RELIGACIÓN
REVISTA

Esquemas sobre la apariencia física en adolescentes: capacidad predictiva de la soledad percibida

Perceptions of Physical Appearance Among Adolescents: Predictive Value of Perceived Loneliness

Marisol Morales Rodríguez, Abril Alessandra Méndez Salgado

Resumen

La apariencia física cobra especial relevancia durante la adolescencia, etapa en la que la imagen personal adquiere un significado particular, influido por factores emocionales y sociales. El objetivo fue determinar los niveles de soledad percibida y esquemas de apariencia física, así como examinar la capacidad predictiva de la soledad sobre dichos esquemas. Se realizó un estudio cuantitativo, no experimental, descriptivo-correlacional; participaron 739 adolescentes de secundaria y preparatoria. Los resultados mostraron niveles predominantemente intermedios de soledad y altos de esquemas de apariencia física. La soledad, particularmente en su dimensión emocional, fue un predictor relevante de la importancia atribuida a la apariencia en ambas dimensiones. Se concluye que los sentimientos de soledad pueden incrementar la importancia que los adolescentes conceden a su imagen personal. Estos hallazgos destacan la necesidad de considerar las experiencias socioafectivas en la comprensión de los esquemas de apariencia y fortalecer los vínculos afectivos para promover el bienestar adolescente.

Palabras clave: Adolescencia; Apariencia física; Esquemas; Soledad.

Marisol Morales Rodríguez
Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo | Morelia | Michoacán | México | marisol.morales@umich.mx
http://orcid.org/0000-0002-3829-4951
Abril Alessandra Méndez Salgado
Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo | Morelia | Michoacán | México | 2209550g@umich.mx

http://doi.org/10.46652/rgn.v11i52.1736
ISSN 2477-9083
Vol. 11 No. 52, octubre-diciembre, 2026, e2601736
Quito, Ecuador

Enviado: julio 15, 2026
Aceptado: septiembre 12, 2026
Publicado: noviembre 23, 2026
Publicación Continua

CC BY NC ND

RELIGACIÓN CICSHAL
Centro de Investigaciones en Ciencias Sociales y Humanidades desde América Latina

Abstract

Physical appearance takes on special significance during adolescence, a stage in which self-image acquires particular meaning, influenced by emotional and social factors. The objective was to determine levels of perceived loneliness and physical appearance schemas, as well as to examine the predictive power of loneliness regarding these schemas. A quantitative, non-experimental, descriptive-correlational study was conducted involving 739 middle and high school adolescents. The results showed predominantly moderate levels of loneliness and high levels of physical appearance schemas. Loneliness, particularly in its emotional dimension, was a significant predictor of the importance attributed to appearance in both dimensions. It is concluded that feelings of loneliness may increase the importance adolescents place on their personal image. These findings highlight the need to consider socio-affective experiences when understanding appearance schemas and to strengthen emotional bonds to promote adolescent well-being.

Keywords: Adolescence; Loneliness; Schemas; Physical appearance.

Introducción

La adolescencia constituye una etapa crítica del desarrollo humano caracterizada por múltiples transformaciones a nivel físico, psicológico y social. Durante este periodo, los cambios corporales adquieren especial relevancia, debido a que el adolescente comienza a prestar mayor atención a su apariencia, a cuestionarse sobre cómo se ve y, cómo es percibido por los demás. Estos procesos ocurren, además, en una etapa en la que la aceptación y el reconocimiento social adquieren un peso importante en la construcción de la identidad y en la valoración de sí mismo. En este sentido, no solo resultan relevantes las transformaciones físicas propias de la adolescencia, sino también el significado que se les atribuye y la manera en que son incorporadas a la percepción personal.

La imagen que se construye de sí mismo comprende una valoración subjetiva de la propia apariencia, la cual no siempre refleja fielmente la realidad, debido a que se encuentra influida además por las experiencias individuales, por factores sociales y culturales. Amaya et al. (2017), destacan la influencia que ejercen los pares y los ideales socioculturales sobre la valoración corporal durante esta etapa. De manera similar, la exposición a imágenes idealizadas, editadas o filtradas puede favorecer la interiorización de determinados estándares de belleza, fortaleciendo expectativas que difícilmente corresponden con características corporales reales y orientando la valoración personal hacia la búsqueda de aceptación y aprobación social (Tineo & Acevedo, 2022). Cuando la percepción corporal se encuentra fuertemente influida por dichos estándares, pueden presentarse repercusiones en la valoración de sí mismo y en la salud mental de los adolescentes (Meza & Pompa, 2018).

No obstante, el análisis de la apariencia física no puede limitarse únicamente a la satisfacción o insatisfacción con el cuerpo; resulta necesario profundizar en las estructuras cognitivas mediante las cuales las personas organizan e interpretan la información relacionada con su propia apariencia. Desde esta perspectiva adquiere relevancia el concepto de esquema cognitivo, entendido como una estructura organizada de pensamientos y creencias previas que orienta la forma particular en que las personas interpretan la realidad. Estos esquemas se construyen progresivamente a partir

de las experiencias y permiten otorgar significado a los acontecimientos, influyendo tanto en las respuestas emocionales como en la conducta (Quelle, 2024).

