

<https://doi.org/10.48061/SAN.2026.27.1.2>

USO DE MULTIMEDIA Y SATISFACCIÓN CORPORAL EN NIÑOS Y NIÑAS DE LA PAMPA, ARGENTINA

MULTIMEDIA USE AND BODY SATISFACTION IN BOYS AND GIRLS FROM LA PAMPA, ARGENTINA

Valeria Matzkin^{1,3}, Romina Pilar Gutiérrez¹, María Paula Ramos¹, María Fernanda Torres¹, Gabriela Zulueta² y Juliana Rovatti³

¹ Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Nacional de La Pampa, Argentina

² Instituto de Seguridad Social La Pampa, Argentina

³ Centro Colibrí Trastornos de la Alimentación y Adicciones, La Pampa, Argentina

Correspondencia: Valeria Matzkin

E-mail: valeria.matzkin@gmail.com

Presentado: 19/11/25. Aceptado: 13/3/26

RESUMEN

Introducción: La insatisfacción corporal puede iniciarse tempranamente y verse exacerbada por la exposición a ideales estéticos en redes sociales^{1,3}. El objetivo de este estudio fue explorar la relación entre el uso de Internet y redes sociales y la satisfacción corporal en niños y niñas preadolescentes de La Pampa, Argentina.

Métodos: Se realizó un estudio descriptivo y transversal en dos fases. Inicialmente, se encuestó una muestra de conveniencia de 324 participantes (10-12 años). Posteriormente, se seleccionó una submuestra de nueve niñas con insatisfacción corporal. Se aplicó una encuesta semiestructurada y el Test de Siluetas de Collins.

Resultados: El 93,8% de la muestra usaba redes sociales, el 75,2% lo hacía a diario. Los participantes provenían de Santa Rosa (58%), Toay (24%), Anguil (8%), Uriburu (6%) y Trenel (4%). El 73,2% utilizaba filtros y el 48,2% evitó realizar publicaciones por miedo a ser juzgado/a. La insatisfacción corporal fue significativamente mayor en mujeres (χ^2 , $p = 0,040$). En la submuestra cualitativa, el 100% de las niñas usaba filtros y manifestaba disconformidad, con una marcada preferencia por la delgadez extrema. Se identificaron estrategias de riesgo como la restricción alimentaria y la autocrítica.

Conclusiones: Se confirma una alta prevalencia de insatisfacción corporal en preadolescentes pampeanos, especialmente en niñas, asociada con la comparación social digital y la búsqueda de validación externa. Es fundamental promover estrategias de alfabetización digital y corporal para reducir la vulnerabilidad ante los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y la insatisfacción corporal.

Palabras clave: redes sociales; insatisfacción corporal; Exposición a medios; trastornos alimentarios; adolescencia.

Siglas empleadas: SAN: Sociedad Argentina de Nutrición; TCA: Trastornos de la Conducta Alimentaria; DS: Desviación Estándar; UNLPam: Universidad Nacional de La Pampa.

ABSTRACT

Introduction: Body dissatisfaction starts early and is exacerbated by exposure to aesthetic ideals on social media. The objective was to explore the relationship between Internet and social media use and body satisfaction in preadolescent children in La Pampa, Argentina.

Methods: A descriptive and cross-sectional study was conducted in two phases. Initially, a convenience sample of 324 participants (10-12 years) was surveyed. Subsequently, a focal subsample of nine girls with body dissatisfaction was selected. A semi-structured survey and the Collins Figure Perception Test were applied.

Results: 93.8% of the sample used social media, with 75.2% using it daily. Participants originated from Santa Rosa (58%), Toay (24%), Anguil (8%), Uriburu (6%), and Trenel (4%). 73.2% used filters in their photos, and 48.2% avoided publishing due to fear of being judged. Body dissatisfaction was significantly higher in females (χ^2 , $p = 0.040$). In the qualitative subsample, 100% of girls used filters and expressed dissatisfaction, with a marked preference for extreme thinness (Desired Mean 1.67). Risk strategies like dietary restriction and self-criticism were identified.

Conclusions: A high prevalence of body dissatisfaction is confirmed in Pampa preadolescents, especially in girls, associated with digital social comparison and the search for external validation. It is essential to promote digital and body literacy strategies to reduce the vulnerability to eating disorders (ED) and body dissatisfaction.

