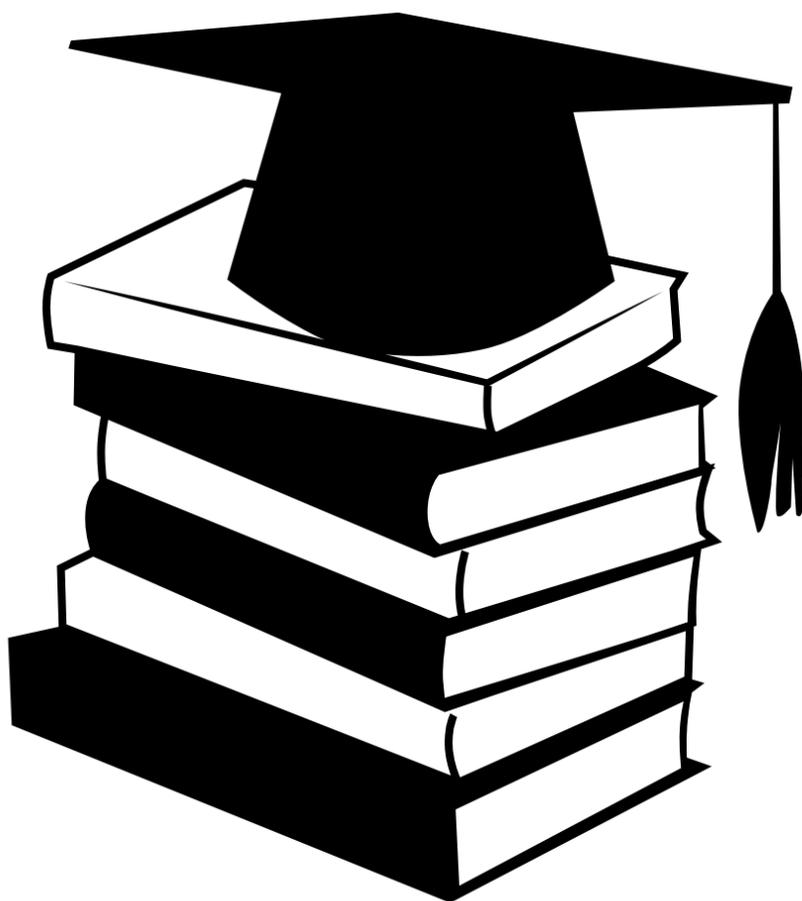




# TALLER DE ELABORACIÓN DE TESIS.



Alumna: Jazmín Bernabé Galicia  
Profesor: Luz Elena Cervantes Monroy.

Unidad 2  
super nota.  
9°cuatrimestre  
LNU.

Fecha: 15 de Junio del 2025.

# REDACCIÓN DEL CAPÍTULO 1.

## 1.1 PORTADA INSTITUCIONAL.

Es la primera página oficial de la tesis que identifica a la institución académica, al autor, al asesor, y al documento mediante el título, fecha y otros datos relevantes.



## 1.2 TÍTULO.

Es el nombre oficial del trabajo de investigación, que expresa de forma clara y precisa el tema central del estudio.

Trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes y su relación con las redes sociales.

## 1.3 AGRADECIMIENTOS Y DEDICATORIA.

Sección opcional en la que el autor expresa gratitud a las personas o instituciones que apoyaron la realización del trabajo y puede dedicar el trabajo a alguien en particular.

## 1.4 ÍNDICE GENERAL.

Es un esquema ordenado que muestra los títulos de capítulos y apartados del documento, junto con su localización en las páginas correspondientes.

|                            |    |
|----------------------------|----|
| Tabla de contenido         |    |
| RESUMEN                    | 1  |
| INTRODUCCIÓN               | 4  |
| PREGUNTAS CENTRALES        | 5  |
| PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA | 6  |
| HIPÓTESIS                  | 8  |
| OBJETIVOS                  | 9  |
| JUSTIFICACIÓN              | 10 |
| LISTA DE REFERENCIAS       | 14 |

## 1.5 INTRODUCCIÓN.

Es una sección inicial que contextualiza el tema de estudio, presenta su importancia, delimita el área de trabajo y expone los objetivos y la estructura general del documento.

**INTRODUCCIÓN.**

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) en adolescentes son un problema de salud mental que incluye condiciones como la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa, el trastorno por atracón y otros comportamientos alimentarios desordenados. Estos trastornos afectan negativamente la salud física y emocional, y en los últimos años, las redes sociales han emergido como un factor relevante en su desarrollo y mantenimiento.

