de género en los caminos que vinculan las conversaciones corporales en las redes sociales con la vergüenza corporal. Estos hallazgos contribuyen a la comprensión de las interacciones entre redes sociales, imagen corporal y comportamientos alimentarios, con implicaciones importantes para abordar problemas de imagen corporal y trastornos alimentarios en adolescentes (19).

Bajaña y García realizaron una revisión literaria sobre el uso de plataformas de redes sociales y su relación con el riesgo de desarrollo TCA en Colombia. Recopilaron estudios científicos publicados entre 2010 y 2022 de revistas científicas confiables. Su análisis se basó en artículos que investigaron al menos uno de los factores relevantes en poblaciones de habla española, siguiendo las directrices establecidas en el protocolo PRISMA 2009. Sus hallazgos indican que existe relación entre el uso y la frecuencia de redes sociales y la insatisfacción corporal, el deseo de delgadez y la autoestima baja en sujetos mayores de 12 años hasta la adultez de habla española (20).

Según Aldana y colaboradores, los TCA son condiciones complejas que involucran dos categorías distintas de cambios en el comportamiento: vínculo con la comida y el peso; y relación consigo mismo y con los demás (21), en las que se observa según las búsquedas bibliográficas que el género predominante de conductas de riesgo de TCA es el género femenino.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) definió a estos desórdenes alimentarios como la manifestación de anorexia y la bulimia nerviosa. Estos trastornos son identificados como comportamientos de riesgo que tienden a presentarse durante la adolescencia y juventud, caracterizándose por una desmesurada inquietud respecto a la apariencia corporal, el peso y los hábitos alimenticios. Este enfoque está directamente vinculado con la mortalidad, a diferencia de otros tipos de trastornos (22).

Según la Asociación contra la Anorexia y la Bulimia, se indica que los TCA son anomalías conductuales y psicológicas que muestra preocupación por el peso

corporal, imagen corporal y la cantidad de ingesta alimentaria, que desata cuadros patológicos físicos y la muerte en casos que predomina por un tiempo prolongado (23). Si bien, estas alteraciones no se evidencian de manera rápida, existen múltiples causas que actúan en su visualización.

Según la Real Academia española, conceptualiza a la palabra Dieta como todo alimento que consumimos de manera diaria (24), es decir, no tiene relevancia si son alimentos considerados como “saludables” o no, tal como es conocido en la mayoría de la población, sin embargo, en la actualidad se puede reflejar mediante redes sociales, nuevas conductas de riesgo que determinan qué tipo de alimento se debe erradicar o incluir para lograr objetivos que en su gran mayoría no presentan evidencia científica.

La bulimia es un cuadro clínico relacionado a una sobrealimentación o ahora llamado “atracción” recurrente en la que está acompañada con conductas compensatorias como emesis inducida, ayunos prolongados, consumo de laxantes y diuréticos, con el fin de controlar el peso corporal o “eliminar” calorías consumidas por la alimentación, esto puede verse reflejado en la composición corporal y autopercepción del individuo; es relevante indicar que para ser diagnosticada, se debe tener este tipo de conductas al menos una vez por semana mantenido en el tiempo por 3 meses (25).

Según la revista Cleveland Clinic Journal Of Medicine (26), la bulimia nerviosa es un desorden mental que se distingue por episodios de ingesta alimentaria excesiva seguidos de comportamientos destinados a contrarrestar las calorías ingeridas. Con frecuencia, este trastorno se relaciona con complicaciones médicas que afectan la homeostasis corporal, contribuyendo así al incremento de prevalencia de enfermedades y fallecimiento. La mayoría de las personas afectadas por dicha enfermedad mantienen un IMC normal o sobrepeso, lo que complica la detección temprana del TCA.

La anorexia, es un peligroso trastorno alimentario, en la que los individuos experimentan un intenso miedo al incremento de la masa corporal, trayendo consigo una percepción distorsionada de la propia figura corporal. Este padecimiento se caracteriza por una restricción crónica en la alimentación,

resultando en una notable disminución de peso, un temor intenso al aumento de peso o conductas que complican el incremento de peso, además de una equivocada percepción de conceptos que es autodefinida por la persona que lo padecen (27).

Según la profesional en psicología Roza Laura, el trastorno por atracón es un tipo de TCA caracterizada por episodios repetidos de ingesta sin control alguno o de manera compulsiva (28), es decir, el individuo puede consumir grandes cantidades de comida rápida y repetidamente, sin sentir hambre. La persona afectada experimenta la incapacidad de controlar este comportamiento, siendo incapaz de detenerse y sintiendo malestar, intensos sentimientos de culpa y vergüenza después de cada episodio.

La vigorexia, es un TCA que ha experimentado recientemente un aumento en su incidencia, afectando principalmente a la población adolescente como descontento con la propia apariencia física originada por presión de los medios o redes sociales que promueven un ejemplo de figura, que en su mayoría es “perfecta”. Es así como la falta de comprensión general sobre la gravedad de esta patología incrementa el número de adolescentes involucrados en conductas de riesgo (29).

El control oral refleja la cantidad y calidad de comidas que se ingiere en el día, en relación con el temor por el incremento de peso, este se distingue por la ingesta de alimentos como respuesta a emociones negativas, ansiedad o depresión: El control oral por la comida puede manifestarse de diferentes maneras. Algunas personas pueden comer en exceso, mientras que otras pueden restringir su ingesta (30).

Según Soler las redes sociales representan una plataforma de comunicación que se encarga de elaborar y compartir variada información o contenido, orientado a diferentes aspectos sociales, profesionales y personales; busca nuevas maneras y herramientas para implementar y desarrollar las relaciones sociales entre los individuos (31).

La utilización de las redes sociales es un recurso que tiene mayor alcance en la sociedad y mayormente ocurre en las adolescentes y jóvenes. Se utiliza para

buscar información de importancia para estas mismas, el uso desmedido de este medio de comunicación puede ocasionar ansiedad, problemas sobre el peso y la forma de ver el cuerpo, además de ocasionar desórdenes en la alimentación y riesgo de padecer un TCA (32).

El manejo inadecuado y exagerado de las redes sociales a traído consigo síntomas y adicciones en jóvenes y adolescentes como cambios en su vida cotidiana asimismo en su identidad por consiguiente en la manera de relacionarse con los demás es decir no poder entablar conversaciones, por otro lado el uso desmedido causa adicción, generando en el individuo querer acceder a todo hora, momento y lugar a las redes sociales, dejando inclusive de lado las actividades y generando problemas en su salud mental (33).

Las redes sociales son un medio de expansión e impulso para transmitir temas más significativos para los jóvenes en la actualidad, donde pueden pertenecer a grupos de interacción, comentar, dar me gusta y repostear. Esta interacción hace que los adolescentes sientan que pertenecen a un grupo y que son comprendidos. Muchas de las personas que acceden a estos medios tienden a adquirir conductas de riesgo y a la vez influenciar a otros generando problemas en su futuro (34).

Las redes sociales también tienen un uso social para los adolescentes en estos últimos años, muchas veces es utilizada para mejorar sus relaciones sociales algo que no se les hace fácil en su día a día, motivándolos a tener una interacción con otros adolescentes, muchas veces ven esta actividad como recreativa. En cuanto a personas introvertidas ayuda a motivarlas a tener una interacción social (35).