Los esquemas cognitivos actúan como marcos de interpretación a partir de los cuales una misma experiencia puede ser percibida y valorada de manera diferente por cada persona. Históricamente, el estudio de la imagen corporal se centró en la satisfacción o insatisfacción con la propia apariencia; sin embargo, a partir de las aportaciones de Cash y Labarge (1996), se amplió su comprensión al considerar las creencias que las personas construyen sobre su apariencia y el significado que esta adquiere en su vida. Posteriormente, Cash et al. (2004), profundizaron en su evaluación mediante el Inventario de Esquemas sobre la Apariencia-Revisado, distinguiendo dos dimensiones: la importancia autoevaluativa y la importancia motivacional. Estas aportaciones contribuyeron al desarrollo de una perspectiva que reconoce no solamente la valoración de la propia imagen corporal, sino también la relevancia psicológica que se atribuye a la apariencia física (Thompson & Schaefer, 2019).

Los esquemas sobre la apariencia física permiten comprender el significado que las personas asignan a su imagen corporal. En este sentido, el interés no se centra únicamente en cómo el adolescente se percibe físicamente, sino qué tan importante resulta la apariencia para definirse y valorarse a sí mismo y hasta qué punto orienta sus conductas hacia el cuidado o modificación de dicha apariencia. Estos esquemas comprenden una dimensión autoevaluativa, relacionada con la importancia que adquiere la apariencia en la definición y valoración personal, y una dimensión motivacional, vinculada con el grado de involucramiento en conductas dirigidas al manejo de la propia apariencia (Silva et al., 2015).

Con base en lo planteado anteriormente, los esquemas cognitivos relacionados con la apariencia se asocian con las emociones y sentimientos que surgen a partir de la valoración de sí mismo. Sin embargo, esta relación no necesariamente ocurre en una sola dirección, ya que las experiencias emocionales y sociales que vive el adolescente también pueden relacionarse con la manera en que interpreta la información sobre sí mismo y reorganiza su autopercepción. De esta forma, las cogniciones pueden influir sobre las emociones, pero las experiencias emocionales también pueden modificar la manera en que el adolescente se percibe e interpreta su propia apariencia.

Dentro de dichas experiencias emocionales, la soledad adquiere especial relevancia, la cual se ha incrementado en el contexto contemporáneo, debido a las transformaciones sociales y las nuevas formas de interacción interpersonal. Desde las aportaciones de Weiss (1973), se ha distinguido entre soledad emocional, relacionada con la ausencia percibida de vínculos afectivos cercanos, y la soledad social, asociada con las carencias percibidas en las relaciones. Esta diferenciación ha contribuido a comprender que la soledad no depende únicamente de la cantidad de relaciones establecidas, sino también de la calidad de los vínculos y del significado que estos tienen para la persona (Walsh et al., 2025).

Desde una perspectiva cognitiva, Perlman y Peplau (1981), plantearon que la soledad constituye una experiencia subjetiva que surge cuando existe una discrepancia entre las relaciones sociales que la persona desea y aquellas que percibe que realmente tiene, lo cual puede resultar estresante. Por ello, una persona puede experimentar sentimientos de soledad aun cuando se encuentre acompañada o cuente aparentemente con una red social. Esta distinción resulta particularmente importante durante la adolescencia, etapa en la cual la pertenencia, la aceptación de los pares y el establecimiento de relaciones significativas ocupan un lugar central en el desarrollo social y emocional (Ventura-León et al., 2017; García, 2021).

La relevancia actual de este fenómeno ha llevado a considerarlo un problema importante de salud pública. La Comisión de la Organización Mundial de la Salud sobre Conexión Social estima que alrededor de una de cada seis personas en el mundo experimenta soledad, siendo los adolescentes uno de los grupos particularmente afectados; aproximadamente el 21% de los adolescentes manifiesta sentirse solo. Asimismo, la soledad y el aislamiento social se encuentran relacionados con diferentes afectaciones en la salud y el bienestar, entre ellas problemas de salud mental como depresión y ansiedad (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2025).

La soledad tiene una etiología multicausal y puede presentarse en diferentes etapas de la vida; sin embargo, durante la adolescencia cobra particular relevancia por las necesidades de pertenencia, reconocimiento y vinculación interpersonal propias de este periodo. Fernández-Roses et al. (2024), destacan que la soledad constituye una experiencia personal negativa relacionada con las carencias percibidas en las relaciones sociales y con la insatisfacción de las necesidades de vinculación. Entre los elementos asociados a esta experiencia se encuentra la percepción de rechazo o exclusión social. García (2021), señala que el ostracismo constituye un aspecto importante para comprender la soledad durante la adolescencia. Sentirse rechazado, poco valorado o excluido con respecto al grupo de pares, puede favorecer diferentes formas de malestar y llevar al adolescente a buscar otros espacios de aceptación y pertenencia. En este escenario, la apariencia podría adquirir una relevancia particular como medio para obtener reconocimiento social, especialmente cuando se han interiorizado determinados modelos acerca de cómo se debe lucir para ser aceptado.

En concordancia con lo expuesto, es posible establecer un punto de encuentro entre soledad y los esquemas de apariencia física. Si los esquemas cognitivos constituyen estructuras mediante las cuales las personas organizan e interpretan la información sobre sí mismas y sobre el entorno, las experiencias emocionales asociadas a sentirse solo, rechazado o poco integrado, podrían intervenir en la manera en que el adolescente organiza la percepción de sí mismo. Así, la soledad podría relacionarse con una mayor atención hacia características personales que el adolescente considera relevantes para ser aceptado, entre ellas la apariencia física, reforzando la importancia que esta adquiere dentro de su autovaloración.

