



**Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión
Facultad de Educación
Escuela Profesional de Educación Secundaria
Especialidad: Ciencias Sociales y Turismo**

**Uso de las redes sociales y su relación con la salud mental en estudiantes del Colegio
Bertolt Brecht - Barranca, 2023**

Tesis

**Para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación Nivel Secundaria
Especialidad: Ciencias Sociales y Turismo**

Autores

Bryan David Huertas Perez

Bruno Joel Cuadros Lienes

Asesor

M(o). Luis Felix Torres Feliciano

Huacho – Perú

2024



Reconocimiento - No Comercial – Sin Derivadas - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Reconocimiento: Debe otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de ninguna manera que sugiera que el licenciante lo respalda a usted o su uso. No Comercial: No puede utilizar el material con fines comerciales. Sin Derivadas: Si remezcla, transforma o construye sobre el material, no puede distribuir el material modificado. **Sin restricciones adicionales:** No puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que permita la licencia.



UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
LICENCIADA

(Resolución de Consejo Directivo N° 012-2020-SUNEDU/CD de fecha 27/01/2020)

“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Secundaria

Especialidad: Ciencias Sociales y Turismo

INFORMACIÓN

DATOS DEL AUTOR (ES):		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Bryan David Huertas Perez	46878005	17 de mayo de 2024
Bruno Joel Cuadros Lienes	47173998	17 de mayo de 2024
DATOS DEL ASESOR:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
M(o). Luis Felix Torres Feliciano	42023266	0000-0002-6625-9766
DATOS DE LOS MIEMROS DE JURADOS – PREGRADO:		
NOMBRES Y APELLIDOS	DNI	CÓDIGO ORCID
Dra. Gladys Margot Gavedia Garcia De Hjar	15855951	0000-0003-2514-4572
Dr. Manuel Alcides Changana Garcia	15741036	0000-0001-9224-9265
Dr. Kelvin Lucio Jara Zamudio	44081226	0000-0002-7877-2110

USO DE LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA SALUD MENTAL EN ESTUDIANTES DEL COLEGIO BERTOLT BRECHT - BARRANCA, 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD

17%

INDICE DE SIMILITUD

17%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

12%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

hdl.handle.net

Fuente de Internet

4%

2

repositorio.unfv.edu.pe

Fuente de Internet

3%

3

repositorio.unjfsc.edu.pe

Fuente de Internet

3%

4

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

2%

5

Submitted to Universidad Nacional Jose Faustino Sanchez Carrion

Trabajo del estudiante

2%

6

repositorio.uap.edu.pe

Fuente de Internet

1%

7

repositorio.upla.edu.pe

Fuente de Internet

<1%

8

cybertesis.unmsm.edu.pe

Fuente de Internet

<1%

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a mis padres Walter y Olga por todo su apoyo incondicional, paciencia, dedicación, por sus palabras de aliento para no rendirme ante cualquier adversidad motivándome cada día más, muchos de mis logros se los debo a ustedes entre los que se incluye este.

Bryan David Huertas Perez

Dedico esta tesis a mis padres Walter y Olga por todo su apoyo incondicional, paciencia, dedicación, por sus palabras de aliento para no rendirme ante cualquier adversidad motivándome cada día más, muchos de mis logros se los debo a ustedes entre los que se incluye este.

Bruno Joel Cuadros Lienes

AGRADECIMIENTO

Dedico esta tesis a mis padres Walter y Olga por todo su apoyo incondicional, paciencia, dedicación, por sus palabras de aliento para no rendirme ante cualquier adversidad motivándome cada día más, muchos de mis logros se los debo a ustedes entre los que se incluye este.

Bryan David Huertas Perez

Dedico esta tesis a mis padres Walter y Olga por todo su apoyo incondicional, paciencia, dedicación, por sus palabras de aliento para no rendirme ante cualquier adversidad motivándome cada día más, muchos de mis logros se los debo a ustedes entre los que se incluye este.

Bruno Joel Cuadros Lienes

ÍNDICE

DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	vi
RESUMEN	xi
ABSTRACT	xii
INTRODUCCIÓN	xiii
CAPÍTULO I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
1.1 Descripción de la realidad problemática	1
1.2 Formulación del problema	4
1.2.1 Problema general	4
1.2.2 Problemas específicos	4
1.3 Objetivos de la investigación	4
1.3.1 Objetivo general	4
1.3.2 Objetivos específicos	5
1.4 Justificación de la investigación	5
1.5 Delimitación del estudio	6
CAPITULO II. MARCO TEÓRICO	8
2.1 Antecedentes de la investigación	8
2.1.1 Investigaciones internacionales	8
2.1.2 Investigaciones nacionales	12
2.2 Bases teóricas	15
2.3 Bases filosóficas	28
2.4 Definiciones de términos básicos	29
2.5 Hipótesis de investigación	30
2.5.1 Hipótesis general	30
2.5.2 Hipótesis específicas	30
2.6 Operacionalización de las variables	30

CAPÍTULO III. METODOLOGÍA	32
3.1 Diseño de la investigación	32
3.2 Población y muestra	33
3.2.1 Población	33
3.2.2 Muestra	33
3.3 Técnicas de recolección de datos	35
3.4 Técnicas para el procesamiento de la información	37
3.5 Matriz de consistencia	38
CAPÍTULO IV. RESULTADOS	39
4.1. Resultados	39
4.2. Contrastación de hipótesis	51
CAPÍTULO V. DISCUSIÓN	59
5.1. Discusión de resultados	59
CAPÍTULO VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	64
6.1. Conclusiones	64
6.2. Recomendaciones	66
7.1. Fuentes documentales	67
7.2. Fuentes bibliográficas	68
7.3. Fuentes hemerográficas	69
7.4. Fuentes electrónicas	72
ANEXOS	74
Anexo 1: Matriz de Consistencia	75
Anexo 2: Instrumentos	76
Anexo 3: Confiabilidad de los instrumentos	80
Anexo 4: Base de datos	82
Anexo 5: Evidencia fotográfica	84

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Categoría del uso de las redes sociales	39
Tabla 2. Categoría de la obsesión	40
Tabla 3. Categoría de la falta de control	42
Tabla 4. Categoría del uso excesivo	43
Tabla 5. Categoría de la salud mental educativa	45
Tabla 6. Categoría de la salud mental	46
Tabla 7. Categoría del estrés	48
Tabla 8. Categoría de Burnout	49
Tabla 9. Categoría de la satisfacción	50
Tabla 10. Prueba de Normalidad del uso de las redes sociales	52
Tabla 11. Prueba de Normalidad de la salud mental educativa	53
Tabla 12. Correlación entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa	54
Tabla 13. Correlación entre obsesión por las redes sociales y la salud mental educativa	55
Tabla 14. Correlación entre la falta de control de las redes sociales y la salud mental educativa	56
Tabla 15. Correlación entre el uso excesivo de las redes sociales y la salud mental educativa	57

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Uso de las redes sociales	39
Figura 2. Obsesión	41
Figura 3. Falta de control	42
Figura 4. Uso excesivo	44
Figura 5. Salud mental educativa	45
Figura 6. Salud mental	47
Figura 7. Estrés	48
Figura 8. Burnout	49
Figura 9. Satisfacción	50
Figura 10. Histograma y curva normal del uso de las redes sociales	52
Figura 11. Histograma y curva normal de la salud mental educativa	53

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023. **Metodología:** Enfoque cuantitativo, de tipo básica, nivel correlacional, diseño no experimental y de corte transversal; se tomó una muestra de 52 estudiantes, donde la variable uso de las redes sociales se empleó un cuestionario de 24 ítems de escala tipo Likert y para la variable salud mental educativa se empleó un cuestionario de 24 ítems de escala tipo Likert. **Resultados:** Se evidencio que el 75.0% afirman que el uso de las redes sociales que emplean los estudiantes en su entorno educativo es alto, el 5.8% de estudiantes están obsesionados con el uso de las redes, el 71.2% afirman tener control del uso y manejo social, el de usuarios está conforme con los elementos tangibles y la fiabilidad, el 52.6% de usuarios está satisfecho con la capacidad de respuesta, el 25.0% afirman no exceder del uso de las redes; el 69.2% afirman tener una salud mental educativa alta a pesar de sus actividades académicas y personales. Con una correlación positiva muy alta de 0.954 se logró demostrar la relación positiva moderada entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa. **Conclusión:** Existe relación significativa entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

Palabras clave: Redes sociales, salud mental, salud mental educativa.

ABSTRACT

Objective: Determine the relationship between the use of social networks and educational mental health in 4th and 5th grade students at the secondary level of the Bertolt Brecht School in the province of Barranca during 2023. **Methodology:** Quantitative approach, type basic, correlational level, non-experimental and cross-sectional design; A sample of 52 students was taken, where a 24-item Likert-type scale questionnaire was used for the variable use of social networks, and for the educational mental health variable, a 24-item Likert-type scale questionnaire was used. **Results:** It was evident that 75.0% affirm that the use of social networks that students use in their educational environment is high, 5.8% of students are obsessed with the use of networks, 71.2% claim to have control of the use and social management, users are satisfied with the tangible elements and reliability, 52.6% of users are satisfied with the response capacity, 25.0% claim not to exceed the use of the networks; 69.2% claim to have a high educational mental health despite their academic and personal activities. With a very high positive correlation of 0.954, it was possible to demonstrate the moderate positive relationship between the use of social networks and educational mental health. **Conclusion:** There is a significant relationship between the use of social networks and educational mental health in 4th and 5th grade students at the secondary level of the Bertolt Brecht school in the province of Barranca during 2023.

Keywords: Social networks, mental health, educational mental health.

INTRODUCCIÓN

Este compendio denominado “Uso de las redes sociales y su relación con la salud mental en estudiantes del Colegio Bertolt Brecht - Barranca, 2023”, hemos señalado como objetivo determinar la relación entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

El estudio que hemos realizado se fundamentó en el análisis del uso de las redes sociales y su incidencia en la salud mental educativa. Además, se ha tenido como escenario los ambientes del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca.

La investigación se desarrolló en capítulos, según detalle:

Capítulo I. En el apartado se mostrarán de manera explícita la problemática, los objetivos trazados a lo largo de la investigación, la delimitación o parametrización de las variables y la viabilidad de la investigación.

Capítulo II. En el apartado sustentaremos investigaciones internacionales y nacionales previas a la tesis, ya que sustentan el trabajo de investigación, explicaremos la conceptualización de las variables e indicadores, generamos nuestra hipótesis de investigación.

Capítulo III. En el apartado se explicará la metodología que se aplicó a lo largo de la investigación, delimitaremos la población estudiada, esquematizamos la variable, las técnicas e instrumentos empleados en los procesos de recojo y prueba de los datos.

Capítulo IV. En el apartado se evidenciará la selección y distribución de los resultados que se recogió en campo, las cuales se mostrar en tablas y gráficos estadísticos: la demostración y aceptación de la contrastación de hipótesis en la tesis.

Capítulo V. En el apartado se mostrarán resultados con los antecedentes de investigación, la cual nos generara una discusión

Capítulo VI. En el apartado se mostrarán las conclusión y recomendación acorde al trabajo de tesis.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

Al finalizar del siglo XX empezaron los estudios respecto de la adicción a redes sociales debido a que se observaron grandes cambios conductuales en la niñez y la adolescencia (Díaz et al., 2018). Así como, mayor tiempo conectado a redes sociales (RS) sensación de malestar al no estar conectado, necesidad de un mayor uso del ordenador, dejar de realizar actividades importantes en su vida cotidiana por el uso del internet y llegar al extremo de utilizarlo de manera indebida sabiendo que ello le está generando trastornos en su conducta lo que evidencia dependencia a esta herramienta virtual (Gustavo et al., 2020).

En los últimos años la tecnología de la comunicación se está situando progresivamente en todo el mundo, logrando convertirse en un elemento de fácil acceso mediante la obtención de dispositivos de gran alcance y aplicaciones cada vez más innovadora, haciendo que las personas tengan acceso a mayor información. Con la ayuda del internet las personas se interconectan alrededor del mundo, lo cual permite compartir información desde cualquier parte del mundo, rompiendo así la barrera cultural existente, permitiendo aumentar los conocimientos sobre costumbres, estilo de vida, deportes, política y ciencia. En tal sentido, las personas crean redes sociales que les permite estar en contacto con otros con intereses en común. (Cardenas, 2020)

McCrae, Gettings y Purssell (2017), afirman que la rápida expansión de las redes sociales ha brindado a los adolescentes oportunidades sin precedentes para conectarse y comunicarse con otros, así como para acceder a una gran cantidad de información y

contenido. Sin embargo, también ha expuesto a los jóvenes a una serie de desafíos y riesgos relacionados con su salud mental.

Sin embargo, el uso inadecuado de las redes sociales como el Facebook, Twitter, WhatsApp, Instagram, Skype, LinkedIn, Vibber, Pinterest y otros han provocado una adicción de tal manera que la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019), lo considera un desorden de salud mental, caracterizado por una dependencia a las redes sociales, distanciamiento del entorno social, interferencia en la comunicación familiar y bajo rendimiento laboral y académico, con mayor frecuencia en jóvenes y pre adolescentes. (Torrecilla, 2008)

Throuvala et al. (2019) indican que, en primer lugar, los padres y educadores deben participar activamente en la educación de los adolescentes sobre el uso responsable de las redes sociales y los riesgos asociados. Esto implica fomentar la comunicación abierta y honesta sobre los peligros potenciales, así como establecer límites y pautas claras para el tiempo dedicado a las redes sociales.

El Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (UNICEF) apunta que los adolescentes son los que mayormente se encuentran conectados a internet siendo el 71% en comparación al 48% de la población total (UNICEF, 2017).

El instituto de estadística de la UNESCO (2021), subraya que una tercera parte de los adolescentes en el mundo fueron acosados en el ámbito escolar y este a su vez afecta a los jóvenes con economía baja, en una indagación similar relacionada a buscar conductas de educandos en el nivel secundario con su salud el Health Behavior in School-Age Children, resalta que en Europa y América del norte se presenta violencia como forma intencional y de carácter agresivo, con la característica de desequilibrio de preponderancia.

Por ello, el uso inadecuado de las redes sociales ha generado que los estudiantes sean presas fáciles para los estafadores y depredadores de internet, a través del ciberacoso, cyberbullying y cybergrooming. Las personas más vulnerables son los niños y adolescentes según una encuesta realizada por el Instituto Nacional de Estadística (INEI, 2015).

En cuanto a adolescentes peruanos frente al uso de plataformas virtuales y redes sociales y su vulnerabilidad a las mismas, el Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado –Hideyo Noguchi” de Lima señala que la adicción predomina más en los varones que en las mujeres, y la edad promedio es a partir de los doce años de edad presentando algunas características como: el mentir, el bajo rendimiento y la ausencia a clases por quedarse horas frente a la computadora (Instituto Nacional de Salud Mental, 2017).

El Instituto Nacional de Estadística e Informática, apunta al 82.1% de jóvenes con edades de 12 a 16 años recibieron clases virtuales, y de estos jóvenes el 82,6% era de área urbana y el 80,9% de área rural (INEI, 2020).

Por lo expuesto, podemos mencionar que la realidad de la educación básica normal queda oculta, porque los estudiantes en la adolescencia no planifican medidas para mejorar el desarrollo de la autonomía de aprendizaje y el cuidado de su salud mental; con respecto a su aprendizaje se puede observar que no tienen la oportunidad de regular su propio aprendizaje. En cuanto a la salud mental educativa, nuestro sistema nacional carece de dificultades estructurales en el sector en mención; por lo que nuestras autoridades tienen la oportunidad de invertir en una mejora continua, en un enfoque competente, en un construccionismo social, en un enfoque educativo y un enfoque de calidad educativa, por eso en la mayoría de los casos. Por eso es importante conocer la influencia que tienen el uso de las redes sociales en la salud mental educativa, porque ya que nos permiten limitar las brechas sociales y de salud de nuestra sociedad.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿De qué manera se relaciona el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023?

1.2.2 Problemas específicos

- ¿De qué manera se relaciona la obsesión por el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023?
- ¿De qué manera se relaciona la falta de control en el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023?
- ¿De qué manera se relaciona el uso excesivo de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

1.3.2 Objetivos específicos

- Determinar la relación entre la obsesión por el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.
- Determinar la relación entre la falta de control en el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.
- Determinar la relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

1.4 Justificación de la investigación

Justificación teórica

La presente investigación se justifica teóricamente, puesto que busca viabilizar los aportes y principios teorías fundamentadas en el conocimiento de los efectos del uso de las redes sociales y la salud mental en los adolescentes en edad escolar. A su vez permitió enriquecer el conocimiento existente sobre el uso excesivo de los medios tecnológicos; además de dilucidar su relación con la salud mental, generando así aportaciones valiosas a portes a las disciplinas relacionas con la formación educativa y salud mental.

