



**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

**SEDE QUITO**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**ESTEREOTIPOS DE BELLEZA EN REDES SOCIALES Y SU IMPACTO  
PSICOSOCIAL EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE QUITO, ENTRE 20 A 25  
AÑOS, EN EL AÑO 2023**

Trabajo de titulación previo a la obtención del

Título de Licenciada en Psicología

**AUTOR: ZUÑIGA MORENO MISHELL STEFANIA**

**TUTOR: GRIJALVA CEVALLOS LUISA MARÍA**

Quito-Ecuador

2024

**CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE  
TITULACIÓN**

Yo, Mishell Stefania Zuñiga Moreno con documento de identificación N° 1718483959 manifiesto que:

Soy el autor y responsable del presente trabajo; y, autorizo a que sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

Quito, 20 de febrero del año 2024

Atentamente,



---

Mishell Stefania Zuñiga Moreno  
1718483959

**CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO  
DETITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

Yo, Mishell Stefania Zuñiga Moreno con documento de identificación No. 17181483959, expreso mi voluntad y por medio del presente documento cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autora de la Sistematización de prácticas de investigación y/o intervención: ESTEREOTIPOS DE BELLEZA EN REDES SOCIALES Y SU IMPACTO PSICOSOCIAL EN JOVENES UNIVERSITARIOS DE QUITO, ENTRE 20 A 25 AÑOS, EN EL AÑO 2023 ,el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: Licenciada en Psicología, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribo este documento en el momento que hago la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 20 de febrero del año 2024

Atentamente,



---

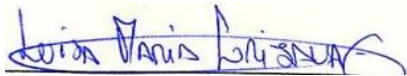
Mishell Stefania Zuñiga Moreno  
1718483959

## **CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Yo, Luisa María Grijalva Cevallos con documento de identificación N°1720578705, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: ESTEREOTIPOS DE BELLEZA EN REDES SOCIALES Y SU IMPACTO PSICOSOCIAL EN JOVENES UNIVERSITARIOS DE QUITO, ENTRE 20 A 25 AÑOS, EN EL AÑO 2023, realizado por Mishell Stefania Zuñiga Moreno con documento de identificación N° 1718483959, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción Sistematización de prácticas de investigación y/o intervención que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 20 de febrero del año 2024

Atentamente



---

Luisa María Grijalva Cevallos  
1720578705

## **Dedicatoria**

Este trabajo de investigación esta dedica a Mishell la autora de este trabajo de investigación, la cual se esforzó cada día de su carrera universitaria, a la cual le costó mucha pero mucha dedicación. Cada día de mi vida anhele que llegara este día de culminación de mi carrera, y estoy agradecida por no rendirme por luchar incansablemente por sacar mi tan anhelado título, agradezco infinitamente haber sacado fuerzas para no decaer en el proceso, porque aun cuando la situación parecía complicarse, había una luz siempre al final del camino, que me permitía avanzar, estoy muy orgullosa de poder plasmar en este trabajo de investigación mi esfuerzo, mi conocimiento, y mi infinito cariño por la carrera de Psicología.

A mi querida madre por su amor infinito, por su dedicación constante, por enseñarme cada día de mi vida a luchar incansablemente por mis sueños, por ser mi fuente de motivación y sobre todo por ser la única que creyó en mí. Mamita este esfuerzo es más tuyo que mío, este logro es de las dos, siempre estaré agradecida contigo y con Dios por regalarme esa mujer tan admirable, tan trabajadora y sobre todo tan valiente. Serás siempre mi amor más grande y puro, que Dios y la vida me permita seguir dedicándote más de mis triunfos porque esta que concluyo ahora solo es el primero de muchos.

## **Agradecimiento**

Agradezco infinitamente a Dios por darme sabiduría, inteligencia, y fuerza para terminar con este trabajo de investigación que ha sido lleno de retos y de satisfacción propia.

A mis queridos amigos de la universidad por ser mi fuente de inspiración y mi compañía diaria, a ustedes les llevo en mi corazón.

A la institución que me abrió las puertas para poder ejercer mi tan anhelada carrera y ser una profesional, a mi tutora por su esfuerzo, paciencia y entrega.

## **Resumen**

Esta investigación pretende analizar los estereotipos de belleza en redes sociales y su impacto psicosocial en jóvenes universitarios en el año 2023, mediante entrevistas a profundidad a tres hombres y tres mujeres, se pretende dar a conocer los efectos psicosociales significativos por el uso de las redes sociales.

Esta investigación es de enfoque cualitativo y mediante los fragmentos narrativos de las entrevistas se permite dar un recorrido amplio y muy significativo que nos permita adentrarnos en las vivencias diarias de estos jóvenes universitarios y el uso de las redes sociales y de qué manera están afectando su diario vivir.

Las entrevistas se centran en tres categorías: redes sociales, estereotipos de belleza y efectos psicosociales y a partir de ahí se analiza de qué manera estas tres categorías están correlacionadas, finalmente el trabajo concluye enfatizando las consecuencias de cada una de estas categorías en los jóvenes universitarios.

**Palabras claves:** estereotipos de belleza, redes sociales, impactos psicosociales

## **Abstract**

This research aims to analyze beauty stereotypes on social networks and their psychosocial impact on young university students in the year 2023, through in-depth interviews with three men and three women, it is intended to reveal the significant psychosocial effects of the use of social networks.

This research has a qualitative approach and through the narrative fragments of the interviews it allows us to give a broad and very significant tour that allows us to delve into the daily experiences of these young university students and the use of social networks and how they are affecting their daily life. live.

The interviews focus on three categories: social networks, beauty stereotypes and psychosocial effects and from there it is analyzed how these three categories are correlated. Finally, the work concludes by emphasizing the consequences of each of these categories on young university students.

**Keywords:** beauty stereotypes, social networks, psychosocial impact



## Índice

I.	Datos informativos del Proyecto .....	1
II.	Objetivos .....	1
III.	Eje de la intervención o investigación .....	1
IV.	Objeto de la intervención o de la práctica de investigación/intervención.....	21
V.	Metodología.....	23
VI.	Preguntas claves .....	26
VII.	Organización y procesamiento de la información .....	29
VIII.	Análisis de la información.....	45
IX.	Justificación.....	45
X.	Caracterización de los beneficiarios .....	48
XI.	Interpretación.....	49
XII.	Principales logros del aprendizaje .....	50
XIII.	Conclusiones y Recomendaciones.....	53
	Referencias bibliográficas .....	57

## **I. Datos informativos del Proyecto**

- **Título del trabajo de titulación:** Estereotipos de belleza en redes sociales y su impacto psicosocial en jóvenes universitarios de Quito, entre 20 a 25 años, en el año 2023
- **Nombre del Proyecto:** Proyecto de investigación para la obtención de Título de Licenciada en Psicología
- **Delimitación del tema:** Estereotipos de belleza en redes sociales y su impacto psicosocial en jóvenes universitarios de Quito, entre 20 a 25 años, en el año 2023

## **II. Objetivos**

### **Objetivo General**

Identificar los estereotipos de belleza en redes sociales y su impacto psicosocial en jóvenes universitarios de Quito, entre 20 a 25 años, en el año 2023

### **Objetivos Específicos**

- Identificar cuáles son los factores psicosociales que se presentan en jóvenes universitarios con la utilización de redes sociales mediante entrevistas a profundidad.
- Analizar los estereotipos de belleza que están presentes en las redes sociales.

## **III. Eje de la intervención o investigación**

### **Estereotipos**

El término estereotipo está presente desde 1922 en donde fue introducido en la literatura por y el mismo autor lo definió como “las imágenes en nuestras cabezas” (Lippmann, 1922, p. 4), de las masas sociales, por lo tanto, podemos decir que desde ese momento este término es utilizado para dar a conocer los rasgos o características de los individuos.

Por otro lado, Katz y Braly (1933) realizaron un estudio basado en los estereotipos denominado "Racial Stereotypes of One Hundred College Students", en el cual, pidieron a estudiantes universitarios que ligaran ciertas características con diferentes grupos étnicos y raciales. Los resultados revelaron la existencia de estereotipos comunes en esa población.

Estos autores llegaron a la conclusión de que los estereotipos están muy extendidos y están perennes en la sociedad, y enfatizaron que las personas a menudo tienen prejuicios y puntos de vista simplistas sobre los demás, especialmente cuando se habla acerca de la raza y el origen étnico. Algo bastante interesante que se enfatizan en este estudio es que, esta visión de los estereotipos en ocasiones puede adquirirse como resultado de influencias sociales y también de su cultura, no siempre es adquirida a través de experiencias personales (Valdeiglesias, 2044).

El reconocido Gordon Allport fue un importante psicólogo social que planteo y realizo estudios acerca de los estereotipos "The Nature of Prejudice" en el año 1954, aquí se estudia principalmente el estereotipo junto con el prejuicio dando una connotación bastante interesante. Este autor definió al estereotipo como generalizaciones al borde de la exageración y rígidas que se aplican a todos los individuos de un grupo. Afirmaba que los estereotipos son una forma de simplificación psicológica que ayuda a los individuos a categorizar y comprender el complejo mundo social (Valdeiglesias, 2044).

Por otro lado, tenemos a Tajfel H. (1984) en donde señalaban que un estereotipo es una necesidad de cada individuo, en donde su función radica en poder entender los hechos para justificar las acciones frente a otra masa de personas, enfatizando las diferencias, para de esta manera poder implantar lo positivo ante este grupo de personas (Maric, 2015).

Po lo tanto, podemos decir que, los estereotipos funcionan evidentemente como justificadores ideológicos, que contribuyen a la construcción de la identidad de cada

individuo, tomando en cuenta que los estereotipos no son más que una percepción estructurada aceptada por la mayoría de individuos asociando características y diferencias de cada persona (Maric, 2015).

Para Smith & Pérez (2007) los estereotipos a lo largo de la historia han tenido varios significados con diferentes autores, sin embargo, los citados anteriormente aseguran que los estereotipos son funcionales si lo ponemos en el contexto social y psicológicamente. Estas estructuras nos van a permitir comprender el mundo a nuestro alrededor y sobre todo establecer y sintetizar nuestro entorno social.

### **Belleza**

El termino belleza ha estado presente en nuestro entorno desde siglos pasados en donde varios autores definieron al termino belleza como algo extraordinario placentero, empezaremos dando un recorrido por la antigüedad con filósofos como Aristóteles y Platón que desde épocas pasadas acuñaron este término de belleza desde sus diferentes enfoques y que hasta la actualidad se encuentran presentes en nuestro día a día (Monar, 2009).

La influencia de la belleza se expande y se absorbe en toda la filosofía de Platón, desde sus ideas metafísicas y cosmológicas hasta su filosofía de la naturaleza. Este impacto implica diferentes categorías de la vida humana, y estas se clasifican ente la ciencia, la política, la ética, etc. (Mansur, 2019).

Podemos decir entonces que para Platón la belleza trasciende si hablamos en términos ontológicos, para este filosofo la belleza o lo bello nace específicamente de una idea, y la belleza se da inicialmente a través de esta idea absoluta, por esta razón se puede decir que cada persona mantiene una idealización de lo que significa la palabra bello y a partir de este ideal el individuo genera su propia idea entre lo bello y lo feo (Rios, 2010).

El realismo aristotélico fundamentaba que la belleza es una expresión únicamente corporal, y está muy ligada a la idea del filósofo Platón ya que se enfatiza que la belleza es una idea que trasciende y que esta receptada por nuestra sensibilidad, por lo tanto, termina siendo una idea bastante acertada (Monar, 2009).

Para el importante filósofo Kant (1790) la belleza esta primordialmente dada por la razón que parte desde principio desde la realidad sensible, y sobre todas las cosas intenta ser la afirmación colosal acerca de la razón sobre la realidad, es importante hacer énfasis que la razón va a poseer la jurisdicción de concebir lo que se considere como bello, hay que tener en cuenta que cada individuo utiliza la razón como una construcción individual, sin embargo se intentara construir reglas universales para esta belleza (Monar, 2009).

Por otro lado, desde la perspectiva del antropólogo Georges Bataille en su famosa obra “El erotismo” (1957), la belleza es más concebida como el objeto en el que se concibe el deseo dado por el individuo, este autor menciona que la belleza es todo lo opuesto a la animalidad, debido a que la misma es apeteciblemente ansiada, Bataille (1957) asegura que esta belleza resulta ser codiciada tanto hasta tal punto de llegar a ser ensuciada).

Existen antropólogos que, aunque en sus obras explícitamente no hablen acerca de la belleza como tal, si hablan de un sin número de elementos que nos permiten analizar este término mencionado anteriormente. Clifford Geertz, en su obra que denominó “La interpretación de las Culturas” (1973) abarca la significación acerca de la opinión estética en el estudio de las culturas.

El autor antes mencionado hace énfasis y contempla lo importante de la estética en el ambiente cultural, nos hace reflexionar acerca de la belleza que va más allá de lo físico la belleza que podemos encontrar en diversas formas como en las representaciones artísticas, culturales, en la belleza de los rituales que cada cultura mantiene a lo largo de los años, esta

base teórica que nos proporciona el autor nos hace entender la importancia del estudio de lo bello que está inmerso en la diversidad de las culturas (Geertz, 1973).