Keywords: Social media; Body dissatisfaction; Media exposure; Eating disorders; Adolescence.

INTRODUCCIÓN

La irrupción de las tecnologías digitales ha generado profundas transformaciones en la socialización infantil, consolidando las redes sociales como espacios cruciales para la construcción de la identidad y la exposición corporal¹. Plataformas como Instagram, TikTok y YouTube exponen a los preadolescentes a un flujo constante de imágenes altamente curadas y estilizadas, en las que la delgadez se presenta como un ideal de éxito y felicidad^{1,2}. Esta exposición temprana conlleva riesgos significativos, entre ellos, la internalización de ideales corporales hegemónicos y la comparación social continua². Investigaciones recientes confirman que la participación intensiva en plataformas digitales, especialmente en la población femenina, puede desencadenar o exacerbar la insatisfacción corporal incluso en etapas preadolescentes, impactando negativamente la autoestima^{3,4}.

En Argentina, el uso de Internet en la infancia se encuentra ampliamente extendido: más del 80% de los niños y niñas de entre 10 y 12 años utiliza la red a diario^{5,6}. Este período del desarrollo también ha sido señalado como una etapa crítica para la manifestación de la insatisfacción corporal⁷. La presente investigación se sustenta en la Teoría de la Comparación Social⁸, la cual plantea que las personas evalúan sus habilidades, atributos y opiniones comparándose con otros, un proceso central para la construcción de la autoimagen y la percepción de la propia posición en el entorno social. En este marco, el objetivo del trabajo fue explorar la relación entre el uso de Internet y redes sociales y la satisfacción corporal en niños y niñas de la provincia de La Pampa. Este estudio adquiere relevancia porque aporta evidencia en un campo donde existe una marcada falta de datos sobre los efectos del uso temprano de redes sociales en la imagen corporal infantil.

MÉTODOS

Se llevó a cabo un estudio descriptivo y transversal, desarrollado en dos fases complementarias (cuantitativa y cualitativa).

Población y muestra

La población objetivo fueron preadolescentes de la provincia de La Pampa, Argentina. La selección se justificó por la edad (10 a 12 años), ya que esta etapa (correspondiente al final de la escuela primaria) es crucial para el inicio de la preocupación corporal y la activación del uso de redes sociales de manera autónoma, coincidiendo con cambios puberales y el desarrollo de la identidad⁷. La localización en La Pampa se eligió para contextualizar el estudio en una población con un alto índice de conectividad digital confirmado en estudios previos^{5,6}.

Fase Cuantitativa: Se encuestó una muestra de conveniencia de 324 niños y niñas que cursaban el último año de la escuela primaria, provenientes de nueve escuelas de La Pampa. La muestra incluyó ambos sexos para permitir análisis comparativos de insatisfacción corporal por género.

Fase Cualitativa: Se seleccionó una submuestra focal de nueve niñas mediante muestreo intencional. La decisión de enfocar la fase cualitativa en el sexo femenino se justificó por la evidencia inicial que mostró una insatisfacción corporal significativamente mayor en mujeres, lo que requería una exploración más profunda de sus experiencias. Los criterios de inclusión fueron insatisfacción corporal y uso diario de redes sociales.

Procedimientos e instrumentos

La recolección de datos de la Fase I se realizó mediante la aplicación presencial de encuestas impresas. Los instrumentos utilizados fueron una encuesta semiestructurada y la Prueba de Percepción de la Figura Corporal de Collins⁹. La encuesta incluyó preguntas orientadas a conocer los hábitos de uso de redes sociales y otros consumos digitales (como juegos, series o películas), así como las formas de interacción en estas plataformas (publicar, comentar, mirar contenido, tipos de perfiles seguidos). También indagó sobre las motivaciones para usar redes sociales, la frecuencia de uso, y las experiencias personales al publicar o interactuar en ellas. Además, incorporó preguntas relacionadas con la percepción de la imagen corporal, la exposición a contenidos digitales e influencers en los hábitos de alimentación, ejercicio y vestimenta, y las emociones que pueden surgir al ver contenido en redes sociales, con el objetivo de explorar posibles vínculos entre el uso de redes, la presión social y la satisfacción corporal.

