



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Escuela de Posgrado

**Uso de redes sociales como recurso comunicativo: Whatsapp y Telegram
en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025**

Tesis

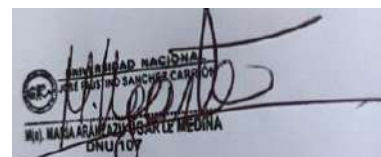
**Para optar el Grado Académico de Maestra en Docencia Superior e Investigación
Universitaria**

Autora

Mirtha Juana Minaya Perez

Asesora

Mg. María Aránzazu Ugarte Medina



Huacho – Perú

2026



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)

Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión

Escuela de Posgrado

DATOS DEL AUTOR (ES):		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Mirtha Juana Minaya Perez	15866037	14 de enero del 2026
DATOS DEL ASESOR:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
María Aránzazu Ugarte Medina	15604936	https://orcid.org/0000-0002-1306-8501
DATOS DE LOS MIEMBROS DE JURADOS – PREGRADO/POSGRADO-MAESTRÍA-DOCTORADO:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Dra. Norvina Marlena Marcelo Angulo	15766260	https://orcid.org/0000-0002-9998-8260
Dra. Herminia León Vilca	15722528	https://orcid.org/0000-0001-5501-6470
Dr. Carlos Alberto Gutiérrez Bravo	15616035	https://orcid.org/0000-0003-4568-930X

Mirtha Juana Minaya Perez 2025-102312

USO DE REDES SOCIALES COMO RECURSO COMUNICATIVO: WHATSAPP Y TELEGRAM EN LA ESCUELA DE EDUCACIÓN FÍS...

📄 Quick Submit

📄 Quick Submit

🎓 DGI_Tesis Posgrado 2025

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::1:3451671565

Fecha de entrega

30 dic 2025, 10:49 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

30 dic 2025, 10:54 a.m. GMT-5

Nombre del archivo

TESIS_correcci_n_de_antiplagio.pdf

Tamaño del archivo

66 páginas

9898 palabras

56.346 caracteres



Página 2 de 72 - Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trn:oid::1:3451671565

20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Exclusiones

- N.º de fuente excluida

Fuentes principales

17% 🌐 Fuentes de Internet

4% 📄 Publicaciones

17% 👤 Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitan distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y lo revise.

**Uso de redes sociales como recurso comunicativo: Whatsapp y Telegram
en la Escuela de Educación Física, Universidad de Huacho, 2025**

Mirtha Juana Minaya Pérez

TESIS DE MAESTRÍA

Mg. María Aránzazu Ugarte Medina

**UNIVERSIDAD NACIONAL
JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRO EN DOCENCIA SUPERIOR E INVESTIGACIÓN UNIVERSITARIA**

HUACHO

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a todas las personas que creen que nunca es tarde para aprender y crecer. Esta maestría simboliza la constancia, la disciplina y la fe en que siempre se puede avanzar. A mi familia y a quienes me alentaron a seguir, les ofrezco con gratitud este logro.

Mirtha Juana Minaya Pérez

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por darme la fortaleza para culminar esta maestría.

Reconozco mi esfuerzo, perseverancia y dedicación en este importante logro personal.

Agradezco a mis padres por haberme brindado una carrera y enseñarme el valor de la educación.

A todas las personas que me acompañaron y apoyaron en este proceso, les expreso mi sincera gratitud.

Mirtha Juana Minaya Pérez

ÍNDICE

DEDICATORIA	viii
AGRADECIMIENTO	ix
RESUMEN	xvi
ABSTRACT	xvii
CAPÍTULO I	19
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	19
1.1 Descripción de la realidad problemática	19
1.2 Formulación del problema	20
1.2.1 Problema general	20
1.2.2 Problemas específicos	20
1.3 Objetivos de la investigación	21
1.3.1 Objetivo general	21
1.3.2 Objetivos específicos	21
1.4 Justificación de la investigación	21
1.5 Delimitaciones del estudio	21
1.6 Viabilidad del estudio	22
CAPÍTULO II	23
MARCO TEÓRICO	23
2.1 Antecedentes de la investigación	23
2.1.1 Investigaciones internacionales	23

2.1.2 Investigaciones nacionales	25
2.2 Bases teóricas	27
2.3 Definición de términos básicos	36
2.4 Hipótesis de investigación	37
2.4.1 Hipótesis general	37
2.4.2 Hipótesis específicas	38
2.5 Operacionalización de las variables	38
CAPÍTULO III	40
METODOLOGÍA	40
3.1 Diseño metodológico	40
3.1.1. Tipo de investigación	40
3.1.2. Nivel de investigación	40
3.1.3. Diseño	40
3.1.4. Enfoque	40
3.2 Población y muestra	40
3.2.1 Población	40
3.2.2 Muestra	40
3.3 Técnicas de recolección de datos	41
3.4 Técnicas para el procedimiento de la información	41
Instrumentos	41
3.5 Matriz De Consistencia	41
CAPÍTULO IV	43

RESULTADOS	43
4.1 Análisis de resultados	43
4.2 Contrastación de hipótesis	60
CAPÍTULO V	61
DISCUSIÓN	61
5.1 Discusión de resultados	61
CAPÍTULO VI	62
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	62
6.1 Conclusiones	62
6.2 Recomendaciones	62
REFERENCIAS	64
7.1 Fuentes bibliográficas	64
7.2 Fuentes electrónicas	65

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1Usted usa el WhatsApp como herramienta social con sus compañeros de clase	43
Tabla 2Usted usa el WhatsApp como herramienta hedónica con sus compañeros de clase	44
Tabla 3Usted usa el WhatsApp como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase	45
Tabla 4Usted usa el WhatsApp como herramienta excesiva con sus compañeros de clase	46
Tabla 5Usted usa el Telegram como herramienta social con sus compañeros de clase	47
Tabla 6Usted usa el Telegram como herramienta hedónica con sus compañeros de clase.	48
Tabla 7Usted usa el Telegram como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase	49
Tabla 8Usted usa el Telegram como herramienta excesiva con sus compañeros de clase .	50
Tabla 9Usted interactúa eficientemente con sus compañeros a través de las redes sociales	51
Tabla 10Usted desarrolla el sentido de pertenencia cuando interactúa a través de las redes	52
Tabla 11Usted usa eficientemente las redes sociales como herramienta de comunicación	53
Tabla 12Usted cree que tiene buen alcance y conectividad en las redes sociales	54
Tabla 13Usted usa eficientemente las redes sociales para intercambiar información con sus compañeros	55
Tabla 14Usted genera nuevos perfiles de redes sociales para interactuar con sus compañeros	56
Tabla 15Usted difunde información educativa a través de las redes sociales con sus compañeros	57
Tabla 16Usted usa las redes sociales como herramienta de comunicación bidireccional...	58
Tabla 17Usted usa eficientemente las redes sociales para una participación activa con sus compañeros	59

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1Usted usa el WhatsApp como herramienta social con sus compañeros de clase...	43
Figura 2Usted usa el WhatsApp como herramienta hedónica con sus compañeros de clase	44
Figura 3Usted usa el WhatsApp como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase	45
Figura 4Usted usa el WhatsApp como herramienta excesiva con sus compañeros de clase	46
Figura 5Usted usa el Telegram como herramienta social con sus compañeros de clase.....	47
Figura 6Usted usa el Telegram como herramienta hedónica con sus compañeros de clase	48
Figura 7Usted usa el Telegram como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase	49
Figura 8Usted usa el Telegram como herramienta excesiva con sus compañeros de clase	50
Figura 9Usted interactúa eficientemente con sus compañeros a través de las redes sociales	51
Figura 10Usted desarrolla el sentido de pertenencia cuando interactúa a través de las redes	52
Figura 11Usted usa eficientemente las redes sociales como herramienta de comunicación	53
Figura 12Usted cree que tiene buen alcance y conectividad en las redes sociales.....	54
Figura 13Usted usa eficientemente las redes sociales para intercambiar información con sus compañeros.....	55
Figura 14Usted genera nuevos perfiles de redes sociales para interactuar con sus compañeros	56
Figura 15Usted difunde información educativa a través de las redes sociales con sus compañeros.....	57
Figura 16Usted usa las redes sociales como herramienta de comunicación bidireccional .	58

Figura 17 Usted usa eficientemente las redes sociales para una participación activa con sus
compañeros 59

RESUMEN

La realidad problemática de la utilización de las redes sociales con el fin de comunicarse en Perú tiene como consecuencia la dependencia, la afección negativa hacia la salud mental (ansiedad, depresión, cyberacoso), la transmisión de información errónea (fake news), y la pérdida de la privacidad y la seguridad de los usuarios, en particular de los menores de edad. Esto se agrava con el uso excesivo que genera irritabilidad y aislamiento, y la falta de alfabetización digital para discernir contenido falso y protegerse online. **Objetivo:** Establecer de qué manera las redes sociales se usan como recurso comunicativo: WhatsApp y telegram en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025. **Metodología:** nivel correlacional, diseño no experimental y de corte transversal, tipo básico. **Población y muestra:** la población está constituida por 350 estudiantes de la especialidad de educación física y la muestra según el cálculo está constituida por 184 estudiantes. **Conclusión:** Las redes sociales se usan significativamente como recurso comunicativo: WhatsApp y telegram en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

Palabras claves: comunicación, WhatsApp y telegram.

ABSTRACT

The problematic reality of using social media for communication in Peru results in dependence, negative mental health impacts (anxiety, depression, cyberbullying), the transmission of misinformation (fake news), and the loss of privacy and security for users, particularly minors. This is aggravated by excessive use that generates irritability and isolation, and by the lack of digital literacy to discern false content and protect oneself online.

Objective: To establish how social media are used as a communication resource: WhatsApp and Telegram in the School of Physical Education, University of Huacho, 2025.

Methodology: Correlational level, non-experimental and cross-sectional design, basic type.

Population and sample: The population consists of 350 students majoring in Physical Education, and the sample, according to calculations, consists of 184 students.

Conclusion: Social media is used significantly as a communication resource: WhatsApp and Telegram in the School of Physical Education, University of Huacho, 2025.

Keywords: communication, WhatsApp and Telegram.

INTRODUCCIÓN

La realidad problemática del empleo de las redes sociales en el hemisferio latino tiene como consecuencia la dependencia, el acoso virtual, la información errónea y manipulada, la atracción a objetos no aptos, y la generación de ansiedad y depresión, sobre todo en menores de edad. Estas infraestructuras, pese a que posibilitan la conexión, además son capaces de fomentar la comparación social, la polaridad, la intromisión de la Privacidad y las consecuencias dañinas de la psique y el desempeño educacional.

Primer capítulo: presenta la argumentación de este estudio, el alcance, propósito general y específico de la investigación.

Capítulo Segundo el Marco Teórico, las teorías y conceptos de las redes sociales como recurso comunicativo, sustentando las investigaciones de manera científica.

Capítulo 3: Metodología, tipo, diseño, niveles y métodos, encuesta, población y muestra, técnicas y herramientas utilizadas para la obtención de datos sobre las redes sociales como recurso comunicativo.

Capítulo 4: Resultados, tablas, cifras para interpretación y decisión.

Capítulo V: Discusión se discuten los resultados obtenidos con otros autores.

Capítulo 6: Conclusiones y recomendaciones, da a conocer las conclusiones extraídas y hace recomendaciones para las redes sociales como recurso comunicativo.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

La realidad problemática de la utilización de las redes sociales con el objetivo de comunicarse a nivel mundial tiene como consecuencia la propagación de información errónea, la influencia negativa en la salud mental (ansiedad, depresión, soledad), el peligro de adicción, la percepción de acoso virtual y la posibilidad de tener acceso sin restricciones a contenido inapropiado. Además, hay problemas de brecha digital que no incluyen a quienes no tienen acceso a la tecnología, además de la decadencia de habilidades de conversación en persona.

La realidad problemática del empleo de las redes sociales en el hemisferio latino tiene como consecuencia la dependencia, el acoso virtual, la información errónea y manipulada, la atracción a objetos no aptos, y la generación de ansiedad y depresión, sobre todo en menores de edad. Estas infraestructuras, pese a que posibilitan la conexión, además son capaces de fomentar la comparación social, la polaridad, la intromisión de la Privacidad y las consecuencias dañinas de la psique y el desempeño educacional.