Según la Real Academia Española define los rasgos frikis relacionado al ámbito de las redes sociales como una conducta rara y diferente (36), que realiza una persona de manera desmedida, con respecto a buscar y brindar su tiempo a páginas inadecuadas para menores de edad, como eróticas y de pornografía, videojuegos o también conectarse, o tener grupos con la atracción por los mismos temas.

La Nomofobia son actitudes realizadas por los jóvenes al estar pendientes del

teléfono, y el temor excesivo de no poseer el móvil, generando dependencia. En estos tiempos los incidentes de personas que padecen esta condición han aumentado debido a la compra de dispositivos móviles y por la popularidad de las redes sociales (37). Hoy en día, individuos que tienen esta condición tienen la acción de ignorar todo lo que está sucediendo a su alrededor e incluso a la persona que se encuentran al lado, dificultando la comunicación entre sí (38).

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Tipo y diseño de investigación

##### 3.1.1. Tipo de investigación

La investigación tiene un enfoque cuantitativo de naturaleza básica, que se caracteriza por reflejar la necesidad de medir magnitudes acordes al problema de investigación y realizar un análisis estadístico para verificar la correlación, la cual busca ser objetiva (8).

##### 3.1.2. Diseño de investigación

El diseño adoptado es de naturaleza correlacional no experimental de corte transversal, pues busca observar las características en un único momento mediante una recolección de datos, con el fin de observar la relación que presentan las dos variables (8).

#### 3.2. Variables y operacionalización

##### Variable 1: Uso de redes sociales

- **Definición conceptual:** El uso de redes sociales es un recurso que tiene mayor alcance en la sociedad y mayormente ocurre en las adolescentes y jóvenes. Se utiliza para buscar información de importancia para estas mismas, el uso desmedido de este medio de comunicación puede ocasionar ansiedad y una imagen inadecuada de la percepción corporal, además de ocasionar desórdenes en la alimentación y riesgo de padecer un TCA (39).
- **Definición operacional:** El cuestionario a utilizar será la escala de riesgo de adicción - adolescente a la redes sociales e internet (ERA-RSI) la cual fue creada por Peris, Maganto y Garaigordobil y estudiada en la Universidad del País Vasco España para observar su fiabilidad y validez concluyendo que se hallaron correlaciones positivas siendo así un cuestionario fiable en adolescentes. (39)

- **Dimensiones:** síntomas - adicción, uso - social, rasgos frikis y nomofobia.
- **Indicadores:** bajo riesgo, medio riesgo y alto riesgo.
- **Escala de medición:** Ordinal.

## **Variable 2: Conductas de riesgo de trastornos de la alimentación**

- **Definición conceptual:** La OMS conceptualizó a los TCA en relación a la aparición de anorexia y la bulimia nerviosa, como una de las conductas de riesgo que suelen ser presentadas en la adolescencia y juventud, en las cuales, se observa la obsesión excesiva por la figura corporal, el peso e ingesta de alimentos; siendo así una asociación directa con la mortalidad a diferencia de otros tipos de trastornos. (22)
- **Definición operacional:** La técnica de encuesta es EAT-26 la cual permite identificar TCA mediante 26 preguntas las cuales se subdividen en 3 categorías ayudando a la identificación del tipo de TCA que presenta el encuestado (30).
- **Dimensiones:** dieta, bulimia, preocupación por la comida y control oral.
- **Indicadores:** bajo riesgo, medio riesgo y alto riesgo.
- **Escala de medición:** Ordinal.

### **3.3. Población, muestra, muestreo y unidad de análisis**

#### **3.3.1. Población**

Adolescentes de ambos sexos que cursan el 3.º, 4.º y 5.º año de secundaria de la institución educativa San Martín de Porres en el distrito de Magdalena, ciudad de Lima.

Criterios de inclusión:

- Estudiante que cursen el 3.º, 4.º y 5.º de secundaria.
- Estudiante que presenten autorización del padre o tutor a cargo de realizar los cuestionarios.

- Estudiante que acepte de manera voluntaria la realización de las encuestas.
- Estudiantes que cuenten con redes sociales.

Criterios de exclusión:

- Estudiante que no presente autorización de padre o tutor a cargo para la realización de las encuestas.
- Estudiantes que presenten algún problema de salud que imposibilite la realización voluntaria de las encuestas.
- Encuestas que no se culminaron en su totalidad.
- Encuestas que presentan dos respuestas por ítems.

### **3.3.2. Muestra.**

Compuesta por 237 alumnos del nivel secundario que pertenecen al 3.º, 4.º y 5.º de secundaria.

### **3.3.3. Muestreo.**

El método de muestreo utilizado es no probabilístico, específicamente de conveniencia, ya que, los miembros de la muestra encuestada tienen similitud entre sí.

### **3.3.4. Unidad de análisis.**

Un estudiante de 3.º, 4.º o 5.º de secundaria de la Institución Educativa San Martín de Porres, Magdalena.

## **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.**

El método empleado para valorar la variable 1: uso de redes sociales, es la ERA - RSI creado por Peris y colaboradores en el año 2018 y validado por Quicaña Carmen en la ciudad de Lima, Perú (40) fue resuelto en el aula de clases por los adolescentes que presentan los criterios de inclusión para la investigación, dicha escala consta de 29 preguntas con 4 dimensiones las cuales son: síntomas y adicción, uso social, rasgos frikis y nomofobia. Por ende 4 posibles respuestas en escala ordinal (39).

En cuanto a la variable 2: Riesgo de trastorno de la alimentación, se empleó la encuesta Test de Actitudes Alimentarias (EAT-26) o también llamada en su versión original como Eating Attitudes Test creado por Garnel y Garfinkel en 1979 y validado por Jara B, en la ciudad de Trujillo, Perú (30) la cual busca identificar 3 posibles riesgos mediante 26 preguntas y 4 posibles respuestas en escala ordinal.

Además, se evaluó la confiabilidad de los instrumentos utilizados. El instrumento EAT-26 mostró una confiabilidad de 0.86 según el coeficiente alfa de Cronbach, lo que indica una buena confiabilidad (30). Por otro lado, el ERA-RSI también demostró una alta confiabilidad, con coeficientes de 0.867 y 0.868 utilizando los coeficientes alfa y omega, respectivamente (40). Estos resultados indican una confiabilidad sólida en ambos instrumentos de medición.

### **3.5. Procedimiento de recolección de datos**

Se solicitó y obtuvo la autorización de la institución educativa San Martín de Porres para llevar a cabo la aplicación de las encuestas ERA-RSI Y EAT-26 en los salones de 3.º, 4.º y 5.º de secundaria, mediante un documento firmado por los autores de la investigación y los directivos de la carrera de Nutrición.

Se proporcionó información detallada a la institución educativa y a los padres o tutores sobre los cuestionarios que realizarían los estudiantes, posterior a ello, los alumnos recibieron el consentimiento informado para que puedan traerlo debidamente firmado por un adulto responsable de ellos y sean parte de esta investigación.

Se realizaron seis visitas durante los turnos de mañana y tarde. La primera y segunda visita se llevaron a cabo en tercero de secundaria, la tercera y cuarta visita en cuarto de secundaria, y la quinta y sexta visita en quinto de secundaria. Las encuestas se aplicaron durante los primeros 20 minutos de la última clase, con autorización y supervisión del profesor o tutor del curso.