El importante sociólogo Pierre Bourdieu (1979) en su obra “La Distinción Criterios y bases sociales del gusto” es otro de los autores que no analiza la belleza en sí misma, hace énfasis en los gustos culturales que van de la mano con los gustos estéticos y como los mismos están determinados por la categorización social y la correspondencia a ciertas masas sociales.

Por otro lado, Karen Dion es una psicóloga que aborda la belleza desde la psicología social, es conocida por su famoso estudio “What is Beautiful is Good” (1972) y junto con sus colegas llegaron a la conclusión de que la apariencia física juega un papel fundamental para iniciar una relación de pareja (Martinez, 2017).

Dion (1972) junto con sus colegas aseguraban que para los individuos mayormente simpáticos se asignan algunas características significativas como la bondad y también la inteligencia, por lo tanto, con esto mencionado anteriormente podemos decir que Dion en sus estudios hacia una estrecha relación entre una caracterización de personalidad positiva junto con rasgos de belleza física (Martinez, 2017).

## **Recorrido Histórico de los Estereotipos de Belleza**

### **Belleza en las Civilizaciones Antiguas**

La belleza es un término que ha ido evolucionando con el tiempo, tomando en cuenta que desde épocas pasadas la belleza ya se encontraba presente. La cultura griega acuñaba el término acerca de “lo bello” que estaba estrechamente ligado más a situaciones de moralidad antes que a la belleza subjetiva (Lopez, 2019).

En Grecia se puede observar varias cerámicas que hacen referencia a las personas cuidando y manteniendo un buen aseo diario, ya que estas imágenes se encuentran bañándose

o lavando cuidadosamente su cabello junto con su piel, por lo tanto, podemos decir que este cuidado ha estado presente desde siglos pasados (Lopez, 2019).

En las Antiguas Civilizaciones se tenía perspectivas diferentes entre la belleza de la mujer y la belleza del hombre, por un lado, la belleza femenina era considerada en la mayoría de los casos como una belleza muy tentadora para el género opuesto y que era la causante en varias ocasiones de lo peligroso, a diferencia de la belleza de los hombres que era más considerado como una figura heroica (Salas, 2013).

Roberto Lopez (2019) afirma que la belleza en estas civilizaciones antiguas también estaba muy ligada a la juventud de las personas, por tal motivo esta civilización optaba siempre por tener una piel tersa ya que tener una piel casi pálida era sinónimo no solo de belleza sino también de dominio, opulencia, y fortuna económica.

### **Belleza en el Edad Media y Renacimiento**

Para Pater en su obra “The Renaissance: Studies in Art and Poetry” (1981) se refiere a la belleza como una de las placenteras sensaciones, y que está basada por hábitos sensoriales, y de qué manera nuestro sentido de la vista se encarga de deleitarse y analizar lo bello que se encuentra en nuestro alrededor, el arte, la pintura, incluso la belleza que nos transmite la misma naturaleza.

El autor antes mencionado enfatizaba en la singularidad de la belleza dando a conocer la importancia de que cada individuo goce personalmente las infinitas maneras de poder percibir la belleza, esta experiencia daba a cada individuo una experiencia distinta y única sin respetar normas impuestas por la sociedad (Pater, 1981).

En la Edad Media se habla de la belleza espiritual y se hacía más énfasis en la misma antes que la propia belleza física, por lo tanto, el mayor peso ya recaía en la belleza del alma

de cada individuo, que al igual que la belleza en el Renacimiento hacia énfasis en la parte sensorial (Castro Hernández, 2020).

Mediante esta sensibilidad que se mencionaba anteriormente el individuo podía percibir las expresiones de belleza a su alrededor lo que genera en el individuo un gusto y un deleite pleno, produciendo un lazo estrecho entre sujeto-objeto, tomando en cuenta que esta sensibilidad no solo capta la imagen física si no también la belleza de la espiritualidad (Castro Hernández, 2020).

### **Belleza Edad Moderna**

Para el famoso Georg Wilhelm Friedrich Hegel (1799-1800) la belleza no solo se centra en lo sensorial como se enfatizaba en la Edad Media, aquí la belleza va más allá, hace una estrecha relación de la misma con la libertad, ya que cuando el individuo utiliza la creatividad e imaginación para crear arte en la pintura, música, en otras, el ser humano intenta configurar la realidad desde la libertad.

Este autor mantenía la idea que la belleza no solo está inmersa en la parte visual de las obras de arte si no también estaba ligada a lo que el autor de dichas obras quería dar a conocer a las masas, de esta manera también se llegaba a mostrar verdades absolutas, no obstante, enfatizaba la belleza anexada al autoenfoque y la exteriorización de la espiritualidad humana (Hegel Friedrich, 1799-1800).

Por otro lado, Oscar Wilde destacaba a la belleza como una búsqueda constante en la vida y sobre todo en el arte, reiteraba en varias ocasiones que cada ser humano tiene su idea individualista de lo que significa la belleza. Por otro lado, este autor utilizo ideas bastante ingeniosas y significativas para hablar acerca de la belleza que aun en la actualidad se siguen utilizando (Barañano, 1985).



El autor antes citado hace hincapié en la importancia de la belleza para la inspiración de cada ser humano, por tal motivo cuando el autor habla de este término se refiere únicamente a la belleza artística ya que asegura que es únicamente en donde se puede encontrar una belleza significativa es en el arte, asegura que el artista es el único con la idoneidad de instaurar la belleza en el objeto (Sánchez Luque, 2002).

### **Belleza en la Edad Contemporánea**

Cuando empieza el siglo XX la belleza empieza a tener un impacto más significativo debido a que se empieza a dar una utilización masiva de medios de comunicación como revistas, periódicos inclusive radios en donde se describía a la belleza tan solo escuchando las descripciones que daba el presentador de radio, teniendo en cuenta que la belleza es un término universal que podía trascender (Luna Montaña, 2001).

En inicios del siglo XX se quería dar a conocer una belleza que se muestre con cuerpos no tan delgados que hagan alusión que tanto hombres como mujeres no están pasando hambre, sin embargo, esto se fue modificando a mediados del siglo XX la belleza era sinónimo de cuerpos delgados cuerpos con vientres planos, con una hermosa rebotante cabellera, con una nariz perfilada con unos senos proporcionados y sobre todo cuerpos no tan pálidos y sobre todo cuerpo que carezcan de arrugas (Pérez, 2006).

Pablo Picasso fue uno de los pintores más importantes que siguen trascendiendo en la historia del arte, este famoso pintor en el siglo XX hizo alusión a la belleza no tan convencional el rompió reglas y comenzó a realizar arte cubista, y arte abstracto que están dentro de lo que se consideraba “bello” (Inmaculada, 1992).

"Les Femmes d'Alger (O. J.)" (1907) esta obra de Picasso resulta ser una de las obras más significativa en el siglo XX ya que evoluciona y rompe completamente los cánones de belleza impuestos en ese siglo, su obra hace la representación de cinco esculturas

completamente al desnudo que tienen cubierto su rostro por completo con caretas africanas y sus cuerpos están distorsionados por el cubismo que hacen notar un verdadero sentido de arte considerado también la belleza en estas esculturas, evolucionando completamente esta visión de la belleza (López Martínez, 2006).

### **Redes sociales**

Peter L. Berger y Thomas Luckmann (1966) desde una construcción social hace una estrecha relación de la misma con las redes sociales, ya que el hecho de que exista una interacción constante de redes sociales con los individuos, se va creando una construcción social, ya que cada usuario crea un perfil virtual en donde se coloca preferencias, gustos, e información personal (Renau Ruiz, Oberst, & Carbonell-Sánchez, 2013).

Si hacemos referencia a redes sociales desde la psicología Mehdizadeh (2010) realizó un estudio denominado “Self-Presentation 2.0: Narcissism and Self-Esteem on Facebook” que hacía énfasis en la autoestima y narcisismo presente en los individuos que consumen a diario Facebook, con este estudio la autora llegó a la conclusión que usualmente en esta red social se puede visualizar el narcisismo presente en la mayoría de jóvenes debido a que es una red social en donde prevalece la construcción de relaciones banales (Mehdizadeh, 2010).

Cuando hablamos de un construccionismo social entra el self que no es más que el “yo” el encargado de nuestra identidad, que en ocasiones no resulta ser individual si no que va a partir desde la relación con otros individuos, entonces al hablar que el self se construye también a partir de una interacción con otros individuos se liga con la utilización e interacción de redes sociales (Renau Ruiz, Oberst, & Carbonell-Sánchez, 2013).

Por lo tanto, hacemos énfasis en el estudio mencionado anteriormente por Mehdizadeh (2010) en donde la autora menciona que en su estudio encontró datos bastante interesantes, afirmaba que las personas que más interacciones tenían a diario en Facebook tenían un nivel

alto de narcisismo y una autoestima elevada que está relacionada con el self es decir su “yo ideal” (Mehdizadeh, 2010).

En 2018 se realizó el estudio denominado “Social media and its relationship with mood, self-esteem and paranoia in psychosis” en donde participaron cuarenta y cuatro personas en un muestreo de experiencias, en donde se llegó a la conclusión de que el uso diario de redes sociales está relacionado con una autoestima baja, y sobre todo un estado de ánimo muy bajo. Al publicar estados y ver fotos, videos de otras personas hubo una mejora en el estado de ánimo, pero por el contrario la paranoia aumento cuando se visualizaba noticias en redes sociales (Berry, Emsley, Lobban, & Bucci, 2018).

Hacemos énfasis en otro estudio llamado “ Media, Technology Use, and Attitudes: Associations With Physical and Mental Well-Being in Youth With Implications for Evidence-Based Practice” en donde se utilizó a doscientos cuarenta y cuatro estudiantes, en donde llegaron a la conclusión que la utilización de dispositivos móviles estaban directamente relacionados con una mala alimentación problemas de estrés, y pocas horas de sueño que en ocasiones causaban insomnio, y la utilización de redes sociales estaban relacionadas con problemas de ansiedad y dependencia (Zeeni, Doumit, & Abi Kharna, 2018).

Por otro lado, podemos afirmar que las redes sociales son plataformas que en ocasiones muestran su anonimato completo, por lo tanto, resultaría complicado verificar si estas identidades que se muestran en redes sociales son verdaderas o resultan ser una creación por cada individuo, tomando en cuenta que cada ser humano distingue la realidad de una forma individual y diferente (Marra e Rosa, Rodrigues dos Santos, Stengel, & De Freitas, 2016).

Es necesario enfatizar la idea de que los seres humanos como consumidores diarios de redes sociales, tendemos casi siempre a imitar y replicar patrones que observamos en este

caso en las redes sociales, y esto implica replicar modas, tendencias, ropa, estilos, maquillaje, tristeza, en otras cosas que obviamente van a influir en nuestro día a día (Gallego, 2011).

El hecho de que los individuos tengan una comunicación y una interacción constante con personas de su misma edad con un mismo interés en ciertas cosas, hace que las redes sociales sean utilizadas a diario, creando en cada individuo un sentido de apoyo social, mejorando en algunos de los casos su autoestima (Santamaria de la Piedra, 2017).

El importante antropólogo John Barnes (1954) realizó un estudio llamado “Class and Committees in a Norwegian Island Parish” y llegó a una interesante diferenciación, entre la comunidad actual, y la comunidad antigua, el autor afirmaba que la comunidad antigua estaba formada por vínculos fuertes de familiares amigos, etc., a diferencia de la comunidad actual que estaba agrietada en la formación de redes o vínculos entre familia amigos, etc. (Rivoir, 1996).

Por otro lado, si hablamos desde la sociología las redes sociales son vistas desde el lado de la interacción del individuo con la sociedad, las mismas son utilizadas con frecuencia debido a que se da una comunicación inmediata sin importar nuestra ubicación, en las últimas décadas se ha dado una importancia bastante significativa a las redes sociales ya que en la actualidad hacemos todo mediante redes sociales, ya no es necesario acercarse al banco a realizar un pago porque lo hacemos mediante la app del banco, ya no necesitamos llamar al hospital porque nos podemos poner en contacto con el médico mediante un mensaje de WhatsApp (Renobell Santaren, 2017).

Renobell (2017) enfatiza que actualmente nuestra sociedad digitalizada está expuesta a recibir no solo mensajería inmediata si no también somos consumidores de la parte visual en redes sociales y la misma tiene un impacto significativo en cada individuo, la impresión visual que recibimos a diario en redes sociales se ha vuelto algo tan normalizado, ver fotos de

nuestros amigos conocidos, reflejando su vida, dando a conocer a su mascotas a sus autos, sus casas, a su pareja, no obstante, las redes sociales también nos muestran el otro lado de la moneda, mostrando imágenes fuertes de noticias a nivel mundial que en cierto modo crean impacto al observarlas.

Es interesante el hecho de que cada vez más la tecnología sigue evolucionando, actualmente ya se crean teléfonos inteligentes con cámaras mejoradas, para que las personas capten con la cámara de su teléfono el mejor recuerdo o su mejor posee para ser posteada en alguna red social o simplemente para enviársela algún familiar, o pareja, postear una foto en nuestra red social es dejar una huella propia para que el resto conozca un poco más de nosotros (Renobell Santaren, 2017).