La realidad problemática de la utilización de las redes sociales con el fin de comunicarse en Perú tiene como consecuencia la dependencia, la afección negativa hacia la salud mental (ansiedad, depresión, cyberacoso), la transmisión de información errónea (fake news), y la pérdida de la privacidad y la seguridad

de los usuarios, en particular de los menores de edad. Esto se agrava con el uso excesivo que genera irritabilidad y aislamiento, y la falta de alfabetización digital para discernir contenido falso y protegerse online.

La realidad problemática del comportamiento de los usuarios de las redes sociales en los estudiantes que asisten al curso de educación física de la universidad de Huacho se trata de la distracción del academicismo, el peligro de ser acechado por la internet, la propagación de información errónea, la salud mental a través de la ansiedad y la depresión, y la falta de interacción social en la vida real. A esto se añaden la dependencia excesiva, la administración incorrecta del tiempo y la explotación de información personal por parte de las apps.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿De qué manera las redes sociales se usan como recurso comunicativo: WhatsApp y telegram en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025?

1.2.2 Problemas específicos

¿De qué manera el WhatsApp se usa como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025?

¿De qué manera el Telegram se usa como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Establecer de qué manera las redes sociales se usan como recurso comunicativo: WhatsApp y telegram en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

1.3.2 Objetivos específicos

Establecer de qué manera el WhatsApp se usa como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

Establecer de qué manera el Telegram se usa como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

1.4 Justificación de la investigación

La justificación por la cual es necesario indagar acerca del uso de las redes sociales dentro del ámbito de la comunicación en la universidades es debido a que tiene un efecto sobre la manera en la que se interactúan los estudiantes y los profesores, y también es debido a que brindan una mayor capacidad de comunicación, crean comunidades de aprendizaje, alteran los métodos de enseñanza y además utilizan ambientes digitales en casa para los alumnos, aunque además es necesario investigar sus consecuencias en la distracción y el bajo desempeño si no se administran de manera correcta.

1.5 Delimitaciones del estudio

Delimitación temporal: año 2025.

Delimitación geográfica: ciudad de Huacho.

1.6 Viabilidad del estudio

La viabilidad de investigar sobre la utilización de las redes sociales dentro de una institución de educación superior es alta debido a que esta clase de herramientas tiene una gran propagación entre los estudiantes y los profesores, y porque existe un previo estudio que evidencia la influencia que tienen en el aprendizaje y la conversación, además las posibilidades de ampliar la utilización y la aplicación de estas herramientas son altas. Sin embargo, es importante tener en cuenta los riesgos como la utilización desmedida, la distracción, la resistencia al progreso y la falta de normas institucionales para agregarse de manera correcta.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

2.1.1 Investigaciones internacionales

Gómez (2024) en la tesis *“Uso de redes sociales virtuales en jóvenes universitarios”*, tiene como resumen que la importancia y trascendencia de analizar el uso de las redes sociales virtuales (RSV) entre los estudiantes universitarios surge de observaciones y especulaciones en torno a este tema. Si bien se asume generalmente que todos los jóvenes usan las RSV para el ocio y el entretenimiento, y muchos incluso las incorporan a sus actividades académicas, esto es menos cierto. Por lo tanto, decidimos realizar esta investigación con la esperanza de contribuir a una comprensión más profunda de los estudiantes universitarios y cómo utilizan estas plataformas. Este proyecto analizará el uso social y académico de las RSV por parte de los jóvenes universitarios. Para ello, se aplicará una encuesta a varios estudiantes de la Universidad Veracruzana (UV), que abarca una licenciatura de cada una de las áreas académicas de la universidad (Humanidades, Ciencias Biológicas y Agropecuarias, Artes, Ciencias de la Salud, Economía y Administración, y Estudios Técnicos Superiores), para captar la diversidad del alumnado de la universidad.

Restrepo (2022) en su tesis titulada *“El impacto de las redes sociales en las comunicaciones de la Universidad Antonio Mariño”*, tiene como resumen que el objetivo fue investigar el impacto de diferentes redes sociales en la comunicación interna y externa de la Universidad Antonio Nariño, con sede en Bogotá, Colombia, y sucursales en otras 26 ciudades del país. El estudio se realizó mediante una encuesta, administrada mediante Formularios de Google y basada en una escala Likert, en colaboración con miembros de la comunidad; la muestra incluyó administradores universitarios, docentes, estudiantes y egresados. El análisis estadístico de los hallazgos reveló que, si bien las redes sociales se han convertido en un punto focal para los medios de comunicación alternativos, aún no se han convertido en el método preferido de consulta comunitaria. Se rechazó la hipótesis nula: el uso de las redes sociales en la estrategia de comunicación de la Universidad Antonio Nariño es más efectivo para llegar a los prosumidores que otros medios de comunicación alternativos.

Cao (2020) en su tesis *“Las redes sociales como generadoras de información periodística”*, tiene como objetivo demostrar que la tendencia de desarrollo de los nuevos medios es la integración con los medios tradicionales, concluye que en la era de la cultura impresa, los periódicos y las revistas eran considerados los "medios de comunicación principales". A medida que la información trascendía el tiempo y el espacio, también socavaba la autoridad tradicional. En el pasado, "dondequiera que había un periódico, este se convertía en el principal informador del mundo exterior". De hecho, generación tras generación moldearon su comprensión del mundo exterior basándose en lo que aprendieron de los periódicos. Hoy, el desarrollo de internet y la tecnología electrónica ha llevado a

la humanidad a la nueva era de los medios, y la atención de la gente se ha desplazado de los periódicos y otros medios a las redes sociales.

Cobo (2020) en su tesis *“Las redes sociales y su influencia en la comunicación de los estudiantes de tercer año de bachillerato”*, su objetivo es analizar cómo las redes sociales afectan la comunicación entre estudiantes de bachillerato, concluye que no se ha realizado hasta ahora un análisis de cómo las redes sociales influyen en la comunicación de los estudiantes de tercer año de secundaria de la Unidad Educativa José Rodríguez La Bandeira (p. 90).

2.1.2 Investigaciones nacionales

Ludeña & Lavado (2024) en su tesis *“redes sociales y aprendizaje en el área de Comunicación en los estudiantes de secundaria”*, su objetivo es averiguar la vínculo entre las redes sociales y el conocimiento en el área de la comunicación para alumnos de segundo grado de I.E. N° 16462, concluye que se encontró una correlación significativa y sólida entre el uso de redes sociales y el aprendizaje comunicativo de los estudiantes. El informe estadístico mostró un valor Rho de 0,768 y un valor Sig. inferior a 0,05. Esta correlación positiva resalta la importancia de usar las redes sociales eficazmente, ya que pueden mejorar el aprendizaje (p. 52).

Copa (2023) en su tesis titulada *“la redes sociales como estrategia de comunicación y su influencia en la imagen institucional”*, su objetivo es determinar el impacto de las redes sociales como estrategia de comunicación en la imagen institucional, concluye que el uso de las redes sociales está tan extendido que se ha vuelto imprescindible para las organizaciones, principalmente

del sector público, utilizarlas como estrategia de comunicación, permitiendo mejorar la comunicación bidireccional entre la institución y sus usuarios, de manera que la institución pueda difundir sus actividades y los usuarios puedan expresarle sus opiniones y sugerencias, mejorando así su imagen presentada ante la sociedad (p. 56).

Jimenez & Ramirez (2021) en su tesis titulada *“Impacto de las redes sociales en los adolescentes del asentamiento humano Juan Velasco”*, su objetivo es describir el impacto de las redes sociales en los adolescentes de los Asentamientos Humanos de Juan Velasco, concluye que el 68% de los adolescentes cree que las redes sociales tienen un impacto moderado, el 2% cree que tienen un impacto bajo y el 30% cree que tienen un impacto alto. El énfasis en "moderado" se debe a que la mayoría de los adolescentes encuestados están relativamente familiarizados con las redes sociales, sin comprenderlas del todo ni ser indiferentes a ellas (p. 59).

Lopez (2021) en su tesis *“la influencia de las redes sociales como medios de comunicación en los hábitos de estudio de los estudiantes del primer año de la carrera profesional de ciencias de la comunicación”*, su objetivo es determinar en qué medida las redes sociales influyen en los hábitos de estudio de los estudiantes de primer año del CPCC, concluye que los resultados muestran que RS, como forma de comunicación, tiene un impacto positivo y beneficioso en los hábitos de estudio de los estudiantes de primer año del CPCC de la UNJBG en 2019. La estadística de chi-cuadrado fue significativa con un valor p de 15,561 y un nivel de significancia de 0,002, que es menor a 0,05 (p. 143).

Sarmiento (2020) en su tesis *“Influencia de las redes sociales en el comportamiento de los adolescentes”*, su objetivo es determinar el impacto de las redes sociales en el comportamiento de los adolescentes con base en diversos estudios sobre el tema, concluye que las redes sociales como se ha visto previamente, están incorporadas en el día a día de los jóvenes adolescentes, debido a que ellos se criaron en el marco de la tecnología en cuestión, y son denominados como la generación Z. La adolescencia es una etapa fundamental para cada uno de nosotros y además riesgosa, de acuerdo a ciertos especialistas, es el periodo en el que se está construyendo la esencia, la personalidad, la identidad y las acciones que se realizan al exterior con el objetivo de que los demás las observen. Es el periodo en el que están junto a los colegas, deseando realizar las acciones que realizan los colegas, estar a la última, y muchas veces estar a la última es estar en la internet, por ende en las redes sociales (p. 23).

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Redes sociales

Cueva (2024) define que las redes sociales son páginas web y apps para móviles que posibilitan la transmisión de los contenidos que escogiste. Las redes en cuestión te posibilitan también para responder a las cosas que otros declaran. Por ejemplo, imágenes, texto, respuestas o críticas a publicaciones de otros usuarios y vínculos a conocimiento.

Los jóvenes adolescentes son expertos en utilizar todos los minutos de su tiempo libre luego de la escuela, además de que hasta una mayor cantidad de tiempo luego de ir a dormir se preocupen. Cuando no están realizando su labor (y en caso de que la realice) están conectado a internet y viajan

por los celulares, mandando mensajes de texto, combinando, saltando, girando, etc.

Unicef (2020) menciona que la adolescencia es un periodo poblado de posibilidades de desarrollo y maduración personal. La importancia del vínculo social y la satisfacción que genera son muy importantes para los jóvenes adolescentes. Los electrónicos se han convertido en la forma más escogida por los jóvenes para hacer parte de la etapa más importante de su vida: socializar.

El empleo que tienen de las herramientas y métodos no asegura que posean habilidades y conocimientos sociales para utilizarlos en la virtualidad. Del mismo modo que en otros terrenos de su existencia, es necesario que los mayores educamos, orientemos y acompañemos a los menores para que estos últimos toman decisiones que les asistan a ganar en independencia y cuidar su seguridad en la internet.

En la actualidad, los jóvenes son quienes más utilizan y controlan las redes sociales, debido a que se trata de una era totalmente digital, en donde ellos han nacido y crecido junto a estas; por esta razón son considerados como nativos de la digital, que quiere decir que son expertos en las bondades y características que tiene la internet (Merlos, 2021).

Los niños jóvenes están totalmente interconectados con los demás en las redes sociales, tienen la capacidad de comunicarse con varios compañeros o familiares al mismo tiempo y también pueden ingresar a las redes sociales a través de la internet. Los Jóvenes toman la decisión de ingresar a este ámbito digital debido a que lo consideran fundamental, ya que, de

no ser así, lograrían sentir que están en peligro de exclusión o marginación por parte de los seres queridos que tienen.

Las redes sociales posibilitan que los jóvenes generen su propia identidad virtual, conversen con otros y crean una red social. Estas sociedades pueden proveerle a los jóvenes la asistencia de distintos individuos que comparten intereses o vivencias (Mendez, 2023).

Riesgos del uso de las redes sociales:

Méndez (2023) indica que uno de los desasosiegos más importantes de los papás de jóvenes es la manera en la que utilizan los menores los social media. Se sienten totalmente dubitativos en el momento de tratar estos asuntos, debido a que la internet es una tierra muy complicada que se transforma constantemente y requiere estar al día constantemente.

Por otro lado, la adolescencia es la franja de tiempo fundamental en la que la gran mayoría de jóvenes empieza a participar en el mundo virtual. Las redes sociales están entre la existencia de todo menor de edad hasta una magnitud que no pueden faltar el día que no se conectan.