Los instrumentos fueron aplicados durante 20 minutos exclusivamente a los alumnos que contaban con la autorización firmada. Posteriormente, se expresó gratitud a la población encuestada por su colaboración en el estudio y se continuo con la recolección de datos.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Una vez recopiladas las respuestas de ambas encuestas, se trasladaron a una hoja de cálculo de Excel para su tabulación y creación de la base de datos en la que ayudo a realizar el análisis descriptivo de las características de los estudiantes. Posteriormente, se importaron los datos al programa SPSS Statistics v.27 con el fin de llevar a cabo el análisis de evaluación entre las variables Este análisis permitió obtener valores de p, moda y porcentajes, los cuales fueron presentados de manera organizada en tablas para su posterior interpretación y análisis. Después de realizar el análisis, se obtuvieron los resultados utilizando el coeficiente de correlación de Spearman.

### **3.7. Aspectos éticos**

Con el propósito de aplicar este estudio, se abordó de manera proactiva una serie de aspectos éticos importante en la utilización de datos de los encuestados, así como, el uso de tecnología para la obtención de resultados estadísticos.

En el código de ética de la universidad César Vallejo se conceptualiza normas y buenas prácticas para asegurar la elaboración de la investigación científica, también los principios éticos, priorizando los valores como la responsabilidad y honestidad de los investigadores para afianzar la participación de los colaboradores en la investigación en el estudio. (41)

Según el informe de Belmont en el año 1979, conceptualizó los principios y guías éticas para los sujetos que intervienen en la investigación, en referencia a ello, se utilizó tres aspectos principales para la elaboración

de la presente investigación. (42)

**Respeto por las Personas:** es un principio ético que se dirige a tratar a las personas como actores independientes, con la capacidad de participar de una investigación previamente informada, es decir, exponer la formas en las que participan y que se realizará después de obtener datos buscados, esto implica que los participantes pueden retirarse en cualquier momento sin consecuencias adversas.

**Beneficencia:** requiere que los investigadores maximicen la ganancia o provecho y minimicen las posibles amenazas que enfrentan los participantes. Esto constituye un análisis ético de los protocolos de investigación y la garantía de que los riesgos sean razonables en comparación con los beneficios esperados.

**Justicia:** El principio de justicia requiere asegurar que la selección de involucrados en la investigación sea justa y las responsabilidades de la investigación se repartan de manera equitativa. Esto busca asegurar que los beneficios de la investigación se compartan ampliamente.

Posterior a la finalización de la recolección de información, se realizó una charla de alimentación saludable dirigido a padres de familia enfocado en la etapa adolescente. El propósito de esta intervención fue proporcionar a los padres las herramientas necesarias para fomentar hábitos alimenticios apropiados durante esta etapa crítica del crecimiento de sus hijos. El taller abordó diversos temas de relevancia, incluyendo la importancia de una dieta balanceada, la selección de alimentos nutritivos y la configuración de entornos alimentarios saludables en el hogar. A través de actividades interactivas y material educativo, se buscó capacitar a los padres para que pudieran influenciar positivamente en las decisiones alimenticias de sus hijos adolescentes, promoviendo así su bienestar y salud a largo plazo.

#### IV. RESULTADOS

Una exploración detallada sobre el uso de redes sociales y el Trastorno de Conducta Alimentaria (TCA) en adolescentes implica investigar cómo el uso de plataformas sociales afecta la elección por alimentos y conductas de riesgo que puedan desarrollarse a lo largo del tiempo.

**Tabla 01.** Características demográficas de los estudiantes encuestados de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.

Variable	Categoría	n	%
Edad	13	2	8
	14	81	34.2
	15	88	37.1
	16	60	25.3
	17	6	2.5
	<b>Total</b>		<b>237</b>
Genero	Masculino	152	64.1
	Femenino	85	35.9
	<b>Total</b>	<b>237</b>	<b>100</b>
Grado	3.º secundaria	112	47.3
	4.º secundaria	68	28.7
	5.º secundaria	57	24.1
	<b>Total</b>	<b>237</b>	<b>100</b>
<b>Total</b>		<b>237</b>	<b>100</b>

En la Tabla 01, se evidencia las características demográficas de los estudiantes encuestados, en las que destaca que los alumnos que tienen 15 años de edad es el grupo más representativo, alcanzando un 37.1% (n=88) del total de alumnos encuestados. Además, se observa una predominancia del género masculino con un 64.1% (n=152), frente al femenino, que constituye un 35.9% (n=85) de la población estudiantil. En cuanto al grado, se evidencia que el tercer año es el más numeroso, con un 47.3% (n=112) de los alumnos encuestados.

**Tabla 02:** Uso de redes sociales en los alumnos del nivel secundario de la Institución Educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.

Uso de redes sociales										
	RSA – RSI		Síntomas y adicción		Uso social		Rasgos frikis		Nomofobia	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Bajo riesgo	125	53	91	38	107	45	162	68	121	51
Medio riesgo	107	45	125	53	109	46	65	27	91	38
Alto riesgo	5	2	21	9	21	9	10	4	25	11
Total	237	100 %	237	100 %	237	100 %	237	100 %	237	100 %

En la tabla 02, se evidencia que el 53% (n=125) de alumnos encuestados, presentan bajo riesgo de adicción a redes sociales, 45% (n=107) riesgo medio y 2% (n=5) alto riesgo, en las que se desglosa en 4 dimensiones, siendo la más significativa los síntomas y adicción con el 53% (n=125) presentando medio riesgo, uso social representa medio riesgo con el 46% (n=109), el 68% (n=162) presenta bajo riesgo en rasgos frikis y el 51% (n=121) presenta bajo riesgo de nomofobia.

**Tabla 03:** Conductas de Riesgos de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.

Conductas de Riesgos de trastornos de la alimentación								
	EAT - 26		Dieta		Bulimia		Control oral	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Bajo riesgo	227	96	213	90	228	96	219	92
Medio riesgo	10	4	24	10	9	4	18	8
Alto riesgo	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	237	100 %	237	100 %	237	100 %	237	100 %

En la tabla 03, se visualiza que el 96% (n=227) de alumnos encuestados, presentan bajo riesgo, el 4% (n=10) presenta medio riesgo y el 0% (n=0) presenta alto riesgo de conductas de riesgo de trastornos de alimentación, en

las que se desglosa en 3 dimensiones, siendo las más representativas el bajo riesgo en la dieta con el 96% (n=227), el 96% (n=228) presentan bajo riesgo de bulimia y preocupación por la comida y el 92% (n=219) presenta bajo riesgo en control oral.

**Tabla 04:** Adicción a redes sociales y conductas de riesgo de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.

		Conductas de riesgo de trastorno de la alimentación								Rho	p
		Riesgo bajo		Riesgo medio		Riesgo alto		Total			
		%	n	%	n	%	n	%	n		
Uso de redes sociales	Riesgo bajo	98	122	2	3	0	0	100	125	0.089	0.174
	Riesgo medio	93	100	7	7	0	0	100	107		
	Riesgo alto	100	5	0	0	0	0	100	5		
Total		227 96%		10 4%		0 0%		237 100%			

La tabla 04 evidencia que, en la escala de adicción a redes sociales, el 96% (n=227) de adolescentes presentan bajo riesgo, el 4% (n=10) riesgo medio y 0% (n=0) presentan riesgo alto, teniendo una totalidad de 100% (n=237) alumnos encuestados en relación a las conductas de riesgo de trastorno de alimentación; el coeficiente de Spearman es baja (Rho=0.089) entre las variables descritas y estadísticamente nula, estando el valor de  $p = 0.174 (> 0.05)$ ; aceptando así la hipótesis nula.