### **Redes sociales como medios de comunicación masivos**

Actualmente en el siglo XXI se habla más de medios de difusión antes que medios de comunicación, y en la clasificación de los medios de difusión sin duda entran las redes sociales, que no son más que un espacio de interacción y comunicación inmediata. La tecnología en la actualidad ha traído consigo efectos tanto negativos como positivos, la comunicación inmediata, la creación de perfiles de redes sociales para la interacción, el anonimato en el ciberespacio, son sin duda algunos de los efectos positivos, pero si hablamos del otro lado de la moneda tenemos la creación de noticias falsas, robo de identidad, hackers, y en gran medida el abuso de redes sociales y el impacto psicosocial que dejan en la sociedad actual (Hutt Herrera, 2012).

Las redes sociales al ser considerados como un medio de comunicación masivo, es utilizado por una sociedad bastante amplia que va entre adolescentes inclusive, menores de edad que prefieren redes sociales en tendencia como Instagram, Facebook, tik tok, en donde la interacción es diaria y en donde utilizan las mismas para divertirse, entablar una relación,

conocer amigos, etc. Por otro lado, tenemos a los profesionales que prefieren interactuar con gente de su mismo ambiente académico para compartir intereses incluso publicación de artículos e información valiosa para el conocimiento de la sociedad, y esta red social es LinkedIn (Sanchis Climent, 2012).

Es importante enfatizar el hecho de que día a día el consumo de medios de comunicación tradicional pierden audiencia, debido a que la gente está más pegada a sus celulares, en donde se les facilita informarse por los post de las redes sociales, y así ya no tienen la necesidad de consumir estos medios de comunicación tradicional en donde se afirma que estos tienen un grado alto de veracidad, a diferencia de lo que se publica a diario en redes sociales que en ocasiones termina siendo noticias falsas para crear miedo, controversia, mala información, y sobre todo que ese post se haga viral para conseguir más vistas (Pantoja Chaves, 2011).

El hecho de que las redes sociales estén al alcance de todas las personas del mundo, con tan solo un click se puede expandir, viralizar una noticia, tomando en cuenta que también puede ser una noticia falsa. Al ser una red social las personas tienen la opción de poder interactuar con el post dándole me gusta compartiendo incluso comentando dando a conocer su punto de vista (Hutt Herrera, 2012).

### **Estereotipos de belleza en redes sociales**

Aida Umpierrez (2017) realizó un estudio de fin de grado denominado “El ideal de belleza, la alimentación y la actividad física en los jóvenes”, sin embargo, estaba muy relacionado con los ideales de belleza que son impuestos en redes sociales, y de qué manera estos son replicados en las personas. Este estudio es cualitativo, se utilizó entrevistas a profundidad y participaron diez personas en total, cinco hombres, cinco mujeres, en donde se llegó a la conclusión de que el ideal de la belleza en la actualidad está muy impartido por medios de comunicación, redes sociales, muy a menudo se impone un estereotipo de belleza,

por un lado la belleza masculina que está asociada a tener un cuerpo fuerte, con músculos, y por otro lado la belleza de la mujer que implica tener un vientre plano, y un cuerpo bastante estilizado.

Chávez (2022) con su estudio “The Impact of Instagram on the Creation and Reproduction of Female Beauty Ideals” llegó a la conclusión que actualmente las redes sociales afectan notablemente al individuo y puede desencadenar autoestima baja, búsqueda de aceptación constante de otras personas, anhelo incansable de conseguir likes, comentarios positivos, el autor también afirma que el uso de las redes sociales también nos puede generar cambio de estado de ánimo en cuestión de minutos (Chaves, 2021).

Pero qué pasa cuando no se cumplen estos estereotipos de belleza impuestos a diario por las redes sociales. Zerpa (2022) afirma que esto puede llegar a afectar a nuestra salud mental teniendo un impacto psicosocial significativo. Por lo tanto, para poder llegar a este ideal de belleza, se empieza a utilizar los filtros en las fotos, los retoques, ya que esto en cierta manera nos permite tener un tipo de seguridad y autoestima que no termina siendo más que algo quimérico (Zerpa Hernandez, 2022).

En redes sociales actualmente está siendo tendencia la utilización de términos como “skincare” en donde se hace referencia al cuidado que debe tener nuestra piel a diario para que se mantenga tersa, con un tono claro y sobre todo hidrata ya que las creadoras de contenido afirman que la piel hidratada se ve con un brillo único. Es importante resaltar el hecho de cómo estas creadoras de contenido también dan a promocionar productos de belleza (Zerpa Hernandez, 2022).

### **Influencia de las redes sociales en jóvenes universitarios**

Usualmente en la época en la que vivimos los jóvenes universitarios utilizan de manera constante las redes sociales, debido a que casi siempre se dejan llevar por lo novedoso y la

distracción continua que encuentran al momento de utilizar redes sociales, dejando a un lado por completo lo beneficioso que puede ser la utilización de internet en su aspecto académico (Flores, Chancusig, Cadena, Guaypatín, & Montaluisa, 2017).

El uso de las redes sociales está vinculada directamente a nuestro ambiente social es decir que ya formar parte del “mundo real” en donde los consumidores de redes sociales postean su realidad en base a su conveniencia generando una realidad que en ocasiones está muy alejada de la misma (Flores, Chancusig, Cadena, Guaypatín, & Montaluisa, 2017).

Actualmente una de las redes sociales que más se usa por los jóvenes universitarios es Instagram en donde su principal atractivo es el posteo de fotos incluidos videos, los creadores de contenido utilizan esta red social a diario para dar a conocer su vida, su rutina de ejercicio, su rutina de maquillaje, incluso la utilizan para promocionar productos, a parte de las fotos que se postean a diario en estas redes sociales lo más llamativo son la infinidad de filtros para las fotos que tiene esta app (Zerpa Hernandez, 2022).

En ocasiones resulta alarmante la dependencia de los jóvenes universitarios al teléfono móvil, al mantenerse enganchados en las redes sociales durante todo el día, es fácil darse cuenta, pasar cerca de una universidad, instituto, colegio, y ver a los estudiantes todo el tiempo con las cabezas agachadas con sus cuerpos erguidos, viendo la pantalla de sus celulares, o tomándose fotos constantemente, de las actividades que realizan a diario, esperando una aceptación social constante muy pendientes de los likes y comentarios que reciben (ZERPA HERNÁNDEZ, 2021-2022).

### **Impacto Psicosocial**

El impacto psicosocial es una consecuencia que se deriva de los factores biológicos, ambientales con respecto a las características psicológicas y sociales de la persona, donde los



trastornos psicológicos pueden alterar la interacción social y psicológica del afectado (de Oliveira et al., 2013).

El impacto psicosocial no solamente está ligado con los aspectos psicológicos sino también sociales y comunitarios de la persona, con las repercusiones existentes en estas partes antes mencionadas, se pueden dar varias consecuencias que afecten de manera significativa al individuo. Beristain (2010) asegura “Estas son experiencias amenazantes para la integridad personal, asociadas a emociones extremas de dolor, humillación, caos, y estrés negativo extremo” (Beristain, 2010, pág. 13).

Lo psicosocial ya no es abordable desde la individualización, es necesario que sea estudiado desde la comunidad de cada uno de los seres humanos, por tal motivo se importante que en algún punto se pueda modificar esta realidad en la que hacemos alusión a los efectos psicosociales que nos está dejando la utilización de redes sociales en los jóvenes universitarios, tomando en cuenta, que los jóvenes son el futuro del país, y que pueden transformar esta realidad a un uso correcto y beneficioso de las redes sociales (Trujillo Urrego & Palacios Moreno, 2020).

Cuando hablamos de lo psicosocial estamos ligando a la sociedad con la persona, es decir como ya lo mencionábamos anteriormente lo psicosocial ya ha dejado de ser exclusivo y tiene mirada más amplia y no se estanca tan solo con la parte comunitaria y social. Es necesario enfatizar que lo psicosocial actualmente también va más allá del comportamiento humano (Quintana Abello, Mendoza, Bravo, & Mora, 2018).

Cuando hablamos del impacto psicosocial estamos hablando estrechamente de situaciones que afectan a la persona o una masa de personas y estas situaciones tienen que ver con trauma, estrés, etc. Es en la Segunda Guerra Mundial se empieza a da importancia al impacto psicosocial debido a los diversos traumas que la misma trajo consigo a los individuos

que de alguna u otra manera estuvieron en la Guerra (Medina Montañez, Benilda Layne, & Galeano, 2007).

En 1967 se publicó el libro “Empty Fortress: Infantile Autism and the Birth of the Self” en donde su autor Bettelheim que fue un psiquiatra sobreviviente de los nazis, enfatiza los hechos traumáticos que tuvo que sobrevivir durante esta etapa que estuvo encerrado en estos campos de concentración, cuenta también como estos hechos traumáticos denominados efectos psicosociales, afectaron su vida del futuro, creando así un ambiente psicosocial denominado por el autor como “situación límite” (Medina Montañez, Benilda Layne, & Galeano, 2007).

Si hablamos desde el psicoanálisis, no se aborda el impacto psicosocial como tal de una forma explícita, sin embargo, se correlacionan varios aspectos que tienen que ver con los efectos psíquicos y sociales que nos dejan ciertos criterios del psicoanálisis y un claro ejemplo de esto son las etapas psicosexuales en donde Freud afirma que estas 5 etapas son fundamentales para un desarrollo óptimo del ser humano, el mismo autor afirma que si existe alguna complicación en las mismas, el individuo va a tener diversos problemas en su etapa adulta que van desde traumas, adicciones, etc., y estos estarían muy correlacionados con el impacto psicosocial que el individuo tendría en un futuro (Rodríguez, 2007).

Karen Horney fue una psiquiatra que así mismo no abordó lo psicosocial de una forma explícita, sin embargo, fue mentora de varias teorías que están ligadas a las experiencias sociales y de qué manera estas se encargan de formar la personalidad del individuo, es decir hace una relación muy estrecha entre los aspectos sociales y de qué manera influyen en la parte psíquica de la persona (Araque, 2010).

Ana Freud fue otra de las figuras importantes de la psicología que a pesar de no utilizar el término impacto psicosocial, si fue la creadora de varias teorías que estaban muy ligadas a

lo mencionado anteriormente. Sus teorías estaban basadas en el ámbito infantil, afirmaba como las situaciones sociales de los niños contribuían a su ambiente emocional y sobre todo a su salud mental, hacia énfasis en la construcción del yo y la capacidad que tenía cada infante para resolver una situación dificultosa en el ambiente en el que se desarrollaba (Vallejo, 2002).

### **Efectos psicosociales del uso de redes sociales**

De acuerdo con Zhao et al. (2022) los especialistas en psicología disponen de los datos científicos del efecto perjudicial de emplear excesivamente las redes sociales y del Internet, relacionado con problemas sociales, físicos y psicológicos, las variables psicológicas alteradas por la utilización de está dando como resultado efectos psicosociales como: el sentimiento de soledad, el autoestima, ansiedad y depresión.

Tal como determinó Lozano Blasco et al. (2020) informando que el uso excesivo de las redes sociales tiene una asociación inversa con la ansiedad, es decir a menor edad y menos utilización de este medio es mayor la ansiedad, por lo tanto, la ansiedad es un elemento descriptor del síndrome de abstinencia.

Armaza (2021) afirma que existen ciertas causas que están estrechamente ligadas a la utilización constante de redes sociales en jóvenes y una de estas puede ser a la facilitación actual que tenemos a las redes sociales y conexión de internet, ya que en la actualidad todos los jóvenes universitarios en su mayoría tienen acceso a internet y a un dispositivo móvil facilitando la interacción de redes sociales inclusive en clases (Armaza Deza, 2022).

Otra de las causas para que se dé un uso excesivo de redes sociales está a asociado a la disfunción familiar. Armaza (2021) asegura que la mayoría de jóvenes utilizan las redes sociales como una escapatoria de la realidad, la misma en donde tienen que lidiar con problemas familiares, padres y madres ausentes, conflictos de padres entre otras, con la

utilización de redes sociales buscan una interacción con gente de su misma edad que los pueda escuchar y entender (Armaza Deza, 2022).

La dependencia que los jóvenes sienten a la hora de la comunicación mediante de las redes sociales es otra de las causas para que se use de manera incontrolable las redes sociales, actualmente los jóvenes quieren estar en contacto continuo con su pareja, familiares y amigos y si no tienen este contacto continuo tienden a entrar en desesperación (Alarcón Allain & Salas Blas, 2022).

Estas causas mencionadas anteriormente van a traer consigo ciertos efectos psicosociales que van afectar a los jóvenes universitarios. La obsesión por revisar constantemente el teléfono móvil y ver si existe alguna respuesta de un mensaje, o si existe un like más en la última foto publicada en su perfil, un comentario más, son una de las principales causas para que los jóvenes estén pendientes de la notificación de su dispositivo móvil (Armaza Deza, 2022, pág. 9).