Del mismo modo que los papás educan y transmiten a sus infantes la costumbre de comer, utilizar las tijeras, atravesar una calle, subir o bajar una escalinata, etc., también es necesario enseñar a los adolescentes a utilizar las redes sociales de manera segura y responsable con el fin de evitar dificultades.

El peligro que tiene las redes sociales no se encuentra en la misma red social, sino en la utilización que se hace de ella. Al cerebro de un menor de edad le cuesta un poco distinguir la diferencia entre lo que es real y lo

que no lo es, además, es incapaz de notar las intenciones del que le sigue, etc. Otro efecto de su empleo erróneo es la dependencia que puede ocasionar entre los más jóvenes provocándoles anomalías como insomnio, falta de confianza o baja autoestima, dejarse llevar por su entorno, ser indiferente, tener poca atención o no concentrarse, y hasta fallarse en la escuela.

Dentro de los principales riesgos se tiene a:

- Ciberacoso: Acoso por parte de compañeros u otras personas mediante amenazas, insultos, difusión de bulos y uso indebido de las fotos o mensajes de la víctima.
- Acoso sexual: Un adulto (el acosador) intenta ganarse la confianza de un adolescente mediante un perfil falso con fines sexuales (por ejemplo, publicando fotos inapropiadas, insinuaciones sexuales, etc.).
- Sexting: Envío directo o privado de imágenes y vídeos sexualmente sugerentes. Los mensajes autodestructivos en algunas redes sociales, como Snapchat o Instagram Stories, pueden ayudar a los adolescentes a sentirse más seguros.

Dimensiones:

Herrera (2022) indica que las dimensiones principales de las redes sociales son las siguientes:

- 1. WhatsApp:** Los estudiantes de la Universidad utilizan WhatsApp a fin de comunicarse con los demás y realizar colaboraciones en el ámbito académico, compartiendo sus conocimientos, formando

equipos de estudio, y promueven la independencia y el aprendizaje en función de sus necesidades. La superficie apoya el desarrollo de relaciones entre personas, el trabajo en equipo y la comunidad de estudio, y es valorado por los "nativos digitales" como una ayuda fundamental para continuar conectados y productivos.

- 2. Telegram:** Los alumnos de la universidad utilizan Telegram con el fin de mejorar la conversación y la colaboración, como grupo de estudio y para informarse sobre el docente, utilizando su habilidad para distribuir documentos, crear hilos de estudio y utilizar bots. Esta tecnología apoya el estudio en segundo plano, la participación y el acceso a los materiales de manera ágil, siendo valorada como una extensión apreciada de los métodos de enseñanza clásicos.

v2: Comunicación

Giani (2025) menciona que “la comunicación es la conversación entre dos o más personas”, ya que cada uno de los participantes le comunica un mensaje al otro. Todos los seres vivos exhiben alguna forma de transmisión, sea por medio de palabras, señales de sonidos, ruidos o acciones.

Asimismo, como elemento que pertenece a todos los seres vivos, también es estudiada desde las áreas de biología, que se encarga de la manera en que se genera este contagio de información entre diferentes individuos de una clase. Para ilustrar, se estudian la posición, los movimientos y los

ruidos de los félidos con el fin de hallar la manera en la que le transmiten información a los otros félidos.

La comunicación es el procedimiento mediante el que transmitimos y recibimos comunicado. La conversación es fundamental para el desempeño de nuestra existencia en comunidad. Gracias a la conversación, las personas pueden comunicarse entre sí, establecer vínculos, llegar a un consenso y estar agrupadas para poder vivir. La conversación tiene como objetivo comunicar, persuadir, educar, entretener, solucionar, organizar y más (Perez, 2021).

La comunicación eficaz es fundamental para la operatividad de una comunidad ya que la usamos para acordarnos y establecer reglas que nos ayudan a vivir en orden y con amabilidad. La buena conversación es fundamental dentro del ámbito personal y profesional; utilizamos la conversación para relacionarnos con los familiares, los amigos, los colegas y los habitantes de nuestra comunidad.

Armando (2017) define que la comunicación es la acción de transmitir y recibir información, sea entre dos o más personas o entre una misma persona y un tercero, con el fin de comunicar y recibir información (escrita, emocional, etc.). El que manda el dato es el que lo envía, y el que lo recibe es el que lo toma. El vehículo por el que se trasmite el comunicado es el conducto.

El lenguaje y la conversación se relacionan de manera compleja y producen un complejo asunto compuesto por diversas partes. Su triunfo o fracaso no serán consecuencia de la casualidad o del azar, sino del menor

o mayor grado de control que tenemos sobre la manera en que nos comunicamos.

Características de la comunicación:

Giani (2025) indica que la comunicación se caracteriza por:

- La existencia de un productor y un consumidor. Para que se genere la conversación, es necesario que haya un que se comunica y otro que lo escuche.
- Transmisión de datos. Los asistentes comunican conceptos, hechos, ideas, etc. para exhibir conocimientos, vivencias, sentimientos, etc.
- Recibe el nombre de inmediata o diferida, en función de la manera en que se transmita. Es posible establecerlo en forma directa e inmediata, es decir, en forma de cara a cara, y también es posible establecerlo de forma indirecta y diferida, por ejemplo, a través de métodos como un email, un mensaje de voz o una carta.
- Opción de retorno. Puede contener el procedimiento de feedback, en el que los papeles del que recibe y del que envía son cambiados ya que el que recibe repone el que envía.
- Búsqueda de la respuesta. Aunque puede tener varias intenciones, la conversación casi siempre tiene como objetivo generar una respuesta por parte del o los escuchantes.
- Organización comunitaria. Sirve para que las personas puedan desarrollar costumbres y comunicarse de manera planificada dentro de una comunidad.

Tipos de comunicación:

Pérez (2021) menciona que la comunicación se clasifica en:

- *La comunicación verbal:* Se limita a los humanos, ya que estos últimos utilizan los idiomas. Puede ser en forma de palabras (por medio del habla) o de números (por medio del código de escritura).
- *La comunicación no verbal:* Se basa en el lenguaje corporal, los signos no lingüísticos y las vocalizaciones que no son palabras.

Importancia de la comunicación:

Sanchez (2023) indica que la comunicación constituye uno de los ejes centrales para el progreso de la humanidad, en el ámbito personal, familiar y social. Es la travesía a través de la cual los individuos transmiten conocimientos, sentimientos, ideas y datos, posibilitando la creación de relaciones cercanas, la comprensión mutua y la colaboración eficaz. Sin una conversación clara y fluida, los vínculos entre personas se llenarían de interpretaciones erróneas, peleas y límites infranqueables.

Dentro del ámbito individual, la comunicación es importante para comunicar ideas, necesidades y sentimientos, además de que es importante para desarrollar vínculos emocionales entre personas y promover relaciones sanas y amorosas. Dentro del ámbito profesional, apoya el trabajo en grupo, incrementa la productividad y asegura que los objetivos colectivos sean entendidos y producidos. A nivel comunitario, la conversación es la raíz para la propagación de costumbres, conocimientos y valoraciones a través de las eras, haciendo que la preservación y evolución de las culturas sea una realidad. Además, constituye una

herramienta fundamental para solucionar dificultades, llegar a consenso y tomar decisiones en grupo con el objetivo de beneficio de la comunidad.

Dimensiones de la comunicación:

Cáceres (2024) indica que la comunicación a través de las redes sociales son las siguientes:

- 1. Dimensión humana:** Abarca tanto aspectos positivos como la conexión, el aprendizaje y el apoyo social, como negativos como la comparación social, el ciberacoso, los problemas de salud mental (ansiedad, depresión), la adicción y la exposición a la desinformación. Estas plataformas influyen en el comportamiento, la identidad, las emociones y las interacciones de las personas, transformando nuestra forma de comunicarnos y construyendo nuevas formas de pertenencia y comunidad.
- 2. Dimensión sociocomunicativa:** Las redes sociales se refieren a su capacidad para fomentar la interacción, la creación de comunidades y la expresión de identidad en entornos digitales. Estas plataformas facilitan la comunicación bidireccional, permitiendo a los usuarios compartir opiniones, experiencias y emociones, establecer conexiones sociales a distancia y expresar sus identidades digitales. Además, si bien las redes sociales ofrecen un espacio para la interacción social, el aprendizaje y el desarrollo de habilidades, también presentan desafíos como el ciberacoso y la desinformación.
- 3. Dimensión funcional:** Abarca usos como la comunicación, el desarrollo comunitario, la información y el entretenimiento, el

desarrollo profesional, y el marketing y la promoción empresarial. Estas plataformas ofrecen una plataforma versátil para diversas actividades digitales, permitiendo a las personas conectar, compartir ideas, forjar vínculos, aprender, encontrar oportunidades y fortalecer las marcas.

2.3 Definición de términos básicos

Comunicación:

Giani (2025) menciona que la comunicación es la conversación entre dos o más personas, ya que cada uno de los participantes le comunica un mensaje al otro. Todos los seres vivos exhiben alguna forma de transmisión, sea por medio de palabras, señales de sonidos, ruidos o acciones.

Dimensión humana:

Abarca tanto aspectos positivos como la conexión, el aprendizaje y el apoyo social, como negativos como la comparación social, el ciberacoso, los problemas de salud mental (ansiedad, depresión), la adicción y la exposición a la desinformación.

Dimensión sociocomunicativa:

Las redes sociales se refieren a su capacidad para fomentar la interacción, la creación de comunidades y la expresión de identidad en entornos digitales.

Dimensión funcional:

Abarca usos como la comunicación, el desarrollo comunitario, la información y el entretenimiento, el desarrollo profesional, y el marketing y la promoción empresarial.

Redes sociales:

Cueva (2024) define que las redes sociales son páginas web y apps para móviles que posibilitan la transmisión de los contenidos que escogiste. Las redes en cuestión te posibilitan también para responder a las cosas que otros declaran. Por ejemplo, imágenes, texto, respuestas o críticas a publicaciones de otros usuarios y vínculos a conocimiento.

Telegram:

Los alumnos de la universidad utilizan Telegram con el fin de mejorar la conversación y la colaboración, como grupo de estudio y para informarse sobre el docente, utilizando su habilidad para distribuir documentos, crear hilos de estudio y utilizar bots.

WhatsApp:

Los estudiantes de la Universidad utilizan WhatsApp a fin de comunicarse con los demás y realizar colaboraciones en el ámbito académico, compartiendo sus conocimientos, formando equipos de estudio, y promueven la independencia y el aprendizaje en función de sus necesidades.

2.4 Hipótesis de investigación

2.4.1 Hipótesis general

Las redes sociales se usan significativamente como recurso comunicativo: WhatsApp y telegram en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

2.4.2 Hipótesis específicas

El WhatsApp se usa significativamente como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

El Telegram se usa significativamente como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

2.5 Operacionalización de las variables

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
V1: Redes sociales	WhatsApp	Uso social	1, 2, 3, 4	Likert
		Uso hedónico		
		Uso cognitivo		
		Uso excesivo		
	Telegram	Uso social	5, 6, 7, 8	Likert
		Uso hedónico		
		Uso cognitivo		
		Uso excesivo		

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA
V2: Comunicación	Dimensión humana	Interacción y dinámica	9, 10, 11	Likert
		Sentido de pertenencia		
	Dimensión sociocomunicativa	Herramienta de comunicación	12, 13, 14	Likert
		Alcance y conectividad		
		Intercambio de información		

Generación de redes			
Dimensión funcional	Difusión de información		
	Comunicación bidireccional	15, 16, 17	Likert
	Participación activa		

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Diseño metodológico

3.1.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación aplicado en la tesis es básico.

3.1.2. Nivel de investigación

El nivel de investigación aplicado en la tesis es correlacional.

3.1.3. Diseño

El diseño de investigación aplicado en la tesis es no experimental.

3.1.4. Enfoque

El enfoque de investigación aplicado en la tesis es cuantitativo.

3.2 Población y muestra

3.2.1 Población

La población está conformada por 350 estudiantes de la escuela de educación física de la Universidad de Huacho.

3.2.2 Muestra

La muestra se calcula aplicando al siguiente formula:

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{(N - 1) \cdot E^2 + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Dónde:

n= Tamaño de muestra

N= Población = 350

Z= 1.96

p= 0.5

q= 0.5

E= 0.5

Reemplazando valores de la fórmula se tiene:

$$n = \frac{(1.96)^2 \cdot (0.5) \cdot (0.5) \cdot (350)}{(350 - 1) \cdot 0.5^2 + 1.96^2 \cdot (0.5) \cdot (0.5)}$$

n = 184 estudiantes

3.3 Técnicas de recolección de datos

3.3.1 Técnicas a emplear

La técnica que se emplea para la recolección de datos es la encuesta.