Justificación práctica

La presente investigación se justifica prácticamente, por estar ligada a partir de los resultados obtenidos, puesto que se pudo proponer y desarrollar programas

preventivos promocionales, además de talleres y capacitaciones dirigidas a la comunidad educativa, para dar mayor relevancia a la salud mental de los adolescentes y prevenir una posible adicción a las redes sociales.

Justificación social

La presente investigación se sustenta socialmente, porque beneficia los estudiantes del centro educativo, así como al personal a crear alternativas de solución frente a dicha problemática y regenerar el buen clima de convivencia en la institución en estudio.

Justificación metodológica

Con la presente investigación se buscó la identificación de las variables de estudio, las cuales utilizaron la técnica de la observación; como instrumento se utilizó la ficha de cotejo, uno por cada variable, por medio de la recolección de datos, podremos obtener resultados adecuados. Por ello se plasmó esta información en dos instrumentos de 24 ítems para primera variable y 24 ítems para la segunda variable de estudio y así poder garantizar los de la recolección de información en el presente trabajo de investigación.

1.5 Delimitación del estudio

Delimitación espacial

El presente trabajo de investigación, se realizó en el Colegio Bertolt Brecht ubicada en la provincia de Barranca.

Delimitación social

El grupo social objetivo de estudio estuvo delimitado por los estudiantes de 4to y 5to grado del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht.

Delimitación temporal

Durante los meses de octubre y noviembre, se realizó el levantamiento de información tanto histórica como actual, antecedentes, bases teóricas y las teorías basadas en las variables de estudio. Posteriormente en los meses de noviembre a diciembre, se creó la base de datos con los resultados de la recolección de información, la cual nos permitió demostrar las hipótesis de investigación, llegar a la conclusión con el trabajo de tesis y finalmente defender la investigación planteada.

Delimitación conceptual

La propuesta que se presentó para el desarrollo del trabajo de investigación estuvo dirigida a unificar e integrar conceptos, definiciones teóricas basadas en el uso de las redes sociales y la salud mental de estudiantes; las cuales serán desarrolladas en sus diferentes etapas de la investigación.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

2.1.1 Investigaciones internacionales

Iglesias, Tapia y Velasco (2023) en su investigación titulada “*Patologías y dependencias que provocan las redes sociales en los jóvenes nativos digitales*”; realizada en España, tuvieron por objetivo identificar la sintomatología de las nuevas enfermedades causadas por las plataformas digitales mejor que cualquier otra franja de edad. Metodológicamente, se han obtenido datos mediante cuestionario autoadministrado de 9 preguntas a una muestra de 192 *centennials*. Los resultados muestran que la mayoría no es consciente de haber sufrido patologías derivadas de ellas considerando falso que impacten en su salud mental. Sin embargo, algunos casos refieren síntomas relacionados con el abuso de las redes sociales. El mundo virtual puede provocar nuevas patologías cuya existencia es ignorada por la juventud. La principal conclusión es que, los altos porcentajes recogidos muestran que la gran mayoría de los *posmilénicos* han experimentado en alguna ocasión ansiedad, depresión e insomnio. Las redes sociales impactan directamente en la salud. El estudio refleja que los jóvenes desconocen la terminología de las patologías como son el cibermareo, el síndrome de la llamada imaginaria, la nomofobia o la cibercondria. Afortunadamente una mayoría de estos integrantes de la Generación Z son conscientes de que el abuso de las redes sociales puede crear adicción y pueden constituir una amenaza a su privacidad. (p.1)

Arrivillaga, Peña y Pacheco (2022), en su investigación titulada “*Uso problemático de redes sociales e inteligencia emocional en adolescentes: Análisis de las diferencias por género*”; realizada en España, tuvieron por objetivo analizar las diferencias por género en el porcentaje de riesgo alto de UPRS e indagar las relaciones con la inteligencia emocional (IE) en adolescentes. Participaron 597 adolescentes (58,8 % chicas, 45,2 % chicos), de 12 a 19 años. Los participantes completaron cuestionarios de IE (WLEIS) y de UPRS (BSMAS). Los resultados indican que las chicas tienen un porcentaje superior de UPRS (17,7 %) que los chicos (13,4 %). Adicionalmente, se observó que los chicos puntuaron significativamente más alto en las dimensiones de percepción intrapersonal, regulación emocional e IE global, mientras que las chicas tuvieron una percepción interpersonal más alta. Sin embargo, el análisis de correlaciones por género indicó que solo para las chicas las dimensiones de percepción intrapersonal, asimilación, regulación emocional e IE tuvo una correlación negativa y significativa con el UPRS. Los resultados sugieren que el porcentaje de alto riesgo de UPRS más elevado en las chicas podría relacionarse con los niveles más bajos en percepción intrapersonal, regulación emocional e IE global, lo que apunta a la necesidad de diseñar estrategias de prevención que atiendan a dichas diferencias de género. (p.1)

Barron y Mejía (2021) en su investigación titulada “*redes sociales y salud mental: vivencias digitales de alumnos de la FESI UNAM*”; realizada en México, tuvieron por objetivo describir las vivencias de estudiantes de la carrera de enfermería en torno al uso de redes sociales. Metodología: investigación cualitativa, con diseño fenomenológico descriptivo, que aborda vivencias exteriorizadas a partir de entrevistas semiestructuradas, participaron cuatro estudiantes elegidos con base en el típico ideal, los criterios de rigor aplicados fueron credibilidad y

conformabilidad, se tomaron en cuenta aspectos éticos contemplados en la Ley General de Salud. Hallazgos: los jóvenes son un grupo vulnerable importante al presentar ansiedad, referido por los participantes, derivado de la convivencia digital, aspecto ligado estrechamente a las vivencias en las redes sociales a razón de sus interacciones personales, tiempo de uso y su identidad en el entorno virtual. Estos hallazgos sugieren que la personalidad del usuario será confrontada en esta dinámica digital. Conclusión: la forma de comunicación y relación ha evolucionado, el efecto de las redes sociales repercute directamente en la salud mental, positiva o negativamente, la prevención, promoción a la salud y bienestar psicoemocional es un área donde enfermería debe romper paradigmas, desde su área de intervención, identificando problemáticas del continuo de salud de los individuos al ser seres holísticos, la tecnología progresará, pero con ella, los retos en el primer nivel de atención. (p.1)

Iñiguez, Cruz y Vaca (2020), en su investigación titulada “*Uso problemático de tecnologías de la información y comunicación, consumo de sustancias y su impacto en la salud mental de estudiantes de bachillerato*”; realizada en Ecuador, tuvieron por objetivo establecer la prevalencia del uso problemático de las TICs, consumo de sustancias psicoactivas y el impacto en la salud mental de adolescentes ecuatorianos por medio de variables sociodemográficas; además, el apoyo social y las características psicológicas de los mismos. El diseño de la investigación fue no experimental, de corte transversal, exploratorio, descriptivo y cuali-cuantitativo. La muestra fue n = 198 estudiantes (hombres y mujeres), que tenían entre 14 y 17 años. Se realizaron encuestas validadas para la recolección de datos, las cuales midieron variables sociodemográficas, uso de TICs, experiencias relacionadas con el celular, uso problemático del internet, juegos en internet, consumo de drogas, apoyo social e

indicadores de salud mental. Como resultado, se determinó que el 53 % de estudiantes fueron del género masculino, pertenecientes al sector urbano (71,33 %), donde el uso de las TICs se encontró ampliamente difundido y su uso principal fue para la realización de trabajos escolares (68,87 %), dejando en segundo plano las redes sociales. Continuando, los aparatos tecnológicos son operados en un 43,33 % por usuarios entre los 10 a 14 años, además, la mayoría de respuestas en los test aplicados indicaron que los estudiantes no presentan características psicológicas problemáticas (68,43 %). Por último, el apoyo social fue más marcado en el establecimiento particular, y en cuanto al consumo de sustancias psicoactivas, se evidencia que el 90 % de adolescentes no consume sustancias psicotrópicas, sin embargo, el 40 % consume alcohol 1 o 2 veces al mes. (p.471)

De Freitas et al. (2021) en su investigación titulada “*Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental*”; realizada en Brasil, tuvieron por objetivo Identificar la percepción que tienen los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y la influencia en la salud mental. Método: Investigación descriptiva-exploratoria con abordaje cuantitativo y cualitativo, realizada con adolescentes de entre diez y diecinueve años que son usuarios de las redes sociales. La muestra estuvo formada por 71 participantes seleccionados mediante la técnica de bola de nieve. El instrumento utilizado para llevar a cabo la recolección de datos fue el cuestionario online, desarrollado por los investigadores por medio de la herramienta Google Forms, y difundido a través de las redes sociales. Los datos fueron tabulados y presentados en gráficos y tablas, a través de estadísticas simples y discusión basada en literatura científica. Resultados: En cuanto al uso de redes sociales, el 100% de los encuestados respondió que las usaba con frecuencia, 27% dijo formar parte de 3 redes sociales, siendo

WhatsApp e Instagram las más utilizadas, con 27% cada una. En cuanto a los riesgos de su uso, 34% de los participantes manifestó que se trataba de la divulgación de datos personales. El principal sentimiento que manifestaron en las redes fue el de vergüenza (27%); las contribuciones de las redes sociales son estudios/actualizaciones (29,5%); las consecuencias para la salud mental resultantes del uso fueron la invasión de la privacidad/divulgación de datos (20,5%) y la adicción (19,3%). Conclusión: El uso de las redes es cada vez mayor y provoca el surgimiento de nuevas formas de enfermedad, principalmente mentales, por lo tanto, es necesario que los profesionales de la salud aborden esta problemática para intervenir de forma efectiva. (p.324)

2.1.2 Investigaciones nacionales

Dela Cruz (2022), en su investigación titulada “*Salud mental y adicción al Internet en adolescentes de una institución educativa estatal en Sullana*”; realizada en Piura, tuvo por objetivo concierne a un análisis correlacional que buscó indagar la relación entre la salud mental y adicción al internet en adolescentes de una institución educativa estatal en Sullana. La muestra estuvo conformada por 157 alumnas, de 1° a 5° del nivel secundario, a quienes se les aplicó la Escala breve de Salud Mental (Mental Health Inventory-5 [MHI-5]) y la Escala de la Adicción a Internet de Lima (EAIL). Se halló que existe relación significativa, indirecta y de grado medio, entre la salud mental y la adicción al internet en las alumnas ($\rho = -.398$; $p < .01$), de esta manera, se concluye que una mayor salud mental se relaciona con menor adicción al internet. (p.10)

Guerra (2022) en su investigación titulada “*Adicción a redes sociales y la autoestima en la autonomía del aprendizaje en estudiantes de 5to de secundaria,*

Lima-2022”; realizada en Lima, tuvo por objetivo verificar la influencia de la adicción a redes sociales y la autoestima en la autonomía del aprendizaje en estudiantes de 5to de secundaria. Metodología: Es de tipo aplicada, con diseño no experimental, transversal, correlacional-causal; con un método hipotético-deductivo; con una población de 209 participantes; los que fueron evaluados a través de Google forms con los cuestionarios ARS de Ecurra y Salas, cuestionario de autoestima CA-14 y el de autonomía del aprendizaje; previamente se contó con el consentimiento y asentimiento informado. Resultados: Al obtener un valor de significancia de $p=0.012$ siendo menor de 0.05; rechazándose la hipótesis nula y aceptándose la alterna, concluyendo que la adicción a las redes sociales y la autoestima influyen en la autonomía del aprendizaje en estudiantes de 5to de secundaria, Lima-2022. Se concluye que el nivel de influencia de las variables antecedentes sobre la consecuente es de 14,4%; esto estaría indicando que existen otras variables extrañas que afectarían a la variable autonomía del aprendizaje. (p.6)

Mamani (2021) en su investigación titulada “*Adicción a las redes sociales y violencia escolar en estudiantes de secundaria de un centro educativo de Cusco, 2021*”; realizada en Cusco, tuvo por objetivo especificar la relación entre la adicción a redes sociales y la violencia escolar en 1° a 5° de secundaria de un centro educativo nacional de Cusco, 2021. El planteamiento contó con una metodología cuantitativa, de tipo básica, el diseño es no experimental transversal descriptiva, correlacional, la muestra fue no probabilístico y estuvo conformada con 130 participantes siendo 65.1% mujeres y 34.9% varones. Como instrumentos de aplicación se utilizó los test ARS. Los niveles que se obtuvieron a través de los instrumentos, los cuales son confiables con un Alfa mayor a .9 en ambos casos. Es así como a mayor exposición a redes como Facebook, WhatsApp Twitter, existe un incremento de violencia

escolar. Asimismo, se corrobora que a más exposición de tiempo a estas redes se incrementa la adicción a las mismas. (p.8)

Baltazara y Mamani (2021) en su investigación titulada “*Apoyo social percibido y riesgo de adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución pública de Haquira*”; realizada en Lima, tuvieron por objetivo determinar si existe relación significativa entre el apoyo social percibido y riesgo de adicción a las redes sociales. Metodología: diseño no experimental de corte transversal, tipo correlacional y de enfoque cuantitativo. La población fue de 153 estudiantes, utilizando un muestreo no probabilístico, con criterios de inclusión, estudiantes de 3ro a 5to grado, con conexión a internet y edades entre los 14 años a 18 años. Los instrumentos utilizados fueron la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MMSP), alcanzando un índice de confianza de ,93 y una validez de $V=,99$. Respecto a la escala de Riesgo de Adicción a las Redes Sociales (C'ARS), alcanza un grado de confianza ,90 y validez de $V=,1$; ambos instrumentos miden lo que deberían medir y de forma consistente. Resultados: existe correlación indirecta y altamente significativa ($\rho=-,303$; $p<,05$), así mismo respecto a los objetivos específicos de familia ($\rho= -, 350$; $p<,05$) y Otros significativos ($\rho= -, 247$; $p<,05$), en cambio en el objetivo específico de amigos no se encontró relación indirecta ($\rho= -,143$; $p>,05$). Conclusión: los estudiantes que tengan mayor puntuación en apoyo social percibido de familia y otros significativos, menor puntuaciones tendrán en riesgo de adicción a redes sociales en cambio, en adolescentes que perciben apoyo de amigos no tendría el mismo efecto debido a que en las redes sociales pueden encontrar apoyo, también, tienen el riesgo de caer en un uso problemático. (p.34)

Cardenas (2020) en su investigación titulada “*Uso problemático de las redes sociales y cansancio emocional en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima*”

Metropolitana”; realizada en Lima, tuvo por objetivo establecer la relación entre el uso problemático de las redes y el cansancio emocional en estudiantes de 4to y 5to grado de nivel secundario de Lima Metropolitana. La muestra estuvo conformada por 145 participantes (48% de varones), a ellos se les aplicó el instrumento de Adicción a Redes Sociales (ARS; Ecurra & Salas, 2014) y escala de Cansancio Emocional (ECE; Manga et al 2005, adaptado por Domínguez, 2013). Se obtuvo como resultado una relación significativa entre el cansancio Emocional y las dimensiones de la adicción a redes sociales: Obsesión por las redes sociales ($r = .351$), y el Uso excesivo de las redes sociales ($r = .361$), con respecto a la dimensión Falta de control personal en el uso de las redes sociales se obtuvo una correlación muy débil ($r = .189$). Se concluye que ha mayor obsesión por las redes sociales mayor cansancio emocional y a mayor uso excesivo de las redes sociales mayor cansancio emocional. Se espera que los resultados contribuyan al incremento de la información sobre los indicadores de adicciones comportamentales y sus consecuencias en adolescentes. (p.2)

2.2 Bases teóricas

2.2.1. Uso de las redes sociales

2.2.1.1 Definición

El uso de las redes sociales contribuye a un intercambio de comunicación dinámica que abarca a persona, grupo de personas e instituciones, con el propósito de conservar lazos de amistad, en las cuales se tienen que cumplir ciertos requisitos e instrucciones. De esta manera, las personas involucradas deben cumplir modelos de conducta para que la red se mantenga en movimiento de acuerdo a su propósito creado (Covi et al., 2009)

Las redes sociales, son estructuras tecnológicas usadas con el fin de buscar interacción entre dos o varias personas en el espacio cibernético donde se da paso a una exposición pública de intereses, ocio y las actividades en el día a día, creadas para socializar y comunicarse en tiempo real por medios de dispositivos electrónicos conectados a internet. (Celaya, 2008)

Chira (2020), citando varios autores, explica que las redes sociales son escenarios virtuales donde los cibernautas interactúan con el fin de establecer relaciones de amistad, comerciales con otros usuarios. Dichas redes sociales facilitan la comunicación online para establecer vínculos interpersonales.

García y Zecenarro (2019) señalan que Estados Unidos, después de la pos guerra, desarrolló e implementó un sistema de comunicación para la transmisión de voz y documentos. La conexión también se puede realizar a través de una conexión inalámbrica, mediante cable, línea telefónica u ondas.