Moreira de Freitas (2021) realizó un estudio para conocer acerca del uso de las redes sociales en jóvenes y su salud mental, este estudio arrojó un resultado bastante interesante en donde el 27% de los jóvenes aseguro utilizar prioritariamente la red social de Instagram. Esta red social está muy anclada a lo visual más que a la comunicación mediante mensajes, como se decía anteriormente Instagram es una red social enfocada en el posteo de fotos, en donde las personas interactúan mediante post diario de contenido, otra de las cosas innovadoras de esta red social es la utilización de filtros en las fotos (Moreira de Freitas, 2021).

La baja autoestima es otro de los efectos psicosociales que afirma Armaza (2021) que trae consigo la utilización de redes sociales, como ya lo mencionábamos anteriormente la red social de Instagram ha tenido una acogida bastante significativa en los jóvenes del siglo XXI debido a que es en esa red social en donde se presentan estereotipos de belleza bastante

marcados, ya que es una red social dedicada a la publicación de fotos, en donde los jóvenes a diario se inundan de fotos poco realistas en donde los creadores de contenido enfatizan la belleza física (Armaza Deza, 2022).

El rendimiento académico últimamente ha sido otro de los importantes efectos psicosociales que ha sido causante de la utilización de las redes sociales, ya que la mayoría de los estudiantes tiene accesibilidad constante en sus teléfonos móviles a internet y esto provoca una persistente distracción en sus horas de clases y sobre todo a la hora de dedicar tiempo a realizar sus deberes (Armaza Deza, 2022).

Un estudio denominado “Sleep duration and sleeping difficulties among adolescents: exploring associations with school stress, self-perception and technology use” (2015) estuvo asociado a las dificultades para conciliar el sueño por jóvenes estudiantes y de qué manera esta correlacionado con el uso de la tecnología hasta altas horas de la noche, dando como resultado que el uso de la tecnología y el estrés académico eran una de las principales causas para tener insomnio y falta de sueño por las noches (Jakobsso, Josefsson, & Jutengren, 2015).

Ghaemi (2020) realizo un artículo llamado “Digital depression: a new disease of the millennium? En donde enfatiza que desde la que tecnología ha ido avanzado, aun mas con la creación de teléfonos inteligentes, los índices de depresión severa, ansiedad y suicidios no solo en adolescentes sino también en adultos ha ido en aumento, el autor afirma que el uso de la tecnología sobre todo de las redes sociales está estrechamente ligada a la psique de los individuos y que estas termina siendo muy dañina para los mismos (Ghaemi, 2020).

En 2018 se realizó un estudio titulado “Emotion regulation's relationships with depression, anxiety and stress due to imagined smartphone and social media loss” en donde el autor asigno una perdida imaginaria de los teléfonos y perdida de cuenta de redes sociales a los participantes, dando como resultado un alarmante hallazgo, el autor llego a la conclusión

de que la ansiedad, depresión, el estrés a la pérdida de los dispositivos móviles y a sus cuentas de redes sociales, estaban muy presentes en los participantes, incluso el autor menciona que se pudo evidenciar en los participantes un aumento del ritmo cardiaco al recibir llamadas en sus teléfonos y que los mismos no puedan contestar la llamada debido a que se encontraban participando en el estudio (Elhai & Hall, 2018).

#### **IV. Objeto de la intervención o de la práctica de investigación/intervención**

Es necesario enfatizar que en la actualidad en el mundo que nos desenvolvemos, el uso de la tecnología, internet y redes sociales se ha vuelto indispensable debido a la comunicación inmediata que tenemos, esta es una de las principales motivaciones para que la misma sea utilizada día a día, pero también es importante señalar que existen otras motivaciones para usar las redes sociales a diario y esta es la aprobación social que se busca dentro del entorno cibernético en donde se desenvuelven los individuos (Peña Acuña, 2011, pág. 12).

Los jóvenes son la masa que más consume a diario redes sociales ya que tienen un acceso inmediato, es importante señalar que al ser consumidores diarios de redes sociales están expuestos visualmente a consumir lo que usualmente se impone en redes sociales. En estas plataformas a diario se publica contenido que está muy ligado al ideal de belleza que se debe alcanzar para entrar en una aceptación social (Mejia, 2018, pág. 6).

Las redes sociales más utilizadas en jóvenes universitarios es Instagram, Facebook, TikTok son plataformas de interacción, en donde a diario muestran celebridades con un ideal de belleza que se pretende seguir para obtener una gran cantidad de likes, comentarios, y aceptación social como ya se había mencionado. Y si los individuos no llegan a cumplir estos estándares de belleza, es ahí en donde surgen los efectos psicosociales en los individuos (Nixon, 2020).

Armaza (2022) asegura que existen varios efectos psicosociales que trae consigo la utilización diaria de redes sociales, la depresión, ansiedad, dependencia, son las consecuencias más significativas, no obstante, el autor llegó a la conclusión que existen conductas negativas que producen la utilización de redes sociales y esta el bajo rendimiento académico ya que los estudiantes se centran únicamente en sus dispositivos móviles dejando a un lado sus responsabilidades, la falta de aseo y cuidado de la imagen personal es otra de las conductas negativas, en donde el autor enfatiza que los adolescentes llegan a tal punto de procrastinar y olvidarse de su aseo personal (Armaza Deza, 2022).

La dependencia que surge a diario por las redes sociales es alarmante, cada vez son más los jóvenes que no pueden vivir sin sus teléfonos en sus manos, respondiendo mensajes o contestando llamadas, olvidándose muy a menudo en el mundo en el dónde se desenvuelven, olvidándose completamente de la interacción con las personas de su alrededor, y así es como cada día se va perdiendo la interacción social de las personas dando únicamente importancia a la interacción en el espacio cibernético (Moreira de Freitas, 2021).

Moreira de Freitas (2021) afirma que existen varios problemas psicológicos que surgen tras el uso excesivo de redes sociales en los jóvenes, hace énfasis en la fobia y aislamiento social, debido a que las redes sociales son espacios en donde en ocasiones se utiliza el anonimato y la interacción se lo hace mediante una pantalla de computadora o celular, perdiendo completamente habilidades del lenguaje y de interacción (Moreira de Freitas, 2021).

Al ser las redes sociales medios de comunicación masivos, se publica a diario contenido por los/las influencers que son creadores de contenido y en sus publicaciones a diario muestran ideales de belleza físicos, esto suponen un cuerpo perfecto estilizado, tanto de hombres como de mujeres, inclusive hacen alusión al cuidado diario que debe tener nuestra piel para que no luzca opaca y descuidada (Chaves, 2021).

## V. Metodología

Para esta investigación se utilizará el enfoque exploratorio cualitativo, ya que nos basaremos en las experiencias contadas de estudiantes universitarios acerca de su perspectiva o vivencias con relación al manejo de redes sociales, en sus relaciones interpersonales y de que manera las mismas han ido afectando notablemente a varios elementos como la comunicación, privacidad etc.

El estudio exploratorio es una investigación que nos permite llegar a evidenciar posibles problemáticas, de esta manera nos va a posibilitar relacionarnos más a fondo con fenómenos desconocidos. Es importante mencionar que este estudio exploratorio nos da la facultad de validar completamente el punto de vista de las personas y sus vivencias contadas (Castro, 2009).

Estos estudios exploratorios nos permiten familiarizarnos más con la problemática y sobre todo tener un acercamiento bastante significativo para poder entender de una manera más clara y sin distorsiones como se manifiesta la misma, al obtener estos datos se nos abre la posibilidad de poder llevar una investigación sobre un contexto de la vida real (Sampieri et al., 2019).

El enfoque cualitativo se basa principalmente en la recolección de datos por esta razón es importante señalar que esta investigación no se basa en las hipótesis o teorías preconcebidas. En este estudio lo que nos acerca a las personas que van hacer objeto de nuestro estudio es principalmente la observación e interacción todo esto tiene que darse una forma muy natural (R. Quecedo, 2002).

Al ser un enfoque cualitativo nos da la oportunidad de poder percibir las emociones, experiencias, etc. de los entrevistados. Con esto podemos reconstruir la realidad que ya fue vivida, y de esta manera trasladarnos junto con los entrevistados al momento exacto en donde



ocurrieron los hechos y poder ser parte de esa vivencia que los mismos ya tuvieron anteriormente (Sampieri Hernández, 2014).

En este proceso tenemos que tener en cuenta que tanto el análisis, la recolección de datos y la muestra se realizan de forma simultánea es que decir que se van desarrollando al mismo tiempo, para que no exista distorsión ni manipulación de los datos que se van recogiendo. Lo interesante de esta investigación es que el investigador se va adentrando en las experiencias de cada individuo poniendo en práctica la empatía, pero siempre manteniendo su rol de investigador (Sampieri Hernández, 2014).

Para la producción de datos utilizaremos entrevistas a profundidad, estas no son más que un medio de comunicación bastante eficaz para un trabajo de investigación ya que se centran en la recolección de datos en base a las experiencias, opiniones contadas de las personas. En la aplicación de las entrevistas participan dos individuos el entrevistador y el entrevistado, por lo tanto, es importante de la aplicación de un lenguaje claro, contacto visual y sobre todo es importante que el entrevistador muestre interés y una escucha significativa al entrevistado (Folgueiras, 2017).

Se afirma que la utilización de entrevistas tiene un grado mucho más alto de validez, ya que en la aplicación de entrevistas tenemos la oportunidad de aclarar dudas y tener un contacto directo con los entrevistados, y sobre todo es importante mencionar que es crucial la actitud activa que debe tener en todo momento el entrevistador para que se pueda dar un ambiente de confianza y el entrevistado pueda sentirse en la plena confianza de realizar cualquier pregunta (Díaz-Bravo et al., 2017).

Como ya se mencionó anteriormente en esta investigación se hará uso de las entrevistas, específicamente las entrevistas a profundidad, las mismas nos van a ser de gran ayuda ya que la recabación de datos es un proceso que se va ir levantando poco a poco, es importante que

los entrevistados no alarguen mucho el tiempo de duración de la entrevista para que no resulte ser tan desgastante para los entrevistado (Robles, 2011).

Asimismo, Robles (2011) menciona que es importante que en este tipo de entrevistas a profundidad debemos evitar a toda costa limitar a los entrevistados y sobre todo crear un ambiente de inseguridad para el mismo ya que esto limitara notablemente a la entrevista y no obtendremos respuestas claras por parte de los participantes (Robles, 2011).

## **VI. Preguntas claves**

Para la recopilación de datos en esta investigación se utilizaron como base estas preguntas para la realización de las entrevistas a profundidad, separando en tres categorías: estereotipos de belleza, redes sociales, efectos psicosociales

### **Estereotipos de belleza**

- ¿Cuál es tu Percepción de belleza?
- ¿Qué tipo de estereotipos de belleza crees que existe actualmente en las redes sociales?
- ¿Cómo crees que influye las redes sociales en tu percepción acerca de la belleza?
- ¿Alguna vez has subido alguna foto tuya y la has eliminado porque no has conseguido los likes necesarios?
- ¿Qué piensas acerca de la utilización de filtros en las fotos?
- ¿Alguna vez has utilizado filtros o retoques en tus fotos?
- ¿Alguna vez te ha pasado que has conocido alguien y es muy diferente a sus fotos?
- ¿De qué manera crees que las redes sociales influyen sobre tu percepción de las personas?

### **Redes sociales**

- ¿Que son para ti las redes sociales?
- ¿Por qué utilizas las redes sociales?
- ¿Porque son importante las redes sociales para ti?
- ¿Cambias de lenguaje al momento de interactuar en redes sociales?
- ¿De qué manera crees que las redes sociales han mejorado o han empeorado tu vida cotidiana?
- ¿Qué es lo que a diario te motiva a utilizar las redes sociales?

- ¿Cómo te sientes más cómodo?: ¿interactuando por redes sociales o en persona, por qué?
- ¿Crees que se puede encontrar y formar algún vínculo amoroso o de amistad por redes sociales?
- ¿Con que frecuencia en el día utilizas las redes sociales?
- ¿En ocasiones has dejado de salir con tus amigos o familiares por dedicar tiempo a las redes sociales?
- ¿Qué actividades diarias crees que has dejado de realizar por la utilización de redes sociales?

### **Efectos psicosociales**

- ¿En qué ocasiones dejas a un lado tus responsabilidades académicas para la utilización de redes sociales?
- ¿Cuándo te encuentras en una reunión familiar o de amigos con qué frecuencia revisas las notificaciones de tu teléfono?
- ¿De qué manera crees que influye tu estado de ánimo con las redes sociales?
- ¿Con que frecuencia utilizas las redes sociales cuando estas en clases?
- ¿Cuándo tienes problemas en general has utilizado las redes sociales como medio de distracción?
- ¿Alguna vez alguna tu pareja termino la relación por redes sociales, si tu respuesta es sí cuéntame cómo te sentiste?
- ¿Crees que en ocasiones has descuidado tu cuidado personal por estar pendiente de las notificaciones de tus redes sociales?
- ¿Alguna vez te has comparado físicamente con alguien de alguna red social?
- ¿Para ti es relevante cuantos seguidores o amigos tienes agregados en redes sociales?