3.3.2 Descripción de Instrumentos

El instrumento que se utiliza es el cuestionario que tiene 08 preguntas para la variable redes sociales y 09 preguntas para la variable comunicación.

3.4 Técnicas para el procedimiento de la información

Instrumentos

Encuesta

Guía de observación

Cuaderno de campo

3.5 Matriz De Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLE	DIMENSIONES	METODOLOGIA
<p>PROBLEMA GENERAL:</p> <p>¿De qué manera las redes sociales se usan como recurso comunicativo: WhatsApp y telegram en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL:</p> <p>Establecer de qué manera las redes sociales se usan como recurso comunicativo: WhatsApp y telegram en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.</p>	<p>HIPOTESIS GENERAL:</p> <p>Las redes sociales se usan significativamente como recurso comunicativo: WhatsApp y telegram en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.</p>		X1= WhatsApp	<p>NIVEL DE INVESTIGACION:</p> <p>correlacional</p> <p>DISEÑO DE LA INVESTIGACION</p> <p>No experimental</p> <p>TIPO DE INVESTIGACION</p> <p>Básico</p>
<p>PROBLEMAS ESPECIFICOS:</p> <p>¿De qué manera el WhatsApp se usa como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025?</p> <p>¿De qué manera el Telegram se usa como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025?</p>	<p>OBJETIVOS ESPECIFICOS:</p> <p>Establecer de qué manera el WhatsApp se usa como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.</p> <p>Establecer de qué manera el Telegram se usa como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.</p>	<p>HIPOTESIS ESPECIFICOS:</p> <p>El WhatsApp se usa significativamente como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.</p> <p>El Telegram se usa significativamente como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.</p>	<p>Redes sociales</p> <p>Comunicación</p>	<p>X2= Telegram</p> <p>Y1= Dimensión humana</p> <p>Y2= Dimensión sociocomunicativa</p> <p>Y3= Dimensión funcional</p>	<p>ENFOQUE DE LA INVESTIGACION:</p> <p>Cuantitativo</p> <p>POBLACION:</p> <p>350 estudiantes</p> <p>MUESTRA:</p> <p>184 estudiantes</p> <p>ESTADISTICO DE PRUEBA:</p> <p>Spss</p> <p>TECNICA:</p> <p>Encuesta</p> <p>INSTRUMENTOS:</p> <p>Cuestionario</p> <p>8 preguntas para medir la variable X</p> <p>9 preguntas para medir la variable Y</p>

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1 Análisis de resultados

Tabla 1

Usted usa el WhatsApp como herramienta social con sus compañeros de clase

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	34	18%
A veces	51	28%
Siempre	99	54%
TOTAL	184	100%

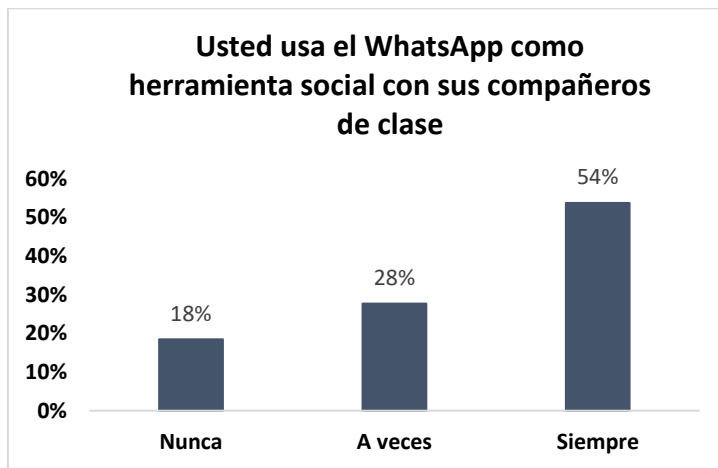


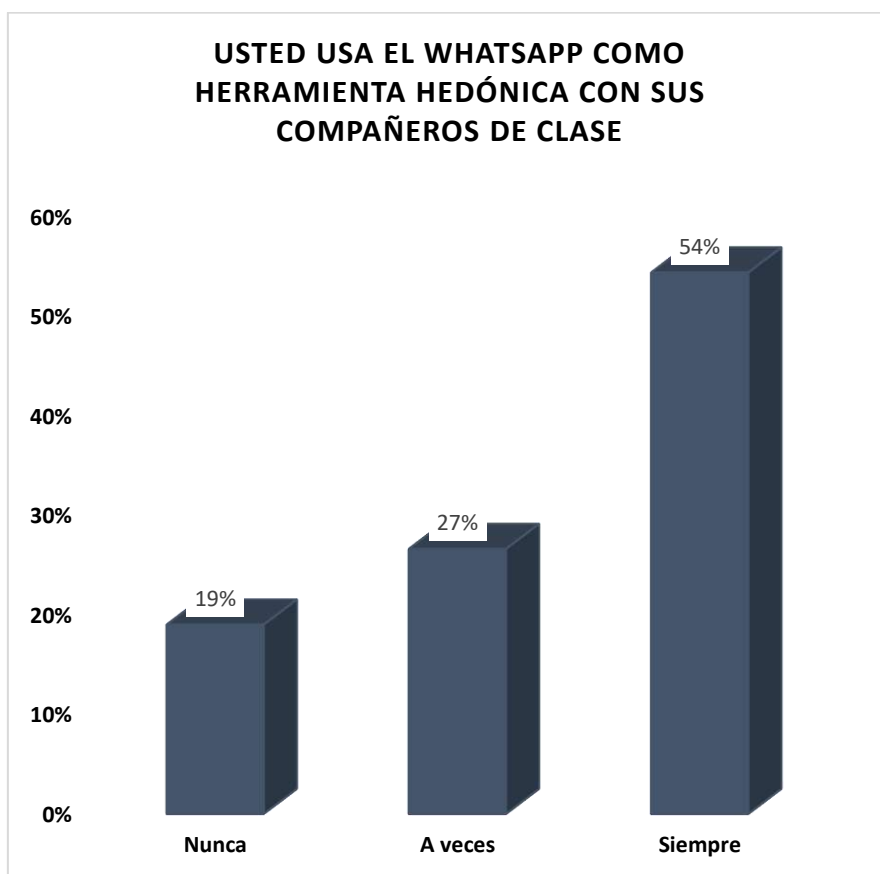
Figura 1 Usted usa el WhatsApp como herramienta social con sus compañeros de clase

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 18% nunca usa el WhatsApp como herramienta social con sus compañeros de clase, el 28% a veces usa el WhatsApp como herramienta social con sus compañeros de clase y el 54% siempre usa el WhatsApp como herramienta social con sus compañeros de clase.

Tabla 2

Usted usa el WhatsApp como herramienta hedónica con sus compañeros de clase

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	35	19%
A veces	49	27%
Siempre	100	54%
TOTAL	184	100%



*Figura 2*Usted usa el WhatsApp como herramienta hedónica con sus compañeros de clase

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 19% nunca usa el WhatsApp como herramienta hedónica con sus compañeros de clase, el 27% a veces usa el WhatsApp como herramienta hedónica con sus compañeros de clase y el 54% siempre usa el WhatsApp como herramienta hedónica con sus compañeros de clase.

Tabla 3

Usted usa el WhatsApp como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	27	15%
A veces	54	29%
Siempre	103	56%
TOTAL	184	100%

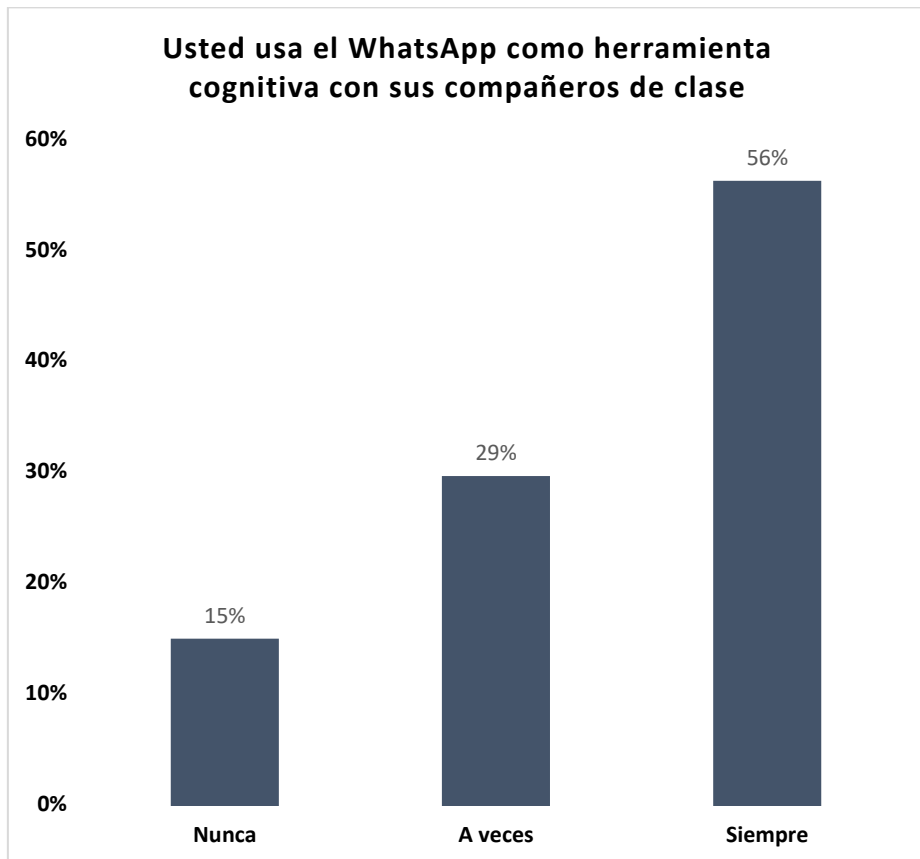


Figura 3 Usted usa el WhatsApp como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 15% nunca usa el WhatsApp como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase, el 29% a veces usa el WhatsApp como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase y el 56% siempre usa el WhatsApp como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase.

Tabla 4

Usted usa el WhatsApp como herramienta excesiva con sus compañeros de clase

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	89	48%
A veces	52	28%
Siempre	43	23%
TOTAL	184	100%

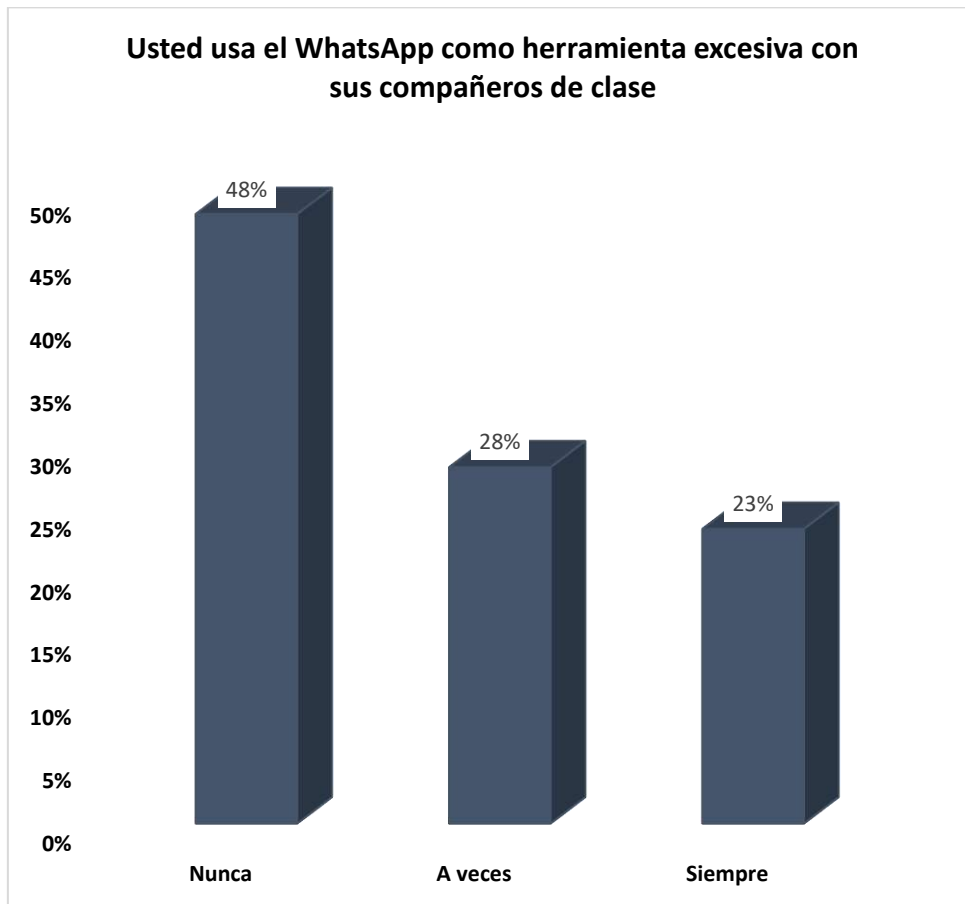


Figura 4 Usted usa el WhatsApp como herramienta excesiva con sus compañeros de clase

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 48% nunca usa el WhatsApp como herramienta excesiva con sus compañeros de clase, el 28% a veces usa el WhatsApp como herramienta excesiva con sus compañeros de clase y el 23% siempre usa el WhatsApp como herramienta excesiva con sus compañeros de clase.