En torno a lo señalado, diversos estudios han resaltado la relación entre las experiencias socioemocionales y la valoración de la apariencia física durante la adolescencia. Tal es el caso de Zinovyeva et al. (2016), quienes concluyeron que los adolescentes con insatisfacción corporal presentaban dificultades relacionadas con la autoestima y experimentaban mayores sentimientos

de soledad en comparación con quienes se percibían más satisfechos con su apariencia física. Si bien no se estudiaron las mismas variables, sus hallazgos constituyen una aproximación cercana al presente estudio, al demostrar la relación entre los sentimientos de soledad y la valoración que los adolescentes realizan de su propia apariencia.

En tanto, Rousseau et al. (2017), profundizaron en el estudio de los esquemas de apariencia física, encontrando que sus componentes autoevaluativo y motivacional presentaba una asociación significativa con la interiorización de los ideales de apariencia transmitidos por los medios de comunicación. Como en el caso anterior, estas investigaciones abordaron aspectos distintos, no obstante, sus aportaciones destacan la pertinencia de profundizar en el estudio de los esquemas de apariencia.

Profundizar en el estudio de estas variables resulta relevante debido a que permite ampliar la comprensión de los factores emocionales y relacionales asociados con los esquemas de apariencia física durante la adolescencia. Si bien la imagen corporal ha sido ampliamente estudiada en relación con la satisfacción o insatisfacción con el propio cuerpo, resulta importante profundizar en el estudio de los esquemas cognitivos relacionados con la apariencia, particularmente en su relación con los sentimientos de soledad. Desde esta perspectiva, examinar la capacidad predictiva de la soledad percibida sobre dichos esquemas aporta evidencia empírica que amplía el conocimiento sobre la relación entre ambas variables, considerando que los esquemas de apariencia física comprenden además de las creencias relacionadas con la valoración personal, las conductas orientadas al cuidado de la propia apariencia. Asimismo, los hallazgos pueden contribuir a identificar posibles condiciones de vulnerabilidad social y orientar el desarrollo de estrategias preventivas dirigidas al fortalecimiento de los vínculos interpersonales, la valoración de sí mismo y el bienestar personal durante la adolescencia. Con base en lo anterior, el objetivo del presente estudio fue determinar los niveles de soledad percibida y de los esquemas de apariencia física, así como examinar la capacidad predictiva de los sentimientos de soledad sobre dichos esquemas en adolescentes.

Metodología

La investigación se basó en un enfoque cuantitativo, con un diseño descriptivo-correlacional y transversal ya que se consideró que fue el que se ajustó metodológicamente para describir las variables de estudio y para estimar las relaciones entre ellas en un punto particular en el tiempo.

Participantes

Participaron 739 adolescentes de secundaria y preparatoria de instituciones públicas y privadas de Morelia, Michoacán, los cuales fueron seleccionados mediante el criterio de inclusión de pertenencia a la etapa de la adolescencia y de manera no probabilística intencional. Del total de la muestra, el 49% pertenece a secundaria y el 51% al nivel medio superior; en cuanto al sexo, el

53.9% son mujeres y el 46.1% hombres; la edad de los participantes oscila entre los 12 y 18 años, cuyo promedio es de 15.4 años (D.E.=2.5).

Instrumentos

Para la medición de las variables se emplearon 2 instrumentos, el Inventario de Esquemas sobre la Apariencia (Silva et al., 2015) y la Escala de soledad. El primero de ellos se conforma de 16 ítems, se basa en esquemas que evalúan la información recibida acerca de la apariencia física, lo que puede generar presión e idealización de ciertos atributos (Silva et al., 2015), mide dos factores: la importancia autoevaluativa, la cual examina cómo los individuos se definen a sí mismos a través de su apariencia física; y la importancia motivacional, que evalúa el grado en el que las personas se involucran en determinadas conductas orientadas hacia el cuidado y el manejo de la apariencia física. El índice de consistencia interna alpha de Cronbach para el factor importancia autoevaluativa oscila entre α=.82 y α=.84; en el factor importancia motivacional se han obtenido valores que van de α=.84 a α=.90.

La Escala de Soledad DJGLS (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2006) en su versión abreviada, mide la frecuencia con que se experimenten las vivencias que se describen en cada uno de los ítems, a mayor puntuación, mayor grado de soledad. Evalúa dos tipos distintos de soledad: la soledad emocional y la soledad social, esta última hace referencia a la sensación de carecer de una red social; y la primera surge de la falta de vínculos estrechos. El índice Alpha de Cronbach es de α=.88.

Procedimiento

El tipo de muestreo empleado se basó en las necesidades de las instituciones educativas participantes, donde fueron los directivos quienes determinaron quienes conformarían la muestra de estudio, por lo que se optó por un muestreo no probabilístico por conveniencia. Como parte de las consideraciones éticas, antes de la aplicación de los instrumentos, se envió el consentimiento informado a los padres de familia estipulando los criterios de confidencialidad y anonimato. Aunado a ello, se obtuvo el asentimiento informado por parte de los participantes; posteriormente se procedió a la aplicación de los instrumentos, la cual se realizó de manera colectiva en los espacios educativos. Cabe destacar que el presente estudio forma parte de un proyecto de investigación aprobado por la Coordinación de Investigación Científica CIC de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.