Por otra parte, el Test de Siluetas de Collins, adaptación de la escala de Stunkard (1983), utiliza siete figuras (1 a 7, de más delgada a más obesa) para determinar la Figura Percibida, Figura Ideal y Figura Aceptable. En este estudio, la insatisfacción corporal se definió por una diferencia de dos o más figuras entre la Percibida y

la Deseada.

Para la Fase II se realizaron entrevistas semiestructuradas individuales orientadas a explorar distintos ejes temáticos, entre ellos el uso y las experiencias en Internet y en redes sociales, las prácticas de publicación de contenidos, el control parental y las reflexiones de las entrevistadas sobre estas experiencias.

Análisis Estadístico y Cualitativo: La información cuantitativa fue procesada con InfoStat20, utilizando estadística descriptiva (frecuencias, medias, DS) y pruebas bivariadas χ^2 para evaluar las diferencias por género. El material cualitativo fue sometido a un análisis temático inductivo¹⁰.

Consideraciones éticas

Los procedimientos se ajustaron a las normas éticas vigentes, contando con el consentimiento informado de tutores y el asentimiento escrito de los participantes. El proyecto fue aprobado por la Resolución N.º 604/2021 (Facultad de Ciencias Exactas y Naturales, UNLPam), y contó con el aval del Comité de Ética Independiente Patagónico (20/10/21) y del Ministerio de Educación de La Pampa.

RESULTADOS

Hallazgos cuantitativos de la muestra general (N=324)

El tamaño total de la muestra encuestada fue de 324 niños y niñas de 10 a 12 años. La muestra se compuso en un 50,3% por participantes de género masculino, 45,0% de género femenino, y el resto no respondió o se identificó con otro género. Los participantes provinieron de nueve escuelas primarias de distintas localidades de la provincia de La Pampa, con la siguiente distribución: Santa Rosa concentró el 58% de la muestra, seguida por Toay con el 24%, Anguil con el 8%, Uriburu con el 6% y Ternel con el 4%.

Se destacó una alta penetración digital: 304 encuestados (93,8% del total) utilizaban redes sociales, con una edad promedio de inicio de uso de 8,84 años (DS: 1,81). El 75,2% usaba las redes todos los días. Las plataformas más utilizadas fueron WhatsApp (77,3%), YouTube (75,7%) y TikTok (66,2%). El 73,2% usaba filtros o editaba las fotos. La motivación principal para publicar era la búsqueda de validación externa: el 50,2% lo hacía para llegar a más seguidores y el 45% para obtener likes. El 48,2% manifestó haber dejado de subir publicaciones por miedo a ser juzgado/a. El uso de las redes sociales motivó cambios conductuales como la modificación de la vestimenta (54%), el aumento del ejercicio físico (39%) y el cambio en la alimentación (30%).

En relación con la insatisfacción corporal, el 17% se sintió disconforme con su cuerpo tras ver imágenes en redes. Alrededor del 64% (N: 309) expresaron querer estar más delgados o cambiar su cuerpo (41,1% a veces, 16,5% siempre, 6,1% frecuentemente). Sobre las modificaciones alimentarias, el 41,2% se propuso cambiar su alimentación y las razones más enunciadas fueron: disconformidad corporal, mejorar el rendimiento físico, adelgazar, comparaciones, por salud, para sentirse bien, por baja autoestima, por veganismo, porque comían poco y porque eran criticados.

La disconformidad corporal fue evaluada cuando la persona elegía en el test una figura de más de 2 imágenes de diferencia entre imagen deseada y percibida. Estos puntos de corte se definieron utilizando las equivalencias con los valores de índice de masa corporal reconocidos para las categorías de obesidad y bajo peso que se evalúan como más de 2 figuras de dispersión de la imagen central (figura 1). La prevalencia de disconformidad corporal fue significativamente mayor en mujeres que en varones (χ^2 , $p = 0,04$, OR = 1,77; IC95%: 1,02–3,05).