Tabla 5

Usted usa el Telegram como herramienta social con sus compañeros de clase

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	36	20%
A veces	52	28%
Siempre	96	52%
TOTAL	184	100%

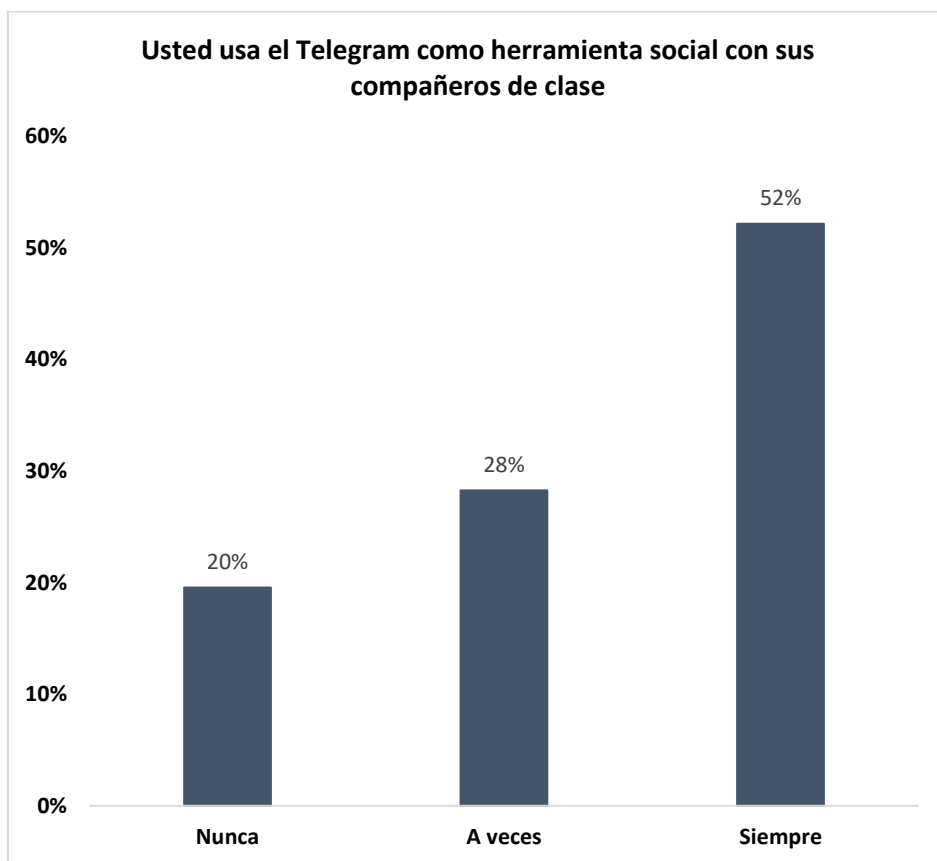


Figura 5 Usted usa el Telegram como herramienta social con sus compañeros de clase

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 20% nunca usa el Telegram como herramienta social con sus compañeros de clase, el 28% a veces usa el Telegram como herramienta social con sus compañeros de clase y el 52% siempre usa el Telegram como herramienta social con sus compañeros de clase.

Tabla 6

Usted usa el Telegram como herramienta hedónica con sus compañeros de clase

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	38	21%
A veces	52	28%
Siempre	94	51%
TOTAL	184	100%

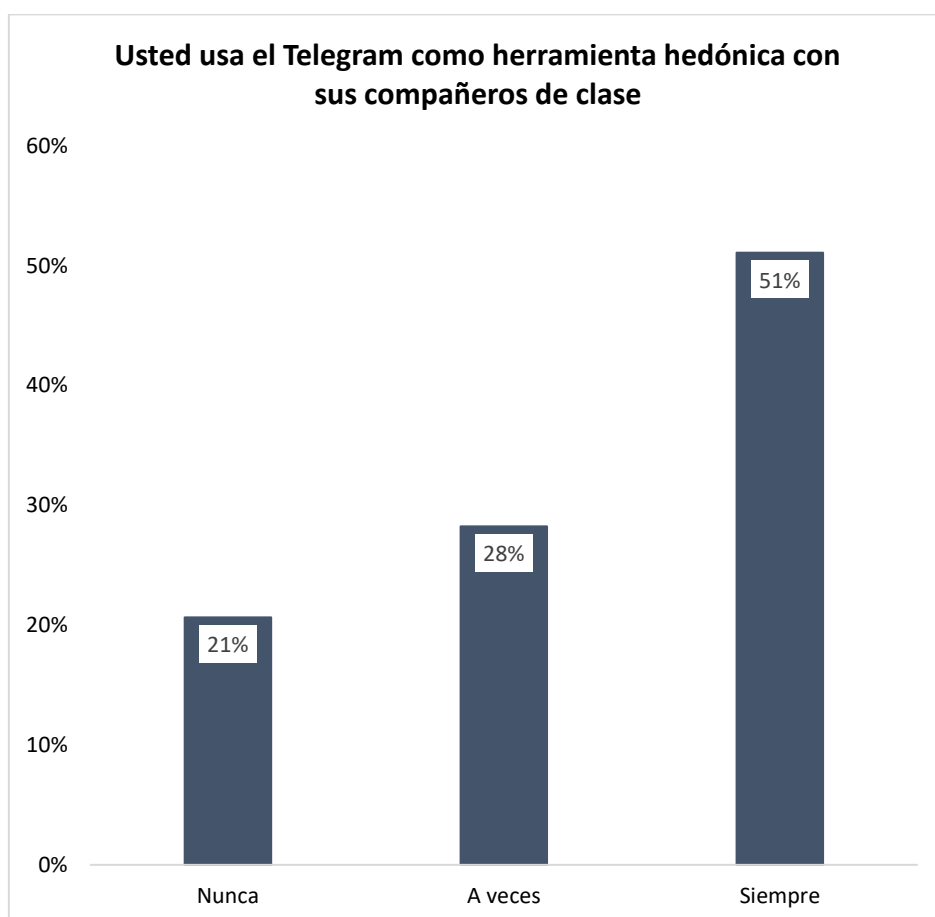


Figura 6 Usted usa el Telegram como herramienta hedónica con sus compañeros de clase

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 21% nunca usa el Telegram como herramienta hedónica con sus compañeros de clase, el 28% a veces usa el Telegram como herramienta hedónica con sus compañeros de clase y el 51% siempre usa el Telegram como herramienta hedónica con sus compañeros de clase.

Tabla 7

Usted usa el Telegram como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	36	20%
A veces	43	23%
Siempre	105	57%
TOTAL	184	100%

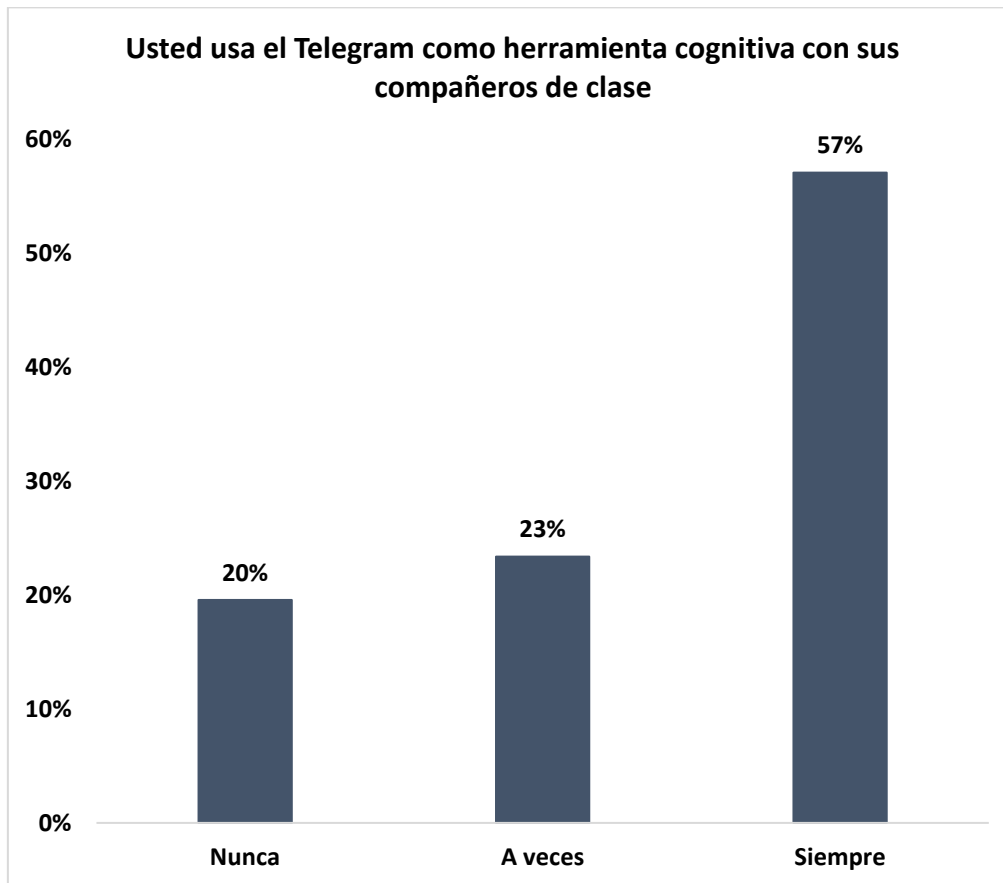


Figura 7 Usted usa el Telegram como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 20% nunca usa el Telegram como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase, el 23% a veces usa el Telegram como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase y el 57% siempre el Telegram como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase.