Análisis de los datos

Para el análisis de los datos se empleó el programa estadístico SPSS versión 25.0. Inicialmente, se calcularon estadísticos descriptivos mediante frecuencias, medias y desviaciones estándar, con el propósito de identificar el comportamiento de las variables de estudio y conocer los niveles de

soledad y esquemas de apariencia presentes en los participantes. Posteriormente, con la finalidad de determinar la relación entre las variables de estudio, se calcularon coeficientes de correlación de Pearson, considerando las dimensiones de cada variable. La elección de esta prueba permitió identificar la magnitud y dirección de las relaciones lineales entre soledad y los esquemas de apariencia, así como determinar su significancia estadística.

Para dar respuesta al objetivo principal del estudio y determinar la capacidad predictiva de la soledad sobre los esquemas de apariencia, se realizaron análisis de regresión lineal simple por separado para cada una de las dimensiones de la soledad, considerando estas como variables predictoras y los esquemas de apariencia como variable dependiente. La elección de esta técnica permitió determinar en qué medida cada dimensión de soledad, explica la variabilidad de los esquemas de apariencia. Así mismo, se realizó el análisis de varianza (ANOVA) correspondiente a cada modelo de regresión, con el propósito de determinar su significancia estadística global. Se calcularon los coeficientes de determinación (R^2 y R^2 ajustado) para identificar la proporción de varianza explicada por cada predictor. Finalmente, se examinaron los coeficientes de regresión no estandarizados (B) y estandarizados (β), así como sus niveles de significancia, con el propósito de identificar la magnitud y dirección de la relación predictiva de cada factor de soledad con los esquemas de apariencia. Para llevar a cabo los análisis se estableció un nivel de significancia de $\alpha=.05$, considerando estadísticamente significativos los valores de $p < .05$.

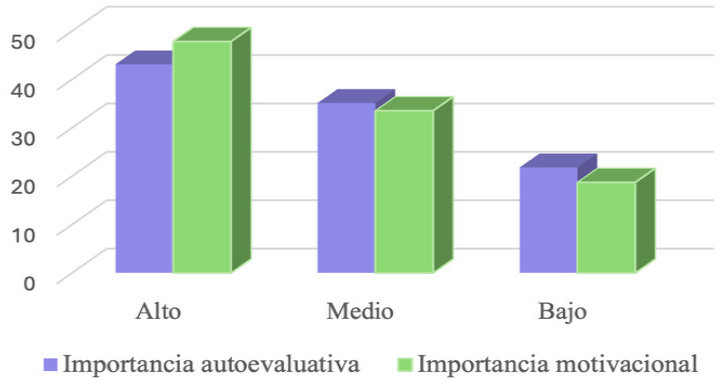
Resultados

Con base en los análisis realizados, se presenta primeramente los datos descriptivos, posteriormente las correlaciones halladas y la información referente al análisis de regresión lineal.

Descripción de las variables de estudio

Los datos obtenidos muestran que, en torno a los esquemas de apariencia, destaca un mayor predominio de niveles altos tanto en importancia autoevaluativa como en importancia motivacional, seguido de los niveles intermedios (Ver Figura 1), ello significa que una proporción considerable de los adolescentes se muestran vulnerables al atribuir una alta relevancia a los esquemas de apariencia, seguido de aquellos que, a pesar de mantenerse en la norma, pueden ubicarse también en una condición de riesgo en función de variables contextuales.

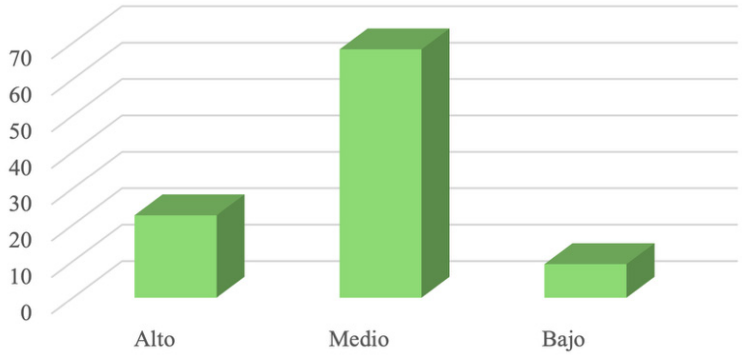
Figura 1. Niveles de esquemas de apariencia



Fuente: elaboración propia.

En cuanto al nivel de soledad percibida predominan los niveles medios, seguido en menor porcentaje por el nivel alto, el cual equivale a un poco más de la quinta parte de los adolescentes (Figura 2).

Figura 2. Niveles de soledad percibida



Fuente: elaboración propia.

Análisis de correlación

El análisis correlacional muestra la existencia de correlaciones positivas entre las variables de estudio, particularmente entre soledad emocional y ambos factores de los esquemas de apariencia, obteniéndose coeficientes de correlación moderados, a mayores sentimientos de soledad emocional, mayor importancia dada a los esquemas basados en la apariencia física. La dimensión social de soledad correlaciona solo con la dimensión importancia evaluativa (Tabla 1).