Actualmente nos damos cuenta que la sociedad tiene muy normalizados los trastornos de la conducta alimentaria, muchas veces esto depende de los comentarios y estereotipos que se han creado. Esperando en donde estos deben que los jóvenes deben de ser muy delgados, especialmente las mujeres. Ahora bien los TCA no solo dependen del grupo social al que pertenecen sino también al entorno familiar que los rodea, otro factor importante en el desarrollo de este problema es la falta de información sobre el tema.

Esta problemática afecta a cualquier persona sin importar la edad, sexo, raza y nivel socioeconómico, este tipo de trastornos se han convertido en un problema que predomina en la sociedad, principalmente en los adolescentes de un rango de edad de 12-18 años ya que a esta edad son más susceptibles a comentarios y a la necesidad que tienen de encajar en la sociedad y ser aceptados por la misma, estos trastornos se caracterizan por la conducta alterada de consumo de alimentos, o comienzan a aparecer para tener un aparente control de peso saludable, los trastornos de la conducta alimentaria derivan de complejas interacciones biológicas y psicológicas que afectan a las personas en aspectos psicoemocionales y físicas.

## 1.6 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Es la formulación clara y precisa de la situación que se desea investigar, describiendo su contexto, causas y consecuencias.

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA), como la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón, son afecciones graves que afectan tanto la salud física como mental de quienes los padecen. Estos trastornos, que suelen desarrollarse durante la adolescencia, están estrechamente relacionados con factores psicológicos, biológicos y socioculturales. En esta etapa de la vida, los adolescentes enfrentan una serie de cambios físicos y emocionales que los hacen particularmente vulnerables a las influencias externas, incluyendo los mensajes que reciben a través de las redes sociales.

En los últimos años, las redes sociales han adquirido un papel central en la vida de los adolescentes. Plataformas como Instagram, TikTok, Snapchat y Facebook no solo funcionan como medios de comunicación y entretenimiento, sino que también son espacios donde los jóvenes construyen y refuerzan su identidad personal y social. Sin embargo, estas plataformas suelen estar saturadas de imágenes y mensajes que promueven estándares de belleza irreales y conductas relacionadas con la apariencia física, como el uso de filtros y retoques digitales para mejorar la imagen corporal.

El algoritmo de las redes sociales, diseñado para priorizar contenido que genere interacción, fomenta la exposición repetida a publicaciones sobre dietas extremas, ejercicios intensivos y figuras corporales consideradas "ideales". Esta constante comparación con modelos de belleza inalcanzables genera insatisfacción corporal, baja autoestima y presión social en los adolescentes, quienes a menudo buscan la aprobación de sus pares a través de "likes" y comentarios positivos. Además, los retos virales relacionados con la pérdida de peso o conductas alimentarias desordenadas pueden agravar el problema al normalizar prácticas nocivas.

Diversos estudios han demostrado que la exposición prolongada a redes sociales está asociada con un aumento en la percepción negativa del cuerpo, comportamientos obsesivos hacia la dieta y, en casos extremos, el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria. Sin embargo, esta relación no es lineal, ya que factores como el género, la personalidad, el apoyo familiar y las habilidades de pensamiento crítico desempeñan un papel clave en la vulnerabilidad de los

## 1.7 PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN.

Son las interrogantes específicas que orientan la investigación y que el estudio intentará responder mediante el análisis de datos y evidencia.

**PREGUNTAS CENTRALES.**

- ¿Cómo influyen las redes sociales en la percepción de la imagen corporal y el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes?
- ¿Cuál es el impacto de las influencias y los contenidos sobre alimentación y ejercicio en la aparición de trastornos de la conducta alimentaria en adolescentes?

## 1.8 OBJETIVOS.

Son las metas que se pretende alcanzar con la investigación. Incluyen un objetivo general (el propósito central) y objetivos específicos (pasos concretos para alcanzarlo).

**OBJETIVOS**

Objetivo general: Conocer la prevalencia de los trastornos de la conducta alimentaria dentro de las redes sociales en un rango de edad de 12-18 años.

Objetivos específicos:

- Que rol tiene las redes sociales en la formación de estándares de belleza.
- Como el entorno familiar influye en la formación de los trastornos de conducta alimentaria.
- Conocer la influencia de las redes sociales en los adolescentes.

## 1.9 JUSTIFICACIÓN.

Explica la relevancia de la investigación, argumentando por qué es necesaria, qué aporta y a quiénes beneficia.

**JUSTIFICACIÓN**

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) representan uno de los problemas de salud mental más prevalentes y persistentes en adolescentes, especialmente en las niñas. La anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón no solo afectan la salud física y emocional, sino que también generan graves consecuencias académicas y profesionales. Estos trastornos no solo impactan directamente en los adolescentes, sino que también afectan a quienes los rodean, como familiares y amigos, generando un ciclo de sufrimiento y aislamiento.