- ¿Has sentido la necesidad de utilizar las redes sociales hasta altas horas de la noche?
- ¿Cuál es tu motivación para quedarte en redes sociales hasta altas horas de la noche?
- ¿Crees que alguna vez has el uso de redes sociales ha influido en tu desempeño académico en la universidad?
- ¿Alguna vez has sentido pánico cuando dejas de tener acceso a internet?
- ¿Para ti es indispensable tener acceso a internet en tu dispositivo móvil?
- ¿Cuándo sales de casa que tan importante para ti es llevar tu celular?
- ¿Cómo te sentirías al recibir un comentario negativo acerca de tu aspecto físico en redes sociales?
- ¿Alguna vez has sentido incomodidad por algún posteo de una foto familiar o de amigos en donde no sales bien?
- ¿Crees que el perfil de las personas famosas que sigues refleja realmente su vida cotidiana?
- ¿Alguna vez has intentado imitar el ritmo de vida diaria de algún influencer o persona famosa que sigas en redes sociales?

## **VII. Organización y procesamiento de la información**

### **Organización de la información**

Para el análisis de la información se realizó entrevistas a profundidad, de acuerdo a tres categorías: estereotipos de belleza, redes sociales, finalmente efectos psicosociales, que desencadenan la utilización de redes sociales, el análisis de las entrevistas se obtuvo mediante fragmentos narrativos que van a estar estrechamente ligados con la teoría.

El acercamiento a los estudiantes se dio inicialmente en espacios universitarios, en donde se indicó que la entrevista es únicamente con fines académicos, posteriormente se firmó un consentimiento informado en donde se aceptó el anonimato de las mismas, la entrevista se realizó a 3 hombres y 3 mujeres universitarios, entre 20 y 25 años de edad.

### **Estereotipos de belleza**

Karen Dion aseguraba que el aspecto físico tiene un gran impacto a la hora de iniciar algún tipo de relación o vínculo amoroso, la autora aseguraba que la mayoría de las personas primero dan importancia las facciones físicas, a su cuerpo, cabello, entre otros. Sin duda este termina siendo el primero paso para que la conexión que se va a formar siga su curso (Martinez, 2017).

Es importante destacar que los jóvenes viven en un mundo en donde se da una importante significación a la parte visual, y en este caso al aspecto físico, es impresionante como la parte física en ocasiones llega a tener un mayor peso a la hora de hablar de sentimientos, personalidad de alguien más, estamos expuestos a una generación de jóvenes que se dejan llevar más por las relaciones efímeras y a corto plazo en donde el físico está muy arraigado, no obstante, es importante enfatizar que esto está muy correlacionado con el impacto significativo que tienen las redes sociales en nuestra cotidianidad.

En mi caso la belleza tiene que ver con el físico personalmente me tiene que gustar mucho una chica para que yo empiece a chatear con ella, invitarle a salir y aún más formar algún tipo de vínculo (Comunicación personal, entrevista 4, 2023).

Es importante señalar que desde épocas pasadas la piel blanca era sinónimo de belleza y de clase alta, en la Antigua Grecia desde épocas pasadas las mujeres utilizaban plomo blanco o tiza para que se piel se viera tersa y sobre todo blanca, el poder y clase que les otorgaba este color de piel era lo que les motivaba a seguir utilizándolo día a día, sin imaginar las consecuencias que esto traería esto a su piel, recordemos que el plomo blanco es una sustancia bastante toxica cuando se expone al sol haciendo que su piel en contacto con el sol se vea mas opaca y oscuras por manchas (Roberto Lopez, 2019, pág. 6).

Me llama mucho la atención las chicas que son guapas blancas con una cara y cuerpo bonito, si veo alguna chica que no cumple esas características el interés se me desvanece por completo (Comunicación personal, entrevista 4, 2023).

Realmente a mi si me importa mucho mi aspecto físico y como me vean los demás, no quisiera que los demás vean despeinado o sobre todo mal vestido, dicen que como te ven así te tratan jajaja (Comunicación personal, entrevista 4, 2023).

Enfatizo que desde épocas pasadas hasta la actualidad aún existe presente el estereotipo del color de piel, es sin duda algo que ha venido trascendiendo de manera perene, y que se mantiene presente en redes sociales debido a que actualmente la utilización de filtros incluso hace que nuestro color de piel cambie, podemos entonces decir el color de piel sigue siendo uno de los estereotipos predominantes en cuanto a la belleza, evidentemente marcado por prejuicios raciales y clasistas.

Para mi si es importante encontrar una chica en redes sociales que sea blanquita, delgada y con un buen cuerpo (Comunicación personal, entrevista 1, 2023).

Muy a menudo se utilizan las redes sociales para impartir un tipo de belleza ligada a cuerpos delgados, con un rostro terso y una piel clara, con un cabello largo en perfectas condiciones, y eso lo que a diario están expuestos los jóvenes, sobre todo a una revisión constante de redes sociales, son patrones que a diario los individuos van queriendo replicar para conseguir una aceptación social en su entorno virtual.

Por otro lado, es importante destacar que desde épocas pasadas la belleza ha sido un sinónimo de clase social alta, debido a que esta clase social por el hecho de poseer dinero tienen la posibilidad de invertir en su aspecto físico y darse ciertos lujos como casas grandes en lugares importantes de la ciudad, carros, motos entre cosas, y eso es lo que constantemente se visualiza en redes sociales.

A diario se ven estereotipos impuestos por tik tok, Instagram en donde se ven chicas lindas con cuerpos perfectos, y sobre todo mostrando sus aparentes vidas perfectas (Comunicación personal, entrevista 3, 2023).

La famosa marca “Dove” en su estudio realizado denominado “La verdad acerca de la belleza” (2004) asegura que el 54% a nivel mundial tuvieron la necesidad de sentirse físicamente bonitas fue en una edad temprana, por lo tanto, para estas mujeres querer ser atractiva ante el mundo incluye ser delgada, con un vientre plano (Etoff, Orbach, & Scott, 2006).

Es importante señalar que estos estereotipos de belleza de querer tener un cuerpo delgado y perfecto recaen más en las mujeres, es decir los estereotipos de belleza marcados por el género, debido a que estas son las que actualmente en medios de comunicación masivos, redes sociales entre otros son sinónimo de belleza, tomando en cuenta que en empresas o industrias de marketing en la mayoría de casos presentan a una mujer que cumpla con estos estereotipos de belleza antes mencionados para que promocione sus marcas.



Yo tengo una percepción de belleza de querer ser delgada cuando mi cuerpo no me da para ser delgada (Comunicación personal entrevista 6, 2023).

Actualmente se ha dado bastante énfasis en redes sociales en la palabra “influencers” que son creadores o creadoras de contenido que se dedican a subir diariamente fotos y videos en todas sus redes sociales esto les convierte en celebridades de internet, al tener una gran cantidad de seguidores llegan a tener un gran impacto no solo de las personas que las siguen mediante redes sociales si no de cualquier persona que este expuesta a tener internet en su dispositivo móvil

Fue difícil para mí saber que no podía parecerme a las influencer por el tipo de cara el tipo de cuerpo que yo tengo y el tipo de cuerpo que tienen ellas (Comunicación personal entrevista 6, 2023).

A diario veo a grandes celebridades como las Kardashian subir contenido y hay personas débiles como yo que siempre nos vamos a comparar o vamos a buscar maneras de parecernos a ellas (Comunicación personal entrevista 6, 2023).

El hecho de que las personas se mantengan interactuando en sus redes sociales hace que las mismas quieran replicar estos estereotipos de belleza que se imponen a diario en redes sociales, creando un impacto bastante significativo en los jóvenes consumidores de redes sociales (Gallego, 2011).

Es importante señalar como a diario los jóvenes buscan una aceptación social o identificación social, buscan encajar en el ambiente cibernético, para sentirse “bonitas o guapos” recibiendo una cantidad considerada de likes o comentarios que les hagan sentir con una autoestima elevada, sin darse cuenta que esta búsqueda incansable de aceptación podría causar afectaciones a su salud mental.

El hecho de estar pegada al celular si me ha generado ese deseo constante de decir: quiero esas nalgas, esos senos, ese cuerpo (Comunicación personal entrevista 6, 2023).

En muchas ocasiones si me ha pasado que me comparo con varias chicas de Instagram y en ocasiones si digo porque ellas tienes más likes e inconscientemente si intento parecerme a ellas para tener una aceptación (Comunicación personal entrevista 6, 2023).

La utilización de filtros en las fotos ha sido algo que va en aumento de manera impresionante ya que actualmente se busca un ideal de belleza que permita llegar a la mayoría de individuos que utilizan redes sociales para encontrar un elogio por parte de sus seguidores (Ormaeche, 2022).

La utilización de filtros no son más que distorsionadores de la realidad, creando una pantalla que tarde o temprano va a ser revelada por la realidad, creando un ambiente de inestabilidad para los jóvenes que los utilizan, por un lado haciéndoles sentir bien al subir una foto o video con filtro y por otro lado haciéndoles sentir inseguros al momento de salir a la calle, enfatizando sobre todo que a la calle no podemos salir con filtros, topándonos con una realidad bastante diferente al de las redes sociales

Los filtros nos ayudan emocionalmente, en mi caso te podría decir que a mi si me hace sentir bien las veces que publico una foto o un video y mis seguidores empiezan a darle like de manera inmediata y aún más cuando comentan cosas de que estoy linda, o que bien, salí en la foto (Comunicación personal, entrevista 2, 2023).

Es evidente que cuando no se llega a tener esa aceptación o elogio deseada por parte de los seguidores, trae consigo consecuencias evidentes como la inseguridad haciendo que los jóvenes lleguen a tal punto de eliminar la foto o video. Es importante señalar que para una

próxima ocasión esta persona va a pensar muchas veces si subir o no otra foto con la inseguridad de que nuevamente no alcance la aceptación esperada.

En ocasiones subo fotos y si no tengo los likes esperados en lo primero que pienso es que el filtro no me ayudo ahí es en donde empieza mi inseguridad y de inmediato borro la foto (Comunicación personal, entrevista 2, 2023).

### **Redes sociales**

Las redes sociales se utilizan a diario por jóvenes universitarios, no solo por la comunicación inmediata que reciben sino también por la interacción con gente de su misma edad con sus mismos gustos etc. Sobre todo pueden estar informados de la vida de las personas que están en su entorno, las redes sociales terminan siendo un espacio para que puedan postear en su perfil lo que sea de su conveniencia.

Para mí las redes sociales son importantes porque a través de las redes sociales puedo tener una comunicación inmediata, con mi pareja y sobre todo con mis amigos (Comunicación personal, entrevista 1, 2023).

Para mis las redes sociales son importantes ya que así puedo enterarme de la vida de mis amigos y familiares, y también puedo compartir lo que pasa en mi vida a diario (Comunicación personal, entrevista 3, 2023).

Las redes sociales nos ayudan a facilitarnos a comunicarnos sin importar la distancia (Comunicación personal, entrevista 5, 2023).

Renobell (2017) afirma que desde las redes sociales han llegado a nuestra vida, todo se ha facilitado, todo lo tenemos al alcance de un click, como la pedida de cita a un doctor, una consulta a un abogado y entre otras cosas (Renobell Santaren, 2017).

Utilizo mucho Facebook no solo por conocer a gente nuevo sino también porque en la opción de Marketplace puedo comprar y vender cosas que son de mi agrado y a un precio bastante bueno (Comunicación personal, entrevista 1, 2023).

Actualmente los jóvenes universitarios están formando relaciones y vínculos mediante redes sociales ya que interactúan a diario. No obstante, Rivoir en su estudio afirmaba que en la actualidad los vínculos de amistad, familiar y de pareja cada vez son menos fuertes, aseguraba que antes de que el internet llegue a nuestra sociedad, la comunicación era más clara y con vínculos más fuertes (Rivoir, 1996).

yo conocí a mi novia a través de Facebook en la app de citas de parejas, y así mismo conocí a varias chicas bastante interesantes (Comunicación personal, entrevista 1, 2023).

El hecho de tener la facilidad de tener una comunicación inmediata mediante redes sociales, en ocasiones se van perdiendo la comunicación directa, actualmente se ha convertido más fácil terminar una relación mediante redes sociales ya que así no podemos observar la reacción de la pareja invalidando completamente sus sentimientos.

Si he terminado mi relación por redes sociales y he preferido hacer por ese medio ya que en persona no tenía las fuerzas necesarias para hacerlo (Comunicación personal, entrevista 2, 2023)

Terminar vínculos de amistad o de pareja que se forman por medio de las redes sociales, en ocasiones van a generar un impacto significativo en nuestro estado de ánimo, ya que como lo mencionamos anteriormente al estar detrás de una pantalla de celular no podemos observar ni validar los sentimientos de la otra persona, y sobre todo hay que hacer énfasis en que la comunicación puede estar tergiversada llegando a conclusiones falsas.