Celaya (2008) explica que el sistema de red con el que se pueden intercambiar datos e información a través de computadoras tecnológicas se llama Internet y se está extendiendo por todo el mundo para facilitar la comunicación entre personas de todo el mundo

2.2.1.2 Adicción a las redes sociales

El Internet es una red informática descentralizada de repercusión universal que ofrece un sinnúmero de diversidad de servicios y recursos, los cuales permiten el acceso de archivos de hipertexto y la posibilidad de ser usada como medio de comunicación. Además, permite tener la información y el conocimiento al alcance de la mano, siendo esto atractivo para los adolescentes, ya que les facilita la

comunicación y es en ellos donde se tiene una mayor influencia para el uso excesivo de Internet (Moral y Fernández, 2019).

La adicción a Internet, Young (2009) concretamente lo expresa como un desorden en el control de impulsos, ya que conlleva las mismas características de dependencia sin estar involucrada con alguna sustancia, en este caso el desencadenante para ser llamado adicción sería la exposición al internet siendo este un uso patológico, aportando así a modificar los criterios diagnósticos del juego patológico a el uso patológico de internet (UPI).

Salas (2014), las adicciones psicológicas se caracterizan por comportamientos repetitivos que inicialmente eran agradables, pero gradualmente se convierten en conductas difíciles de controlar.

Dentro de ello se encuentra la adicción a las redes sociales que hace referencia a una dependencia psicológica, conductual y afectiva por la falta de control de su uso (Echeburúa y de Corral, 2010).

A pesar de los grandes beneficios de las redes sociales y la disponibilidad de los recursos tecnológicos, se han detectado efectos negativos en los usuarios. La principal preocupación es el prolongado tiempo de utilización de dichos medios ya que los problemas pueden observarse en la medida que los jóvenes se alejan del “mundo real” para desenvolverse, la mayor parte de tiempo, a través de las redes. Esto interfiere y condiciona las actividades cotidianas del individuo, perjudica su salud física y mental, sin poder tener la capacidad de controlar la situación. (Isidro y Moreno, 2018)

La American Psychiatric Association (2013) plantea los siguientes síntomas que registran los que padecen una adicción:

- ✓ Falta de control para evitar realizar dicho comportamiento compulsivo.

- ✓ Aumento de la sensación de tensión que se produce poco antes de que comience el comportamiento.
- ✓ Sentimiento de satisfacción al realizar dicha actividad.
- ✓ Poco control durante el desarrollo conductual impulsivo.
- ✓ Ansiedad persistente por el comportamiento.
- ✓ Aumento en tiempo sobre la repetición de dichos comportamientos para alcanzar la satisfacción o el efecto deseado.
- ✓ Intentos repetidos de reducir, controlar o detener el comportamiento.
- ✓ Tomarse el tiempo para preparar, realizar o restaurar episodios.
- ✓ Abstraerse en dicho comportamiento, incluso cuando el sujeto tiene responsabilidad laboral, escolar o social.
- ✓ Mantener el comportamiento incluso cuando el sujeto es consciente de que esto le provoca perjuicio o problemas de orden físico, psicológico, económico o social.
- ✓ Inquietud o irritabilidad cuando el comportamiento es difícil de resolver.

2.2.1.3 Tipos de redes sociales

Celaya (2015), se presentan tres tipos de redes sociales, clasificados según el uso, estas son “Redes competitivas (por ej. LinkedIn, Xing, Viadeo). Redes generales (por ej. MySpace, Facebook, Tuenti). Redes especialistas (por ej. Ediciona, eBuga, CinemaVIP, 11870). Redes melodiosas (por ej. Youtube, Spotify, Soundcloud)” (p. 59).

En el caso de Marañón (2012), la forma de clasificación son los objetivos, y estos son los siguientes: De carácter particular: Facebook, Twitter o Myspace. Los competitivos: Linkeldln, Xiang o Viadeo. Lassociales: cuantatuviage.net o

Musicmakesfriends.com. Redes sociales locales, como Tuenti, Hyves o Xianoei. (p. 4).

También Burgueño citado por Flores, Moran y Rodríguez (2020), propone una codificación que se basa en los usuarios, de tal forma que se establece:

Su audiencia y sus objetivos: Las redes sociales horizontales no tienen temas definidos como Facebook y Twitter para todo tipo de usuarios y las verticales se definen en función de temas como relaciones profesionales, música y medios no sociales, Wipley o Via deo destacan. Tema principal del informe: En este grupo, como en el caso de Tuenti, las mallas socio-humanas se centran en potenciar las condiciones para todos los individuos. Es una red de contenido social e Inter social tiene perfiles vinculados a través de contenido público como Scribd y Flickr. Las redes que apuntan a integrar marcas, automóviles y ubicaciones son el tipo de red más nuevo y que se precie que forma parte de este tipo de red social. (p. 7)

Principales redes sociales utilizadas:

- ✓ **Facebook:** Es un espacio web gratis de redes sociales instituido por Mark Zuckerberg (2004). Primitivamente un espacio web para alumnos de Harvard, ahora es accesible para cualquier persona con su correspondencia electrónica. Los beneficiarios logran notificar en diversas redes sociales relacionadas con su estado académico, espacio laboral o área geográfica. (Martín, 2015)
- ✓ **Twitter:** Es una diligencia web de microblogueo gratuita que resume los beneficios de los blogs, las mallas sociales y los mensajes instantáneos. El Twitter consiente a los beneficiarios llegar a las personas interesadas en

tiempo real a través de mensajes cortos. - Mensaje para -Utilice una pregunta simple, llamada actualización o tweet: ¿qué está creando? (Martín, 2015)

- ✓ **WhatsApp:** Es una diligencia de comunicación móvil de nueva reproducción, llamada teléfono inteligente. Puede enviar recados textales por medio de beneficiarios. Funciona como las transmisiones de mensajes instantáneos más populares para computadoras. El ID de los usuarios es una cifra del celular. Solo necesita identificar el celular de alguien que estará en su directorio de relaciones. Es obligatorio que el remitente y el receptor instalen esta diligencia en el celular. (Martín, 2015)

2.2.1.4 Características de las redes sociales

Villalba (1993), precisa que se presenta tres características esenciales de las redes sociales:

Estructurales

- ✓ **Tamaño:** La cantidad de individuos que disponen la red social de un individuo. Concurren discrepancias reveladoras en la dimensión de las redes sociales de la urbe, la urbe con perturbaciones de la emocionales y la urbe con padecimientos cerebrales dentro de una cultura particular.
- ✓ **Composición:** Este es la cifra de diversas categorías en los individuos en la conexión. Cifra de naturales, amistades, vecindades y camaradas laborales. Se dice que la conectividad social con sus diferentes configuraciones da a las personas y a los árbitros en la red flexibilidad en sus relacionamientos.
- ✓ **Densidad:** Este es el nivel de conexión entre los segmentos de la conectividad, libremente del individuo de contacto. Las redes sociales densas

a menudo se asocian con un fuerte potencial de apoyo, pero también tienen controles que pueden prevenir cambios en los roles sociales cuando están saludables.

- ✓ **Dispersión:** Se refiere al grado de relación en el tiempo y el espacio. Muestra la disponibilidad de soporte, lo que irradia la habilidad de relación con los segmentos de la conectividad.

Interaccionales

- ✓ **Multiplicidad:** Esto se refiere a una relación que realiza muchas funciones o contiene muchas operaciones.
- ✓ **Contenido transaccional:** Reciprocidad de auxilio basto, apasionado y herramientas entre un individuo y los segmentos de la conectividad.
- ✓ **Direccionalidad:** Categoría de auxilio afectivo, basto o herramientas es entregada y admitida por el individuo. Muestra la correspondencia.

De apoyo social

- ✓ **Duración:** Con el tiempo irás ampliando tu relación con las redes sociales. Muestra la estabilidad de la relación.
- ✓ **Intensidad:** Potencia que se recibe a través de la relación.
- ✓ **Frecuencia:** Periodicidad de comunicación del individuo en una red.

2.2.1.5 Dimensiones

➤ **Obsesión**

Obsesión por las redes sociales es el compromiso mental con las redes sociales, pensar constantemente y fantasear, ansiedad y preocupación por la falta de acceso a las redes sociales. (Escrura y Salas ,2014)

➤ **Falta de control**

Es el uso de las redes sociales, que evalúa la preocupación y la incapacidad para controlarse o interrumpir el uso de las redes sociales, generando un descuido de las tareas y de los estudios. (Escrura y Salas ,2014)

➤ **Uso excesivo**

Es el exceso de tiempo en el uso de las redes sociales y la incapacidad de disminuir el tiempo. (Escrura y Salas ,2014)

2.2.2. Salud mental

2.2.2.1 Definición

La salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad. (OMS, 2013)

La salud mental, desde una perspectiva actual, se contempla como un proceso dinámico, por el cual todas las personas a lo largo de sus vidas atravesamos por diferentes períodos en los que el grado de salud varía dentro de ese proceso continuo: salud-enfermedad. (Kessler y Ustün, 2004)

2.2.2.2 Enfoques teóricos sobre la salud mental

Restrepo y Jaramillo (2012), sintetizan los enfoques propuestos de salud mental en biomédico, comportamental y socioeconómico.

Enfoque biomédico de la salud mental

Esta concepción biomédica menciona que la salud mental tiene dos premisas principales: lo mental como un proceso biológico, y la ausencia de enfermedad como indicador de normalidad. Así pues, todos los procesos mentales como la personalidad, la conducta, los afectos y emociones responden a una causa física. La intervención de la salud mental desde este enfoque se basa en el tratamiento de las alteraciones mentales por parte del clínico (Restrepo y Jaramillo, 2012).

Enfoque comportamental

Este enfoque surge a partir de la década de los sesenta, cuando el desarrollo de algunas enfermedades crónicas dio relevancia a factores de riesgo ambientales y comportamentales relacionados a las afectaciones de salud. Entonces, este enfoque menciona que la forma en cómo se comportan las personas es un determinante de salud y enfermedad; donde hábitos de vida saludables se asociaría a la salud, mientras que, hábitos inadecuados se relacionarían con una mala salud. Empero este enfoque es limitado pues deja de lado la patogénesis e hiper responsabiliza a los sujetos, fomentando mayores niveles de angustia o preocupación. A diferencia del enfoque anterior, la normalidad se define en función a la adaptación de la conducta individual a un conjunto de patrones de conducta universales. Las intervenciones orientadas en este enfoque se centran en reemplazar las conductas desadaptativas mediante técnicas conductuales (Restrepo y Jaramillo, 2012).

Enfoque socioeconómico

Desde este enfoque, lo mental se define en función de la relación entre la persona y su estructura socioeconómica: el medio material y la cultura. Consecuentemente, las condiciones objetivas en las que vive un individuo serán causa y consecuencia de su modo de ser y de pensar; por ello, la salud mental se relaciona con la noción de capital global dentro del marco de los derechos humanos y el desarrollo. Todo ello resulta en la salud mental como dependiente del bienestar político y económico, de condiciones generales de la sociedad y el tipo de recursos disponibles. Bajo las premisas de este enfoque, la salud mental debe ser abordada de forma multisectorial, con políticas económicas, educación, trabajo, transporte, justicia, vivienda y asistencia social (Restrepo y Jaramillo, 2012).

2.2.2.3 Salud mental en el ámbito escolar

León (2009), menciona que, en el contexto educativo, existen múltiples variables que influyen en la salud mental de los alumnos. Entre estos factores pueden mencionarse la inteligencia emocional, la autoestima, y las habilidades sociales. Por ejemplo, existe una asociación entre la inteligencia emocional y la salud mental, puesto que una pobreza de habilidades de dicha inteligencia, propicia la aparición de problemas comportamentales, los disminuyen el bienestar psicológico. De igual forma, existen algunos fenómenos que pueden afectar la salud mental del estudiante, como la violencia escolar, que es fuente de malestar psicoemocional.

Sarmiento (2017) comenta que es importante que se promueva la salud mental en las escuelas, pues los adolescentes pasan gran parte de su tiempo en ellas, los cuales fomentan su capacidad de relacionarse, además de contribuir en el desarrollo de su identidad, en el fortalecimiento de su autoestima, seguridad, sentido

de pertenencia, etc., siendo todas ellas de suma utilidad para que el adolescente encuentre un sentido y significado a su vida; asimismo, una buena salud mental posibilitará un mayor aprendizaje, mejor rendimiento académico y la consecución de logros escolares, además de beneficiar a la futura vida del adolescente.

2.2.2.4 Consecuencias de la salud mental

Navarro y Rueda (2007), señalan que la mayor parte de personas, el internet constituye un medio productivo para un sin fin de actividades o tareas, se han documentado diferentes consecuencias negativas que surgen cuando se usa de forma inadecuada o excesiva. Las personas que pasan excesivo tiempo en internet, tienden a pasar menos tiempo con otras personas, esto puede acarrear dificultades para relacionarse y socializar.

Young (2009), refiere que, se han identificado consecuencias negativas en las relaciones sentimentales por internet, pues esta herramienta permite que extraños alrededor del mundo se contacten de forma instantánea, dando pie a ciber relaciones entre desconocidos, adulterio y divorcios. El ámbito laboral también se ha visto afectado, puesto que la globalización ha empujado a las empresas a implementar tecnologías que faciliten el trabajo de sus colaboradores; sin embargo, los empleados abusan del internet, reduciéndose así la productividad, incrementándose errores a la hora de trabajar y generando dificultades en la socialización.

2.2.2.5 Dimensiones

➤ **Salud mental**

Restrepo y Jaramillo (2012) coinciden en señalar que el concepto de “salud y enfermedad” surgió, de manera paralela, la idea del “cuidado

integral del ser humano”, desde un enfoque biopsicosocial, teniendo como resultado los términos “profilaxis mental” en Europa e “higiene mental” en Estados Unidos, llegando posteriormente a ser sustituido por el concepto de salud mental. Es pues, un constructo que ha ido enriqueciéndose con el transcurrir del tiempo.

Lluch (2008) el término de salud mental ha venido nutriéndose desde una perspectiva multidisciplinaria, gracias a los aportes de los factores psicológicos, biológicos y sociales dando como resultado las propuestas y disposiciones en el campo de la prevención y la importancia relevante del ambiente.

➤ **Estrés**

Martínez y Díaz (2007) indicaron que “el estrés se refiere a una reacción fisiológica, endocrinológica y psicológica del organismo frente a una situación que es percibida como demandante o amenazante, lo que genera una respuesta natural y necesaria para la supervivencia” (p. 11).

Pérez (2003) explicó en su artículo “Estrés y ansiedad en los docentes”: “El término 'estrés' designa una elevada tensión psíquica producida por situaciones de esfuerzo excesivo, preocupación extrema o grave sufrimiento. El agobio que experimenta la persona desencadena diversas reacciones psicofisiológicas que preparan al organismo para responder o adaptarse a las exigencias” (p. 13)

➤ **Burnout**

Farber (1983): El burnout se caracteriza por un agotamiento emocional, falta de energía, distanciamiento y cinismo hacia los destinatarios, sentimientos de incompetencia, deterioro del autoconcepto profesional, actitudes de rechazo hacia el trabajo y por otros diversos síntomas psicológicos como irritabilidad, ansiedad, tristeza y baja autoestima. (p. 23)

Gil-Monte y Peiró (1997) explican que el burnout es una respuesta con carga subjetiva de emociones, cogniciones y actitudes, frente al estrés laboral crónico, y que a la larga conlleva a consecuencias negativas para la salud física-emocional de los individuos y también para las empresas con énfasis en la productividad.

➤ **Satisfacción**

Llorente (2008) la satisfacción es la expectativa que presentan los docentes y estudiantes sobre la enseñanza-aprendizaje en su proceso formativo. La satisfacción del estudiante tiene que ver con el nivel de percepción sobre la experiencia formativa y su relación con los elementos como la presentación de instrucciones pertinentes, metodologías claras, entre otras.

Zas (2002) considera que para medir la calidad de enseñanza un principal indicador es el grado de satisfacción que tienen los estudiantes, pues son las personas directamente involucradas en el proceso formativo y por lo tanto las más convenientes para opinar y valorar, contribuyendo así al mejoramiento de la gestión educativa.

2.3 Bases filosóficas

Teoría cognitivista

Montilla (2021) señaló que Piaget (1896-1980) desarrolló la teoría cognitivista afirmando que el pensamiento y desarrollo de los niños es diferente al de un adulto, para lo cual se basó en las etapas de desarrollo intelectual, en el que el aprendizaje se daba de acuerdo a las necesidades, intereses y condiciones del niño de manera progresiva y secuencial. Así pues, según Piaget el desarrollo cognitivo se daba por la maduración gradual de la persona y la experiencia con el entorno.