Tabla 1. Matriz de correlación entre soledad y esquemas de apariencia física.

	Importancia evaluativa	**Importancia motivacional**
Soledad social	.218**	.156*
Soledad emocional	.550**	.308**

Fuente: elaboración propia.

Nota: **p<.01

Análisis de regresión lineal

El análisis de regresión lineal permitió dar respuesta al objetivo central del estudio, como se observa en la Tabla 2 el modelo fue estadísticamente significativo con un tamaño del efecto moderado, explicando el 30% de la varianza total de ambas dimensiones de los esquemas de apariencia; es decir, la soledad emocional y social ejercen capacidad de predicción en la variabilidad de los esquemas de apariencia.

Tabla 2. Resumen del Modelo de Regresión lineal para la soledad

	Modelo	R	R2	R corregida	Error de la estimación
Importancia evaluativa	1	.552a	.304	.302	4.33
Importancia motivacional		.551	.302	.301	4.55
Predictores: (Constante): Soledad					

Fuente: elaboración propia.

La validación del modelo predictivo se realizó con la prueba de varianza ANOVA (Tabla 3). El modelo global fue estadísticamente significativo, es decir, es posible suponer la existencia de relación de la variable predictora con la variable dependiente e inferir su potencia predictiva sobre esta última.

Tabla 3. Resultados de ANOVA

Modelo	Variable Dependiente	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	p
1	Imp. evaluativa	6008.9	2	3004.4	160.046	.000b
	Imp. motivacional	662.79	2	331.39	159.28	.000b
a. Variable dependiente: Esquemas de apariencia						
b. Variables predictoras: (Constante) Soledad emocional, soledad social						

Fuente: elaboración propia.

La estimación del modelo mediante los coeficientes de regresión reafirma los resultados previos, las betas estandarizadas son estadísticamente significativas y positivas, destacando que los esquemas de apariencia son predichos positivamente por los factores de la soledad (Tabla 4).

Tabla 4. Coeficientes de regresión lineal de Soledad

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados	t	Sig.
1	B	Error típ.	Beta		
		Social			
Imp Evaluativa	.192	.0/13	.517	4.80	.000

Modelo	Coeficientes no estandarizados		Coeficientes tipificados	t	Sig.
Imp. motiva-cional	.145	.095	.050	1.53	.126
Emocional					
Imp. Evaluativa	.160	.098	.534	6.44	.000
Imp. motiva-cional	-./.699	.080	.323	3.63	.000
Variable dependiente: Esquemas de apariencia					

Fuente: elaboración propia.

Discusión

El objetivo del estudio se enfocó a determinar los niveles de soledad percibida y esquemas de apariencia física en adolescentes, así como examinar la capacidad predictiva de la soledad sobre dichos esquemas. Los resultados obtenidos muestran que los esquemas de apariencia física predominan en niveles altos e intermedios, mientras que la soledad percibida presenta principalmente niveles intermedios. Asimismo, se identificó una relación positiva entre ambas variables, encontrándose que la soledad constituye un predictor estadísticamente significativo de los esquemas de apariencia física. Estos hallazgos permiten reconocer que la apariencia personal adquiere relevancia para una proporción considerable de los adolescentes y que las creencias y conductas relacionadas con su apariencia se asocian con los sentimientos de soledad experimentados durante esta etapa del desarrollo.

Con respecto a los esquemas de apariencia física, los resultados guardan relación con lo señalado por Duno y Acosta (2019), quienes destacan que la imagen corporal adquiere especial relevancia durante la adolescencia debido a las transformaciones físicas y la intervención de factores familiares, educativos y sociales. De igual manera, Valenciano (2023) señala que la construcción de la imagen corporal constituye un fenómeno sociocultural en el que intervienen los estándares de belleza y las valoraciones subjetivas de la propia apariencia. No obstante, es importante considerar que, mientras estas investigaciones abordan aspectos relacionados con la imagen corporal y la autoestima, el presente estudio se centra en los esquemas de apariencia física, particularmente en las creencias relacionadas con la relevancia atribuida a la apariencia y las conductas orientadas hacia su cuidado. Por tanto, aunque existen coincidencias en cuanto al papel que desempeña la apariencia durante la adolescencia, los resultados no son directamente equivalentes debido a las diferencias en las variables evaluadas.

En cuanto a la soledad percibida, los resultados muestran un predominio del nivel intermedio, mientras que poco más de la quinta parte de los adolescentes se ubica en un nivel alto. Este último hallazgo resulta relevante debido a que permite identificar a un grupo de participantes que experimenta sentimientos de soledad con mayor intensidad, lo que puede colocarlos en una condición de mayor vulnerabilidad. Al respecto, Moreno y Rodríguez (2018), señalan que

la soledad puede presentarse durante la adolescencia, considerando que es una etapa en la que las expectativas, los roles y las relaciones sociales experimentan cambios importantes. Asimismo, Espinoza y Hernández (2024), destacan que la soledad constituye una experiencia subjetiva relacionada con la diferencia entre las relaciones sociales que se desean y aquellas que se perciben. En este sentido, los resultados permiten reconocer la pertinencia de considerar las experiencias de soledad durante la adolescencia, particularmente en quienes presentan niveles elevados, dada la relevancia que adquieren las relaciones interpersonales y la percepción de apoyo emocional durante esta etapa del desarrollo, donde el grupo de pares es un referente para el ajuste psicológico y el logro de la identidad (Loredo, 2019).