**Tabla 05:** Relación del uso de redes sociales y la dieta en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.

		Dieta								Rho	p
		Riesgo bajo		Riesgo medio		Riesgo alto		Total			
		%	n	%	n	%	n	%	n		
Uso de redes sociales	Riesgo bajo	92	115	8	10	0	0	100	125	0.092	0.159
	Riesgo medio	89	95	11	12	0	0	100	107		
	Riesgo alto	60	3	40	2	0	0	100	5		
Total		213 90%		24 10%		0 0%		237 100%			

La tabla 05, se evidencia que el 90% (n=213) de adolescentes presentan bajo riesgo con la dieta, el 10% (n=24) riesgo medio y 0% (n=0) presentan riesgo alto, teniendo una totalidad de 100% (n=237); el coeficiente de Spearman es baja (Rho=0.092) entre las variables descritas y estadísticamente nula, estando el valor de  $p = 0.159 (> 0.05)$ ; aceptando así la hipótesis nula.

**Tabla 06:** Relación del uso de redes sociales con la bulimia y preocupación por la comida en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.

		Bulimia y preocupación por la comida								Rho	p
		Riesgo bajo		Riesgo medio		Riesgo alto		Total			
		%	n	%	n	%	n	%	n		
Uso de redes sociales	Riesgo bajo	97	121	3	4	0	0	100	125	0.028	0.667
	Riesgo medio	95	102	5	5	0	0	100	107		
	Riesgo alto	100	5	0	0	0	0	100	5		
Total		228 96%		9 4%		0 0%		237 100%			

En la tabla 06, el 96% (n=228) de adolescentes presentan bajo riesgo de bulimia y preocupación por la comida, el 4% (n=9) riesgo medio y 0% (n=0) presentan riesgo alto, teniendo una totalidad de 100% (n=237); el coeficiente de Spearman es nula (Rho=0.028) entre las variables descritas y estadísticamente no significativa, siendo el valor de  $p = 0.667 (> 0.05)$ ; aceptando la hipótesis nula.

**Tabla 07:** Relación del uso de redes sociales con el control oral en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024.

		Control oral								Rho	p
		Riesgo bajo		Riesgo medio		Riesgo alto		Total			
		%	n	%	n	%	n	%	n		
Uso de redes sociales	Riesgo bajo	95	119	5	6	0	0	100	125	0.102	0.116
	Riesgo medio	89	95	11	12	0	0	100	107		
	Riesgo alto	100	5	0	0	0	0	100	5		
Total		219 92%		18 8%		0 0%		237 100%			

En la tabla 07, se observa que el 92% (n=219) de adolescentes presentan bajo riesgo relacionado al control oral, el 8% (n=18) riesgo medio y 0% (n=0) presentan riesgo alto, teniendo una totalidad de 100% (n=237); el coeficiente de Rho es baja (Rho=0.102) entre las variables descritas y estadísticamente nula, estando el valor de  $p = 0.116 (> 0.05)$ ; aceptando así la hipótesis nula.

## V. DISCUSIÓN

Martínez (7) concluyó en su revisión sistemática que las redes sociales ejercen una influencia considerable en el surgimiento de TCA en adolescentes, nuestra investigación ha encontrado resultados contrastantes. En contraposición a las aseveraciones de Martínez, este análisis ha concluido que no se observa una relación relevante en dichas variables que cursan la educación secundaria. Aunque Martínez resaltó la prevalencia de trastornos específicos como la anorexia y bulimia, predominante en el género femenino, nuestros hallazgos indican que esta relación no es tan directa como se sugiere en la literatura previa, sin embargo, es válido resaltar que la población de esta investigación predomina el género masculino.

Aunque el estudio de Pérez (9) encontró una asociación estadísticamente significativa entre el riesgo de adicción a redes sociales y el riesgo TCA en estudiantes de nivel universitario, nuestros resultados contrastan con esta conclusión. Nuestra investigación, centrada en adolescentes, no encontró una relación significativa entre el uso de redes sociales, con los TCA y la dieta. Aunque los hallazgos de Pérez son importantes para comprender la relación de redes con la salud mental, parece que esta asociación puede variar entre diferentes grupos demográficos, como lo sugieren nuestras divergentes conclusiones. Además de utilizar diferentes instrumentos para medir riesgo o uso de RSA.

En contraste con el estudio de Emiro y Castañeda (11), quienes encontraron una asociación significativa de las redes sociales en las conductas alimentarias de mujeres que asisten a gimnasios en Medellín, Colombia, esta investigación, centrada en adolescente no presenta los mismos resultados. Aunque los hallazgos de Emiro y Castañeda son relevantes para comprender la influencia de esta problemática en ciertos grupos demográficos, parece que esta relación puede variar según la población estudiada.

Aunque el estudio realizado por Ojeda, López, Jáuregui y Herrero (13) sugirió una asociación significativa entre el uso de redes sociales y los TCA en jóvenes de 18 a 30 años, los hallazgos de esta investigación contradicen esta conclusión. Este estudio, se centró en adolescentes y se encontró resultados que

contrarrestan con dicho autor. Esto sugiere que otros factores podrían estar afectando los resultados o que la relación encontrada por Ojeda, López, Jáuregui y Herrero podría no ser generalizable a todas las poblaciones o contextos.

En relación a los resultados de Marquez y Uribe (8) no se encontró relación significativa entre el acorde ideal nutricional influenciada por la popular res social Instagram en individuos de entre 18 y 35 años que residen en la área urbana de Lima, la cual tiene relación con los resultados de esta investigación, aunque los dos estudios tengan diferentes etapas etarias y contextos, se observa que el número de su población ( $n=296$ ) es parecida a la población de esta tesis ( $n=237$ ), lo que a diferencias de las investigaciones previamente descritas, es un número menor a los números de las poblaciones estudiadas.

El objetivo general buscaba analizar la relación que tiene el uso de las redes sociales con las conductas de riesgos de TCA en estudiantes del nivel secundario de la de la Institución Educativa San Martín de Porres, Magdalena. Según lo evidenciado, se detalla que el 96% de los encuestados presentan bajo riesgo de adicción a redes sociales, mientras que el 4% muestra un riesgo medio y no se identificaron casos de riesgo alto. Además, se menciona que el coeficiente de correlación de Spearman entre las dos variables es bajo ( $Rho=0.089$ ) y estadísticamente nulo ( $p = 0.174 > 0.05$ ). Aceptando la hipótesis nula.

El primer objetivo específico consistió en examinar la posible influencia del uso de redes sociales en los hábitos alimenticios de los estudiantes de secundaria en la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, en 2024. Según los resultados obtenidos, aproximadamente el 90% de los encuestados mostraron un bajo riesgo de uso de redes sociales en relación con la dieta, mientras que el 10% restante presentó un riesgo medio. No se identificaron casos de riesgo alto. Además, se encontró un coeficiente de correlación de Spearman bajo ( $Rho=0.092$ ) y estadísticamente no significativo ( $p=0.159 > 0.05$ ) entre el uso de redes sociales y los hábitos alimenticios. Estos resultados sugieren que no hay evidencia suficiente para rechazar la hipótesis nula.

El segundo objetivo específico buscó analizar la relación que tiene el uso de las

redes sociales con la bulimia y preocupación por la comida en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024. Según los resultados de la encuesta, el 96% de los alumnos mostraron un bajo riesgo en relación con la bulimia y preocupación por la comida asociados al uso de las redes sociales, mientras que un 4% presentó un riesgo medio. No se identificaron casos de riesgo alto. Además, se observó que el coeficiente de correlación de Spearman entre el uso de redes sociales y la bulimia y preocupación por la comida no fue estadísticamente significativo ( $Rho=0.028$ ,  $p=0.667 > 0.05$ ), apoyando la aceptación de la hipótesis nula.