Bruner (1941) desarrolló la teoría del aprendizaje por descubrimiento, donde mencionó que el niño es un sujeto activo donde aprende y se muestra estimulado a adquirir aprendizajes a través de la atracción, motivación y el autoaprendizaje, siendo el maestro un guía para ello. Así pues, indicó que esto le conlleva a lograr un trabajo profundo y significativo en la organización y significación bajo experiencias por lo que la educación inculca habilidades y conocimientos a través de representaciones de lo conocido y de lo que desea conocer, logrando consolidar un nuevo concepto que se da para concentrar la interrelación con la realidad y abrir puertas para las acciones (Montilla, 2021).

Teoría psicosocial de la adicción a las redes sociales

Díaz y Latorre (2014) explican la teoría psicosocial de Erikson, la cual plantea que la personalidad es resultado de las decisiones y acciones que el sujeto asume ante los conflictos de necesidades y requerimientos sociales. Dichos conflictos necesitan ser resueltos total o parcialmente en cada una de las ocho fases para pasar a los siguientes problemas. El objetivo no es eliminar la cualidad pasada de la personalidad, sino cambiar el equilibrio para que prevalezca la cualidad más

beneficiosa. Si los conflictos no se resuelven en ninguna de las fases, pueden surgir trastornos mentales que afecten al resto de la vida.

2.4 Definiciones de términos básicos

- **Adicción al internet:** Adicción caracterizada por la incapacidad para ejercer control sobre el uso y dependencia al internet, ello puede conllevar a fatiga, incomodidad y dificultad para ejercer tareas cotidianas; además, quienes la padezcan, experimentaran tensión o angustia antes del uso de internet, lo que cesará al conectarse a la red virtual (Lam et al., 2011).
- **Falta de control a redes sociales:** Carencia de estrategias o habilidades para manejar o programarse en el uso adecuado de la red y que estos no interfieran sus actividades normales (Escrura y Salas, 2014).
- **Obsesión a redes sociales:** Comportamiento compulsivo de mantener conectado constantemente a redes sociales dado que su alejamiento de las mismas le provoca ansiedad y nerviosismo (Escrura y Salas, 2014).
- **Redes sociales:** Son escenarios virtuales donde los cibernautas interactúan con el fin de establecer relaciones de amistad, comerciales con otros usuarios. Dichas redes sociales facilitan la comunicación online para establecer vínculos interpersonales (Chira, 2020).
- **Salud mental:** El término salud mental hace alusión al bienestar psicológico y la ausencia de angustia (Rivera et al., 2019).
- **Uso excesivo de redes sociales:** Descontrol hacia el uso adecuado de la red. Esta ciberadicción se debe a que la persona no se puede autorregular, así como tampoco puede organizar su vida personal ni social (Escrura y Salas, 2014).

2.5 Hipótesis de investigación

2.5.1 Hipótesis general

Existe relación significativa entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

2.5.2 Hipótesis específicas

- Existe relación significativa entre la obsesión por el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.
- Existe relación significativa entre la falta de control en el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.
- Existe relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

2.6 Operacionalización de las variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento
Uso de las redes sociales	El uso de las redes sociales contribuye a un intercambio de comunicación dinámica que abarca a persona, grupo de personas e instituciones, con el propósito de conservar lazos de amistad. (Crovi et al., 2009)	Se desarrollará la medición de la variable considerando las tres dimensiones: Obsesión, falta de control y uso excesivo; las cuales incluyeron indicadores como necesidades, sentir, falta de tiempo, autocontrol, descuido personal o social y pertenencia en su entorno; donde se empleará una escala de Likert.	Obsesión	<ul style="list-style-type: none"> • Necesidad • Sentir 	1 – 4 5 – 8	Cuestionario del uso de las redes sociales
			Falta de control	<ul style="list-style-type: none"> • Tiempo • Control 	9 – 12 13 – 16	
			Uso excesivo	<ul style="list-style-type: none"> • Descuido • Entorno 	17 – 20 21 – 24	
Salud mental educativa	Estado o condición de equilibrio de un individuo con su entorno, que garantiza su óptima participación en los ámbitos social, educativo y familiar, posibilitando su calidad de vida, (Garcia, 2023)	Se desarrollará la medición de la variable teniendo en consideración las cuatro dimensiones: Salud mental, estrés, Burnout y satisfacción; las cuales incluyen los indicadores como los sentimientos, animo, estado, emociones, condición física, creencias y experiencias; donde se empleará una escala de Likert.	Salud mental	<ul style="list-style-type: none"> • Sentimiento • Condición 	1 – 3 4 – 6	Cuestionario de salud mental educativa
			Estrés	<ul style="list-style-type: none"> • Animo • Estado 	7 – 9 10 – 12	
			Burnout	<ul style="list-style-type: none"> • Emocional • Físico 	13 – 15 16 – 18	
			Satisfacción	<ul style="list-style-type: none"> • Creencia • Experiencia 	19 – 21 22 – 24	

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Diseño de la investigación

3.1.1 Tipo de investigación

En relación a la naturaleza del problema y de acuerdo a los objetivos planteados, el tipo de investigación que se utilizó en la presente investigación fue aplicada. Según Chenet (2018), “la investigación aplicada tiene como finalidad la resolución de problemas prácticos, en ese sentido, el propósito de realizar aportaciones al conocimiento teórico es secundario” (p.92). Además, será de corte transversal, porque los datos a recolectar serán en un tiempo determinado.

3.1.2. Nivel de investigación

La investigación fue de nivel correlacional, según Bernal (2012) esto fundamentado en los principios de relación entre las variables de estudio, buscando elementos comunes por más significativos que sean.

3.1.3. Diseño de investigación

De diseño no experimental, para Hernández, Fernández y Baptista (2014) menciona que la investigación se da en un contexto de carácter No Experimental, donde implica la observación del hecho en su condición natural de las dos variables de estudio como la educación financiera y espíritu emprendedor, sin ninguna

manipulación intencional, el cual nos permitió analizarlo y describirlo en un momento dado (p.152).

3.1.4 Enfoque de investigación

Enfoque de investigación fue cualitativo porque recopilaremos, analizaremos y obtendremos datos cuantitativos con el propósito de mostrar los objetivos de investigación, al respecto, Flick (2015) señala que, la posición de métodos híbridos se concentra en la combinación práctica de investigación cualitativa y cuantitativa para finalizar con la beligerancia de los modelos preliminares.

3.2 Población y muestra

3.2.1 Población

La población de estudio lo conformaron 120 estudiantes de 4to y 5to grado del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca en el 2023.

3.2.2 Muestra

La muestra respecto a la población de estudio lo conformaron 52 estudiantes de 4to y 5to grado del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca en el 2023, esta información se obtuvo mediante la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 PQN}{E^2 (N - 1) + Z^2 PQ}$$

Donde:

N: tamaño de la población.

Z: Grado de confianza que se establece.

E: Error absoluto precisión de la estimación de la proporción.

P: Proporción de unidades que poseen el atributo de interés.

Q: la diferencia aritmética de P respecto a la unidad.

Entonces reemplazando tenemos:

$$n = \frac{(1.96)^2(0.5)(0.5)(120)}{(0.05)^2(119)+(1.96)^2(0.5)(0.5)} = 92 \text{ estudiantes}$$

Tamaño final de muestra (n) corregida por KISH:

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}}$$

Entonces reemplazando tenemos:

$$n = \frac{92}{1 + \frac{92}{120}} = 52 \text{ estudiantes}$$

Grado y Sección	Población	Muestra
4to Sección "A"	30	13
4to Sección "B"	30	13
5to Sección "A"	30	13
5to Sección "B"	30	13
Total	120	52

Criterios de inclusión

- 1) Estudiantes del nivel de secundaria del Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca.
- 2) Estudiantes sin limitaciones o sin dificultad de comunicación.
- 3) Estudiantes que desean colaborar con la investigación voluntariamente.

Criterios de exclusión

- 1) Estudiantes que no pertenecen al Colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca.
- 2) Estudiantes con limitaciones o con dificultad de comunicación.
- 3) Estudiantes que no desean colaborar con la investigación voluntariamente.

Criterios éticos

- 1) Respeto: El principio del respeto para la información brindada por los estudiantes que intervienen en la investigación.
- 2) Beneficio: El principio de beneficencia, porque el desarrollo de la investigación no afectara de manera negativa las costumbres o su identidad cultural de los estudiantes, por lo contrario, esto generara nuevos conocimientos.
- 3) Justicia: El principio de justicia, para lo cual buscara brindar seguridad y confiabilidad de la información de las personas que intervienen en la investigación.

3.3 Técnicas de recolección de datos

3.3.1 Técnicas

La técnica que se empleó en la presente tesis fue la encuesta para ambas variables de estudio, esta herramienta es la más usada en los trabajos de investigación científica, por facilitarnos una mejor perspectiva de la población en estos casos. Siguiendo a Hernández (2018) la ventaja principal de esta técnica residió en la gran economía de tiempo y personal que implicó, ya que en nuestro caso será posible aplicarla directamente al grupo implicado. Asimismo, cabe mencionar que el

procedimiento general del análisis de la información aportada por esta técnica será mencionado en el siguiente apartado referido a los instrumentos de manera específica, lo constituye el cuestionario estructurado.

3.3.2 Instrumentos

El instrumento que se aplicó fue el cuestionario para ambas variables de estudio, la cual estuvo compuesta por 24 ítems para la variable uso de las redes sociales y 24 ítems para la variable salud mental educativa, además se empleando la escala de Likert modificado.

Validación

Instrumento uso de las redes sociales: Está conformada por tres dimensiones, las cuales son: Obsesión, falta de control y uso excesivo; las cuales se midieron esta información con 24 ítem (Ver Anexo 2). El tiempo estimado para responder al cuestionario fue de 15 minutos aproximadamente.

Instrumento salud mental educativa: Está conformada por cuatro dimensiones, las cuales son: Salud mental, estrés, Burnout y satisfacción; las cuales se midieron esta información con 24 ítem (Ver Anexo 2). El tiempo estimado para responder al cuestionario fue de 15 minutos aproximadamente.

Confiabilidad

La confiabilidad estuvo fundamentada por el Alfa de Crombach, las cuales se aplicaron a cada instrumento de investigación, la ventaja de este coeficiente reside en que requiere de una sola administración del instrumento de medición. Puede tomar valores entre 0 y 1, donde 0 significa nula confiabilidad y 1 representa la confiabilidad total.

En el siguiente cuadro se presenta los coeficientes calculados para cada dimensión del test.

Fórmula:

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

Dónde:

K es el número de ítems

$\sum S_i^2$ es la suma de varianzas de cada ítem.

$\sum S_T^2$ es la varianza total de las filas.

3.4 Técnicas para el procesamiento de la información

✓ Para el muestreo: Aleatorio simple

La técnica del muestreo es al azar, dados que los residentes fueron escogidos dentro del ámbito institucional.

✓ Para la recolección de datos

- Recolección de información por lugar de procedencia
- Agrupamiento de la información
- Clasificación de información
- Generación de tabla de especificaciones
- Aplicación de la encuesta
- Cuadros estadísticos
- Prueba de entrada, proceso – salida

La información será registrada en una base de datos del programa SPSS 26.0 que nos permitio la presentación ordenada de los datos en tablas, gráficos para su posterior análisis e interpretación y para la contratación de hipótesis, fundamentadas en la Estadística Inferencial - Distribución normal.

3.5 Matriz de consistencia

La representación explícita se verá en el Anexo 1.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1. Resultados de la variable uso de las redes sociales

Tabla 1

Categoría del uso de las redes sociales

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Deficiente	2	3,8	3,8	3,8
Regular	11	21,2	21,2	25,0
Bueno	39	75,0	75,0	100,0
Total	52	100,0	100,0	

Nota: Elaboración propia

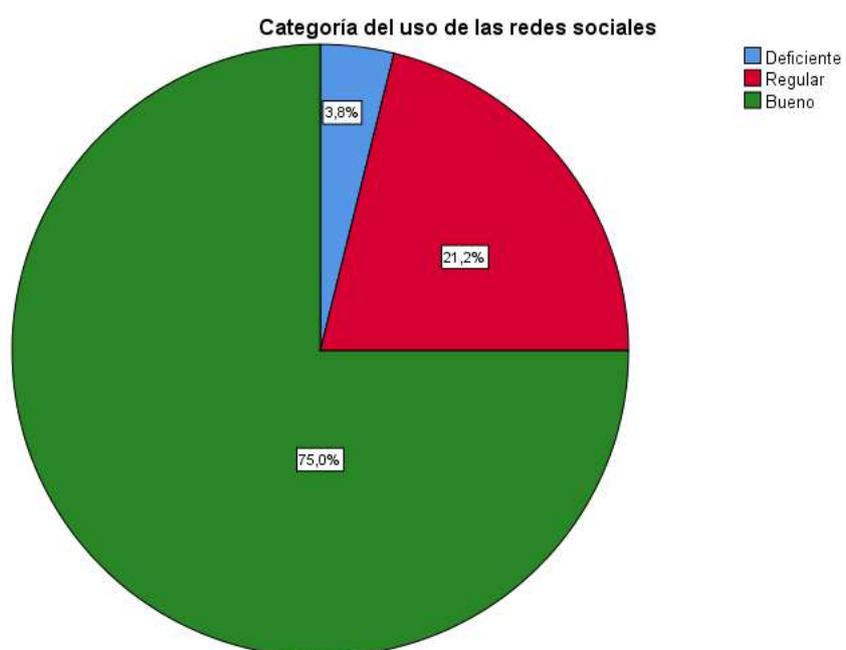


Figura 1. Uso de las redes sociales

De los resultados expuestos en la variable uso de las redes sociales, podemos mencionar que consistió en la aplicación de un cuestionario de 24 ítems, distribuidas en 3 dimensiones; las cuales se baremaron en 3 niveles; donde el 3.8% afirman que el uso de las redes sociales que emplean los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de nivel deficiente; por lo contrario el 21.2% afirman que el uso de las redes sociales que emplean los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de nivel regular y el 75.0% afirman que el uso de las redes sociales que emplean los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de nivel bueno, lo cual demuestra que los estudiantes tienen la necesidad de estar usando continuamente las redes sociales, el no saber qué actividad desarrollar cuando no están usando alguna red social, el perder la noción del tiempo o de su entorno cuando está inmerso en las redes sociales, el estar a cualquier momento del día conectado, en el estar casi todo el día conectado a la red y el afirmar que le causa dependencia estar usando la red social.

Tabla 2

Categoría de la obsesión

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Deficiente	3	5,8	5,8	5,8
Regular	14	26,9	26,9	32,7
Bueno	35	67,3	67,3	100,0
Total	52	100,0	100,0	

Nota: Elaboración propia

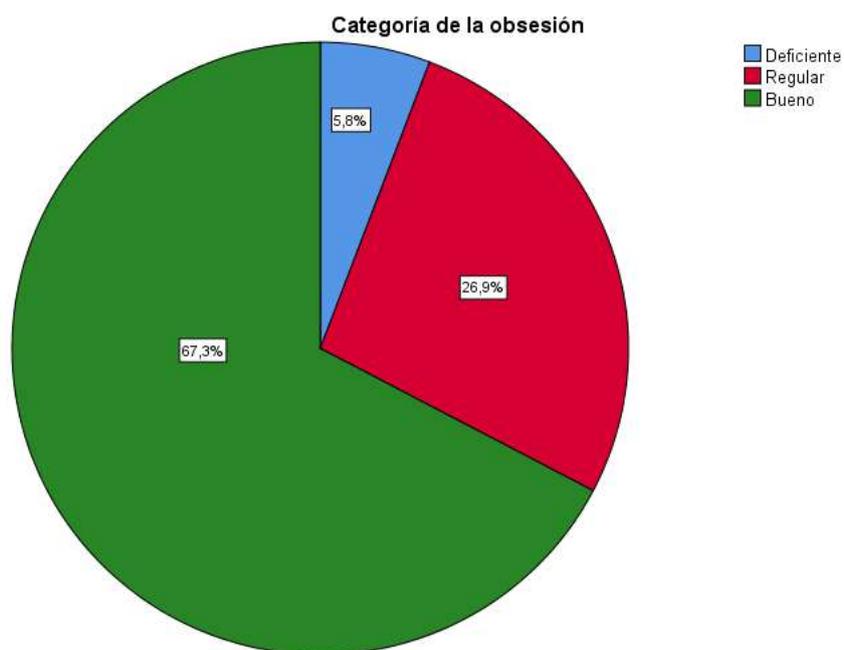


Figura 2. Obsesión

De los resultados expuestos por la dimensión obsesión de la variable uso de las redes sociales, las cuales se baremaron en 3 niveles; donde el 5.8% de estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht afirman que la obsesión por el uso de las redes sociales es de nivel deficiente, el 26.9% de estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht afirman que la obsesión por el uso de las redes sociales es de nivel regular y el 67.3% de estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht afirman que la obsesión por el uso de las redes sociales es de nivel bueno, esto sustentado en la necesidad de estar conectado con mucha frecuencia a las redes sociales, a faltarle tiempo porque no termina sus asuntos o trabajos del colegio, el de no tener ninguna satisfacción con el tiempo transcurrido por su alrededor por estar conectado a las redes, el de no tener vida propia porque depende todo el día de la red social, el de sentirse inútil si no está conectado a las redes sociales, el de irritarse con facilidad si le desconectan de la red, el de tener mucha ansiedad por conectarse a

cualquier red social y depender de las redes sociales a punto de sentir alivio cuando está conectado a una de ellas.