Hallazgos cuanti-cualitativos de la submuestra (n=9)

La submuestra confirmó un 100% de insatisfacción corporal, con una media de imagen deseada de 1,67 (DS: 0,75), indicando una preferencia por la delgadez extrema. El 100% usó filtros antes de publicar. El 66,6% dejó de subir contenido por miedo al juicio de otros, y el 87,5% experimentó emociones negativas luego de mirar redes sociales.

El análisis temático identificó:

Validación Externa y Conductas de Riesgo: La búsqueda de aprobación ("Tener muchos likes es una motivación") se confrontó con críticas, lo que llevó a conductas de restricción alimentaria: "Llegué a no comer una semana por sentirme gorda, tomaba agua y después volví a comer normal".

Percepción del Control Parental y Uso Temprano: Las participantes reportaron un uso muy intensivo de Internet (entre 7 y 10 horas por día). Respecto al control parental, las opiniones fueron mixtas, oscilando entre el control transparente y el invasivo. Algunos comentarios incluyeron: "Mis papás revisan el celular delante mío,

no creo que le digan nada al chico con el que me escribo". "Me revisan el celular sin mi consentimiento a veces, me genera de todo eso, no me gusta. Me lo revisan por desconfianza", "Nadie me controla el uso de celular. Me parece bien porque es mi intimidad. Si me lo pidieran sería incomodo. Solo apago el celular cuando vengo a la escuela. Me desconecto cuando estoy con amigos y en vóley. Puedo estar con el celular hasta la hora que yo quiera. Pocas veces me lo sacaron y fue por contestar mal".

Reflexiones: Sobre el inicio temprano, las participantes mostraron conciencia de sus efectos: "No es una buena decisión abrir las cuentas a esa edad. Les diría a los más chiquitos que esperen un ratito más, te roba el tiempo". A pesar de los riesgos, se reconocieron aprendizajes: "Aprendí varias cosas... no sabía escribir y había chicos que hacían poemas. Aprendí a escribir, a poner las comas, los puntos, a cómo vestirme".

DISCUSIÓN

Esta investigación aporta evidencia sobre la prevalencia de la insatisfacción corporal en niños y niñas de La Pampa y establece relaciones claras entre el uso intensivo de contenidos multimedia y la valoración negativa del cuerpo, especialmente en el género femenino. La alta penetración digital observada en el estudio coincide con datos previos de la región, que muestran que casi la mitad de los niños de 6 a 12 años posee un teléfono celular propio, muchos desde antes de los 11 años, y que una proporción significativa dedica entre 3 y 4 horas diarias al uso de tecnologías^{4,5}. Los hallazgos de este estudio profundizan esta tendencia, evidenciando que la exposición a redes sociales comienza cada vez a edades más tempranas, con una media de inicio de 8,8 años.

El uso de filtros (73,2%) y el miedo al juicio externo (48,2%) emergen como comportamientos centrales vinculados a la internalización de estándares estéticos promovidos digitalmente. Desde la Teoría de la Comparación Social, estos mecanismos pueden interpretarse como procesos de evaluación ascendente que incrementan la insatisfacción corporal y favorecen percepciones negativas sobre la propia imagen. La fase cualitativa refuerza este fenómeno: la presión por la validación social impulsa a las niñas a conductas de riesgo, como la restricción alimentaria y la autocrítica, ampliamente documentadas como vías de entrada a los TCA⁷.

Si bien algunas participantes señalaron aspectos positivos, el uso intensivo de redes sociales se asocia principalmente con emociones negativas y con una mayor exposición a contenidos perjudiciales. Stein et al.¹¹ plantean que Instagram puede favorecer alteraciones en la imagen corporal y conductas alimentarias desordenadas. González-Nuevo et al.¹² encontraron una fuerte relación entre la preocupación por la apariencia en entornos multimedia y el riesgo de trastornos alimentarios. En la misma línea, Thai et al.¹³ demostraron que reducir el uso del teléfono inteligente puede mejorar la imagen corporal en poblaciones vulnerables.

