

AUTOESTIMA Y REDES SOCIALES

En los últimos años se ha hecho más evidente que las redes sociales afectan la autopercepción de la imagen corporal (especialmente en los jóvenes).

Esto también se ha relacionado con la aparición de los trastornos alimenticios.



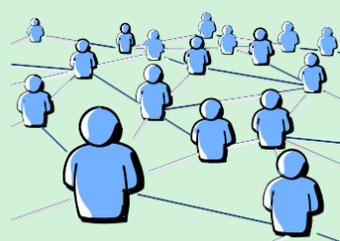
Existe un marcado estereotipo que se promueve en las plataformas como Instagram, Twitter, Facebook, etc.



Se ha comprobado la influencia de la publicidad de redes sociales sobre la autoimagen y disminución de la autoestima en población joven.



Es importante acercarnos a programas educativos que fomenten relaciones más saludables con la alimentación, refuercen el autoestima.



Es indispensable una regulación en los estereotipos que promovemos en redes sociales.

 <http://www.psicologia.unam.mx/tutorias/>

 Programa Institucional de Tutoría.
Facultad de Psicología. UNAM

 @pit.psicologiaunam

Referencia:

Aparicio, P., Perea, A. J., Martínez, M. P., Suárez, I., & Vaquero, M. (2017, 1 diciembre). Social networks' unnoticed influence on body image in Spanish university students. ScienceDirect. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0736585317304331>