Tabla 8

Usted usa el Telegram como herramienta excesiva con sus compañeros de clase

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	104	57%
A veces	57	31%
Siempre	23	13%
TOTAL	184	100%

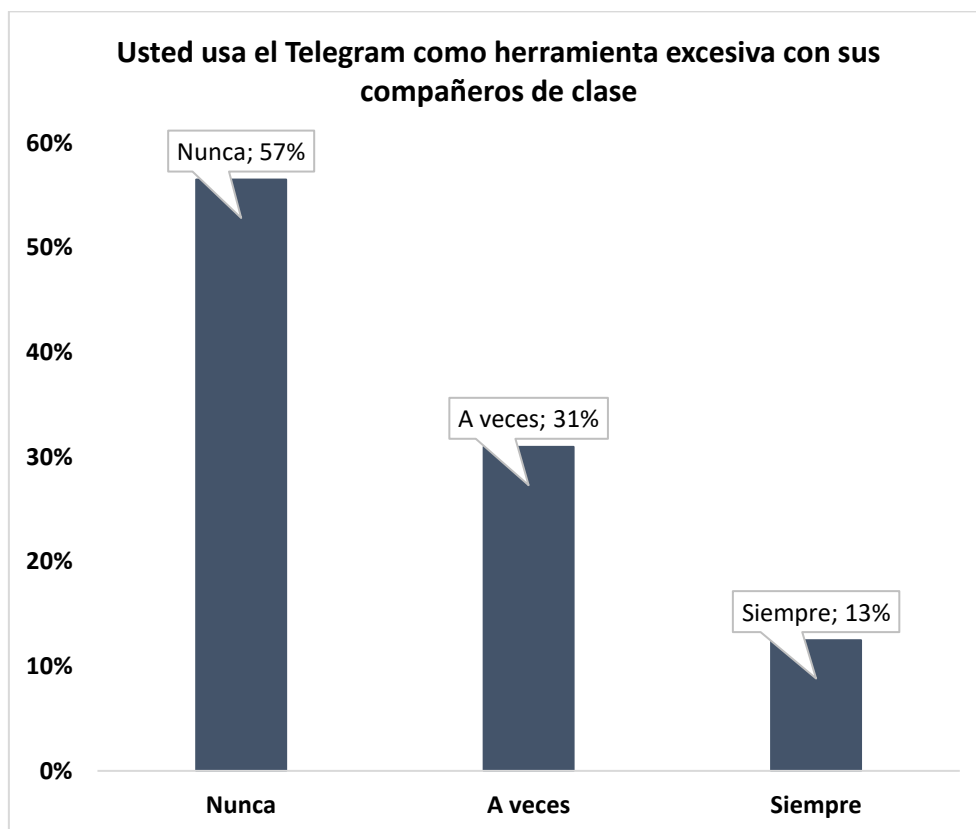


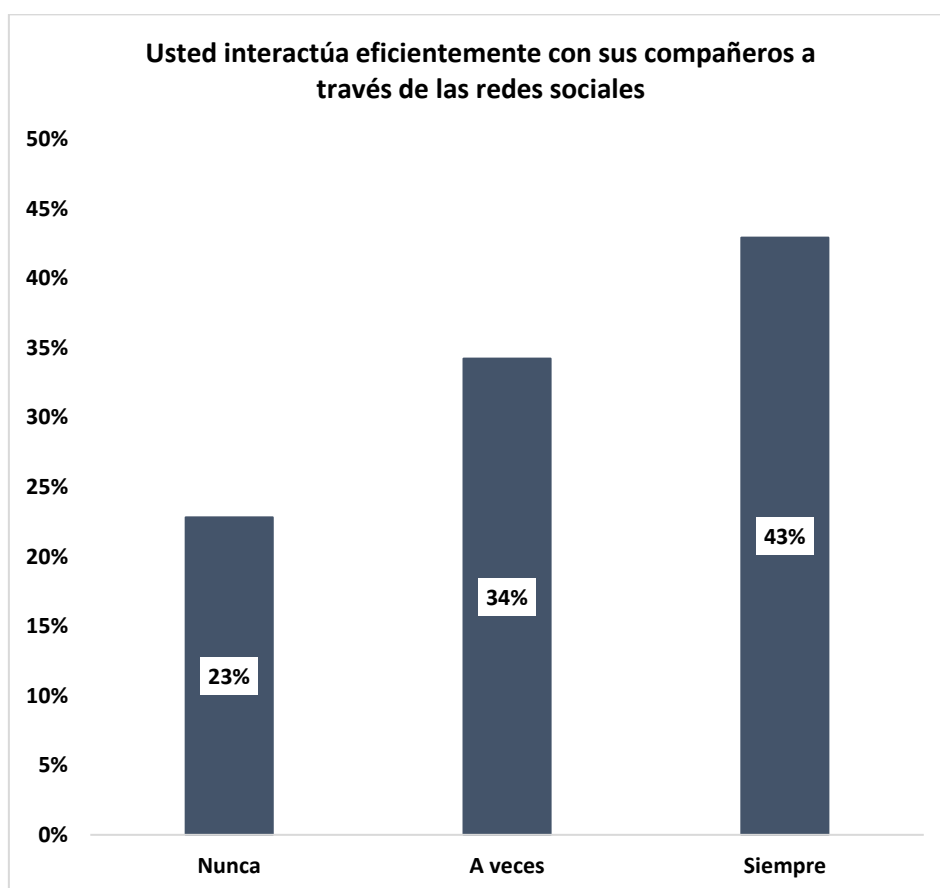
Figura 8Usted usa el Telegram como herramienta excesiva con sus compañeros de clase

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 57% nunca usa el Telegram como herramienta excesiva con sus compañeros de clase, el 31% a veces usa el Telegram como herramienta excesiva con sus compañeros de clase y el 13% siempre usa el Telegram como herramienta excesiva con sus compañeros de clase.

Tabla 9

Usted interactúa eficientemente con sus compañeros a través de las redes sociales

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	42	23%
A veces	63	34%
Siempre	79	43%
TOTAL	184	100%



*Figura 9*Usted interactúa eficientemente con sus compañeros a través de las redes sociales

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 23% nunca interactúa eficientemente con sus compañeros a través de las redes sociales, el 34% a veces interactúa eficientemente con sus compañeros a través de las redes sociales y el 43% siempre interactúa eficientemente con sus compañeros a través de las redes sociales.

Tabla 10

Usted desarrolla el sentido de pertenencia cuando interactúa a través de las redes

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	28	15%
A veces	49	27%
Siempre	107	58%
TOTAL	184	100%

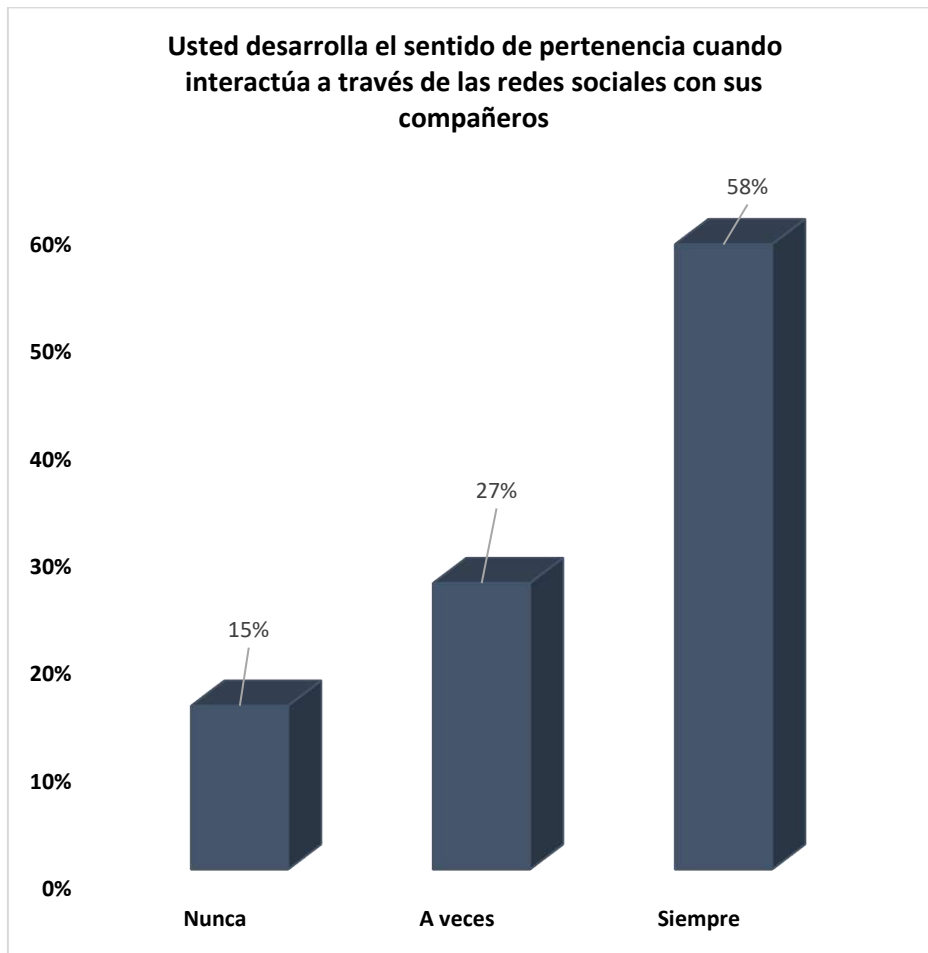


Figura 10 Usted desarrolla el sentido de pertenencia cuando interactúa a través de las redes

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 15% nunca desarrolla el sentido de pertenencia cuando interactúa a través de las redes, el 27% a veces desarrolla el sentido de pertenencia cuando interactúa a través de las redes y el 58% siempre desarrolla el sentido de pertenencia cuando interactúa a través de las redes.

Tabla 11

Usted usa eficientemente las redes sociales como herramienta de comunicación

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	35	19%
A veces	49	27%
Siempre	100	54%
TOTAL	184	100%

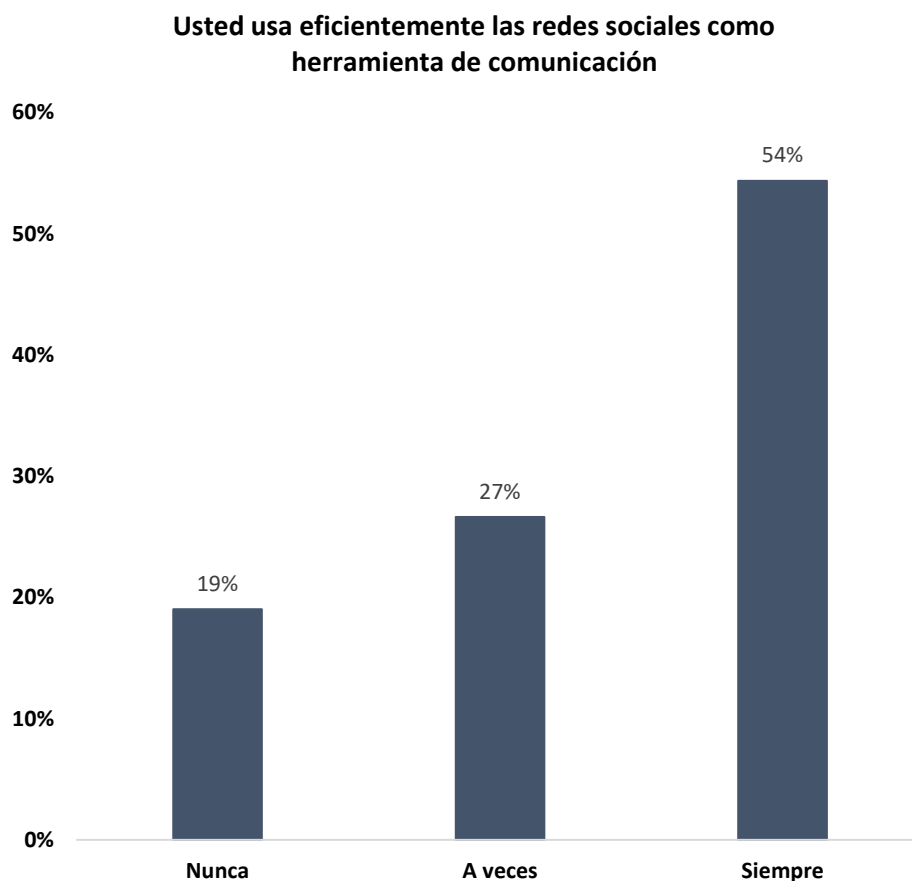


Figura 11 Usted usa eficientemente las redes sociales como herramienta de comunicación

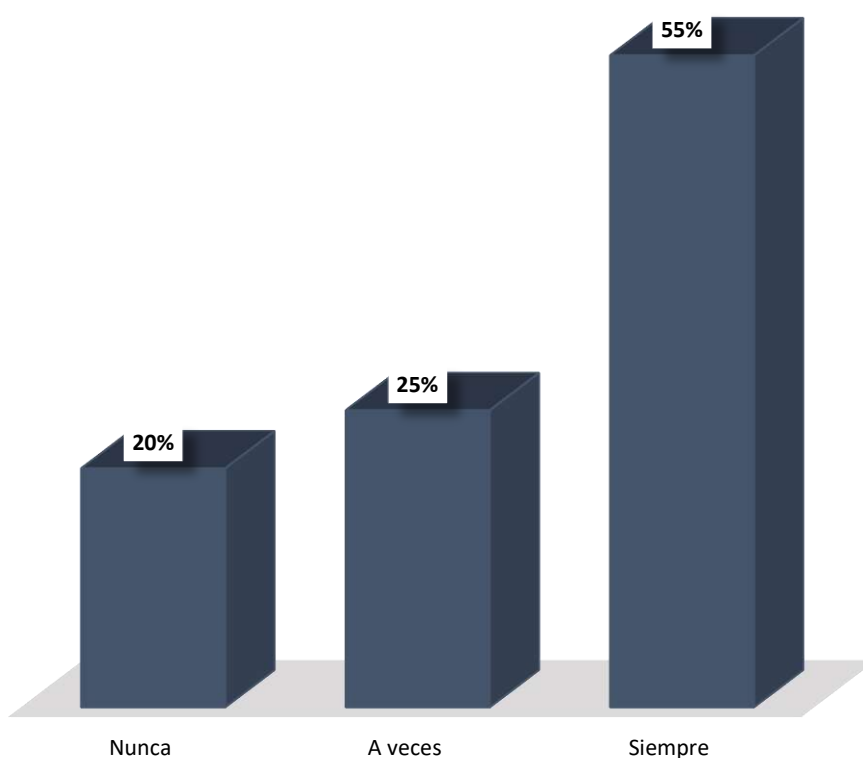
INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 19% nunca usa eficientemente las redes sociales como herramienta de comunicación, el 27% a veces usa eficientemente las redes sociales como herramienta de comunicación y el 54% siempre usa eficientemente las redes sociales como herramienta de comunicación.