Cuando mi ex pareja termino la relación por un mensaje, me he puse nerviosa un poco ansiosa me afecto mucho, ya que el me bloqueo de todas sus redes sociales y aun tenia cosas por decirle, pero ya no me dio el chance de poderle decir todo (Comunicación personal, entrevista 2, 2023)

En ocasiones mis parejas me han terminado por un mensaje y es feo porque no sabes si la otra persona tiene la percepción clara de cómo tú te sientes en ese momento, es decir todo se distorsiona (Comunicación personal entrevista 6, 2023)

Mi ex novia decidió terminar la relación por un mensaje de whatsapp no me dio tiempo ni de poder explicar y me bloqueo de toda red social, me sentí confundido y enojado (Comunicación personal entrevista 4, 2023)

Los vínculos que se van formando en redes sociales en ocasiones representan ser una realidad que por lo general está muy alejada de la misma, la pareja en ocasiones necesita tener la necesidad de mostrar en redes sociales su noviazgo y hacerlo público, a tal punto que esto da seguridad a la persona, sin importar los problemas que existan en estas relaciones, en gran medida se publica solo lo bonito y lo feliz de las relaciones.

Para mi es importante que mi relación sea pública en redes sociales ya que Considero que si es publica me da más seguridad (Comunicación personal, entrevista 2, 2023)

Las redes sociales están hechas para indicar lo mejor de ti o sea lo que supuestamente lo más bonito, eso me pasaba con una ex pareja que tuve, la verdad la relación iba súper mal pero aun así ella me obligaba en ocasiones a subir fotos poniendo frases aparentando que todo estaba bien (Comunicación personal, entrevista 5, 2023)

Los jóvenes universitarios en ocasiones tienden a utilizar en exceso las redes sociales debido a que desean escapar de la realidad, en ocasiones escapar de sus problemas en casa, en su universidad, incluso problemas en su entorno en donde se desenvuelven. Las redes

sociales terminan siendo su distracción todos los días, dejando a un lado completamente su vida social.

Cuando estoy triste ahí utilizo más las redes sociales siento que me ayudan a distraerme de los problemas que tengo (Comunicación personal, entrevista 2, 2023)

Por lo general existen momentos en donde tengo mucho estrés por la universidad o por mi familia y me encierro en mi mundo de las redes sociales y me pongo a stalkear a gente (Comunicación personal, entrevista 4, 2023)

El uso de las redes sociales hace que me distraiga de mis problemas diarios, hablar con mis amigos, conocer gente, que me inviten a salir ya me saca del estrés de mis problemas (Comunicación personal, entrevista 5, 2023)

Creo que el hecho de refugiarme en las redes sociales cuando tengo algún problema si me genera distracción y sobre todo tranquilidad y por un momento me olvido los problemas (Comunicación personal, entrevista 1, 2023)

Se ha vuelto indispensable llevar el dispositivo móvil todos los días, convirtiéndose en una necesidad a diario, el hecho de tener acceso a internet es otra necesidad de los jóvenes universitarios y todo esto está asociado a la comunicación e interacción que buscan tener todo el tiempo, generando así niveles de estrés y desesperación cuando no se tiene una conexión a internet en su dispositivo móvil.

Para mi si es indispensable llevar mi teléfono todos los días por la distracción que me da las redes sociales en mi día a día (Comunicación personal, entrevista 4, 2023)

Es más, creo que si no tienes internet en tu celular es celular se vuelve inservible, ya que no puedes acceder a redes sociales ni a hablar con nadie ni siquiera puedes llamar entonces tienes el teléfono de adorno (Comunicación personal, entrevista 3, 2023)

## **Efectos psicosociales**

Chávez (2021) afirma que al interactuar en redes sociales y ser consumidores a diario de las mismas existen ciertos efectos psicosociales que radican en buscar una aceptación constante por parte de sus seguidores, y así tener autoestima alto y sentir que están dentro de lo que la sociedad les impone día a día mediante redes sociales (Chaves, 2021).

Yo soy de las personas que si se fijan mucho en el aspecto físico y cuando mi foto no llego a los likes esperados me sentí bastante inseguro a tal punto de borrar la foto (Comunicación personal, entrevista 1, 2023)

Me descargue la aplicación de tinder que es una app de citas, pero no me descargue la app necesariamente para encontrar novio sino más bien para ganar seguidores en Instagram (Comunicación personal entrevista 3, 2023)

En ocasiones si me he sentido un poco inseguro porque mi foto no ha llegado a tener los me gustas necesarios, mi autoestima si llega a decaer en ese instante (Comunicación personal 4, 2023)

Reviso constantemente mi cuenta de Instagram a ver cuántas personas me siguen o dejaron de seguirme, si es importante para mis seguidores (Comunicación personal entrevista 6, 2023)

Entre más amigos tienes agregados más likes vas a tener en una foto asi sean desconocidos (Comunicación personal, entrevista 2, 2023)

El cambio de estado de ánimo al recibir un mensaje o ver algo que no esperábamos pasa muy a menudo en los consumidores de redes sociales y de esta manera ya no existe un estado de concentración total en nuestras obligaciones esto hace que en cierto modo nos desestabilice

Cuando tengo una pelea con mis amigos o pareja por redes sociales, se me quitan las ganas de realizar las actividades que estoy realizando en ese momento”

(Comunicación personal, entrevista 1, 2023)

Cuando mi novio ha dado like a otras chicas me he llenado de inseguridades y me he bajoneado” (Comunicación personal, entrevista 2, 2023)

A mí sí me influyen bastante un mensaje o un like que yo vea de parte de mi pareja hacia otra persona sí me influye bastante en mi estado de ánimo” (Comunicación personal, entrevista 2, 2023)

He dejado muchas cosas a un lado por esperar un mensaje que nunca iba a llegar, y obviamente ya no me he podido concentrar en lo que estoy haciendo porque quiera o no eso si influye” (Comunicación personal, entrevista 2, 2023)

El hecho de recibir un mensaje o el hecho de pelear por alguna tontería con mi novio mediante WhatsApp si me bajonea o hace que ya sienta que me va a ir mal en todo” (Comunicación personal entrevista 3, 2023)

Con mi pareja en ciertas ocasiones si tenemos varios conflictos y eso hace que demos terminada la relación por mensaje y obviamente si me genera un poco de inestabilidad” (Comunicación personal entrevista 3, 2023)

Como lo menciona Armaza (2022) uno de los efectos psicosociales que esta muy presente en los jóvenes universitarios por la utilización de redes sociales es el bajo rendimiento académico, ya que no dan importancia a sus estudios y evaden completamente sus responsabilidades (Armaza Deza, 2022)

Las actividades más frecuentes que he dejado de realizar por pasar tiempo en redes sociales son mis deberes, en varias ocasiones doy prioridad a revisar las notificaciones de mis redes sociales (Comunicación personal, entrevista 1, 2023)



No me he enfocado en mis estudios por estar en redes sociales y si me ha influenciado a tener una mala nota después obviamente arrepentida (Comunicación personal, entrevista 2, 2023)

Mi desempeño ha sido afectado ya que prefiero ocupar mi tiempo en mis redes sociales o respondiendo un mensaje y aplazo mucho mis deberes (Comunicación personal entrevista 4, 2023)

Yo soy una persona que procrastina mucho entonces pasó muy pegada al celular viendo cosas riéndome en tiktoks compartiendo memes distrayéndome antes de dar prioridad a mis responsabilidades (Comunicación personal entrevista 6, 2023)

Armaza (2022) afirma que la falta de higiene y descuido de imagen personal es uno de los efectos psicosociales que también se da muy a menudo en los jóvenes universitarios, ya que se descuidan completamente de su aspecto físico por dedicar tiempo a las redes sociales

Por revisar las notificaciones de mi teléfono dejo de bañarme o peinarme porque me atraso, y tengo que salir corriendo (Comunicación personal, entrevista 1, 2023)

Por lo general cuando tengo que ir a la u me despierto súper temprano, pero ya me entretengo viendo memes o respondiendo mensajes y cuando me doy cuenta ya estoy tarde y me pongo lo primero que encuentro a veces hasta salgo sin peinarme y sin cepillarme los dientes jaja que vergüenza, pero eso si me pasa muy a menudo (Comunicación personal, entrevista 5, 2023)

La dependencia a las redes sociales está muy presente, sentir ese deseo constante de revisar las notificaciones. Es importante enfatizar como este deseo hace que los jóvenes universitarios se alejen de su vida social, de sus responsabilidades, relaciones personales, incluso como sacrifican sus horas de sueño y descanso con tal de estar muy pegados a las redes sociales

Un día mi novio me dijo que para reconciliarnos era necesario que me conecte a la hora que él me dijo, y me toco mentirles a mis hermanas para ya no salir con ellas (Comunicación personal, entrevista 2, 2023)

A veces cuando no tengo internet en mi teléfono me desespero, porque no puedo hablar con mi novio y él también se enoja porque piensa que estoy con otra persona (Comunicación personal, entrevista 2, 2023)

Existe ocasiones que profesores no nos dejan sacar el celular y en ese caso si es que como que llego a tener cierto tipo de ansiedad o desespero por no poder responder un mensaje (Comunicación personal entrevista 3, 2023)

Pasó en el celular hasta dos tres de la mañana así por lo general conversando con mis amigos y pareja (Comunicación personal entrevista 6, 2023)

Baja autoestima según Armaza (2022) se evidencia muy a menudo en estos jóvenes que no buscan más que aceptación constante, en ocasiones tienden a compararse con las personas que suben contenido a diario en redes sociales. Para el autor la baja autoestima está dada en un contexto social cuando el individuo tiende a replicar el hecho de comprarse con las masas y darse cuenta que no puede encajar por un sin número de razones, y es ahí en donde empieza la baja autoestima.

Me ha generado una verdadera inseguridad y hasta a veces inestabilidad el hecho de compararme con alguien en redes sociales (Comunicación personal entrevista 4, 2023)

Reviso constantemente mi cuenta de Instagram a ver cuántas personas me siguen o dejaron de seguirme, si es importante para mis seguidores (Comunicación personal entrevista 6, 2023)

Siento que soy una persona que jamás va a ser tan activa, tan bonita o con el mismo cuerpo que las influencers en redes sociales (Comunicación personal entrevista 6, 2023)

En ocasiones si me pongo un poco mal porque siento que mi cuerpo no es como la de las chicas bonitas en Instagram ya que ellas si tienen una gran cantidad de seguidores y gente que les comenta a cada instante (Comunicación personal entrevista 2, 2023)

Los filtros actualmente representan ser el pan de cada día de los jóvenes ya que les permite mostrar una realidad distorsionada, una realidad que les permite verse bien ante sus seguidores y de esta manera conseguir los likes deseados y comentarios que aumenten su autoestima, es importante enfatizar en que los filtros en cierta manera son utilizados para alcanzar estándares irreales que a diario se presentan en redes sociales

Yo utilizo mucho los filtros en las fotos y a mí me encantan la verdad yo más soy de filtros que de la cámara normal del teléfono (Comunicación personal, entrevista 2, 2023).

Los filtros me ayudan a verme más bonita y a sentirme más segura, ya que en ocasiones si tengo granitos o manchitas en la cara los filtros me ayudan con esas imperfecciones, o simplemente cuando quiero tomarme una foto y estoy sin maquillaje, los filtros hacen que me vea bien (Comunicación personal, entrevista 2, 2023).

El uso de los filtros hace que nos alejarnos completamente de la realidad en la que vivimos a diario, debido a que los filtros son utilizados únicamente en el mundo cibernético en donde en ocasiones se utiliza el anonimato, por lo tanto, estas fotos con filtro en gran medida pueden estar muy alejadas de nuestro verdadero aspecto físico.

No estoy en contra de los filtros, pero sí creo que tienden en gran medida a distorsionar la realidad (Comunicación personal, entrevista 1, 2023).

Una vez conocí a una chica que era muy diferente a las fotos que publicaba y fue muy decepcionante la verdad (Comunicación personal, entrevista 1, 2023).

En la actualidad se ha normalizado mucho el hecho de interactuar mediante las apps de citas en redes sociales, en donde es muy evidente el uso de filtros en fotos o videos posteadas, dando a conocer su mejor aspecto físico para llamar la atención de las personas que son consumidoras de estas apps, es indudable que en ocasiones los jóvenes se sientan decepcionados al toparse con alguien muy diferente a las fotos, no obstante, es importante señalar como la persona que utilizan filtros puede llegarse a sentir por el rechazo de la otra persona.

En algunas ocasiones tuve citas pactadas mediante redes sociales, pero no me había ido tan bien porque en redes sociales tenían un aspecto y al momento de verles era algo muy diferente (Comunicación personal, entrevista 3, 2023).

El hecho de tomarte una foto si distorsiona la realidad casi siempre me ha pasado que veo fotos de chicas súper guapas en Instagram, pero en la realidad no son así (Comunicación personal, entrevista 3, 2023).

Me ha pasado que las chicas en fotos se ven súper bonitas hasta blancas, pero al momento de conocerle es totalmente diferente y eso hace que uno como hombre se decepcione (Comunicación personal, entrevista 4, 2023).

Cuando salía con alguna chica y se veía diferente y no me gustaba solo me tocaba estar con ella ahí un rato y luego poner cualquier pretexto para irme, llegar a casa y bloquearle (Comunicación personal, entrevista 4, 2023).

Me topé con una chica que era muy diferente en sus fotos y cuando le vi, no me gusto para nada, pero tampoco quería hacerle sentir mal entonces si preferí solo dejarle de hablar (Comunicación personal, entrevista 5, 2023).