El tercer objetivo específico, fue analizar la relación que tiene el uso de las redes sociales con el control oral en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024. Tras encuestar a los adolescentes, se observó que el 92% mostraba un bajo nivel de riesgo en el uso de redes sociales en relación con su capacidad de expresión oral, mientras que el 8% evidenciaba un riesgo medio, sin detectarse casos de riesgo alto. Asimismo, se encontró un coeficiente de correlación de Spearman bajo ( $Rho=0.102$ ), el cual no alcanzó significancia estadística ( $p = 0.116 > 0.05$ ). Estos resultados llevaron a aceptar la hipótesis nula.

Las limitaciones fueron variadas y merecen ser consideradas. En primer lugar, el cambio de la población objetivo de un entorno escolar exclusivamente femenino a uno mixto puede ser un factor de confusión potencial en los resultados esperados. La dinámica de género en un entorno mixto puede afectar las respuestas de los participantes de maneras imprevistas. Además, el hecho de que la mayoría de los alumnos sean varones puede sesgar los resultados hacia las perspectivas y experiencias masculinas, dejando de lado las voces y necesidades específicas de las estudiantes. Añadido a ello, la naturaleza misma de encuestar a adolescentes plantea desafíos, ya que es posible que algunos no tomen en serio el proceso o no proporcionen respuestas honestas y reflexivas. Es crucial considerar estas posibles restricciones al analizar los hallazgos y al hacer inferencias más amplias.

No obstante, este estudio aporta de manera significativa al entendimiento actual del tema, al ofrecer una perspectiva compleja y matizada sobre el papel que

juega las redes sociales en la predisposición de los adolescentes a desarrollar algún tipo de TCA. Esto podría fortalecer las estrategias de prevención, intervención y atención dirigidas a este problema crítico. No obstante, si bien no se encontró una correlación directa no descarta completamente el impacto de dichas variables en otra población demográfica o en un género específico. Se requieren investigaciones más exhaustivas para discernir esta relación y los posibles mecanismos subyacentes. Por consiguiente, es esencial continuar promoviendo la educación sobre el uso responsable de medios digitales entre los adolescentes, al mismo tiempo que se fomenta una alimentación equilibrada durante esta etapa crucial del desarrollo.

## **VI. CONCLUSIONES**

1. No se halló relación estadísticamente significativa entre el uso de redes sociales y las conductas de riesgo de trastornos de alimentación en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa.
2. No se halló relación estadísticamente significativa entre el uso de redes sociales con la dieta en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa.
3. No se halló relación estadísticamente significativa entre el uso de redes sociales con la bulimia y preocupación por la comida en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa.
4. No se halló relación estadísticamente significativa entre el uso de redes sociales con el control oral en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa.

## VII. RECOMENDACIONES

- Se sugiere que la institución educativa pueda crear estrategias como programar sesiones educativas sobre una adecuada alimentación en adolescentes, realizadas por nutricionistas para la prevención de conductas de riesgo de TCA en escolares.
- Al ministerio de educación y los puestos de salud cercanos, crear proyectos y campañas de salud orientados a la nutrición, sobre una alimentación saludable en adolescentes de esta manera disminuir los antecedentes de conductas de trastornos de la alimentación en estudiantes.
- A los futuros investigadores se les recomienda realizar investigaciones más detalladas o de enfoque experimental. También la aplicación de este tema de investigación en otros distritos o una población más vulnerable, que tenga mayor probabilidad de casos de conductas de riesgo de TCA para obtener los resultados esperados.
- A los tesisistas interesados en el tema recomendarles realizar investigaciones relacionados a las conductas de riesgo de TCA al ser una problemática nacional que ha ido incrementando en el transcurso de los años poniendo en riesgo el estado nutricional en los adolescentes.

## REFERENCIAS:

1. López-Gil JF, García-Hermoso A, Smith L, Firth J, Trott M, Mesas AE, et al. Global proportion of disordered eating in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. JAMA Pediatr [Internet]. 2023 [citado el 19 de octubre de 2023];177(4):363. Disponible en: <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2801664>
2. Hootsuite Inc. More than half of the people on Earth now use social media [Internet]. More than half of the people on Earth now use social media. 2021 [citado el 19 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://www.hootsuite.com/newsroom/press-releases/more-than-half-of-the-people-on-earth-now-use-social-media>
3. EsSalud alerta sobre aumento de casos de trastornos alimentarios en adolescentes desde los 11 años [Internet]. Elperuano.pe. [citado el 9 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://elperuano.pe/noticia/126450-essalud-alerta-sobre-aumento-de-casos-de-trastornos-alimentarios-en-adolescentes-desde-los-11-anos>
4. Ruiz MC. Crisis silenciosa en Perú: Trastornos alimenticios en menores de edad crecieron 300% en 5 años, ¿cómo detectarla? [Internet]. El Comercio Perú. 2023. Disponible en: <https://elcomercio.pe/peru/trastornos-alimenticios-en-menores-de-edad-crecieron-300-en-5-anos-el-avance-de-la-problematica-en-las-regiones-y-los-signos-de-alarma-informe-anorexia-bulimia-salud-mental-obesidad-vigorexia-ecdata-noticia/?ref=ecr>
5. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Nota de Prensa N° 111-2022 [Internet]. 2022 [citado el 19 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-no-111-2022-inei.pdf>
6. Essalud. EsSalud advierte que 5 % de adolescentes sufren anorexia [Internet]. Essalud. 2022 [citado el 19 de octubre de 2023]. Disponible en: <http://noticias.essalud.gob.pe/?inno-noticia=essalud-advierete-que-5-de-adolescentes-sufren-anorexia>
7. Alvarez A. Justificación de la Investigación [Internet]. Universidad de Lima.Lima.2021[citado el 3 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10821/Nota%20Acad%C3%A9mica%205%20%2818.04.2021%29%20-%20Justificaci%C3%B3n%20de%20la%20Investigaci%C3%B3n.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

8. Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. Metodología De La Investigación. 6a ed. Nueva York, NY, Estados Unidos de América: McGraw-Hill; 2014.
9. Martínez D. Influencia de las redes sociales en los trastornos de conducta alimentaria en adolescentes, una revisión sistemática [Internet]. [Trujillo]: Universidad Cesar Vallejo; 2022 [citado el 2 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/111623>
10. Marquez D, Uribe R. Influencia de la Red Social Instagram en las Conductas Alimenticias en Personas entre los 18 y 35 Años de Edad [Internet]. [Lima; Perú]: Universidad Le Cordon Bleu; 2022 [citado el 19 de octubre de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.ulcb.edu.pe/handle/ULCB/1213>
11. Perez M. Riesgo de Adicción a Redes Sociales Asociado a Riesgo de Trastorno de la Conducta Alimentaria en Estudiantes de Medicina Durante la Cuarentena por la Pandemia COVID -19 [Internet]. [Trujillo; Perú]: Universidad Privada Antenor Orrego Facultad de Medicina Humana Escuela Profesional de Medicina Humana; 2022 [citado el 19 de octubre de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/9083/1/REP\\_MIL\\_AGROS.PEREZ\\_RIESGO.DE.ADICCI%C3%93N.A.REDES.SOCIALES.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/9083/1/REP_MIL_AGROS.PEREZ_RIESGO.DE.ADICCI%C3%93N.A.REDES.SOCIALES.pdf)
12. Garrido M, Riveros G. Factores de riesgo asociados a Trastornos de Conducta Alimentaria en adolescentes de Lima Metropolitana [Internet]. [Lima; Perú]: Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas; 2023 [citado el 19 de octubre de 2023]. Disponible en: [https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/668560/Garrido\\_PM.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/668560/Garrido_PM.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
13. Emiro J, Castañeda T. Risk of eating disorders and use of social networks in female gym-goers in the city of Medellín, Colombia. Revista Colombiana de Psiquiatría [Internet]. 2020 [citado el 19 de octubre de 2023]; Disponible en: <https://www.elsevier.es/en-revista-revista-colombiana-psiquiatria-english-edition--479-pdf-S2530312020300497>
14. Lugo K. Relación del Uso de Redes Sociales, Adicción a Internet, Imagen Corporal y Riesgo de Trastorno de Conducta Alimentaria en Adolescentes de la Frontera Noroeste de México [Internet]. [Tijuana; Mexico]: Universidad Autónoma de Baja California Facultad de Medicina y Psicología Maestría en Psicología de la Salud; 2020 [citado el 19 de octubre de 2023]. Disponible en:

- <https://repositorioinstitucional.uabc.mx/server/api/core/bitstreams/0f692f16-d2e7-4be9-9fd4-9b96b4e524be/content>
15. Ojeda-Martín Á, López-Morales M del P, Jáuregui-Lobera I, Herrero-Martín G. Uso de redes sociales y riesgo de padecer TCA en jóvenes. *J Negat No Posit Results* [Internet]. 2021;6(10):1289–307. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2529-850X2021001001289](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2021001001289)
  16. Kelly NR, Kosty D, Williamson G, Guidinger C, Cotter EW. Social media and dating app use are differentially related to same- and next-day disordered eating pathology in young men with loss of control eating. *Eat Behav* [Internet]. 2023;49(101735). Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1471015323000351>
  17. Ahasan MM, Patwari MSQ, Yamaguchi M. Risk of eating disorders and the relationship with interest in modern culture among young female students in a university in Bangladesh: a cross-sectional study. *BMC Womens Health* [Internet]. 2023;23(1). Disponible en: <https://bmcwomenshealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12905-023-02186-6>
  18. Vega Botina D. Riesgo de trastornos de conducta alimentaria en relación al uso de las redes sociales en adolescentes [Internet]. [España]: Universidad de Valladolid; 2023 [citado el 1 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/61068/TFG-M3032.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
  19. Wang, Yuhui Wang, Jing Geng, Jingyu Wang, Hongxia Lei, Li. Body talk on social networking sites and restrained eating among adolescents: A test of a multiple mediation model. *Scopus* [Internet].45:145–52. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.03.002>
  20. Bajaanía Marí García A. Social networks use and risk factors for the development of eating disorders: A systematic review. *Scopus* [Internet]. 55:11. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.abril.2023.102708>
  21. Aldana, M.S., Solano Aguilar, S., Páez Esteban, A.N., Ortiz Rodríguez, S. P., Torres Contreras, C. C., & Casadiegos Patiño, L.F. (2023). Riesgo de Trastornos de Conductas Alimentarias Asociados al Estado Nutricional de los Adolescentes. *Cultura de los Cuidados* (Edición digital), 27(65). Recuperado de <http://dx.doi.org/10.14198/cuid.2023.65>
  22. Salud mental del adolescente [Internet]. Organización mundial de la Salud. 2021 [citado el 2 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

23. Tipos de TCA [Internet]. Associació Contra l'Anorèxia i la Bulímia. 2019. Disponible en: <https://www.acab.org/es/los-trastornos-de-conducta-alimentaria/que-son-los-tca/tipos-de-tca/>
24. Dieta [Internet]. Real Academia española. [citado el 2 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://dle.rae.es/dieta>
25. Debra K, Norris M. Trastornos de la conducta alimentaria y de la ingesta de alimentos. En: Enfermedades digestivas y hepáticas [Internet]. Filadelfia, PA, Estados Unidos de América: Elsevier - Health Sciences Division; [citado el 2 de diciembre de 2023]. p. 117/132. Disponible en: <https://www.clinicalkey.es/#!/content/book/3-s2.0-B9788491139492000093?scrollTo=%23hl0000675>
26. Nitsch A, Dlugosz H, Gibson D, Mehler PS. Medical complications of bulimia nervosa. Cleve Clin J Med [Internet]. 2021;88(6):333–43. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3949/ccjm.88a.20168>
27. Peterson K, Fuller R. Anorexia nervosa in adolescents: An overview. Nursing [Internet]. 2019 [citado el 3 de diciembre de 2023];49(10):24–30. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1097/01.nurse.0000580640.43071.15>
28. Roza Amengual LN. El trastorno por atracón [Internet]. Instituto Psicología-Sexología Mallorca. 2023 [citado el 3 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://www.psicologiasexologiamallorca.com/trastorno-por-atracon/>
29. Investigación RS. Vigorexia [Internet]. RSI - Revista Sanitaria de Investigación. 2021 [citado el 3 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/vigorexia/>
30. Jara B. Propiedades Psicométricas del Cuestionario Actitudes ante la Alimentación en Estudiantes de una Universidad Privada de Trujillo. [Tesis para obtener el título de licenciada en psicología]. Disponible en: [https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/6419/1/RE\\_PSICOL\\_BRIGITTE.JARA\\_PROPIEDADES.PSICOMETRICAS.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/6419/1/RE_PSICOL_BRIGITTE.JARA_PROPIEDADES.PSICOMETRICAS.pdf)
31. Soler Tovar Diego. Redes sociales y divulgación científica. Rev. Med. Vet. [Internet]. 2014 June [ Citado 15 de octubre del 2023];27. Disponible en: <https://ciencia.lasalle.edu.co/mv/vol1/iss27/13/>
32. Restrepo Jorge. Riesgo de trastorno de la conducta alimentaria y uso de redes sociales en usuarias de gimnasios de la ciudad de Medellín, Colombia. Rev. Colomb. psiquiatr. [Internet] 2021 Setiembre [Citado 15 de octubre del 2023]; 49(3). Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0034745018300921>

33. Eduardo Á, Martín Delgado C. Adicción a redes sociales en adolescentes: personalidad y síntomas psicopatológicos [Internet]. [España]: Universidad de la Laguna; 2021 [citado el 2 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/23967>
34. Diaz M, Nobalvos J, Rodriguez, A, Santi M, Balmonete S. Redes sociales y ciberacoso en los trastornos de la conducta alimentaria. Nutr. Hosp. [Internet] 2022 octubre [Citado el 3 de diciembre del 2023];39. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112022000500010](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112022000500010)
35. Hernández Mite KD, Yanez Palacios JF, Carrera Rivera AA. Las Redes Sociales y Adolescencias: Repercusión en la Actividad Física. Universidad y Sociedad [Internet]. 2017 [citado el 2 de diciembre de 2023];9(2):242–7. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2218-36202017000200033](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202017000200033)
36. REAL ACADEMIA ESPAÑOLA: Diccionario de la lengua española, 23.<sup>a</sup> ed., [versión 23.6 en línea]. [Citado 15 de octubre del 2023]. Disponible en: <https://dle.rae.es/friki>
37. Asensio L. Nomofobia. Enfermedades del siglo XXI; 2018. Elsevier 44(7). 117-118. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-familia-semergen-40-articulo-nomofobia-enfermedades-del-siglo-xxi-S113835931830203X>
38. Barrios B, Bejar V, Cauchos V. Uso excesivo de smartphones/ teléfonos celulares: Phubbing y Nomofobia. Rev chilena neuro psiquiatría. [Internet] 2017 julio – septiembre [Citado 03 de diciembre del 2023]; 55(3). Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3315/331553232008.pdf>
39. Peris M, Maganto C, Garaigordobil M. Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet: fiabilidad y validez (ERA-RSI). Rev psicol clín con niños adolesc [Internet]. 2018;5(2):30–6. Disponible en: <https://www.revistapcna.com/sites/default/files/04.pdf>
40. Quicaña C. Propiedades psicométricas de la Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI) en estudiantes de I.E. de Puente Piedra, 2020 [Internet]. [Lima]: Universidad Cesar Vallejo; 2021 [citado 2024]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/63555/Quica%c3%b1a\\_CCL-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/63555/Quica%c3%b1a_CCL-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