Tabla 3

Categoría de la falta de control

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Deficiente	1	1,9	1,9	1,9
Regular	14	26,9	26,9	28,8
Bueno	37	71,2	71,2	100,0
Total	52	100,0	100,0	

Nota: Elaboración propia

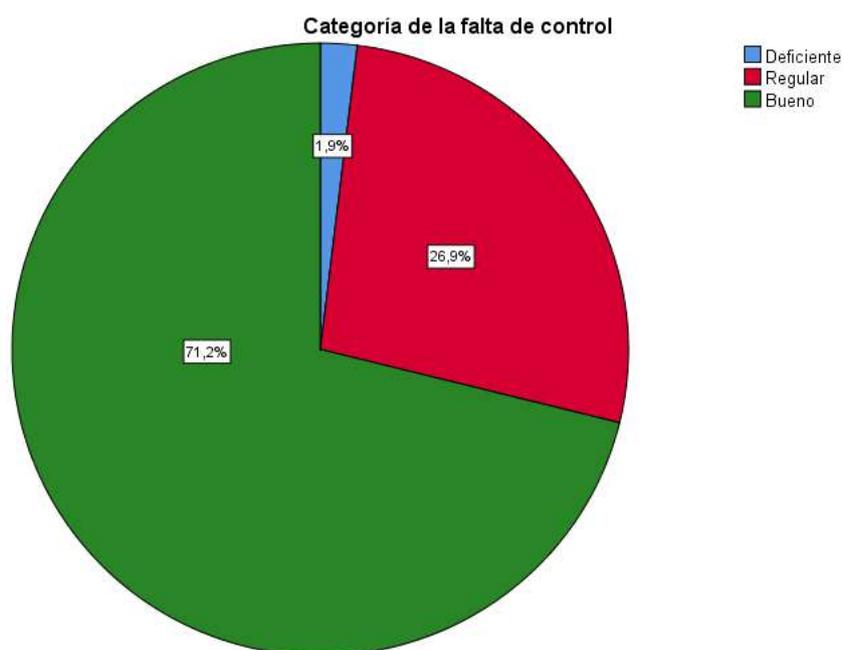


Figura 3. Falta de control

De los resultados expuestos por la dimensión falta de control de la variable uso de las redes sociales, las cuales se baremaron en 3 niveles; donde el 1,9% de estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht afirman que la falta de control respecto al uso de las redes sociales es de nivel

deficiente, el 26.9% de estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht afirman que la falta de control respecto al uso de las redes sociales es de nivel regular y el 71.2% de estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht afirman que la falta de control respecto al uso de las redes sociales es de nivel bueno, esto sustentado en la pérdida de la realidad cuando está inmerso en las redes sociales, en dedicarle más tiempo a la uso de las redes que a su labores académicas, en estar imaginándose que está conectado todo el día a una red social, en decidir con facilidad que desearía estar conectado a una red si ese fuera el caso, en controlar sus hábitos de uso digital, en estar pensando que hacer si estuviera conectado a pesar de estar desarrollando otra actividad y estar desconectado de la realidad con mucha facilidad.

Tabla 4

Categoría del uso excesivo

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Deficiente	2	3,8	3,8	3,8
Regular	13	25,0	25,0	28,8
Bueno	37	71,2	71,2	100,0
Total	52	100,0	100,0	

Nota: Elaboración propia

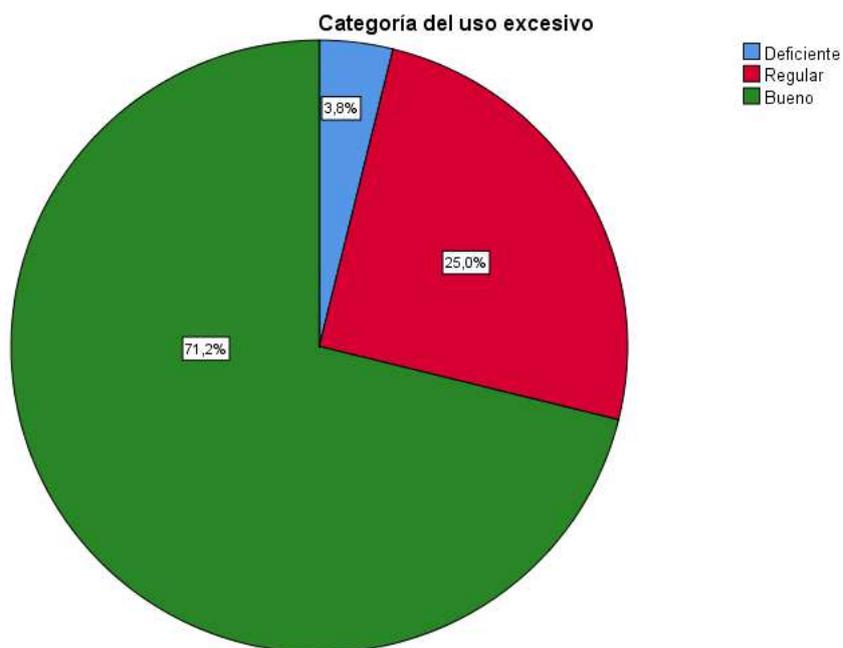


Figura 4. Uso excesivo

De los resultados expuestos por la dimensión uso excesivo de la variable uso de las redes sociales, las cuales se baremaron en 3 niveles; donde el 3.8% de estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht afirman que el uso obsesivo de las redes sociales es de nivel deficiente, el 25.0% de estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht afirman que el uso obsesivo de las redes sociales es de nivel regular y el 71.2% de estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht afirman que el uso obsesivo de las redes sociales es de nivel bueno, esto sustentado en la permanencia continua a una red social, en la atención que le presta a las notificaciones de las redes sociales, en el descuido de su personalidad y de amistades por la razón de estar conectado a la red, en el descuido de sus labores académicas por estar en una red social, en conectarse a escondidas a una red social en el colegio, en no tener consideración a los consejos de mis amigos porque estar conectado a una

red social, en conectarme a una red en horas de clase y en sentirse satisfecho o complacido cuando entra a una red social.

4.1.2. Resultados de la variable salud mental educativa

Tabla 5

Categoría de la salud mental educativa

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Baja	2	3,8	3,8	3,8
Media	14	26,9	26,9	30,8
Alta	36	69,2	69,2	100,0
Válido Total	52	100,0	100,0	

Nota: Elaboración propia

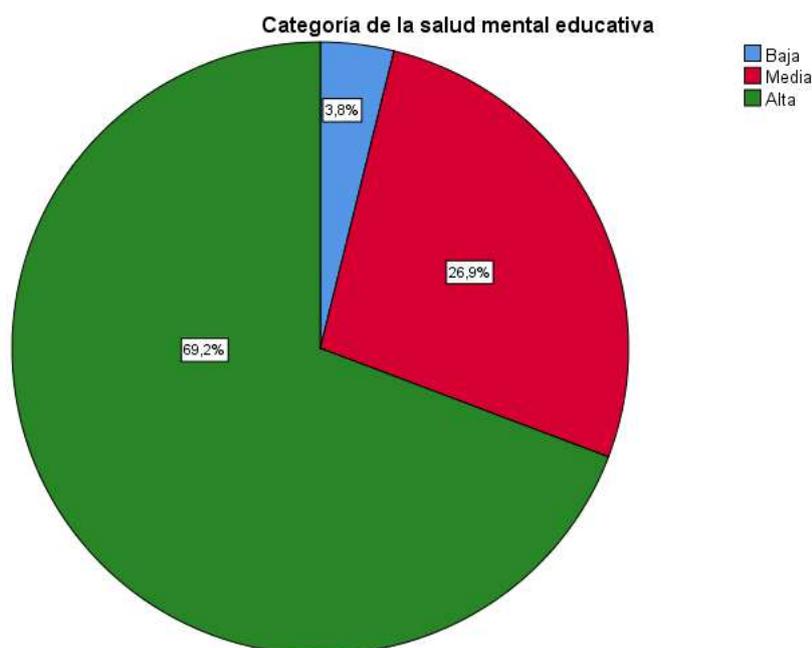


Figura 5. Salud mental educativa

De los resultados expuestos en la variable salud mental educativa, podemos mencionar que consistió en la aplicación de un cuestionario de 24 ítems, distribuidas en 4 dimensiones; las cuales se baremaron en 3 niveles; donde el 3.8% afirman que la salud mental educativa de los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de

secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría baja, el 26.9% afirman que la salud mental educativa de los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría media y el 69.2% afirman que la salud mental educativa de los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría alta, lo cual demuestra que su moral está por debajo de lo normal y no hay nada que logre levantarla o estabilizarla, la alegría casi forma parte de su vida, en sentirse nervioso con frecuencia, los ambientes con problemas le generan estrés, el sentirse agotado con facilidad, el no realizar actividades físicas con frecuencia, el estar al menos satisfecho por sus estudios y es poco expresivo con las cosas que logra.

Tabla 6

Categoría de la salud mental

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Baja	2	3,8	3,8	3,8
Media	13	25,0	25,0	28,8
Alta	37	71,2	71,2	100,0
Total	52	100,0	100,0	

Nota: Elaboración propia

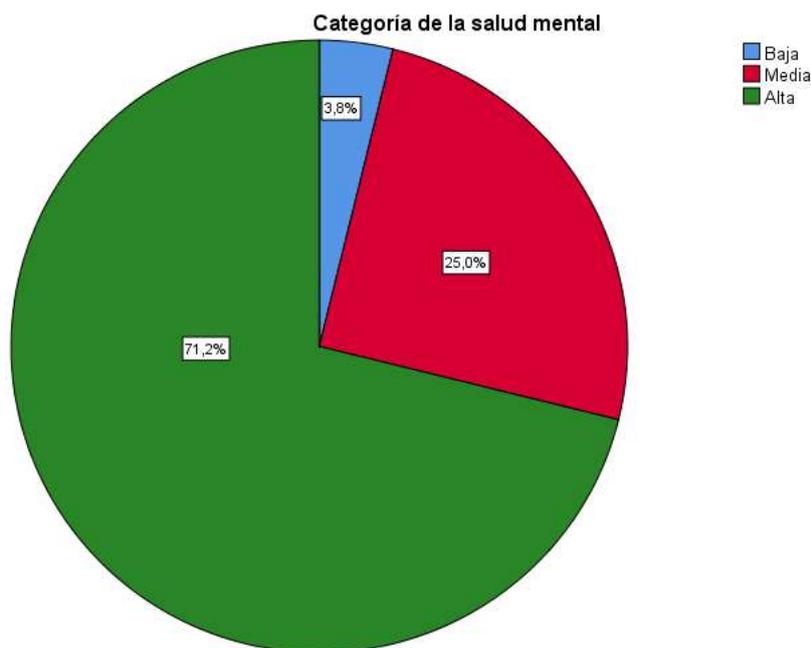


Figura 6. Salud mental

De los resultados expuestos por la dimensión salud mental de la variable salud mental educativa, las cuales se baremaron en 3 niveles; donde el 3.8% afirman que la salud mental de los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría baja, el 25.0% afirman que la salud mental de los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría media y el 71.2% afirman que la salud mental de los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría alta, esto sustentado en el deterioro de su moral y no hay nadie que logre remediar el hecho, en sentirse triste casi todos los días, en tener dificultad de expresar su felicidad a los demás, en no estar en paz en los ambientes institucionales, en tener un poco de tranquilidad cuando desarrolla actividades referidos a la asignatura y pensar que la alegría es parte de su vida diaria.

Tabla 7

Categoría del estrés

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Baja	1	1,9	1,9	1,9
Media	15	28,8	28,8	30,8
Alta	36	69,2	69,2	100,0
Válido Total	52	100,0	100,0	

Nota: Elaboración propia

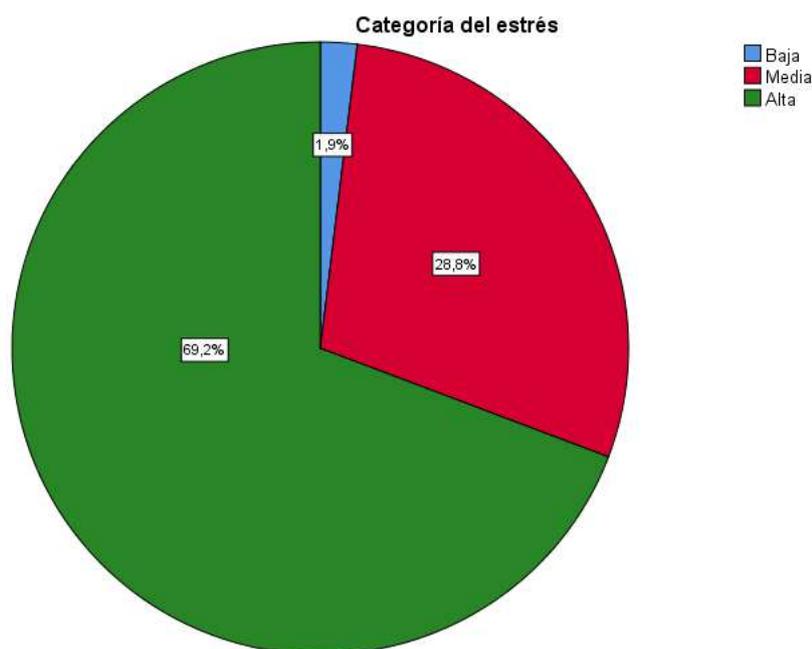


Figura 7. Estrés

De los resultados expuestos por la dimensión estrés de la variable salud mental educativa, las cuales se baremaron en 3 niveles; donde el 1.9% afirman que el estrés de los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría baja, el 28.8% afirman que el estrés de los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría media y el 69.2% afirman que el estrés de los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría alta, esto sustentado en el estado de nervios cuando esta frente a escenarios nuevos, en la calma cuando está en escenarios conocidos con el colegio entre otros, el tener dificultad de relajarse con

normalidad, en estar tenso cuando tienen actividades académicas, en estresarse con normalidad en el colegio y la dificultad de desarrollarse con normalidad cuando está en ambientes poco conocidos.

Tabla 8

Categoría de Burnout

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido				
Baja	1	1,9	1,9	1,9
Media	18	34,6	34,6	36,5
Alta	33	63,5	63,5	100,0
Total	52	100,0	100,0	

Nota: Elaboración propia

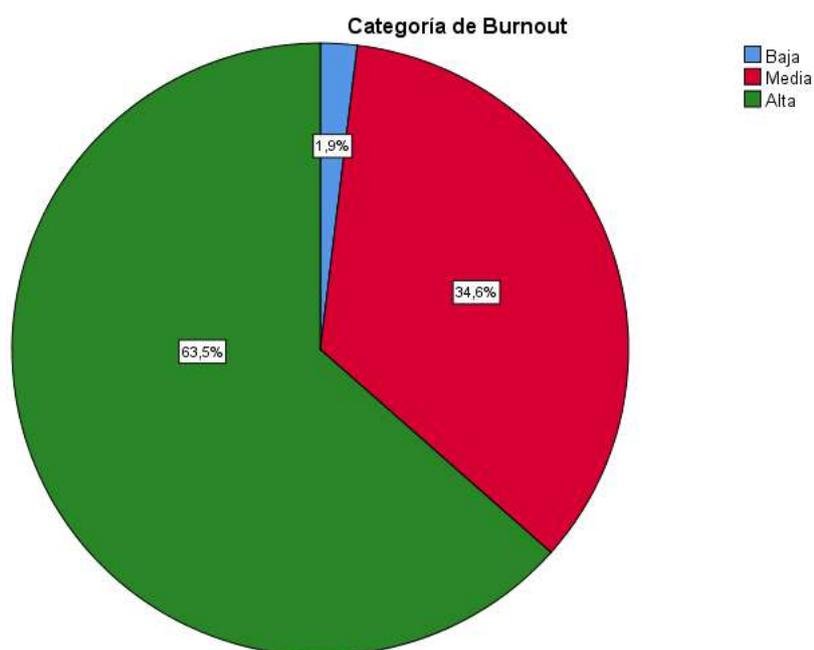


Figura 8. Burnout

De los resultados expuestos por la dimensión Burnout de la variable salud mental educativa, las cuales se baremaron en 3 niveles; donde el 1.9% afirman que el estado de Burnout en la que se encuentran los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría baja, el 34.6% afirman

que el estado de Burnout en la que se encuentran los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría media y el 63.5% afirman que el estado de Burnout en la que se encuentran los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría alta, esto sustentado en la facilidad para agotarse, en tener dificultades para realizar actividades físicas, en sentirse emocionalmente agotado por las actividades que realiza, en sentirse cansado por la rutina diaria, en estar agotado por las tarea del hogar y el re realizar poca actividad física.