Muñoz (2023) asegura que los individuos que más filtros y retoques utilizan en sus fotos son los que más presentan inconformidad con su cuerpo y apariencia física y por eso intentan modificar su foto lo más que se pueda para dar una imagen de perfección ante sus seguidores (Muñoz Parralo, 2023).

Es duro toparse con la realidad de los filtros y darse cuenta que no todos los días en persona puedes utilizar esos mismos filtros que utilizas en redes sociales (Comunicación personal, entrevista 5, 2023).

En ocasiones me siento bastante decepcionado porque enserio la mayoría de chicas en sus fotos se ven hermosas, pero verles en persona es otra cosa no es que esté en contra de los filtros, pero no sé porque a veces abusan tanto de eso, por eso últimamente ya solo salgo con las chicas que conozco en persona, ya no me llama la atención conocer a alguien mediante redes sociales (Comunicación personal, entrevista 4, 2023).

La utilización de filtros cambia incluso mi color de piel me hacen ver mejor, y te podría decir que cada una de mis fotos que hay en redes sociales tienen filtro, yo creo que esa es la manera de sentirse bien (Comunicación personal, entrevista 3, 2023).

## **VIII. Análisis de la información**

Se realizó entrevistas a profundidad a seis estudiantes universitarios, haciéndoles firmar un consentimiento informado seguido de esto se procedió a realizar la transcripción de cada una de las entrevistas para dar paso al análisis de la información, enfatizando que es una investigación cualitativa, en donde se da mayor peso a las experiencias narrativas de cada uno de los estudiantes acerca de los estereotipos de belleza en redes sociales y sus efectos psicosociales. En las entrevistas para la recabación de datos se propusieron tres categorías: estereotipos de belleza, redes sociales, efectos psicosociales.

## **IX. Justificación**

La investigación se basó en los efectos psicosociales que nos dejan las redes sociales al imponernos diariamente sus estereotipos de belleza, es importante mencionar que los jóvenes son los consumidores más frecuentes de redes sociales debido al acceso inmediato que tienen a la conectividad de internet. Varaona (2020) realizó un estudio cuantitativo denominado “Percepción y uso de las redes sociales por adolescentes” en donde se determinó que el 76% de jóvenes encuestados se conectan a diario en sus redes sociales para interactuar ya sea con sus amigos o pareja (Varona Fernández, 2020).

Manzanero (2022) en su tesis afirma que los jóvenes hacen las redes sociales parte de su vida cotidiana debido a que engloban la parte de su “yo” interior haciéndole parte de su realidad, ya que en redes sociales se pueden sentir comprendidos por individuos de su mismo círculo social que comparten sus mismo intereses, la autora antes mencionada afirma que la interacción diaria en redes sociales hace que los individuos cada vez más vayan perdiendo habilidades comunicativas y sociales en su entorno (Manzanero, 2022).

Armaza (2022) afirma que las redes sociales se han convertido en un espacio en donde muy a menudo se forman las identidades de las personas, al ser los jóvenes los principales

consumidores de redes sociales, tienden en su mayoría a tener efectos psicosociales teniendo en cuenta que en la juventud del ser humano es en donde se consolida la parte emocional, psicosocial, y el abuso de redes sociales puede desencadenar en problemas tanto psicológicos como sociales para el individuo (Armaza Deza, 2022).

El autor antes citado afirma que existen varias implicaciones psicosociales visibles en jóvenes por la utilización de redes sociales y entre estas esta: el insomnio debido a que los estudiantes no descansan las horas adecuadas por motivo de estar pendientes de su teléfono móvil, otra consecuencia que representa ser significativa son las limitaciones notables para establecer relaciones de tipo personales, debido a que los jóvenes terminan en la zona de confort sin querer salir al mundo real a socializar debido a miedo, estrés, inseguridad por su aspecto físico entre otras (Armaza Deza, 2022).

Zerpa (2022) afirma que en la actualidad las redes sociales se han vuelto un medio de comunicación masivo en donde a diario se da a conocer no solo contenido de fotos, videos, sino también se muestra un ideal de belleza sin imperfecciones tanto en hombres como en mujeres, por lo tanto, los usuarios de redes sociales hacen que en la mayoría de ocasiones quieran replicar estos ideales de belleza para que puedan encajar en una sociedad en donde se les juzga constantemente por su apariencia física (Zerpa Hernandez, 2022).

Las consecuencias que pueden estar presentes al sentir que no se cumple estos estereotipos de belleza vistos en redes sociales pueden desencadenar en ansiedad, depresión, estrés y sobre todo como ya lo habíamos mencionado aislamiento social (Armaza Deza, 2022).

Por un lado, se ve en redes sociales que las mujeres tienden a tener un cuerpo delgado, delicado y sin imperfecciones y por otro lado la belleza de los hombres está más vista como

un cuerpo fuerte, consistente, estos son los estereotipos que Muñoz (2023) afirma que se ven impuestos actualmente en redes sociales (Muñoz Parralo, 2023).

Por lo tanto, podemos decir que el uso de redes sociales en general constituye un espacio que resulta ser entretenido para los jóvenes por la interacción que tienen a diario con las personas de su preferencia, sin embargo, también pueden representar varios aspectos negativos por el uso desmesurado de las mismas (Armaza Deza, 2022).



## **X. Caracterización de los beneficiarios**

Se realizaron seis entrevistas a estudiantes universitarios en la Ciudad de Quito en el año 2023, tres entrevistas fueron destinadas a hombres y tres entrevistas a mujeres en edades entre 20 y 25 años, seguido de esto se les hizo firmar un consentimiento informado en donde se les indica que la investigación es de carácter académico y donde se protege sus identidades con el anonimato.

Para este estudio se realizaron entrevistas a profundidad, ya que estas tienen la facilidad de poder dejar que el entrevistado mantenga una conversación completamente natural, sin forzar la conversación, enfatizando el rol significativo del entrevistador para seguir la línea de la entrevista sin hacer sentir incomodo al entrevistado, con el único objetivo de poder recabar valiosa información para el estudio (Robles, 2011).

Es importante mencionar que en las entrevistas a profundidad el entrevistado debe dar plena confianza al entrevistador para que las respuestas de cada pregunta resulten significativas y que la conversación pueda continuar su ritmo, así mismo el entrevistado tiene que buscar un lenguaje que esté acorde a la población que va a entrevistar (Robles, 2011).

Por otro lado se utilizó el método cualitativo ya que tal como lo menciona Sampieri (2014) este método nos permite tener una conexión directa con los individuos para poder recabar los hechos de una manera más profunda, y de esta manera llegar a una conclusión más eficaz de la problemática, en este método no se utilizan datos estadísticos ya que se da más peso a las experiencias contadas por los individuos (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

Podemos decir que el método cualitativo resulta ser bastante eficaz a la hora de la recabación de datos ya que tiene una idoneidad bastante significativa a la hora de explorar

acerca de la problemática obteniendo un alcance mayor en la población en la que se va a realizar el estudio (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

## **XI. Interpretación**

En las entrevistas se puede visualizar que en la actualidad aún se sigue manteniendo los estereotipos de belleza y están muy marcados por el color de piel, enfatizando que desde siglos pasados la belleza era sinónimo de poder y poseer una clase social alta, por tal motivo las mujeres se colocaban polvos severamente tóxicos en su rostros para verse con la piel opaca y clara, actualmente existe el maquillaje para mujeres que cumple en ciertas ocasiones el mismo objetivo y no es tan toxico para la piel.

Con la utilización de filtros se puede llegar a tener el color de piel deseada, enfatizando que en la investigación que se realizó se evidencio que las utilizaciones de los mismos recaen más en las mujeres debido a que tienen esa necesidad de verse bien ante el resto y no generar una imagen que no entra dentro de estos estereotipos de belleza impuestos por redes sociales.

Es importante mencionar que, por otro lado, los hombres señalaban que no están en contra de la utilización de los filtros, pero sentían que en ocasiones estos filtros si tienden a distorsionar la realidad, mostrando una imagen muy alejada de la misma, y que en ocasiones se sentían decepcionados al no toparse con esa realidad que se muestra en redes sociales.

Las mujeres señalaban que los filtros les permitían tener más autoestima y sentirse bonitas, las mismas que mencionaban que si no conseguían los likes deseados borraban la foto debido a que se sentían inseguras, sentían que ya no estaban bonitas, es importante recalcar que estas mujeres lo que buscan es una aceptación social constantes para sentirse bien.

Pero hasta donde estamos llegando para que nuestro estado de ánimo, nuestra salud mental dependa tan solo de una reacción en una red social, de un comentario en una foto, o de

cuantos amigos tenemos agregados en redes sociales sin ni siquiera conocerles, porque tal cual se mencionaba en las entrevistas, el tener bastantes seguidores genera un aparente estado de aceptación social en redes sociales, ya que los creadores de contenido tienen una gran cantidad de seguidores y ellos tienen siempre comentarios y likes en sus fotos, por lo tanto podemos decir que se intenta replicar estos patrones constantemente por la aceptación diaria que se busca, sin tener en cuenta el impacto significativo que esto está teniendo esto a nuestra salud mental.

Las redes sociales terminan siendo un escape de la realidad, ya que como se mostró en la entrevistas, este espacio cibernético les permite olvidar por un momento su realidad, sus problemas, porque en redes sociales pueden interactuar con gente de su edad, que comparta sus mismos gustos, sin darse cuenta que el excesivo uso de las mismas les está llevando a tener evidentes efectos psicosociales como: rendimiento académico bajo, descuido de la imagen personal, dependencia al móvil, desesperación constante al no recibir respuesta a un mensaje entre otras.

## **XII. Principales logros del aprendizaje**

La investigación que se realizó represento ser muy enriquecedora para mi formación académica, ya que se logró cumplir con los objetivos propuestos. La investigación arrojó resultados bastante interesantes y alarmantes, es importante enfatizar en que los jóvenes terminan siendo los consumidores principales de redes sociales, y al utilizar constantemente estas plataformas virtuales están expuestos a evidenciar efectos psicosociales en su cotidianidad.

Realizar entrevistas a profundidad y poderse vincular más con los estudiantes universitarios fue realmente una experiencia beneficiosa ya que así se pudo evidenciar el día a día de los estudiantes y las redes sociales y de qué manera las mismas dejan varias secuelas

en cada uno de ellos, sin duda estos temas no se hablan a diario en la universidad como ellos mismo lo mencionan, pero el hecho de hacerles una entrevista y poderles dar a conocer las consecuencias notables que dejan la utilización excesivas de las redes sociales en su vida personal es algo muy gratificante.

Es importante enfatizar que la investigación contribuye datos inquietantes, ya que en contraste existen más estudios dedicados a dar a conocer los beneficios de las redes sociales, y existe una cantidad menor de estudios que hablen acerca de los efectos alarmantes al utilizar desmesuradamente las redes sociales.

Esta investigación asimismo aporta una visión integradora a la diversidad de cuerpos, debido a que en el estudio se pudo evidenciar que aun en el siglo XXI la belleza es sinónimo de cuerpos delgados esbeltos y de pieles blancas, acentuando también el racismo que sigue trascendiendo, y todo esto está presente cada día en redes sociales ya que las mismas son consideradas como medios de comunicación masivos que pretenden llegar a las masas con la pantalla de que son un medio de comunicación teniendo por debajo los estereotipos de belleza muy arraigados que se imponen y que los individuos inconscientemente intentan replicarlos.

El hecho que los jóvenes estén expuestos a estereotipos de belleza impuestos por las redes sociales hace que quieran alcanzar este ideal de belleza que en ocasiones representa ser inalcanzable por un sin número de razones, enfatizando la presión social a la que se expone estos individuos para querer alcanzar estos estándares y tener aceptación social dentro de su círculo social.

Esta problemática ha estado presente en los últimos años y cada vez toma más fuerza, es importante concientizar a la población joven que es la consumidora principal de redes

sociales, acerca de su salud mental, y romper este estigma al hablar de los problemas psicológicos que nos trae la utilización de redes sociales.

### **XIII. Conclusiones y Recomendaciones**

Se identificó a los estereotipos de belleza en redes sociales y su impacto psicosocial en jóvenes universitarios de Quito, entre 20 a 25 años, en el año 2023 2023 están marcados desde prejuicios raciales, de género, corporales y de clase.

Mediante las entrevistas realizadas se pudo analizar que el estereotipo del color de piel aun en la actualidad se mantiene muy arraigado, recordando que este estereotipo viene transciendo de épocas pasadas en donde el color pálido y blanco de color de piel era sinónimo de belleza y poder, como se pudo evidenciar los jóvenes universitarios mantienen su postura de que la piel blanca y clara es sinónimo de belleza.

Es muy importante mencionar que como en épocas pasadas aún se sigue manteniendo la idea errónea de que todas las personas blancas son económicamente exitosas y tienen acceso a oportunidades que otros grupos raciales no tienen, como bien se mencionaba en las entrevistas, los creadores de contenido o influencers dejan ver sus vidas perfectas aparentando una vida socialmente buena y exitosa, y en su mayoría esto se intenta replicar.