En la actualidad, uno de los factores que más se ha relacionado con el desarrollo de los trastornos alimentarios en adolescentes es el uso y la influencia de las redes sociales. Las plataformas digitales, como Instagram, TikTok, YouTube y Twitter, se han convertido en un medio de comunicación esencial para los adolescentes. Estas redes sociales no solo son espacios de conexión, sino también de comparación de ideales, donde los jóvenes pueden sentirse presionados a seguir estándares de belleza inalcanzables y a adoptar conductas alimentarias desordenadas para obtener aprobación y "likes".

El fenómeno conocido como "body shaming" o la exposición a imágenes de cuerpos ideales, desde la constante exposición a imágenes de modelos y celebridades que promueven estándares de belleza irreales, hasta el uso de filtros y retoques digitales para mejorar la imagen corporal, contribuye a la formación de una percepción negativa del cuerpo y a la aparición de trastornos de la conducta alimentaria. Este tipo de contenido, junto con el uso de algoritmos que priorizan contenido relacionado con dietas extremas, ejercicios intensivos y figuras corporales consideradas "ideales", puede agravar el problema al normalizar prácticas nocivas.

Diversos estudios han demostrado que la exposición prolongada a redes sociales está asociada con un aumento en la percepción negativa del cuerpo, comportamientos obsesivos hacia la dieta y, en casos extremos, el desarrollo de trastornos de la conducta alimentaria. Sin embargo, esta relación no es lineal, ya que factores como el género, la personalidad, el apoyo familiar y las habilidades de pensamiento crítico desempeñan un papel clave en la vulnerabilidad de los

## 1.10 HIPÓTESIS.

Es una suposición o afirmación provisional que establece una posible relación entre variables y que será comprobada a lo largo del estudio.

**HIPÓTESIS**

El contenido relacionado con cuerpos idealizados aumenta la posibilidad de desarrollar TCA.

La exposición frecuente a publicaciones de modelos, influencers o celebridades con cuerpos delgados y tonificados está directamente relacionada con una mayor presión por la delgadez y la insatisfacción con la propia imagen corporal en adolescentes.

Esto puede derivar en conductas como dietas restrictivas, ayunos prolongados o ejercicio excesivo, que son factores de riesgo para TCA como la anorexia o bulimia.

## 1.11 METODOLOGÍA.

Es el conjunto de procedimientos, técnicas y herramientas utilizadas para llevar a cabo la investigación y responder a las preguntas planteadas.

**METODOLOGÍA**

1. Tipo de investigación: Descriptiva y exploratoria.
2. Diseño de investigación: Cuantitativa y correlacional.
3. Muestra: Aleatoria simple.
4. Instrumentos: Encuesta por cuestionario.
5. Análisis estadístico: Estadística descriptiva.
6. Validación: Prueba piloto.
7. Ética: Aprobación por el comité de ética de la institución.
8. Fuentes de datos: Secundarias (redes sociales).
9. Control de calidad: Revisión de la confiabilidad del instrumento.
10. Limitaciones: No se controla causalidad directa, tiempo, recursos económicos de muestra.
11. Conclusiones: Se espera que los resultados permitan identificar factores de riesgo y desarrollar estrategias de intervención.

# REDACCIÓN DEL CAPÍTULO 1.

## 2.1 ORIGEN Y EVOLUCIÓN DEL TEMA

Es la descripción de cómo surgió la idea de investigación, su desarrollo y cómo se ha transformado en un problema de investigación

### CAPITULO II.

#### 2.1 REDES SOCIALES.

Las redes sociales son estructuras formadas por personas, organizaciones o entidades que se conectan a través de plataformas digitales con el fin de compartir información, intereses comunes, ideas, imágenes, videos y experiencias. Su auge ha transformado profundamente la manera en que los individuos se comunican, informan, socializan y construyen su identidad.

## 2.2 MARCO TEORICO

se establece el contexto teórico y conceptual en el que se desarrolla la investigación

### CAPITULO III.

#### 3.1 Diseño de la investigación

Para esta investigación se utilizó un diseño cuasiexperimental con enfoque cuantitativo. Elegí este tipo de diseño porque me permite comparar dos grupos de personas con diferentes niveles de uso de redes sociales y analizar si existen diferencias en la presencia de conductas relacionadas con los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA), sin necesidad de manipular directamente las variables.

## 2.3 AUTORES

personas que han contribuido intelectualmente y de manera significativa al trabajo de investigación

# **BIBLIOGRAFÍA.**

Universidad Del Sureste (UDS),  
antología para taller de  
elaboración de tesis (2025)