Tabla 9

Categoría de la satisfacción

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Baja	1	1,9	1,9	1,9
Media	14	26,9	26,9	28,8
Alta	37	71,2	71,2	100,0
Total	52	100,0	100,0	

Nota: Elaboración propia



Figura 9. Satisfacción

De los resultados expuestos por la dimensión satisfacción de la variable salud mental educativa, las cuales se baremaron en 3 niveles; donde el 1.9% afirman que la satisfacción de los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría baja, el 26.9% afirman que la satisfacción de los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría media y el 71.2% afirman que la satisfacción de los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht es de categoría alta, esto sustentado en el estar satisfecho por sus estudios, en la concentración que le pone a cada asignatura, el concentrarse para desarrollar actividades grupales, en la comodidad que encuentra con sus compañeros de clase, en la comodidad que brindan los docentes en sus clases y en sentirse satisfecho por logra hasta el momento sus metas.

4.2. Contrastación de hipótesis

Prueba de normalidad de la variable uso de las redes sociales

H_0 : Los datos de la variable uso de las redes sociales no difieren de una distribución normal

H_1 : Los datos de la variable uso de las redes sociales difieren de una distribución normal

Nivel de significancia $\alpha = 5\%$ o $\alpha = 0.05$

Se empleará el estadístico de prueba de Kolmogorov-Smirnov^a; porque el tamaño es mayor de 50.

Tabla 10

Prueba de Normalidad del uso de las redes sociales

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Uso de las redes sociales	,180	52	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

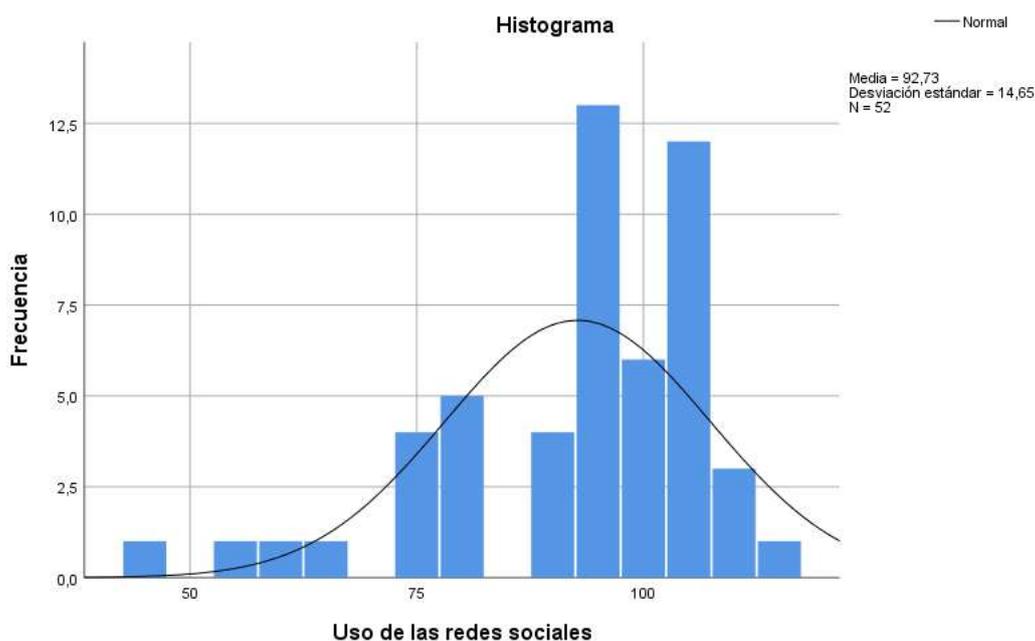


Figura 10. Histograma y curva normal del uso de las redes sociales

Si p -valor (Sig.) < 0.05 ; se rechaza la hipótesis nula

Conclusión

Como el p -valor (Sig.) = 0.000 como este valor es menor a 0,05 se infiere que hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, concluyendo que las puntuaciones de la variable uso de las redes sociales no presentan una distribución normal.

Prueba de normalidad de la variable salud mental educativa

H_0 : Los datos de la variable salud mental educativa no difieren de una distribución normal

H_1 : Los datos de la variable salud mental educativa difieren de una distribución normal

Nivel de significancia $\alpha = 5\%$ o $\alpha = 0.05$

Se empleará el estadístico de prueba de Kolmogorov-Smirnov^a; porque el tamaño es mayor de 50.

Tabla 11

Prueba de Normalidad de la salud mental educativa

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
Salud mental educativa	,159	52	,002

a. Corrección de significación de Lilliefors

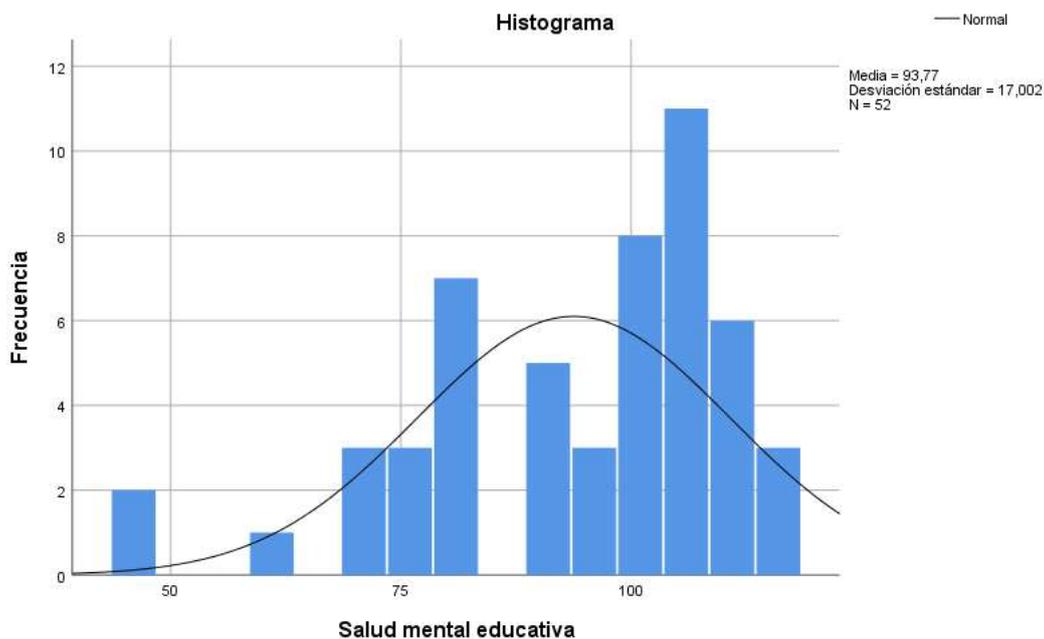


Figura 11. Histograma y curva normal de la salud mental educativa

Si p –valor (Sig.) < 0.05; se rechaza la hipótesis nula

Conclusión

Como el p-valor (Sig.) = 0.002 como este valor es menor a 0,05 se infiere que hay suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula, concluyendo que las puntuaciones de la variable salud mental educativa no presentan una distribución normal.

Hipótesis general

H₀: No existe relación significativa entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

H₁: Existe relación significativa entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

Tabla 12

Correlación entre el uso de las redes sociales (URS) y la salud mental educativa (SME)

			URS	SME
Rho de Spearman	URS	Coeficiente de correlación	1,000	,954**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	52	52
	SME	Coeficiente de correlación	,954**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	52	52

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Conclusión

Como la sig. (Bilateral)= p-valor =0.000 es menor que la significación $\alpha= 0,05$, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Es decir: “Existe relación significativa entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los

estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023”. El valor del coeficiente Rho de Spearman = 0.954 nos indica estadísticamente que existe una correlación positiva muy alta; tomado de Bisquerra (2009).

Hipótesis específica 1

H₀: No existe relación significativa entre la obsesión por el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

H₁: Existe relación significativa entre la obsesión por el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

Tabla 13

Correlación entre obsesión por las redes sociales (ORS) y la salud mental educativa (SME)

			ORS	SME
Rho de Spearman	ORS	Coeficiente de correlación	1,000	,938**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	52	52
SME	SME	Coeficiente de correlación	,938**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	52	52

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Conclusión

Como la sig. (Bilateral)= p-valor =0.000 es menor que la significación $\alpha= 0,05$, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Es decir: “Existe relación significativa entre la obsesión por el uso de las redes sociales y la salud mental educativa

en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023”. El valor del coeficiente Rho de Spearman = 0.938 nos indica estadísticamente que existe una correlación positiva muy alta; tomado de Bisquerra (2009).

Hipótesis específica 2

H₀: No existe relación significativa entre la falta de control en el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

H₁: Existe relación significativa entre la falta de control en el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

Tabla 14

Correlación entre la falta de control de las redes sociales (FCRS) y la salud mental educativa (SME)

			FCRS	SME
Rho de Spearman	FCRS	Coeficiente de correlación	1,000	,775**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	52	52
SME	SME	Coeficiente de correlación	,775**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	52	52

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Conclusión

Como la sig. (Bilateral)= p-valor =0.000 es menor que la significación $\alpha= 0,05$, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Es decir: “Existe relación

significativa entre la falta de control en el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023”. El valor del coeficiente Rho de Spearman = 0.775 nos indica estadísticamente que existe una correlación positiva alta; tomado de Bisquerra (2009).

Hipótesis específica 3

H₀: No existe relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

H₁: Existe relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.

Tabla 15

Correlación entre el uso excesivo de las redes sociales (UERS) y la salud mental educativa (SME)

			UERS	SME
Rho de Spearman	UERS	Coeficiente de correlación	1,000	,738**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	52	52
	SME	Coeficiente de correlación	,738**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	52	52

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Conclusión

Como la sig. (Bilateral)= p-valor =0.000 es menor que la significación $\alpha= 0,05$, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. Es decir: “Existe relación

significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023”. El valor del coeficiente Rho de Spearman = 0.738 nos indica estadísticamente que existe una correlación positiva alta; tomado de Bisquerra (2009).

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

5.1. Discusión de resultados

- Los resultados expuestos en la presente investigación se establecen que: Existe relación significativa entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023. Con una correlación Rho de Spearman de 0.954, siendo una correlación positiva muy alta. Esto sustentado que los estudiantes tienen la necesidad de estar usando continuamente las redes sociales, el no saber qué actividad desarrollar cuando no están usando alguna red social, el perder la noción del tiempo o de su entorno cuando está inmerso en las redes sociales, el estar a cualquier momento del día conectado, en el estar casi todo el día conectado a la red y el afirmar que le causa dependencia estar usando la red social; que su moral está por debajo de lo normal y no hay nada que logre levantarla o estabilizarla, la alegría casi forma parte de su vida, en sentirse nervioso con frecuencia, los ambientes con problemas le generan estrés, el sentirse agotado con facilidad, el no realizar actividades físicas con frecuencia, el estar al menos satisfecho por sus estudios y es poco expresivo con las cosas que logra. Este resultado guarda similitud con lo expresado por Tenesaca. De Freitas et al. (2021) indican que el uso de las redes es

cada vez mayor y provoca el surgimiento de nuevas formas de enfermedad, principalmente mentales.

- Los resultados expuestos en la presente investigación se establecen que: Existe relación significativa entre la obsesión por el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023. Con una correlación Rho de Spearman de 0.938, siendo una correlación positiva alta. Esto sustentado en la necesidad de estar conectado con mucha frecuencia a las redes sociales, a faltarle tiempo porque no termina sus asuntos o trabajos del colegio, el de no tener ninguna satisfacción con el tiempo transcurrido por su alrededor por estar conectado a las redes, el de no tener vida propia porque depende todo el día de la red social, el de sentirse inútil si no está conectado a las redes sociales, el de irritarse con facilidad si le desconectan de la red, el de tener mucha ansiedad por conectarse a cualquier red social y depender de las redes sociales a punto de sentir alivio cuando está conectado a una de ellas; en el deterioro de su moral y no hay nadie que logre remediar el hecho, en sentirse triste casi todos los días, en tener dificultad de expresar su felicidad a los demás, en no estar en paz en los ambientes institucionales, en tener un poco de tranquilidad cuando desarrolla actividades referidos a la asignatura y pensar que la alegría es parte de su vida diaria. Los aspectos de esta dimensión guardan similitud con lo expresado por Barron y Mejía (2021) indican que las redes sociales tienen efectos en la salud mental en los estudiantes, a su vez afecta su bienestar psicoemocional, logrando identificar este problema

como el primer nivel de atención en los estudiantes. De Freitas et al. (2021) indican el 27% manifiestan sentir vergüenza al exponer informacion en sus redes sociales, el 21% afirman que las consecuencias para la salud mental son la invasión de la privacidad/divulgación de sus datos. Cardenas (2020) indica que ha mayor obsesión por las redes sociales mayor cansancio emocional es mayor el uso excesivo de las redes.

- Los resultados expuestos en la presente investigación se establecen que: Existe relación significativa entre la falta de control en el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023. Con una correlación Rho de Spearman de 0.775, siendo una correlación positiva alta. Esto sustentado en la perdida de la realidad cuando está inmerso en las redes sociales, en dedicarle más tiempo a la uso de las redes que a su labores académicas, en estar imaginándose que está conectado todo el día a una red social, en decidir con facilidad que desearía estar conectado a una red si ese fuera el caso, en controlar sus hábitos de uso digital, en estar pensando que hacer si estuviera conectado a pesar de estar desarrollando otra actividad y estar desconectado de la realidad con mucha facilidad; en el estado de nervios cuando esta frente a escenarios nuevos, en la calma cuando está en escenarios conocidos con el colegio entre otros, el tener dificultad de relajarse con normalidad, en estar tenso cuando tienen actividades académicas, en estresarse con normalidad en el colegio y la dificultad de desarrollarse con normalidad cuando está en ambientes poco conocidos; en la facilidad para agotarse, en

tener dificultades para realizar actividades físicas, en sentirse emocionalmente agotado por las actividades que realiza, en sentirse cansado por la rutina diaria, en estar agotado por las tareas del hogar y en realizar poca actividad física. Los aspectos de esta dimensión guardan similitud con lo expresado por Arrivillaga, Peña y Pacheco (2022) indican que la regulación de emociones de los adolescentes respecto a la inteligencia emocional guarda coherencia de manera indirecta con el uso de las redes sociales, de lo expresado proponen implementar estrategias que disminuyan estas características y la diferencia de género. De Freitas et al. (2021) indican 27% de los adolescentes tiene por lo menos 3 redes sociales, el 19% muestra adicción a las redes sociales. Mamani (2021) indica que, a mayor exposición a redes como Facebook, WhatsApp, Twitter, existe un incremento de violencia escolar.

- Los resultados expuestos en la presente investigación se establecen que: Existe relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023. Con una correlación Rho de Spearman de 0.738, siendo una correlación positiva alta. Esto sustentado en la permanencia continua a una red social, en la atención que le presta a las notificaciones de las redes sociales, en el descuido de su personalidad y de amistades por la razón de estar conectado a la red, en el descuido de sus labores académicas por estar en una red social, en conectarse a escondidas a una red social en el colegio, en no tener consideración a los consejos de mis amigos porque paro

conectado a una red social, en conectarme a una red en horas de clase y en sentirse satisfecho o complacido cuando entra a una red social; en el estar satisfecho por sus estudios, en la concentración que le pone a cada asignatura, el concentrarse para desarrollar actividades grupales, en la comodidad que encuentra con sus compañeros de clase, en la comodidad que brindan los docentes en sus clases y en sentirse satisfecho por logra hasta el momento sus metas. Los aspectos de esta dimensión guardan similitud con lo expresado por Iñiguez, Cruz y Vaca (2020), indican que el 31% de estudiantes presentan problemas se carácter psicologico esto basado al abuso de las redes sociales. Además, manifiestan que se apoyaron socialmente a las instituciones particulares, por encontrar indicio de consumo de sustancias psicoactivas en un 10 % de adolescentes, el 40 % consume alcohol 1 o 2 veces al mes.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

- Los resultados expuestos en el contraste de la hipótesis general se identifica la significancia asintótica (p valor calculado = 0.000), siendo este menor que el nivel de significancia ($p=0.05$), Por tanto, existe suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna: Existe relación significativa entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023. Teniendo una correlación de Rho de Spearman de 0.954, siendo una correlación positiva muy alta de acuerdo a la escala de Bisquerra.