Tabla 12

Usted cree que tiene buen alcance y conectividad en las redes sociales

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	37	20%
A veces	46	25%
Siempre	101	55%
TOTAL	184	100%

USTED CREE QUE TIENE BUEN ALCANCE Y CONECTIVIDAD EN LAS REDES SOCIALES



*Figura 12*Usted cree que tiene buen alcance y conectividad en las redes sociales

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 20% nunca cree que tiene buen alcance y conectividad en las redes sociales, el 25% a veces cree que tiene buen alcance y conectividad en las redes sociales y el 55% siempre cree que tiene buen alcance y conectividad en las redes sociales.

Tabla 13

Usted usa eficientemente las redes sociales para intercambiar información con sus compañeros

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	37	20%
A veces	50	27%
Siempre	97	53%
TOTAL	184	100%

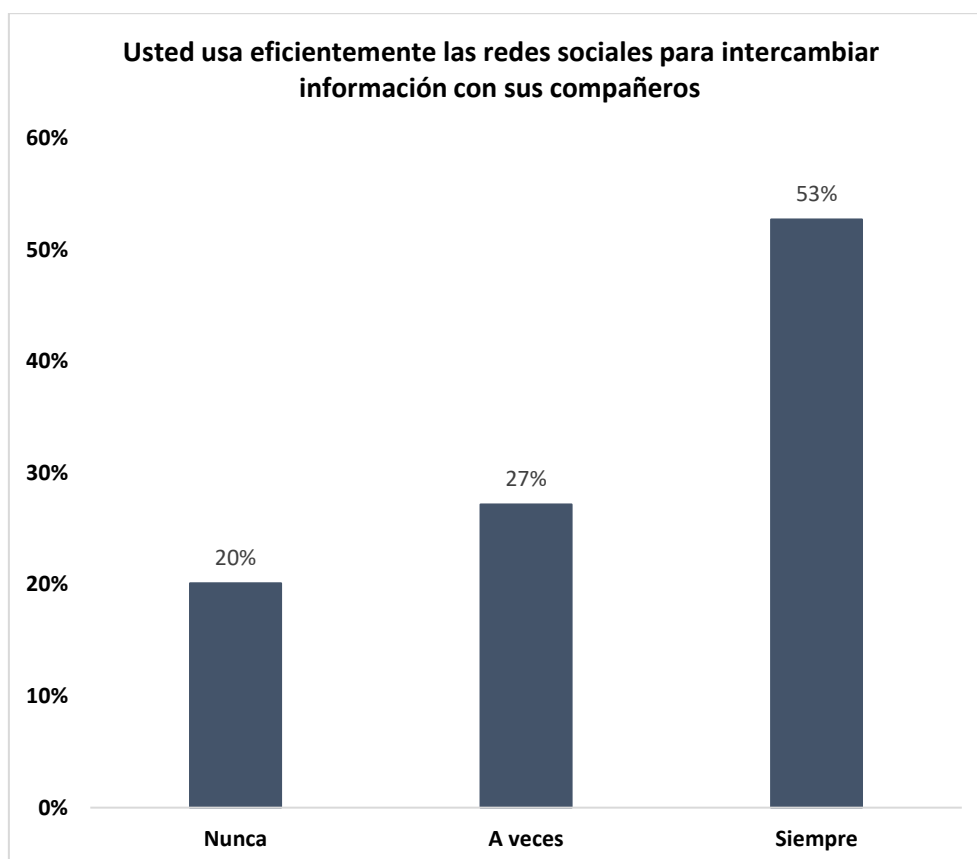


Figura 13 Usted usa eficientemente las redes sociales para intercambiar información con sus compañeros

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 20% nunca usa eficientemente las redes sociales para intercambiar información con sus compañeros, el 27% a veces usa eficientemente las redes sociales para intercambiar información con sus compañeros y el 53% siempre usa eficientemente las redes sociales para intercambiar información con sus compañeros.

Tabla 14

Usted genera nuevos perfiles de redes sociales para interactuar con sus compañeros

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	27	15%
A veces	49	27%
Siempre	108	59%
TOTAL	184	100%

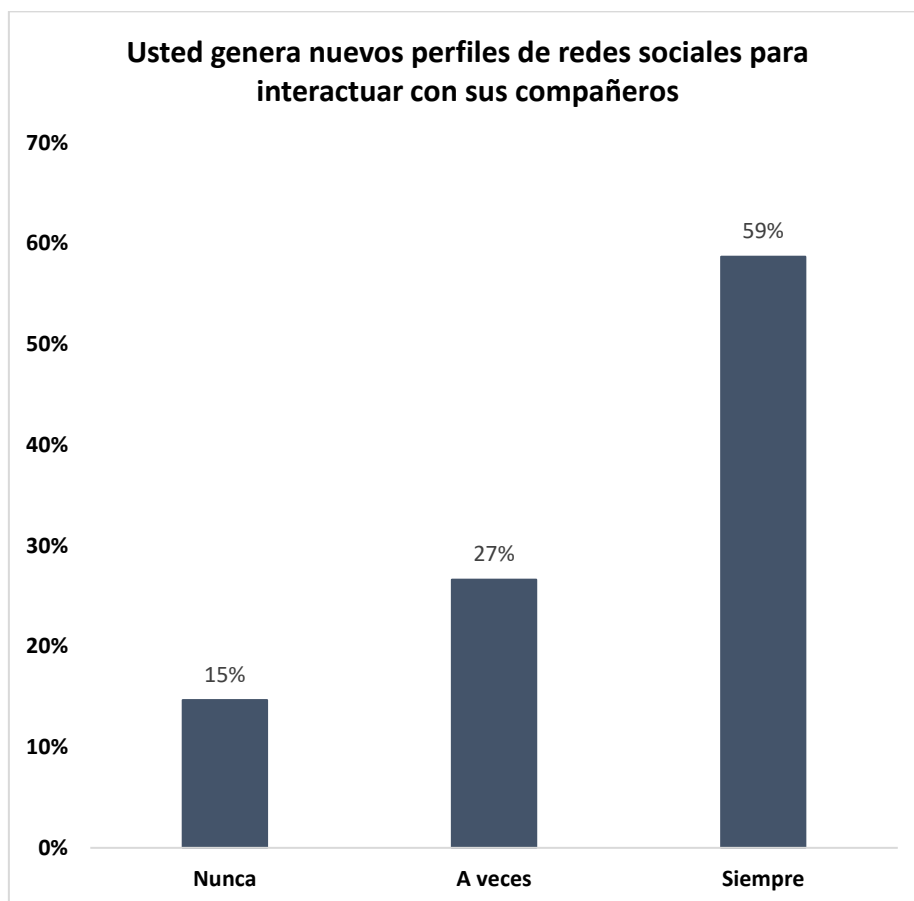


Figura 14 Usted genera nuevos perfiles de redes sociales para interactuar con sus compañeros

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 15% nunca genera nuevos perfiles de redes sociales para interactuar con sus compañeros, el 27% a veces genera nuevos perfiles de redes sociales para interactuar con sus compañeros y el 59% siempre genera nuevos perfiles de redes sociales para interactuar con sus compañeros.

Tabla 15

Usted difunde información educativa a través de las redes sociales con sus compañeros

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	38	21%
A veces	52	28%
Siempre	94	51%
TOTAL	184	100%

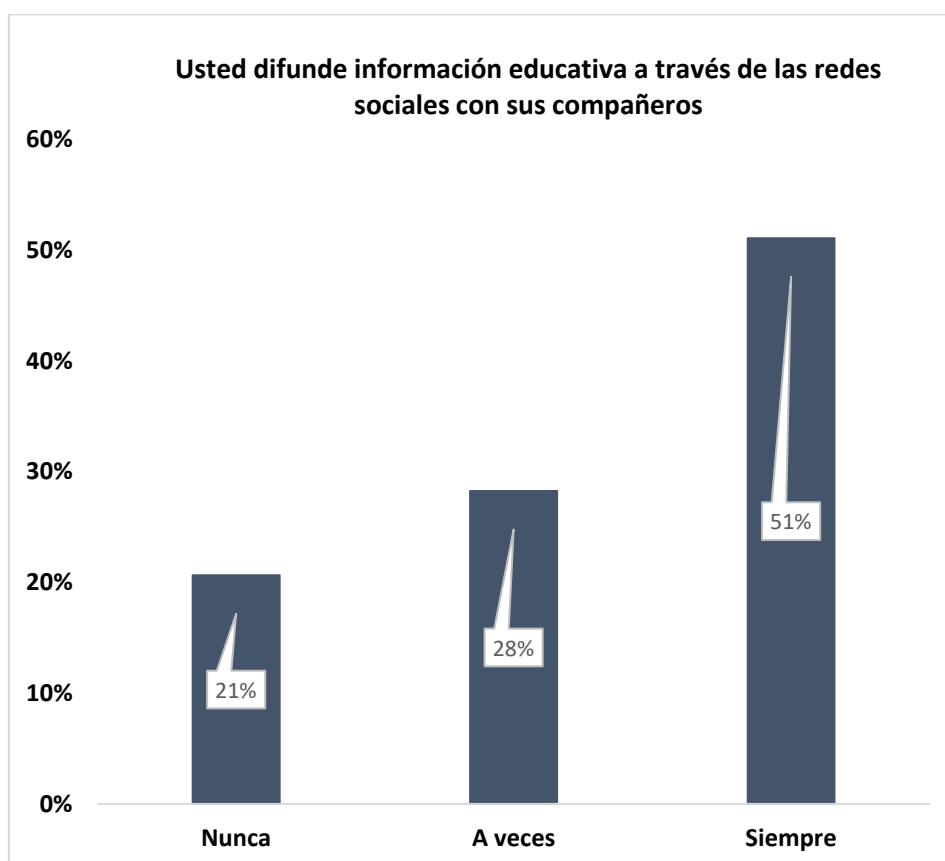


Figura 15 Usted difunde información educativa a través de las redes sociales con sus compañeros

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 21% nunca difunde información educativa a través de las redes sociales con sus compañeros, el 28% a veces difunde información educativa a través de las redes sociales con sus compañeros y el 51% siempre difunde información educativa a través de las redes sociales con sus compañeros.