Los estereotipos de género relacionados con el color de piel pueden manifestarse de diversas maneras en las redes sociales, perpetuando nociones discriminatorias y limitadas sobre cómo deben ser las personas en función de su género y color de piel.

Con lo dicho anteriormente podemos decir que como se evidencio en las entrevistas los estereotipos están marcados por el género debido a que los hombres en su mayoría afirmaban que les llamaba la atención las mujeres “blanquitas” y con “buen cuerpo” a diferencia de las mujeres, que no mencionaron estereotipos de color de piel para sus preferencia del genero opuesto más bien las mujeres hacen énfasis en como ellas querían agradar al género masculino con la utilización de filtros y sobre todo la búsqueda constante de aceptación social.

Es importante enfatizar que, en redes sociales, se pueden encontrar numerosas imágenes y videos que promueven cuerpos delgados o musculosos como el estándar de belleza ideal. Esta difusión constante puede llevar a la comparación y la insatisfacción corporal en quienes no se ajustan a esos estándares

Las herramientas de edición de imágenes y filtros en las redes sociales permiten a las personas modificar su apariencia para parecer más delgadas, tener una piel más suave o mejorar otras características físicas. Esto puede crear expectativas poco realistas sobre cómo se "debería" ver el cuerpo, contribuyendo a la presión para lograr una perfección inalcanzable haciendo énfasis que esto puede llevar a una distorsión de la realidad como se puede evidenciar en las entrevistas.

En las redes sociales, el número de "me gusta", comentarios y seguidores puede convertirse en una búsqueda constante de validación social. Esto puede llevar a las personas a buscar aceptación a través de su apariencia física y a sentirse presionadas para ajustarse a los estándares de belleza predominantes.

A menudo, las representaciones en las redes sociales tienden a favorecer un rango limitado de tipos de cuerpo, excluyendo la diversidad de tallas, formas y características físicas. Esto puede hacer que las personas que no se ven representadas se sientan marginadas o avergonzadas de sus cuerpos.

Con el uso constante de redes sociales, se pudo notar que se invalida completamente los sentimientos de las personas, ya que ahora con un click podemos bloquear o eliminar a la persona de nuestra red social, dejando a un lado la responsabilidad de los sentimientos de la otra persona, haciéndome cargo únicamente de los sentimientos propios creando un individualismo muy marcado.

Es importante identificar que, desde el aspecto psicosocial, que el uso de las redes sociales puede ser tanto una forma de escapar de la realidad como una manera de interactuar con ella. Por un lado, las redes sociales ofrecen una vía para conectarse con personas de todo el mundo, explorar intereses compartidos, y acceder a información y entretenimiento. Estas plataformas pueden servir como una forma de escape de las preocupaciones diarias o del estrés, ya que permiten a las personas sumergirse en contenido que les interesa y conectar con otros de manera virtual.

Sin embargo, como se pudo constatar el uso excesivo de las redes sociales también puede convertirse en una forma de evadir la realidad. En este caso los jóvenes recurren a las redes sociales como una forma de evitar enfrentar problemas o responsabilidades en sus vidas cotidianas. No obstante, se reflejó, una dependencia poco saludable de la validación externa, comparaciones negativas con otros, y una desconexión de las experiencias reales.

### **Recomendaciones**

Se recomienda que se sigan realizando más estudios acerca de los estereotipos de belleza en redes sociales y sus efectos psicosociales debido a que en la actualidad las redes sociales son un medio de comunicación masivo y utilizado a diario por los jóvenes universitarios, sin duda, como se evidencio en este estudio traen problemas psicosociales muy macados para los jóvenes.

Los efectos psicosociales de los estereotipos de belleza en las redes sociales pueden tener un impacto significativo en la salud mental de las personas. La investigación constante de este tema puede ayudar a examinar cómo la exposición a ciertos tipos de contenido en línea afecta el bienestar emocional y mental de los individuos, y qué estrategias pueden utilizarse para mitigar estos efectos negativos.



Es importante enfatizar que los estándares de belleza perpetuados en las redes sociales pueden contribuir a la discriminación y la exclusión social basadas en la apariencia. La investigación de este tema puede ayudar a comprender cómo estos estereotipos afectan las interacciones sociales, los juicios y las oportunidades en diferentes contextos, y cómo pueden abordarse estas injusticias.

En resumen, la continua investigación en psicología sobre los estereotipos de belleza en las redes sociales es importante porque puede proporcionar información valiosa sobre cómo estos fenómenos impactan en la salud mental, la autoimagen y las relaciones sociales, así como informar sobre intervenciones para promover una representación más diversa y saludable de la belleza en línea.

## Referencias bibliográficas

- Alarcón Allain, G. F., & Salas Blas, E. (2022). Adicción a Redes Sociales e Inteligencia Emocional en es-tudiantes de educación superior técnica. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 152-166.
- Araque, N. (2010). *Karen Horney: Una doctora que revolucionó el mundo de la psiquiatría durante la primera mitad del siglo XX*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3548416.pdf>
- Armaza Deza, J. F. (2022). El riesgo del uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de Latinoamérica. *Scielo*, 15.
- Barañano, K. (1985). Comentarios estéticos: De Platón a Oscar Wilde: La necesidad del arte. 12.
- Bataille, G. (1957). *El Erotismo*.
- Beristain, C. M. (2010). *Manual sobre perspectiva psicosocial en la investigacion de derechos humanos* . Bilbao : Hegoa.
- Berry, N., Emsley, R., Lobban, F., & Bucci, S. (2018). Social media and its relationship with mood, self-esteem and paranoia in psychosis. *Acta psychiatrica Scandinavica*.
- Bourdieu, P. (1979). *La Distincion Criterio y Bases Sociales del gusto* . Madrid.
- Castro Hernandez, P. (2020). Estética De Las Amazonas En La Edad Media: Una Aproximación a La Belleza Femenina En Las Crónicas Y Literatura De La Materia De Troya. 22.
- Chaves, B. (2021). La influencia de Instagram en la creación y reproducción del ideal de belleza femenino. *UROSARIO*, 17.

- Elhai, J., & Hall, B. (2018). Emotion regulation's relationships with depression, anxiety and stress due to imagined smartphone and social media loss. *Psychiatry research*.
- Etcoff, N., Orbach, S., & Scott, J. (2006). Más allá de los estereotipos: En reconstrucción de los cimientos sobre las creencias acerca de la belleza. 66.
- Flores, G., Chancusig, J., Cadena, J., Guaypatín, O., & Montaluisa, R. (2017). La influencia de las redes sociales en jóvenes universitarios. *Dialnet*, 10.
- Gallego, S. (2011). Redes sociales y desarrollo humano. *Redalyc*, 113-121.
- Geertz, C. (1973). *La Interpretación de las Culturas*. Nueva York: Gedisa S.A.
- Ghaemi, S. N. (2020). Digital depression: a new disease of the millennium? *Acta psychiatrica Scandinavica*.
- Grande, V. (2019). La hipersexualización femenina en los medios de comunicación como escaparate de belleza y éxito.
- Hegel Friedrich, G. W. (1799-1800). *Lecciones de Estética*. Barcelona.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*.  
 Obtenido de <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista- Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Hutt Herrera, H. (2012). Las redes sociales: Una nueva herramienta de difusión. *Reflexiones*, 121-128.
- Inmaculada, J. (1992). Temas y modelos en la obra de Picasso. *RACO*, 19.
- Jakobsso, M., Josefsson, k., & Jutengren, G. (2015). Sleep duration and sleeping difficulties among adolescents: exploring associations with school stress, self-perception and technology use. *Scandinavian journal of caring sciences*.

- Katz, D., & Braly, K. (1933). Racial Stereotypes of One Hundred College Students. *Journal of Abnormal and Social Psychology*.
- Lippmann, W. (1922). *Public opinion*. New York: Harcourt Brace. *AMERICAN JOURNALISM*.
- Lopez Martinez, M. I. (2006). "Les Demoiselles d'Avignon" en poemas . *Dinalnet* , 23-36.
- Lozares, C. (1996). La teoria de redes sociales . *RACO*, 103-126.
- Luna Montaña, I. (2001). Mujer, Belleza y psicop mujer, belleza y psicopatología. *Scielo*, 6.
- Mansur, J. c. (2019). Belleza y formación en el pensamiento de Platon . 16.
- Manzanero, S. (2022). Impacto en las redes sociales en la salud mental de los adolescentes y como ello afecta a diferentes variables psicológicas.
- Maric, M. L. (2015). Los estereotipos en la construcción de la integración latinoamericana. *Scielo*, 9.
- Marra e Rosa, G. A., Rodrigues dos Santos, B., Stengel, M., & De Freitas, H. (2016). Estetización del self en redes sociales: contradicciones humanas y producción subjetiva contemporánea. *Scielo*, 313-336.
- Martinez, J. I. (2017). ¿Importa el atractivo físico en el mercado matrimonial? *Dialnet*.
- Medina Montañez, M. V., Benilda Layne, B., & Galeano, M. d. (2007). Lo psicosocial desde una perspectiva holística. *Dialnet* , 13.
- Mehdizadeh, S. (2010). Self-presentation 2.0: narcissism and self-esteem on Facebook.
- Mejia, D. (2018). Representaciones sociales sobre ideales de belleza en redes sociales y su relación con el autoconcepto físico: Estudio de caso con jóvenes universitarias de la ciudad de Medellín. Medellín.

- Monar, A. (2009). La belleza y la filosofía . *Redalyc* , 9.
- Moreira de Freitas, R. J. (2021). Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales. *Scielo* , 324-337.
- Muñoz Parralo, M. (2023). Efecto de la exposición a fotos editadas de Instagram en la imagen corporal: una replicación sistemática en jóvenes universitarias españolas. *Dialnet*, 19.
- Nixon, K. (2020). Estereotipos y percepción de belleza en Instagram. Bogota.
- Ormaeche, I. (2022). La manipulación de imágenes en instagram. El uso de aplicaciones y filtros por los influencers.
- Pantoja Chaves, A. (2011). Los nuevos medios de comunicación social: las redes sociales. *Dialnet* , 218-226.
- Pater, W. (1981). *El Renacimiento* . Barcelona: Caria S.A.
- Peña Acuña, B. (2011). La socialización a través de las redes. *REDMARKA*, 22.
- Pérez, R. (2006). El canon de belleza a través de la Historia. *Revista de estudios literarios*, 32.
- Quintana Abello, I., Mendoza, R., Bravo, C., & Mora, M. (2018). Enfoque psicosocial concepto y aplicabilidad en la formación profesional de estudiantes de psicología. *UBB*, 10.
- Renau Ruiz, V., Oberst, U., & Carbonell-Sánchez, X. (2013). Construcción de la identidad a través de las redes sociales online: una mirada desde el construccionismo social . *Redalyc* , 15.
- Renobell Santaren, V. (2017). Análisis de Instagram de desde la Sociología Visual.
- Ríos, E. (2010). *Belleza y Mística en Platon*.

- Rivoir, A. L. (1996). Redes sociales: ¿Instrumento metodológico o categoría sociológica? 14.
- Roberto Lopez, S. (2019). La estética de la mujer en la Grecia antigua comparada con el siglo XXI. *Dilanet* , 14.
- Robles, B. (2011). La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropofísico. *Scielo* , 11.
- Rodríguez, E. (2007). Sigmund Freud: Psicología, psicoanálisis. *Scielo*, 92-101.
- Salas, V. (2013). Evolución de los conceptos de belleza y arte: de la antigua Grecia a la modernidad. Nuevo Leon.
- Sanchez Luque, M. (2002). Acercamiento al pensamiento estetico de Oscar Wilde: hacia una teoria del arte moderno . *Dialnet* , 24.
- Sanchis Climent, S. (2012). La comunicación y las redes sociales. *Investigación*, 9.
- Santamaria de la Piedra, E. (2017). Redes sociales y fenomeno Influencer reflexiones desde una perspectiva psicologica . 443-469.
- Smith, V., & Perez, R. (2007). Atribuciones estereotípicas de calidez y habilidad en jovenes universitarios . *Redalyc* , 20.
- Trujillo Urrego, A. S., & Palacios Moreno, L. P. (2020). Lo psicosocial, una lectura que trascienda la unión de conceptos y relaciones. *Poiésis* , 45-52.
- Umpiérrez, A. (2017). El ideal de belleza, la alimentacion y la actividad fisica en jovenes .
- Valdeiglesias, S. P. (2044). Aspectos Teoticos sobre el estereotipo, el prejuicio y la discriminacion . *Dialnet* .
- Vallejo, R. (2002). Anna Freud, una vida dedicada al conocimiento y a la ayuda psicológica del niño. *Scielo* , 14.

Varona Fernández, M. N. (2020). Percepción y uso de las redes sociales por adolescentes.

*Revista de SEAPA*, 13.

Zeeni, N., Doumit, R., & Abi Kharma, J. &.-R. (2018). Media, Technology Use, and

Attitudes: Associations With Physical and Mental Well-Being in Youth With

Implications for Evidence-Based Practice. *Worldviews on evidence-based nursing*.

Zerpa Hernandez, I. G. (2022). Redes sociales e ideal de belleza sexualización en redes

sociales de Instagram.