- Los resultados expuestos en el contraste de la hipótesis específica 1 se identifica la significancia asintótica (p valor calculado = 0.000), siendo este menor que el nivel de significancia ($p=0.05$), Por tanto, existe suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna: Existe relación significativa entre la obsesión por el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023. Teniendo una correlación de Rho de Spearman

de 0.938, siendo una correlación positiva muy alta de acuerdo a la escala de Bisquerra.

- Los resultados expuestos en el contraste de la hipótesis específica 2 se identifica la significancia asintótica (p valor calculado = 0.000), siendo este menor que el nivel de significancia ($p=0.05$), Por tanto, existe suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna: Existe relación significativa entre la falta de control en el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023. Teniendo una correlación de Rho de Spearman de 0.775, siendo una correlación positiva alta de acuerdo a la escala de Bisquerra.
- Los resultados expuestos en el contraste de la hipótesis específica 3 se identifica la significancia asintótica (p valor calculado = 0.000), siendo este menor que el nivel de significancia ($p=0.05$), Por tanto, existe suficiente evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna: Existe relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023. Teniendo una correlación de Rho de Spearman de 0.738, siendo una correlación positiva alta de acuerdo a la escala de Bisquerra.

6.2. Recomendaciones

- Proporcionar a las instituciones públicas y privadas módulos de manejo de plataformas digitales, que promuevan el uso correcto de las redes sociales a los estudiantes y logrando una enseñanza óptima.
- Elaborar programas de características sociales que fortalezcan la salud mental en escolares, esta actividad lograra fortalecer la comunicación de los estudiantes con su entorno.
- Implementar en los centros educativos programas de seguimiento y control a estudiantes que problemas de salud mental, ya sea por el uso descontrolado de las redes sociales o por problemas personales.
- Se recomienda realizar programas de psicoeducación, que aborden la salud mental, además de otras problemáticas propias de los adolescentes relacionados a la inteligencia emocional o habilidades sociales.

REFERENCIAS

7.1. Fuentes documentales

- Cardenas, M. (2020). *Uso problemático de las redes sociales y cansancio emocional en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Metropolitana*. (Tesis Bachiller). Universidad San Ignacio de Loyola, Lima, Perú: Repositorio institucional USIL. Disponible en: <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/4e7d1fd2-2fcc-4723-b02e-fd2b8d0f0512/content>.
- Chira, F. (2020). *Adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio nacional de Huancavelica*. (Tesis de Bachiller). Universidad San Ignacio de Loyola: Lima, Perú. : Repositorio institucional USIL. Disponible en: <https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/23138dd3-016c-467d-aa86-9586d5eaf799>.
- De La Cruz, G. (2022). *Salud mental y adicción al Internet en adolescentes de una institución educativa estatal en Sullana*. (Tesis Pregrado). Universidad Privada Antenor Orrego, Piura, Perú: Repositorio institucional UPAO. Disponible en: https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/9725/1/REP_GIANELL_A.DE.LA.CRUIZ_SALUD.MENTAL.Y.ADICCION.pdf.
- Garcia, D., & Zecenarro, L. (2019). *Adicción a internet, Adicción a las Redes Sociales, Dependencia al Móvil y su influencia sobre la Procrastinación Académica en una muestra de Adolescentes de la ciudad de Juliaca-2019*. (Tesis de Bachiller). Universidad Peruana Unión: Juliaca, Perú.: Repositorio institucional UPEU. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/2132>.
- Garcia, O. (2023). *Salud mental educativa de los estudiantes de 5.º grado de educación secundaria de la Institución Educativa Nuestra Señora del Pilar-Piura, en el contexto del trabajo virtual, 2021*. (Tesis maestría). Universidad de Piura, Piura, Perú: Repositorio institucional UDEP. Disponible en: https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/5840/MAE_EDUC_PSIC_22_04.pdf?sequence=4&isAllowed=y.
- Guerra, E. (2022). *Adicción a redes sociales y la autoestima en la autonomía del aprendizaje en estudiantes de 5to de secundaria, Lima-2022*. (Tesis Doctoral). Universidad César Vallejo, Lima, Perú: Repositorio institucional UCV.

Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/94326/Guerra_DAEM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Llorente, M. (2008). *Blended Learning para el Aprendizaje en Nuevas Tecnologías Aplicadas a la Educación: un Estudio de Caso*. (Tesis de doctoral). Universidad de Sevilla, España: USE.

Mamani, V. (2021). *Adicción a las redes sociales y violencia escolar en estudiantes de secundaria de un centro educativo de Cusco, 2021*. (Tesis Pregrado). Universidad César Vallejo, Lima, Perú: Repositorio institucional UCV. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/76707/Mamani_B_V-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

7.2. Fuentes bibliográficas

Bernal, C. (2012). *Metodología de la Investigación. 3ra Edición*. México: Pearson. Disponible en: <https://abacoenred.com/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf.pdf>.

Celaya, J. (2008). *La empresa en la web 2.0*. España: Gestión 2000.

Celaya, J. (2015). *La empresa en la web 2.0: el impacto de las redes sociales y las nuevas formas de comunicación en la estrategia empresarial*. México: Gestión 2000.

Chenet, M. (2018). *Metodología de investigación científica universitaria: Guía para la elaboración del proyecto de tesis (Primera ed)*. Perú: Editorial Soluciones Gráficas. Disponible en: <https://isbn.cloud/9786124760167/metodologia-de-investigacion-cientifica-universitaria/>.

Crovi, D., López, M., & López, R. . (2009). *Redes Sociales Análisis y aplicaciones*. México: Plaza y Valdés.

Diaz, D., & Latorre, J. . (2014). *Psicología medica (2° ed.)*. Barcelona, España: ELSIRVIER.

Flick, U. (2015). *El diseño de la investigación cualitativa*. Madrid: Ediciones Morata, S. L. Disponible en: <https://books.google.com.pe/books?id=b5ojEAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>.

Gil, P., & Peiró, J. (1997). *Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse*. Madrid: Síntesis.

Hernández, R. (2018). *Metodología de la investigación. 6 ta Edicion*. México: , : McGraw-Hill Interamericana. Disponible en: <https://www.esup.edu.pe/wp->

[content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf](https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf).

Hernandez, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación. 6ta Edición*. México: McGraw-Hill Interamericana. Disponible en: <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>.

Martín, M. (2015). *Jóvenes y redes sociales*. Tenerife, España: Universidad de La Laguna.

7.3. Fuentes hemerográficas

American Psychiatric Association. (2013). *Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales. (DSM-5)-5*.

Arrivillaga, C., Peña, L., & Pacheco, N. . (2022). Uso problemático de redes sociales e inteligencia emocional en adolescentes: Análisis de las diferencias por género. *European journal of education and psychology*, 15(1), 1-6. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8464531>.

Baltazara, J., & Mamani, A. (2021). Apoyo social percibido y riesgo de adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución pública de Haquira . *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 14(2), 34-48. Disponible en: https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1654/1933.

Barrón, M., & Mejía, C. (2021). Redes sociales y salud mental: vivencias digitales de alumnos de la fesi unam . *Universidad Nacional Autónoma de México*, 10(19), 1-14. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/cuidarte/cui-2021/cui2119d.pdf>.

De Freitas, R. , Oliveira, T., De Melo, J. , do Vale, J., De Oliveira, K., & Fernandes, S. . (2021). Percepciones de los adolescentes sobre el uso de las redes sociales y su influencia en la salud mental . *Enfermería Global*, 20(4), 324-364. Disponible en: <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/462631/>.

Díaz, S., Arrieta, K., & Simancas, M. (2018). Adicción a internet y rendimiento académico de estudiantes de Odontología. *Revista Colombiana de Psiquiatria*, 8(4), 198–207. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0034-74502019000400198&script=sci_arttext.

- Echeburúa, E. & de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto . *Adicciones*, 22(2), 91-95. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>.
- Escurrea, M., & Salas, E. . (2014). Construcción y validación inicial del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73- 91. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>.
- Farber, B. (1983). Percepciones de los psicoterapeutas sobre el comportamiento estresante del paciente. 14(5), 697.
- Gustavo, E., Araoz, E., Antonio, N., Ramos, G., Juddy, H., Uchasara, M., & Huaypar, K. . (2020). Actitud de los estudiantes universitarios frente a la educación virtual en tiempos de la pandemia de COVID-19 Attitude of university students towards virtual education during the COVID-19 pandemic. *Revista Brasileira de Educacao Do Campo*, 5, 1–19. Disponible en: <https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/campo/article/view/10237>.
- Iglesias, M., Tapia, A., & Velasco, C. . (2023). Patologías y dependencias que provocan las redes sociales en los jóvenes nativos digitales. *Revista de comunicación y salud*, 13, 1-22. Disponible en: <https://www.revistadecomunicacionysalud.es/index.php/rcys/article/view/301>.
- Iñiguez, S., Cruz, S., & Vaca, S. . (2020). Uso problemático de tecnologías de la información y comunicación, consumo de sustancias y su impacto en la salud mental de estudiantes de bachillerato. *Paideia XXI*, 10(2), 471-489. Disponible en: <https://revistas.urp.edu.pe/index.php/Paideia/article/view/3448>.
- Isidro, A. & Moreno, T. (2018). Redes sociales y aplicaciones de móvil: uso, abuso y adicción. *International Journal of Developmental and Educational Psychology* . *Revista INFAD de Psicología*, 4(1), 203-212. Disponible en: <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1295>.
- Kessler, R., & Üstün, T. (2004). The World Mental Health (WMH) Survey Initiative Version of the World Health Organization (WHO) Composite International Diagnostic Interview (CIDI). *Int J Methods Psychiatr Res*, 13.
- Lam, N., Contreras, H., Mori, E., Nizama, M., Gutiérrez, C., Hinostroza, W. Hinostroza, W. (2011). Adicción a internet: desarrollo y validación de un instrumento en escolares adolescentes de Lima, Perú. *Revista Peruana de Medicina Experimental*

- y *Salud Pública*, 28(3), 462-469. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/rpmesp/2011.v28n3/462-469/es/>.
- León, B. (2009). Salud mental en las aulas. *La salud mental de las personas jóvenes en España*, 66, 1-19. Disponible en: <https://www.injuve.es/sites/default/files/RJ84-06.pdf>.
- Lluch, M. (2008). Concepto de salud mental positiva: factores relacionados. Recursos y programas para la salud mental. *Enfermería Psicosocial II*, 37, 69.
- Marañón, C. (2012). Redes sociales y jóvenes: una intimidad cuestionada en internet. Aposta. *Revista de Ciencias Sociales*, 54, 1 - 16. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/4959/495950250003.pdf>.
- Martínez, E., & Díaz, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y educadores*, 10(2), 11-22.
- McCrae, N., Gettings, S., & Purcell, E. (2017). Social Media and Depressive Symptoms in Childhood and Adolescence: A Systematic Review. *Adolesc Res*, 2(4):315-30.
- Montilla, M. (2021). *Elaboración, aplicación de didáctica Teológica usando la Metodología Montessori y su influencia para el aprendizaje significativo en las niñas del orfanato Hope House en el Distrito de Jicamarca, 2016–2020*.
- Moral, M., & Fernández, S. (2019). Uso problemático de internet en adolescentes españoles y su relación con autoestima e impulsividad. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 37(1), 103-119. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6805347>.
- Navarro, A. y Rueda, G. . (2007). Adicción a internet: revisión crítica de la literatura. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 18(4), 691-700. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0034-74502007000400008&script=sci_arttext.
- Pérez, V. (2003). Estrés y ansiedad en los docentes. *Pulso: revista de educación*, (26), 9-22.
- Restrepo, D. y Jaramillo, J. . (2012). Concepciones de salud mental en el campo de la salud pública. *Revista de la Facultad Nacional de Salud Pública*, 30(2), 202-211. Disponible en : http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-386X2012000200009&script=sci_arttext.
- Rivera, M., Piqueras, J. y Cuijpers, P. (2019). The Revised Mental Health Inventory5 (MHI-5) as an ultra-brief screening measure of bidimensional mental health in

- children and adolescents . *Psychiatry Research*, 274, 247–253. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178118313465>.
- Salas, E. (2014). Adicciones psicológicas y los nuevos problemas de salud. *Cultura*, 28, 111- 146.
- Throuvala, M., Griffiths, M., Rennoldson, M., & Kuss D. (2019). Motivational processes and dysfunctional mechanisms of social media use among adolescents: A qualitative focus group study . *Comput Hum Behav*, 93:164-75.
- Torrecilla, J. (2008). Estudio del uso problemático de las tecnologías de la información, la comunicación y el juego entre los adolescentes y jóvenes de la ciudad de Madrid. *Trastornos Adictivos*, 11(3), 151-163.
- Villalba, C. (1993). Redes sociales: un concepto con importantes implicaciones en la intervención comunitaria. *Psychosocial Intervention*, 2(4), 69 - 85. Disponible en: <https://search.proquest.com/openview/28b49b6763e96e8dfef335de125cf7e4/1?pq-origsite=gscholar&cbl=4852148>.
- Young, K. (2009). Internet Addiction: Diagnosis and Treatment Considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 241-246. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10879-009-9120-x>.
- Zas, B. (2002). La satisfacción como indicador de excelencia en la calidad de los servicios de salud. *Revista electrónica Psicología Científica*, 13(2), 5-26.

7.4. Fuentes electrónicas

- Flores, J., Moran, J., & Rodríguez, J. . (18 de setiembre de 2020). *Las redes sociales*. Obtenido de https://cdn.goconqr.com/uploads/media/pdf_media/15566608/5861ecda-54e6-41d1-9844-bcf2ca6a3662.pdf
- INEI. (1 de setiembre de 2020). *El 94,2% de la población de 6 a 11 años de edad matriculados en educación primaria recibieron clases virtuales*. Obtenido de <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-942-de-la-poblacion-de-6-a-11-anos-de-edad-matriculados-en-educacion-primaria-recibieron-clases-virtuales-12384/>
- Instituto Nacional de Estadística. (2015). *Encuesta sobre equipamiento u uso de tecnología de información y comunicación en los hogares*. Obtenido de <https://www.informeticplus.com/encuesta-sobre-equipamiento-y-uso-de-tecnologias-de-informacion-y-comunicacion-en-los-hogares-ano-2015-ine>

- Instituto Nacional de Salud Mental . (enero de 2017). *Instituto Nacional de Salud Mental Honorio Delgado—Hideyo Noguchi*. Obtenido de <https://www.inism.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2017/enero%20html.html>
- Organización Mundial de la Salud. (2013). El cuidado de niños y adolescentes con trastornos mentales . *OMS: Ginebra*.
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Sharpening the focus on gaming disorder*. Obtenido de <https://iris.who.int/handle/10665/325515?show=full>
- Sarmiento, M. (2017). *Salud mental y escuela. Programa Intervenciones en Salud Mental. Pontificia Universidad Javeriana*. . Obtenido de <https://www.javeriana.edu.co/mentalpuntodeapoyo/wp-content/uploads/2017/12/Boletin-3-web-2017.pdf>
- UNESCO. (2021). *Más allá de los números: poner fin a la violencia y el acoso en el ámbito escolar*. Obtenido de <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000378398>
- UNICEF. (2017). *Niños en un mundo digital*. Obtenido de <https://www.unicef.org/media/48611/file>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de Consistencia

Uso de las redes sociales y su relación con la salud mental en estudiantes del Colegio Bertolt Brecht - Barranca, 2023

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Indicadores	Metodología
<p>Problema General ¿De qué manera se relaciona el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023?</p> <p>Problema Específicos 1) ¿De qué manera se relaciona la obsesión por el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023? 2) ¿De qué manera se relaciona la falta de control en el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023? 3) ¿De qué manera se relaciona el uso excesivo de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023?</p>	<p>Objetivo General Determinar la relación entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.</p> <p>Objetivos Específicos 1) Determinar la relación entre la obsesión por el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023. 2) Determinar la relación entre la falta de control en el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023. 3) Determinar la relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.</p>	<p>Hipótesis General Existe relación significativa entre el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.</p> <p>Hipótesis específicas 1) Existe relación significativa entre la obsesión por el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023. 2) Existe relación significativa entre la falta de control en el uso de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023. 3) Existe relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la salud mental educativa en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel de secundaria del colegio Bertolt Brecht de la provincia de Barranca durante en el 2023.</p>	<p>Variable X: Uso de las redes sociales</p> <p>Dimensiones • Obsesión X₁ • Falta de control X₂ • Uso excesivo X₃</p> <p>Variable Y: Salud mental educativa</p> <p>Dimensiones • Salud mental Y₁ • Estrés Y₂ • Burnout Y₃ • Satisfacción Y₄</p>	<p>X_{1.1}. Necesidad X_{1.2}. Sentir</p> <p>X_{2.1}. Tiempo X_{2.2}. Control</p> <p>X_{3.1}. Descuido X_{3.2}. Entorno</p> <p>Y_{1.1}. Sentimiento Y_{1.2}. Reconocimiento</p> <p>Y_{2.1}. Animo Y_{2.2}. Estado</p> <p>Y_{3.1}. Emocional Y_{3.2}. Físico</p> <p>Y_{4.1}. Creencia Y_{4.2}. Experiencia</p>	<p>Población: 120 estudiantes</p> <p>Muestra: 52 estudiantes</p> <p>Nivel de Investigación: Correlacional</p> <p>Tipo de Investigación: Básica</p> <p>Enfoque de investigación: Cualitativo</p> <p>Diseño: No experimental</p> <p>Instrumentos: Cuestionario de 24 ítems para la Variable X y 24 ítems para la Variable Y</p>

Anexo 2: Instrumentos



UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

CUESTIONARIO PARA MEDIR EL USO DE LAS REDES SOCIALES

Estimado estudiante, el presente instrumento es parte de una investigación que tiene por finalidad la obtención de información, acerca de la **“Uso de las redes sociales y su relación con la salud mental en estudiantes del Colegio Bertolt Brecht - Barranca, 2023”**. Su ayuda personal es importante para nuestra investigación.