Uno de los hallazgos más relevantes de la presente investigación corresponde a la relación positiva entre la soledad percibida y los esquemas de apariencia física. Los resultados del análisis de correlación muestran que mayores sentimientos de soledad se asocian con una mayor relevancia atribuida a la apariencia física, tanto en las creencias relacionadas con la valoración de sí mismos como en las conductas orientadas hacia su cuidado. De manera complementaria, los resultados del análisis de regresión lineal permiten identificar que la soledad constituye un predictor estadísticamente significativo de los esquemas de apariencia física, explicando una proporción de su variabilidad. Estos hallazgos permiten reconocer que las experiencias de soledad mantienen una relación con las creencias y conductas vinculadas con la apariencia personal, sin que ello implique necesariamente una relación causal entre ambas variables.

Los resultados coinciden con investigaciones anteriores en cuanto a la relación entre la soledad y aspectos vinculados con la apariencia física. Tal es el caso del estudio realizado por Mason et al. (2026), quien identificó una asociación positiva entre los sentimientos de soledad y la insatisfacción corporal en adolescentes. No obstante, existen diferencias en las variables evaluadas, ya que mientras Mason se centró en la insatisfacción corporal, la presente investigación analiza los esquemas de apariencia física, particularmente las creencias y conductas relacionadas con la relevancia atribuida a la propia apariencia. Por tanto, aunque ambos estudios coinciden en la presencia de una asociación entre las variables, es importante considerar que se trata de constructos diferentes, por lo que una mayor relevancia atribuida a la apariencia física no necesariamente representa una valoración negativa del propio cuerpo.

En este sentido, investigaciones recientes han destacado la importancia de las relaciones interpersonales en la valoración de la propia apariencia. Tal es el caso del estudio realizado por Kim (2024), en el que se identificó una relación positiva entre el apego a los pares y la valoración corporal en adolescentes, lo que permite reconocer la importancia que adquieren los vínculos sociales durante esta etapa del desarrollo. Estos vínculos desempeñan un papel fundamental ante la necesidad de pertenencia y aceptación social; por ello, cuando las relaciones establecidas no responden a las necesidades emocionales del adolescente, pueden surgir sentimientos de soledad (Cornejo, 2016).

Desde una perspectiva teórica, los hallazgos contribuyen a ampliar el conocimiento sobre la relación entre la soledad y los esquemas de apariencia física durante la adolescencia.

Particularmente el análisis de los factores de soledad permite profundizar en el conocimiento de la relación que mantiene cada uno de ellos con los esquemas de apariencia física, reconociendo que la soledad constituye una experiencia subjetiva cuyos componentes pueden presentar asociaciones de distinta magnitud con las creencias y conductas relacionadas con la apariencia personal; así, los resultados contribuyen a una mayor comprensión de la relación entre ambas variables.

En cuanto a las implicaciones prácticas, los resultados permiten destacar la pertinencia de considerar tanto los sentimientos de soledad como los esquemas de apariencia física en el estudio del bienestar de los adolescentes. En esta línea, resulta relevante promover estrategias preventivas orientadas al fortalecimiento de las relaciones interpersonales y a favorecer una valoración adecuada de la propia apariencia física. De igual manera, los hallazgos pueden contribuir a la identificación oportuna de adolescentes que experimentan mayores sentimientos de soledad, tomando en consideración el papel que desempeñan los vínculos sociales y el apoyo emocional durante esta etapa del desarrollo. Esto se añade a otra línea de trabajo a nivel preventivo.

Conclusión

A manera de conclusión, los hallazgos aportan evidencia empírica sobre la relación entre la soledad y los esquemas de apariencia física durante la adolescencia, contribuyendo a ampliar el conocimiento sobre la manera en que ambas variables de relacionan. Particularmente, los resultados permiten reconocer que los sentimientos de soledad mantienen una relación significativa con las creencias y conductas vinculadas con la apariencia personal, y la necesidad de continuar profundizando en esta relación desde una perspectiva que contemple las características propias del desarrollo adolescente donde las relaciones interpersonales y la aceptación social adquieren especial relevancia.

En este sentido, lo obtenido aporta elementos para orientar estrategias preventivas dirigidas al fortalecimiento de los vínculos interpersonales, habilidades socioemocionales y una valoración personal que no dependa exclusivamente de la apariencia física. Asimismo, aportan información que puede ser de utilidad para identificar oportunamente a adolescentes que experimentan mayores sentimientos de soledad, que podría representar una condición de vulnerabilidad para su bienestar personal.

En cuanto a las limitaciones, una de ellas corresponde al diseño transversal del estudio, el cual permite identificar relaciones y capacidad predictiva estadística entre las variables en un momento determinado, pero no establecer relaciones causales ni determinar su direccionalidad temporal. Por tanto, no es posible afirmar que los sentimientos de soledad antecedan a los esquemas de apariencia física o que estos últimos contribuyan a experimentar mayores sentimientos de soledad, debido a que ambas variables fueron evaluadas en un mismo momento.