Asimismo, el estudio evidencia la presencia de conductas orientadas a la búsqueda de aprobación, como el deseo de obtener "likes" o aumentar seguidores, lo cual puede comprenderse como una respuesta a dinámicas algorítmicas que refuerzan la necesidad de visibilidad y conformidad estética¹⁴. Este patrón coincide con la literatura reciente sobre el uso problemático de Internet y su asociación con el deterioro del bienestar emocional en adolescentes^{15,16}. El fenómeno se agrava en plataformas de alta carga visual como TikTok e Instagram, donde la exposición a contenidos de influencers promueve la cultura de la delgadez y prácticas de dietas restrictivas¹⁷. Por otra parte, la legislación establece una edad mínima de 13 años para que los niños puedan utilizar estas plataformas. Sin embargo, no existen normativas locales específicas que regulen la verificación de la edad declarada¹⁸. La fijación de esta edad mínima busca reducir la exposición a situaciones de riesgo y asegurar un nivel de madurez acorde para resguardar sus derechos.

Otro aspecto relevante es la ambivalencia respecto de la supervisión parental: aunque las niñas reconocen la importancia del acompañamiento adulto, con frecuencia lo viven como invasivo, generando tensiones que dificultan el diálogo sobre riesgos digitales. Esto coincide con las recomendaciones de la Sociedad Argentina de Pediatría, que propone reemplazar prohibiciones por alfabetización digital y acompañamiento activo¹⁹. Asimismo, se ha señalado que los padres suelen preocuparse más por evitar que sus hijos accedan a contenido sexual o violento que por la exposición a material asociado con ansiedad, depresión o baja autoestima¹. Dado que la preadolescencia es un período de especial vulnerabilidad, resulta fundamental reflexionar sobre el impacto del uso y sobreuso de redes sociales en la autoestima.

Limitaciones del estudio

Las limitaciones del estudio incluyen el uso de una muestra de conveniencia y la concentración geográfica de los participantes, lo cual restringe la posibilidad de generalizar los resultados. Esta limitación se vincula tanto

a las restricciones económicas para realizar trabajo de campo en otras localidades de la provincia como al hecho de que la selección de escuelas fue determinada por el Ministerio de Educación. Además, el tamaño reducido de la submuestra cualitativa permite únicamente una aproximación exploratoria de las experiencias de las participantes. Por último, el uso de instrumentos de autorreporte introduce el riesgo de sesgo por deseabilidad social.

CONCLUSIONES

Se confirma una alta prevalencia de insatisfacción corporal en preadolescentes pampeanos, especialmente en niñas, asociada al uso de redes sociales y a la comparación social, lo que se relaciona con conductas alimentarias de riesgo. Estos hallazgos subrayan la necesidad de implementar programas de alfabetización digital y corporal, y de fortalecer la formación de los profesionales de la salud para favorecer la detección temprana. En esta línea, se recomienda que las valoraciones clínicas incluyan preguntas sobre uso de redes sociales, percepción corporal y bienestar emocional, a fin de identificar señales iniciales de riesgo y orientar de manera adecuada a las familias.

Conflictos de interés

Los autores declaran no tener ningún conflicto de interés.

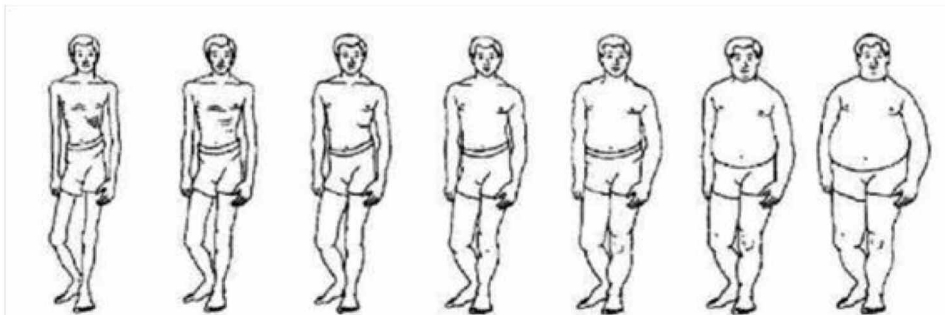
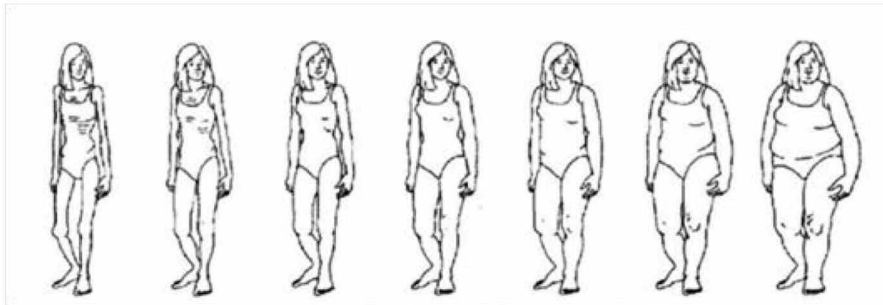
REFERENCIAS