Indicadores:

- Este cuestionario es anónimo. Por favor responde con sinceridad.
- Lee detenidamente cada ítem.
- Contesta o marca con una “X” en un solo recuadro que, según su opinión, mejor refleje o describa la motivación.
- La escala de calificación es la siguiente:

1	Nunca
2	Casi nunca
3	A veces
4	Casi siempre
5	Siempre

El instrumento es una adaptación de Cardenas (2020)

Ítem	Obsesión	1	2	3	4	5
1	Tengo la necesidad de permanecer conectado a las redes sociales					
2	Necesito más tiempo para atender mis asuntos en las redes sociales					
3	No siento satisfacción con el tiempo que destino a estar conectado a mis redes sociales					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales					
5	No sé qué hacer si no estoy en mis redes sociales					
6	Me siento malhumorado si no me conectarme a las redes sociales					
7	Me siento ansioso cuando no puedo conectarme a las redes sociales					
8	Me alivio cuando uso las redes sociales					
Ítem	Falta de control	1	2	3	4	5
9	Pierdo el sentido del tiempo cuando entro a las redes sociales					
10	Permanezco más tiempo en las redes sociales que en desarrollar otras actividades					
11	Me imagino estar todo el tiempo en las redes sociales					
12	Puedo decidir con facilidad si debo estar conectado a las redes sociales					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días					
14	Puedo controlar mis hábitos de uso prolongado a las redes sociales					
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales					
16	Me desconecto y conecto con frecuencia a mis redes sociales					
Ítem	Uso excesivo	1	2	3	4	5
17	Permanezco mucho tiempo conectado a las redes sociales					
18	Estoy atento a las alertas que me envían desde las redes sociales					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado a las redes sociales					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado a las redes sociales					
21	Me conecto con disimulo a las redes sociales durante clase					
22	Mi entorno me ha llamado la atención por mi dedicación a las redes sociales					
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido					
24	Es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social					



UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

CUESTIONARIO PARA MEDIR LA SALUD MENTAL EDUCATIVA

Estimado estudiante, el presente instrumento es parte de una investigación que tiene por finalidad la obtención de información, acerca de la **“Uso de las redes sociales y su relación con la salud mental en estudiantes del Colegio Bertolt Brecht - Barranca, 2023”**. Su ayuda personal es importante para nuestra investigación.

Indicadores:

- Este cuestionario es anónimo. Por favor responde con sinceridad.
- Lee detenidamente cada ítem.
- Contesta o marca con una “X” en un solo recuadro que, según su opinión, mejor refleje o describa la motivación.
- La escala de calificación es la siguiente:

1	Nunca
2	Casi nunca
3	A veces
4	Casi siempre
5	Siempre

El instrumento es una adaptación de García (2023)

Ítem	Salud mental	1	2	3	4	5
1	Sientes que tu moral esta baja y no hay nada que logre animarte					
2	Sientes tristeza con frecuencia					
3	Lograr expresar tu felicidad diariamente					
4	Logras tener paz en tu entorno educativo					
5	Logras tener tranquilidad de las actividades escolares					
6	La alegría es parte de tu vida diaria					
Ítem	Estrés	1	2	3	4	5
7	A menudo te sientes nervioso					
8	El colegio te genera calma					
9	Te lograr relajar con normalidad					
10	Las labores académicas te ponen tenso					
11	A menudo me estreso en el colegio					
12	Los escenarios dificultosos me causan estrés					
Ítem	Burnout	1	2	3	4	5
13	Te agotas con facilidad					
14	Realizar actividades físicas te agotan					
15	Estas emocionalmente agotado					
16	Estas cansado de la rutina escolar					
17	Las labores del hogar te agotan					
18	Realizas actividades físicas con frecuencia					
Ítem	Satisfacción	1	2	3	4	5
19	Te sientes satisfecho en tus estudios					
20	Te logras concentrar en tus clases					
21	Te logras concentrar en las tareas grupales					
22	Te sientes cómodo con tus compañeros					
23	Te sientes cómodo con las clases de los docentes					
24	Expresas satisfacción por las cosas o metas logradas					

Anexo 3: Confiabilidad de los instrumentos



UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

USO DE LAS REDES SOCIALES

Prueba Coeficiente alfa de Cronbach:

La confiabilidad del cuestionario se estimó a través de la Prueba Coeficiente alfa de Cronbach, la ventaja de este coeficiente reside en que requiere de una sola administración del instrumento de medición. Puede tomar valores entre 0 y 1, donde 0 significa confiabilidad nula y 1 representa la confiabilidad total.

En el siguiente cuadro se presenta los coeficientes calculados para cada dimensión del test.

Fórmula:

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

Dónde:

K es el número de ítems

$\sum S_i^2$ es la suma de varianzas de cada ítem.

$\sum S_T^2$ es la varianza total de las filas.

Estadístico de fiabilidad

<i>Estadísticas de fiabilidad</i>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,893	24

Como se puede apreciar el valor del coeficiente está sobre 0.893. Según Martins y Palella, (2012), señalan que es una *Confiabilidad Alta* del instrumento. Es decir, se aceptan las hipótesis planteadas.



UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN

SALUD MENTAL EDUCATIVA

Prueba Coeficiente alfa de Cronbach:

La confiabilidad del cuestionario se estimó a través de la Prueba Coeficiente alfa de Cronbach, la ventaja de este coeficiente reside en que requiere de una sola administración del instrumento de medición. Puede tomar valores entre 0 y 1, donde 0 significa confiabilidad nula y 1 representa la confiabilidad total.

En el siguiente cuadro se presenta los coeficientes calculados para cada dimensión del test.

Fórmula:

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_T^2} \right]$$

Dónde:

K es el número de ítems

$\sum S_i^2$ es la suma de varianzas de cada ítem.

$\sum S_T^2$ es la varianza total de las filas.

Estadístico de fiabilidad

<i>Estadísticas de fiabilidad</i>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,929	24

Como se puede apreciar el valor del coeficiente está sobre 0.929. Según Martins y Palella, (2012), señalan que es una *Confiabilidad Muy Alta* del instrumento. Es decir, se aceptan las hipótesis planteadas.

Anexo 4: Base de datos

Variable X: Uso de las redes sociales

Nº	Obsesión								Falta de control								Uso excesivo							
1	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	3	3	5	5	5	4
2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	5	4	4	4	3	4	4	5	4	3	4	4	4	4	3
3	5	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	3	3	5	5	3
4	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	5
5	4	5	5	5	5	4	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	3	4	3	5	5	5	5
6	5	4	3	3	4	5	4	5	5	5	4	3	3	4	5	5	5	3	5	3	4	3	3	4
7	4	5	5	5	4	4	4	4	3	5	5	5	5	4	4	3	5	3	5	3	5	5	5	4
8	5	3	4	4	3	5	3	5	3	5	3	4	4	3	5	3	5	5	5	5	3	4	4	3
9	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	5	5	3	3	4	3	4	4	4	4	5	5	3	4
10	5	2	2	2	3	5	3	5	5	2	2	2	2	3	5	5	2	5	5	5	2	2	2	3
11	4	5	5	5	5	4	5	4	4	2	5	5	5	5	4	4	2	4	4	4	5	5	5	5
12	2	5	5	5	4	2	4	2	5	5	5	5	5	4	2	5	5	4	2	2	5	5	5	4
13	2	4	1	1	1	2	1	2	3	3	4	1	1	1	2	3	3	5	3	4	4	1	1	1
14	3	5	4	5	4	3	4	3	2	3	5	4	5	4	3	2	3	4	5	4	5	4	5	4
15	3	4	4	4	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	5	5	5	4	4	4	4
16	3	1	3	3	4	3	4	3	3	5	2	3	3	4	3	3	5	3	3	3	1	3	3	4
17	4	4	5	5	2	4	2	4	1	1	4	5	5	2	4	2	2	3	3	3	4	5	5	2
18	4	4	3	5	5	5	4	4	4	3	5	4	5	4	5	5	4	4	4	5	5	4	4	4
19	4	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4	3	4	4	3	3	4	5	4	5	5	4	4
20	3	4	5	5	4	4	4	3	4	5	5	5	3	5	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3
21	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	3	3	3	3	3	3	4	5	5	5	5	4	4
22	3	4	4	5	4	4	4	3	4	4	5	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3
23	3	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	3	5	3	5	5	5	3	5	5	5	5	3	3
24	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5
25	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	3	4	3	3	5	5	5	4	5	5	5	5	5
26	4	5	5	5	4	3	3	4	5	5	5	3	5	3	4	3	3	4	5	4	3	3	4	4
27	4	4	3	5	5	5	5	4	4	3	5	3	5	3	5	5	5	4	4	5	5	5	4	4
28	3	5	3	5	3	4	4	3	5	3	5	5	5	5	4	4	4	3	5	3	4	4	3	3
29	4	4	4	4	5	5	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	3	4	4	5	5	3	4	4
30	3	5	5	2	2	2	2	3	5	5	2	5	5	5	2	2	2	3	5	2	2	2	3	3
31	5	4	4	2	5	5	4	5	4	4	2	4	4	4	3	5	5	5	4	5	5	5	5	5
32	2	5	5	5	4	5	4	2	5	5	5	5	3	5	4	4	5	2	5	4	5	5	2	2
33	3	4	5	5	5	5	4	3	4	5	5	4	3	4	5	4	5	3	4	5	5	5	3	3
34	4	2	5	5	5	5	4	4	2	5	5	4	2	2	5	4	5	4	2	5	5	5	4	4
35	1	2	1	1	4	1	1	1	2	5	5	3	1	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1
36	4	3	2	3	5	4	5	4	3	2	3	3	5	4	5	4	5	4	3	5	4	5	4	4
37	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	5	5	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4
38	4	3	3	5	1	3	3	4	3	3	5	3	3	3	1	3	3	4	3	1	3	3	4	4
39	2	4	1	1	4	5	5	2	4	1	1	3	3	3	4	5	5	2	4	4	5	5	2	2
40	3	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	1	5	5	5	5	3	3	5	5	5	3	3	3
41	3	1	4	4	4	5	3	3	1	4	4	1	4	4	4	5	3	3	1	4	5	3	3	3
42	4	1	2	2	5	5	5	4	1	2	2	2	1	1	5	5	5	4	1	5	5	5	4	4
43	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	5	5	4	4
44	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4
45	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
46	4	2	5	5	5	5	5	4	2	5	5	4	2	2	5	5	5	4	2	5	5	5	4	4
47	1	2	5	5	4	1	1	1	2	5	5	4	5	4	4	1	1	1	2	4	1	1	1	1
48	4	3	2	3	5	4	5	4	3	2	3	4	5	4	5	4	5	4	3	5	4	5	4	4
49	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	5	5	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4
50	4	3	3	5	1	3	3	4	3	3	5	4	4	4	1	3	3	4	3	1	3	3	4	4
51	2	1	1	1	4	1	4	2	4	1	1	1	1	4	4	5	5	2	4	4	5	5	2	2
52	4	4	3	5	5	5	4	4	4	3	5	4	5	4	5	5	4	4	4	5	5	4	4	4

Variable Y: Salud mental educativa

Nº	Salud mental						Estrés						Burnout						Satisfacción					
1	5	5	5	5	4	4	5	5	5	4	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5
2	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4
3	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5
4	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	4
5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5
6	5	5	4	3	3	4	5	5	5	4	3	3	4	5	5	5	4	3	3	4	5	5	4	3
7	4	3	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	4	4	3	5	5
8	5	3	3	4	4	3	5	3	5	3	4	4	3	5	3	5	3	4	4	3	5	3	3	4
9	4	4	5	5	3	4	4	4	4	5	5	3	4	4	4	4	5	5	3	4	4	4	5	5
10	5	5	2	2	2	3	5	5	2	2	2	2	3	5	5	2	2	2	2	3	5	5	2	2
11	4	4	5	5	5	5	4	4	2	5	5	5	5	4	4	2	5	5	5	5	4	4	5	5
12	2	5	5	5	5	4	2	5	5	5	5	5	4	2	5	5	5	5	5	4	2	5	5	5
13	2	2	3	1	1	1	2	3	3	4	1	1	1	2	3	3	4	1	1	1	2	3	2	1
14	3	2	5	4	5	4	3	2	3	5	4	5	4	3	2	3	5	4	5	4	3	2	5	4
15	3	2	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	4	4
16	3	3	2	3	3	4	3	3	5	2	3	3	4	3	3	5	2	3	3	4	3	3	2	3
17	4	1	4	5	5	2	4	1	1	4	5	5	2	4	1	1	4	5	5	2	4	1	4	5
18	5	4	5	5	4	4	4	3	5	5	5	4	4	4	3	5	5	5	4	4	5	4	5	5
19	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5	5	4	5
20	4	5	4	4	4	3	4	5	5	4	4	4	3	4	5	5	4	4	4	3	4	5	4	4
21	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
22	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	3	4	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4
23	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	4	5	5	3	5	5	5	5
24	3	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	3	5	4	4
25	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5
26	5	5	4	3	3	4	5	5	5	4	3	3	4	5	5	5	4	3	3	4	5	5	4	3
27	4	3	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	4	4	3	5	5
28	5	3	3	4	4	3	5	3	5	3	4	4	3	5	3	5	3	4	4	3	5	3	3	4
29	4	4	5	5	3	4	4	4	4	5	5	3	4	4	4	4	5	5	3	4	4	4	5	5
30	5	5	2	2	2	3	5	5	3	2	2	2	3	5	5	2	2	2	2	3	5	5	2	2
31	4	4	5	5	4	5	4	4	2	5	5	4	5	4	4	2	5	5	4	5	4	4	5	5
32	5	5	4	5	4	2	5	5	5	4	5	4	2	5	5	5	4	5	4	2	5	5	4	5
33	4	5	5	5	4	3	4	5	5	4	5	4	3	4	5	5	5	5	4	3	4	5	5	5
34	2	5	5	5	4	4	2	5	5	4	5	4	4	2	5	5	4	5	4	4	2	5	5	5
35	2	1	1	1	1	1	2	2	2	3	1	1	1	2	3	3	4	1	1	1	2	5	4	1
36	3	2	5	4	5	4	3	2	3	5	4	5	4	3	2	3	5	4	5	4	3	2	5	4
37	3	2	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	4	4
38	3	3	1	3	3	4	3	3	5	1	3	3	4	3	3	5	1	3	3	4	3	3	1	3
39	4	1	4	5	5	2	4	1	1	4	5	5	2	4	1	1	4	5	5	2	4	1	4	5
40	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5
41	1	4	4	5	3	3	1	4	4	4	5	3	3	1	4	4	4	5	3	3	1	4	4	5
42	1	2	5	5	5	4	1	2	2	5	5	5	4	1	2	2	5	5	5	4	1	2	5	5
43	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	5
44	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5
45	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
46	2	5	5	5	5	4	2	5	5	5	5	5	4	2	5	5	5	5	5	4	2	5	5	5
47	4	5	4	1	1	1	2	5	5	4	2	1	1	2	5	5	4	1	1	1	4	5	4	1
48	3	2	5	4	5	4	3	2	3	5	4	5	4	3	2	3	5	4	5	4	3	2	5	4
49	3	2	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	4	4
50	3	3	1	3	3	4	3	3	5	1	3	3	4	3	3	5	1	3	3	4	3	3	1	3
51	3	1	4	2	2	2	3	2	1	4	5	4	2	4	1	1	1	2	4	2	4	2	1	2
52	5	4	5	5	4	4	4	3	5	5	5	4	4	4	3	5	5	5	4	4	5	4	5	5

Anexo 5: Evidencia fotográfica