Asimismo, el empleo de instrumentos de autoinforme implica que los resultados están condicionados por la percepción de los participantes, cuyas respuestas pueden verse influidas

por la deseabilidad social. En esta línea, existe la posibilidad de que algunos adolescentes hayan proporcionado respuestas socialmente aceptables, minimizando sus sentimientos de soledad o las preocupaciones relacionadas con su apariencia física, mientras que otros pudieron manifestar estas experiencias de manera diferente a como las experimentan habitualmente. Estas situaciones podrían haber influido en las puntuaciones obtenidas y, por consiguiente, en la magnitud de las relaciones identificadas entre las variables. No obstante, al no haberse evaluado directamente la deseabilidad social, no es posible determinar en qué medida este fenómeno influyó en los resultados.

Otra limitación corresponde al tipo de muestreo empleado, debido a que la selección no probabilística de los participantes limita la generalización de los resultados a otras poblaciones adolescentes, particularmente aquellas con características personales, familiares y socioculturales diferentes a las de la población estudiada. Por ello, los hallazgos deben interpretarse en función de las características de los participantes y el contexto en el que se desarrolló el estudio.

Por otro lado, el estudio se centró en la relación entre la soledad y los esquemas de apariencia física, sin considerar otras variables personales, familiares y sociales que podrían intervenir en dicha relación. El porcentaje de varianza explicada por el modelo de regresión permite reconocer que una proporción considerable de la variabilidad de los esquemas de apariencia física no fue explicada por las variables incluidas. Esto plantea la necesidad de continuar investigando e incluir la participación de otros factores que pudieran contribuir a una mayor comprensión del fenómeno estudiado.

Las futuras líneas de investigación parten de los hallazgos obtenidos mediante el análisis de regresión lineal. En primer lugar, resultaría pertinente incorporar otras variables personales, familiares y socioculturales que permitan ampliar el conocimiento sobre los factores relacionados con los esquemas de apariencia física. Asimismo, considerando que estos esquemas comprenden dos componentes, el autoevaluativo y el motivacional, convendría estudiar las relaciones específicas que mantiene cada uno de ellos con los sentimientos de soledad, lo que permitiría profundizar en el conocimiento de este fenómeno más allá de los resultados generales.

Otro desafío importante consiste en desarrollar estudios longitudinales que permitan examinar la direccionalidad temporal de las relaciones identificadas y analizar cómo evolucionan los sentimientos de soledad y los esquemas de apariencia física a lo largo de la adolescencia. De igual manera, se sugiere incorporar métodos mixtos que permitan comprender con mayor profundidad cómo experimentan los adolescentes la soledad, el significado que atribuyen a su apariencia física y la manera en que estas experiencias se relacionan con sus vínculos interpersonales. Esta aproximación podría aportar información complementaria a los resultados cuantitativos y favorecer una comprensión más integral de las variables estudiadas.

Finalmente, los hallazgos permiten reconocer la pertinencia de desarrollar y evaluar programas de intervención dirigidos al fortalecimiento de los vínculos interpersonales, el sentido de pertenencia y habilidades socioafectivas en los adolescentes, con el propósito de contribuir a la

prevención de los sentimientos de soledad y favorecer una valoración personal que considere tanto la apariencia física como otras características y cualidades personales. A la luz de los resultados, el estudio aporta elementos que pueden orientar futuras investigaciones y acciones preventivas y evaluar su impacto en el bienestar personal durante la adolescencia.

Referencias

Amaya-Hernández, A., Álvarez-Rayón, G., Ortega-Luyando, M., y Mancilla-Díaz, J. M. (2017). Influencia de pares en preadolescentes y adolescentes: Un predictor de la insatisfacción corporal y las conductas alimentarias anómalas. *Revista mexicana de trastornos alimentarios, 8*(1), 31-39. https://doi.org/10.1016/j.rmta.2016.12.001

Cash, T.F. y Labarge, A.S. (1996). Desarrollo del Inventario de Esquemas de Apariencia: Una nueva evaluación cognitiva de la imagen corporal. *Cogn Ther Res* 20, 37–50. https://doi.org/10.1007/BF02229242

Cash, T.F., Melnyk, S., y Hrabosky, J.I. (2004). La evaluación de la inversión en la imagen corporal: una revisión exhaustiva del Inventario de Esquemas de Apariencia. *International Journal of Eating Disorders,* 35, 305–316. 10.1002/eat.10264

Cornejo, S. (2016). Cuerpo, imagen e identidad. Una relación (im)perfecta. *Cuadernos del Centro de Estudios en Diseño y Comunicación,* 58, 157-177.

De Jong, J. and G. van, T. (2006). A 6-Item Scale for Overall, Emotional, and Social Loneliness: Confirmatory Tests on Survey Data. *Research on Aging, 28*(5), 582-598. https://doi.org/10.1177/0164027506289723

Duno, M. y Acosta, E. (2019). Percepción de la imagen corporal en adolescentes universitarios. *Revista Chilena de Nutrición, 46*(4), 545-55. http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182019000500545

Espinoza, C. y Hernández, V. (2024). Percepción de soledad y adicción a las redes sociales en adolescentes. *Chakiñán. Revista de Ciencias Sociales y Humanidades,* 24, 13-32. https://doi.org/10.37135/chk.002.24.01

Fernández-Roses, D., García-Aguña, S. y Gea, P. (2024). La soledad como fenómeno social y estructural: una reflexión crítica desde la interseccionalidad. *Trabajo Social Hoy*, 102, 7-20. https://doi.org/10.12960/TSH 2024.0007