41. Universidad Cesar Vallejo. (Julio del 2022). Código de Ética en Investigación de la Universidad César Vallejo. Vicerrectorado de Investigación.
  
42. Informe Belmont [Internet]. Gobierno de Mexico. 2017. Disponible en: [https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/investigacion/comiteEtica/informe\\_belmont.html](https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/investigacion/comiteEtica/informe_belmont.html)

## ANEXOS

### Anexo 01. Matriz de operacionalización de variables

Variables de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicador	Ítems	Escala de medición
V <sub>1</sub> : Uso de redes sociales	El uso de las redes sociales es un recurso que tiene mayor alcance en la sociedad y mayormente ocurre en las adolescentes y jóvenes. Se utiliza para buscar información de importancia para estas mismas, el uso desmedido de este medio de comunicación puede ocasionar ansiedad, problemas sobre el peso y la forma de ver el cuerpo, además de ocasionar desórdenes en la alimentación y riesgo de padecer un TCA.	El cuestionario a utilizar será la escala de riesgo de adicción - adolescente a la redes sociales e internet (ERA-RSI) la cual fue estudiada por La Universidad del País Vasco España para observar su fiabilidad y validez concluyendo que se hallaron correlaciones positivas siendo así un cuestionario fiable para detectar el riesgo de adicción a redes sociales en adolescentes.	-Síntomas – adicción -Uso – social -Rasgos frikis -Nomofobia	Bajo riesgo Medio riesgo Alto riesgo	- Ítems: 1,2,3,4,5, 6,7,8 y 9  - Ítems: 10,11,12, 13,14,15, 16 y 17  - Ítems: 18,19,20, 21,22 y 23  - Ítems: :24,25,26, 27,28 y 29	Ordinal
V <sub>2</sub> : Conductas de riesgo de trastornos de la alimentación	La Organización Mundial de la Salud (OMS) conceptualizó a los TCA en relación a la aparición de anorexia y la bulimia nerviosa, como una de las conductas de riesgo que suelen ser presentadas en la adolescencia y juventud, en las cuales, se observa la preocupación excesiva por la figura corporal, el peso e ingesta de alimentos; siendo así una asociación directa con la mortalidad a diferencia de otros tipos de trastornos.	El cuestionario que se utilizará es el EAT-26 la cual permite identificar trastornos de conducta alimentaria mediante 26 preguntas que se subdividen en 3 categorías ayudando a la identificación del tipo de TCA que presenta el encuestado. (-)	- Dieta -Bulimia y preocupación por la comida -Control oral	Bajo riesgo Medio riesgo Alto riesgo	-Ítems: 1, 6, 7, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 22, 23, 24, 25)  -Ítems:(3, 4, 9, 18, 21, 26)  -Ítems:(2, 5, 8, 13, 15, 19, 20)	Ordinal

## Anexo 02. Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	DISEÑO METODOLOGICO
<p><b>General</b></p> <p>¿Qué relación tiene el uso de las redes sociales con las conductas de riesgos de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena?</p>	<p><b>General</b></p> <p>Analizar la relación que tiene el uso de las redes sociales con las conductas de riesgos de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena</p>	<p><b>General</b></p> <p>Existe relación significativa entre el uso de las redes sociales con las conductas de riesgos de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena</p>	<p>V<sub>1</sub>: Uso de redes sociales</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Síntomas – adicción</li> <li>• Uso – social</li> <li>• Rasgos frikis</li> <li>• Nomofobia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tipo de estudio</b></li> </ul> <p>El estudio es de tipo cuantitativo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Diseño</b></li> </ul> <p>Estudio descriptivo correlacional</p>
<p><b>Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué relación tiene el uso de las redes sociales con la dieta en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena?</li> <li>• ¿Qué relación tiene el uso de las redes sociales con la bulimia y preocupación por la comida en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena?</li> <li>• ¿Qué relación tiene el uso de las redes sociales con el control oral en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena?</li> </ul>	<p><b>Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizar la relación que tiene el uso de las redes sociales con la dieta en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena</li> <li>• Analizar la relación que tiene el uso de las redes sociales con la bulimia y preocupación por la comida en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena</li> <li>• Analizar la relación que tiene el uso de las redes sociales con el control oral en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena</li> </ul>	<p><b>Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Existe relación significativa entre el uso de las redes sociales con la dieta en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena</li> <li>• Existe relación significativa entre el uso de las redes sociales con la bulimia y preocupación por la comida en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena</li> <li>• Existe relación significativa entre el uso de las redes sociales con el control oral en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena</li> </ul>	<p>V<sub>2</sub>: Conductas de riesgo de trastornos de la alimentación</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dieta</li> <li>• Bulimia y preocupación por comida</li> <li>• Control oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Área de estudio</b></li> </ul> <p>Institución educativa San Martín de Porres Magdalena</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Población de muestra</b></li> </ul> <p>Estudiantes adolescentes de 3ro, 4to y 5to de secundaria</p>

### **Anexo 03. Consentimiento informado**

#### **Consentimiento informado padre u apoderado**

**Título de la investigación:** Relación del uso de las redes sociales y conductas de riesgo de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024

**Investigadores:** Lizeth Madelyn Alvarado Parado y Karol Montenegro Moreno

**Propósito del estudio:** Invitamos a su menor hijo (a) a participar de la investigación que tiene como título *Relación del uso de las redes sociales y conductas de riesgos de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena, 2024*; que tiene como objetivo; Analizar la relación que tiene el uso de las redes sociales con las conductas de riesgos de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena. La investigación está siendo realizada por las estudiantes de la carrera de Nutrición de la Universidad César Vallejo filial Lima Este, aprobada por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de los directivos de la institución educativa San Martín de Porres, Magdalena.

**Procedimientos:**

Si autoriza que su menor hijo (a) participará y el menor desea participar en la investigación, le damos a conocer los cuestionarios que realizará

1. Escala de riesgo de adicción – adolescente a las redes sociales e internet (ERA – RSI)
2. Cuestionario de actitudes ante la alimentación - EAT 26

La encuesta será realizada de forma presencial en las instalaciones del colegio (aula de cada alumno) que tendrá como duración de 15 a 20 minutos. No se pedirán datos adicionales que no corresponda al tema de investigación. Las encuestas serán anónimas, no se pedirán nombres y apellidos de los estudiantes.