1. Anderson M, Jiang J. Teens, social media and technology 2023. Pew Research Center 2023.
2. Fardouly J, Holland E, Tiggemann M. "Why don't I look like her?" How adolescent girls view social media and its connection to body image. *BMC Women's Health* 2022; 22(1):420.
3. Beyens I, Frison E, Eggermont S. "Do you like me?" A longitudinal study on adolescent girls' social media use and their self-esteem. *Comput Hum Behav* 2022; 129:107157.
4. Valkenburg P M, Koutamanis M, Vossen H G M. The concurrent and longitudinal relationships between adolescents' use of social network sites and their social self-esteem. *Comput Hum Behav* 2022; 130:107158.
5. Matzkin V, Maldini A, Gutiérrez R P. Hábitos de sueño, alimentación y uso de dispositivos tecnológicos durante la pandemia por Covid-19 en población infantil argentina. *Actual en Nutrición* 2022; 23(4):806–813.
6. Ministerio de Educación de La Pampa. Uso de Internet por parte de niños, niñas y adolescentes pampeanos 2017.
7. Rutzstein G, Rodríguez F, Murawski B. Epidemiología de los trastornos de la conducta alimentaria. *Arch Argent Pediatr* 2009; 107(5):394–403.
8. Festinger, L. A theory of social comparison processes. *Human relations* 1954; 7 (2): 117-140
9. Collins M E. Body figure perceptions and preferences among preadolescent children. *Int J Eat Disord* 1991; 10(2):199–208.
10. Braun V, Clarke V. Using thematic analysis in psychology. *Qual Res Psychol* 2006; 3(2):77–101.
11. Stein JP, Krause E, Ohler P. Every (Insta)Gram counts? Applying cultivation theory to explore the effects of Instagram on young users' body image. *Psychol Pop Media*. 2019;10:87-97.
12. González-Nuevo Vázquez C, Cuesta M, Muñoz J. Concern about appearance on Instagram and Facebook: Measurement and links with eating disorders. *Cyberpsychology*. 2021;15.
13. Thai H, Davis C, Mahboob W, Perry S, Adams A, Goldfield G. Reducing social media use improves appearance and weight esteem in youth with emotional distress. *Psychol Pop Media*. 2023.
14. Amnistía Internacional. Algoritmos y redes sociales: El impacto en los derechos de las niñas 2024.
15. Smahel D, Machackova H, Mascheroni, G, et al. EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries. *EU Kids Online* 2020.
16. Fardouly J, Vella-Brodrick D A, Holland E, et al. How do young women compare to social media models? A study of self-perceived appearance and body dissatisfaction. *Body Image* 2017; 23:149–152.
17. Prichard I, Kavanagh E, Tiggemann M. TikTok promotes diet culture and negative body image rhetoric: A content analysis. *J Acad Nutr Diet* 2023; 123(10):1814–1824.
18. Maluf Martínez M. El consentimiento de niños y adolescentes para el tratamiento de sus datos personales en entornos digitales. *Microjuris Argentina al Día*. 28 sep 2021. Disponible en: <https://aldiaargentina.microjuris.com/2021/09/29/doctrina-el-consentimiento-de-ninos-y-adolescentes-para-el-tratamiento-de-sus-datos-personales-en-entornos-digitales/> [consultado Noviembre 2025].
19. Sociedad Argentina de Pediatría. Guía de uso de pantallas para las familias 2023.

Figura 1. Test de Insatisfacción corporal

a) ¿Cuál de las figuras muestra la forma que **más se parece a vos?** **PERCIBIDA**

b) ¿Cuál de las figuras muestra la forma que **más te gustaría** parecer? **DESEADA**



1 2 3 4 5 6 7