García, P. (2021). La soledad en los adolescentes y sus correlaciones con las fortalezas psicológicas y el abuso de las redes sociales. *Revista sobre la infancia y la adolescencia,* 21, 72-83. https://doi.org/10.4995/reinad.2021.14447

Kim, Y. (2024). Mirror, Mirror on the Wall: The Role of Self-Esteem and Attachments in Early Adolescent Body-Esteem. *International Journal of Mental Health Promotion, 26*(12), 1017-1024. https://doi.org/10.32604/ijmhp.2024.057597

Loredo, M. (2019). Satisfacción familiar y relación con el afrontamiento de soledad en adolescentes 11 a 15 años. *Enseñanza E Investigación En Psicología, 1*(1), 19-28. https://doi.org/10.62364/a0q6jm95

Mason, T. B., Morales, J. C., Smith, K. E., and Dunton, G. F. (2026). Ecological momentary assessment of momentary loneliness, body dissatisfaction, and dysregulated eating in adolescents. *JCPP Advances,* 28. https://doi.org/10.1002/jcv2.70132

Meza, C. and Pompa, E. (2018). Body Image Distortion and Dissatisfaction in a Mexican sample. Revista de psicología y ciencias del comportamiento de la Unidad *Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales, 9*(2), 120-131. https://doi.org/10.29365/rpcc.20181207-75

Moreno, J. y Rodriguez, L. (2018). Autopercepción de soledad y vínculos interpersonales en adolescentes. En Instituto de Ciencias para la Familia. *Las caras invisibles de la pobreza, una mirada integral a la vulnerabilidad* (pp. 246-256). Universidad Austral. https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/213334

Organización Mundial de la Salud. (2025). *From loneliness to social connection: Charting a path to healthier societies. Report of the WHO Commission on Social Connection.*

Perlman, D., & Peplau, L. A. (1984). Loneliness research: A survey of empirical findings. En L. A. Peplau and S. E. Goldston, (eds.). *Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness* (pp. 13-46). US Government Printing Office. DHHS Publication.

Quelle, J. M. (2024). Teoría de los esquemas mentales. *Nuevas Tendencias,* 112, 8-10. https://n9.cl/mwv6o

Rousseau, A., Gamble, H. and Eggermont, S. (2017). The role of appearance schematicity in the internalization of media appearance ideals: A panel study of preadolescents. *Journal of Adolescence, 60*(1), 27-38. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.07.011

Silva, C., Jiménez-Cruz, B., Ramos, J., Hernández, A., Brito, A. y Moreno, A. (2015). Adaptación del Inventario de Esquemas sobre la Apariencia-Revisado (ASI-R) para Población de Habla Hispana. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica. RIDEP, 42*(2), 85-94. https://www.redalyc.org/journal/4596/459653216009/

Thompson, J. K., and Schaefer, L. M. (2019). Thomas F. Cash: A multidimensional innovator in the measurement of body image; Some lessons learned and some lessons for the future of the field. *Body image,* 31, 198–203. https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.08.006

Tineo, A., y Acevedo, S. (2022). *Impacto de las redes sociales en la imagen corporal de adolescentes, Lima-2020.* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia].

Valenciano, G. (2023). La autoimagen física y social de dos grupos de estudiantes de noveno año de la educación general básica. *Revista Educación, 47*(2). http://doi.org/10.15517/revedu.v47i2.53847

Ventura-León, J., Caycho-Rodríguez, T., Barboza-Palomino, M., y Cáceres-Gonzáles, G. (2017). Evidencia de validez y confiabilidad de una medida de soledad en adolescentes peruanos. *Revista Evaluar, 17*(2), 126-142. https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar

Walsh, B. E., Rottenberg, J., and Schlauch, R. C. (2025). Why loneliness requires a multidimensional approach: A critical narrative review. *Nature Mental Health,* 3, 175–184. http://doi.org/10.1038/s44220-024-00382-3

Weiss, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. MIT Press.

Zinovyeva, E. V., Kazantseva, T. V., & Nikonova, A. N. (2016). Self-esteem and loneliness in Russian adolescents with body dissatisfaction. P*rocedia-Social and Behavioral Sciences,* 233, 367-371.

Autores

Marisol Morales Rodríguez. Doctorado en Ciencias de la educación, Maestría en Psicología de la Salud, Licenciatura en Psicología. Profesor Investigador de tiempo completo. Coordinación de la Licenciatura en Psicología Modalidad en línea, Facultad de Psicología, UMSNH.

Abril Alessandra Méndez Salgado. Estudiante en la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, carrera Licenciatura en Psicología.

Declaración

Conflicto de interés

No tenemos ningún conflicto de interés que declarar.

Financiamiento

Institución patrocinadora: Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

Nombre del proyecto: Factores protectores y de riesgo en la salud mental de adolescentes: Un estudio sobre adolescencias saludables

Información tributaria para emitir la factura correspondiente: UMS300101KE8

Régimen fiscal

603 Personas Morales con Fines no Lucrativos

G03 Gastos en general

Financiamiento

Sin ayuda financiera de partes externas a este artículo.

Agradecimientos

Instituciones educativas participantes

Nota

El artículo es original y no ha sido publicado previamente.