-----

Firma del padre o apoderado

## Anexo 04. Cuestionario de actitudes ante la alimentación - EAT 26

### Cuestionario de actitudes ante la alimentación - EAT 26

Fecha: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_

Sexo: \_\_\_\_\_

Grado: \_\_\_\_\_

Sección: \_\_\_\_\_

El presente cuestionario consiste de veintiséis ítems. Por favor lea los ítems de forma pausada una por una, si el ítem describe su actitud de hace tres meses hasta el día de hoy, marque con una X en el recuadro “Siempre”, “Casi siempre”, “A veces”, “Casi nunca” o “Nunca”, según se adapte a tu rutina.

S	Siempre	CS	Casi siempre	AV	A veces	CN	Casi nunca	N	Nunca
---	---------	----	--------------	----	---------	----	------------	---	-------

N°	ITEMS	S	CS	AV	CN	N
1	Me angustia la idea de estar demasiado gordo/a					
2	Procuro no comer cuando tengo hambre					
3	La comida es para mí una preocupación habitual					
4	He sufrido crisis de atracones en las que tenía la sensación de no poder parar de comer					
5	Corto mis alimentos en trozos pequeños					
6	Conozco la cantidad de calorías de los alimentos que como					
7	Procuro no comer alimentos que contengan muchos carbohidratos (pan, arroz, papas, etc.)					
8	Tengo la impresión de que a los demás les gustaría verme comer más					
9	Vomito después de comer					
10	Me siento muy culpable después de comer					
11	Me obsesiona el deseo de estar más delgada/o					
12	Cuando hago deporte pienso sobre todo en quemar calorías					
13	Los demás piensan que estoy demasiado delgada/o					
14	Me preocupa la idea de tener zonas gordas en el cuerpo y/o de celulitis					
15	Tardo más tiempo que los demás en comer					
16	Procuro no comer alimentos que tengan azúcar					
17	Como alimentos dietéticos					
18	Tengo la impresión de que mi vida gira alrededor de la comida					
19	Tengo un buen autocontrol en lo que se refiere a la comida					
20	Tengo la sensación de que los demás me presionan para que coma más					
21	Paso demasiado tiempo pensando en comida					
22	No me siento bien después de haber comido dulces					
23	Estoy haciendo dieta					
24	Me gusta tener el estómago vacío					
25	Me gusta probar platos nuevos, platos sabrosos y ricos en calorías					
26	Después de las comidas tengo el impulso de vomitar					

## Anexo 05. Escala de riesgo de adicción – adolescente a las redes sociales e internet (ERA – RSI)

El presente cuestionario consiste de veintinueve ítems. Por favor lea los ítems de forma pausada una por una, si el ítem describe su actitud, marque con una X en el recuadro:

**1 = Nunca o nada; 2 = Alguna vez o poco; 3 = Bastantes veces o bastante; 4 = Siempre o Mucho**

¿Cuenta con redes sociales? ( si ) ( no )

¿Cuánto y cuándo utilizo las redes sociales e internet? (Síntomas-adicción)	1	2	3	4
1. Teniendo en cuenta todas las veces que visito las RSI y el WhatsApp, sin estar dedicadas al estudio, el tiempo que paso diariamente en ellas es: (1) Alrededor de 1 hora; (2) Unas 2 horas; (3) Entre 3 y 4 horas; (4) Más de 4 horas				
2. Utilizo las RSI en mis horas de estudio y / o trabajo				
3. Ahora mismo sentiría rabia si tuviera que prescindir de las RSI				
4. Acceso a las RSI en cualquier lugar y a cualquier hora				
5. Creo que conectarme a las RSI ha interferido en mi trabajo académico/laboral				
6. He perdido horas de sueño por conectarme a las redes sociales y por ver series				
7. Oculto en mi casa el tiempo que me conecto a las RSI				
8. Si no tengo acceso a internet me siento inseguro				
9. Actualizo mi estado				
<b>Total, síntomas de adicción</b>				
<b>El uso más habitual que realizo de las redes sociales es: (Uso-social)</b>	1	2	3	4
10. Consulto los perfiles de mis amigos / as				
11. Utilizo el chat				
12. Subo fotografías y / o videos				
13. Comentamos las fotografías entre amigos/as				
14. Veo lo que mis contactos están haciendo en las últimas horas				
15. Encuentro a antiguos amigos				
16. El número de fotografías que he publicado en las RSI e internet es: (1) <100; (2) 101 a 1000; (3) 1001 a 3000; (4) > 3000				
17. Hacer nuevos amigos/as				
<b>Total, uso social</b>				
<b>Paso tiempo en las RSI para: (Rasgos-frikis)</b>	1	2	3	4
18. Jugar a juegos virtuales y / o de rol				
19. Unirme a grupos de interés				
20. Buscar información sobre sexualidad				
21. Entrar en páginas eróticas				
22. Tener encuentros sexuales				
23. Uso el móvil para escribir mensajes eróticos				
<b>Total, rasgos frikis</b>				
<b>Tengo un móvil, Smartphone, iPhone y... (Nomofobia)</b>	1	2	3	4
24. Me siento más seguro o acompañado sabiendo que en cualquier momento me puedo comunicar con alguien				
25. Creo que es más seguro mandar una fotografía por móvil que colgarla en otras RSI				
26. Si no responden inmediatamente a mis mensajes siento ansiedad y angustia				
27. Me pondría furioso si me quitarán el móvil				
28. Necesito saber si el destinatario ha leído o no mi mensaje				
29. Me inquieto si nadie me habla cuando estamos conectados				
<b>Total, nomofobia</b>				
<b>Total, escala de adicción</b>				

## Anexo 07: Carta de aceptación



Ministerio de Educación - UGEL N° 03  
Institución Educativa Mixta N° 72

“San Martín de Porres”

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

Magdalena del Mar, 02 de mayo del 2024

Señoritas:  
LIZETH ALVARADO Y KAROL MONTENEGRO  
Estudiantes de la Universidad de Cesar Vallejo

Estimadas Lizeth Alvarado y Karol Montenegro:

Nos complace informarle que su propuesta de investigación titulada “Relación del uso de las redes sociales y conductas de riesgos de trastornos de la alimentación en estudiantes del nivel secundario de la I.E. N° 072 San Martín de Porres - Magdalena 2024” ha sido revisada y aceptada para llevarse a cabo como parte del programa de investigación en nuestro colegio.

Felicitaciones por su dedicación y esfuerzo en la formulación de esta propuesta. Estamos seguros de que su investigación será un valioso aporte tanto para su desarrollo académico como para la comunidad escolar en general.

A continuación, le proporcionamos algunos detalles importantes:

**Fecha de inicio: 13 de marzo del 2024**

**Fecha de Conclusión: 30 de mayo del 2024**

**Supervisora de Investigación: Sub directora de la I.E. 072 “San Martín de Porres”, Dra. Lizbet Naupari Tolentino.**

Asimismo, asegurarse de cumplir con todas las pautas y procedimientos establecidos para llevar a cabo su investigación de manera ética y efectiva. No dudar en comunicarse con su supervisora de investigación si necesita orientación o asistencia en cualquier etapa del proceso.

Les deseamos mucho éxito en su proyecto y esperamos con interés los resultados de su investigación.

Atentamente,



*[Firma manuscrita]*  
MAG. FABIOLA SUAREZ CORDERO  
DIRECTORA  
I.E. N° 072 “San Martín de Porres”

Av. Sucre 1277 - Magdalena del Mar Teléfono 461-0933  
E-mail: cmix.smp@gmail.com

“La Innovación marca nuestro Liderazgo”

## Anexo 08. Evidencias fotográficas