Tabla 16

Usted usa las redes sociales como herramienta de comunicación bidireccional

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	39	21%
A veces	57	31%
Siempre	88	48%
TOTAL	184	100%

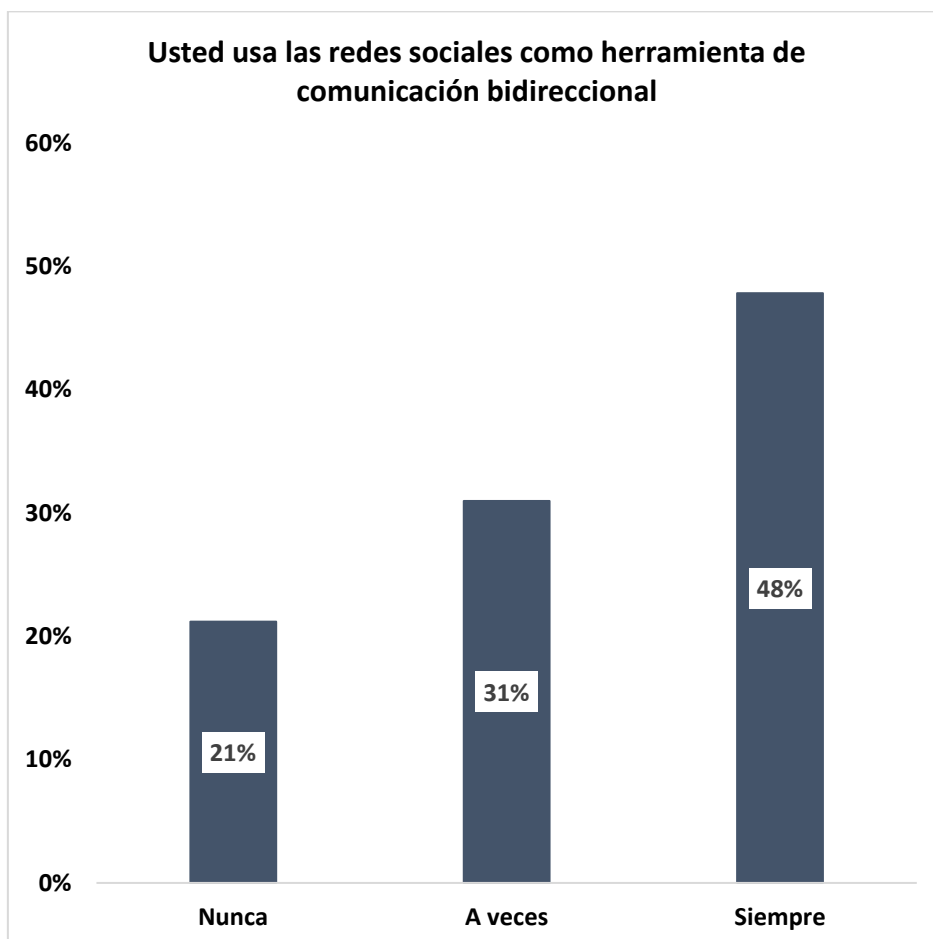


Figura 16 Usted usa las redes sociales como herramienta de comunicación bidireccional

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 21% nunca usa las redes sociales como herramienta de comunicación bidireccional, el 31% a veces usa las redes sociales como herramienta de comunicación bidireccional y el 48% siempre usa las redes sociales como herramienta de comunicación bidireccional.

Tabla 17

Usted usa eficientemente las redes sociales para una participación activa con sus compañeros

INDICADOR	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Nunca	35	19%
A veces	49	27%
Siempre	100	54%
TOTAL	184	100%

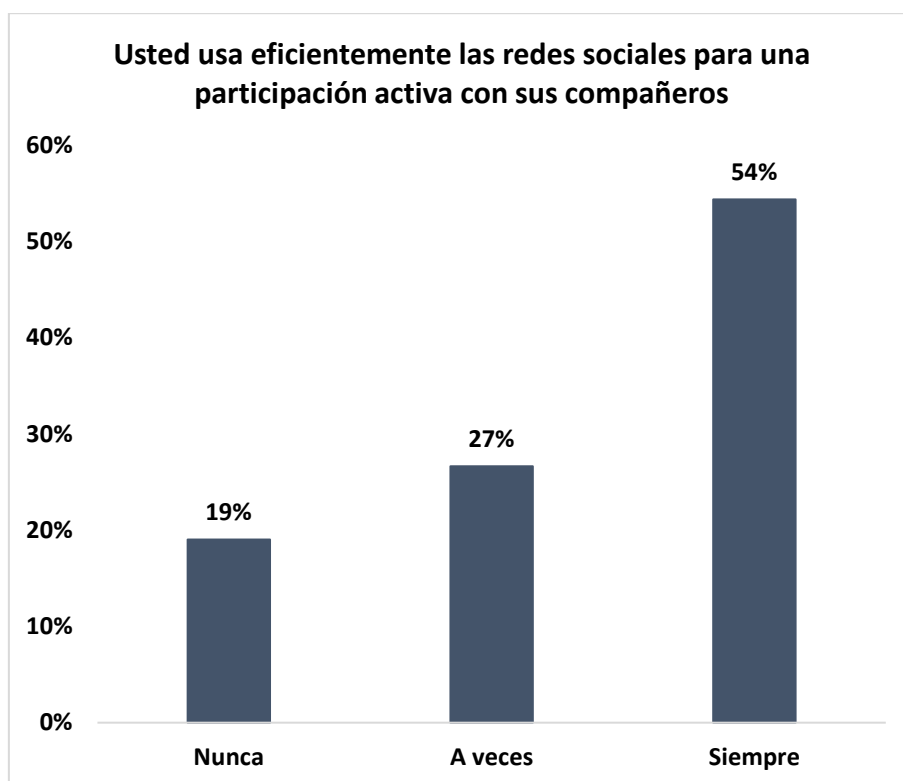


Figura 17 Usted usa eficientemente las redes sociales para una participación activa con sus compañeros

INTERPRETACIÓN: Se encuestó a 184 estudiantes de la especialidad de educación física quienes afirman que; el 19% nunca usa eficientemente las redes sociales para una participación activa con sus compañeros, el 27% a veces usa eficientemente las redes sociales para una participación activa con sus compañeros y el 54% siempre usa eficientemente las redes sociales para una participación activa con sus compañeros.

4.2 Contrastación de hipótesis

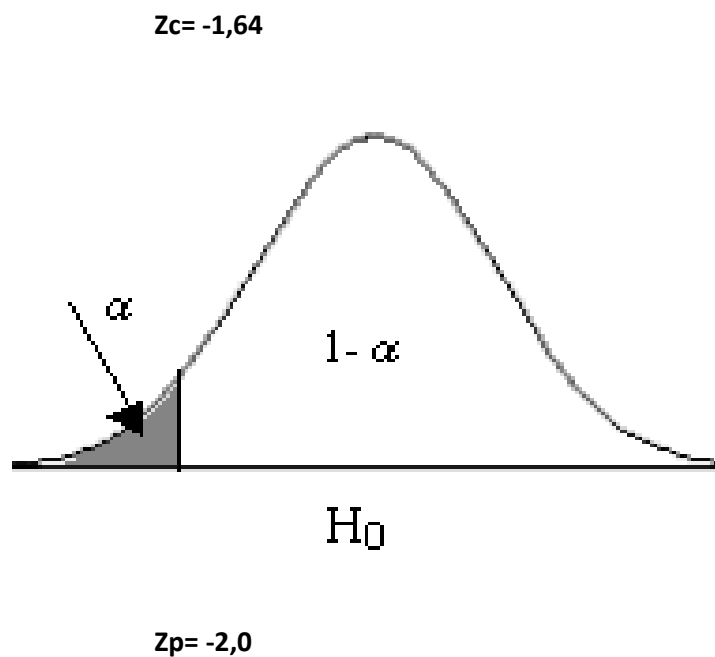
Paso 1:

H₀: Las redes sociales no se usan significativamente como recurso comunicativo: WhatsApp y telegram en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

H₁: Las redes sociales se usan significativamente como recurso comunicativo: WhatsApp y telegram en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

Paso 2: $\alpha=5\%$

Paso 3:



Paso 4:

Decisión: Se rechaza H_0

Conclusión: Las redes sociales se usan significativamente como recurso comunicativo: WhatsApp y telegram en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

5.1 Discusión de resultados

De los resultados obtenidos se afirma que las redes sociales se usan significativamente como recurso comunicativo: WhatsApp y telegram en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

Estos resultados tienen relación con el siguiente autor: Copa (2023) en su tesis titulada *“Las redes sociales como estrategia de comunicación y su influencia en la imagen institucional”*, concluye que el uso de las redes sociales está tan extendido que se ha vuelto imprescindible para las organizaciones, principalmente del sector público, utilizarlas como estrategia de comunicación, permitiendo mejorar la comunicación bidireccional entre la institución y sus usuarios, de manera que la institución pueda difundir sus actividades y los usuarios puedan expresarle sus opiniones y sugerencias, mejorando así su imagen presentada ante la sociedad (p. 56).

Además, Jimenez & Ramirez (2021) en su tesis titulada *“Impacto de la s redes sociales en los adolescentes ddel asentamiento humano Juan Velasco”*, concluye que el 68% de los adolescentes cree que las redes sociales tienen un impacto moderado, el 2% cree que tienen un impacto bajo y el 30% cree que tienen un impacto alto. El énfasis en "moderado" se debe a que la mayoría de los adolescentes encuestados están relativamente familiarizados con las redes sociales, sin comprenderlas del todo ni ser indiferentes a ellas (p. 59).

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones

Se concluye que las redes sociales se usan significativamente como recurso comunicativo: WhatsApp y telegram en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

Se concluye que el WhatsApp se usa significativamente como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

Se concluye que el Telegram se usa significativamente como recurso comunicativo en la escuela de educación física, Universidad de Huacho, 2025.

6.2 Recomendaciones

Recomendamos analizar el papel de las redes sociales en la amplificación de los estereotipos de género y su impacto en las decisiones académicas y profesionales de niñas y mujeres.

Recomendamos que las escuelas desarrollen las competencias digitales del alumnado para un uso responsable de las redes sociales.

Recomendamos que la investigación se centre en poblaciones específicas, como jóvenes o mujeres, para comprender sus experiencias específicas con las redes sociales.

Recomendamos analizar el uso excesivo de las redes sociales entre los adolescentes y su relación con la ansiedad y la depresión.

REFERENCIAS

7.1 Fuentes bibliográficas

- Cao, Y. (2020). las redes sociales como generadoras de información periodística. *Pregrado*. Universidad Complutense de Madrid, Madrid, España.
- Cobo, E. (2020). las redes sociales y su influencia en la comunicación de los estudiantes de tercer año de bachillerato. *Pregrado*. Universidad Técnica de Babahoyo, Quevedo, Ecuador.
- Copa, H. (2023). la redes sociales como estrategia de comunicación y su influencia en la imagen institucional. *Pregrado*. Universidad José Cralos Mariátegui, Moquegua, Perú.
- Gomez, J. (2024). uso de redes sociales virtuales en jovenes universitarios. *Pregrado*. Universidad de Veracruzana, Mexico.
- Jimenez, A., & Ramirez, L. (2021). Impacto de la sredes sociales en los adolescentes ddel asentamiento humano Juan Velasco. *Pregrado*. Universidad Nacional José Faustino Sanchez Carrión, Huacho, Perú.
- Lopez, P. (2021). la influencia de las redes sociales como medios de comunicación en los hábitos de estudio de los estudiantes del primer año de la carrera profesional de ciencias de la comunicación. *Pregrado*. Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann, Tacna, Perú.
- Ludeña, Y., & Lavado, I. (2024). Redes sociales y aprendizaje en el área de Comunicación en los estudiantes de secundaria. *Pregrado*. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle, Lima, Perú.

Restrepo, L. (2022). el impacto de las redes sociales en las comunicaciones de la Universidad Antonio Mariño. *Posgrado*. Universidad Cauquemoc, Colombia.

Sarmiento, E. (2020). Influencia de las redes sociales en el comportamiento de los adolescentes. *Pregrado*. Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.

7.2 Fuentes electrónicas

Armando, J. (15 de 01 de 2017). *Los 28 tipos de comunicación y sus características*. Obtenido de <https://psicologiaymente.com/social/tipos-comunicacion-caracteristicas>

Cáceres, J. (2024). *Impacto de las redes sociales en la sociedad*. Obtenido de <https://unicienciabga.edu.co/vive-la-u/egresados/boletines/356-impacto-de-las-redes-sociales-en-la-sociedad>

Cueva, M. (20 de 04 de 2024). *La salud de adolescentes y preadolescentes*. Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/tween-and-teen-health/in-depth/teens-and-social-media-use/art-20474437>

Giani, C. (17 de 04 de 2025). *Comunicación*. Obtenido de <https://concepto.de/comunicacion/>

Herrera, H. (2022). *LAS REDES SOCIALES: UNA NUEVA HERRAMIENTA DE DIFUSIÓN*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/729/72923962008.pdf>

Mendez, J. (2023). *La importancia de un buen uso de redes sociales en la adolescencia*. Obtenido de <https://micropolix.com/blog/articulos/la-importancia-de-un-buen-uso-de-redes-sociales-en-la-adolescencia>

Merlos, E. (2021). *los jóvenes y las redes sociales*. Obtenido de <https://repo.funde.org/1733/1/RSocJ%C3%B3.pdf>

Perez, L. (2021). *la comunicación y sus componentes*. Obtenido de <https://saalck.pressbooks.pub/spanish-composition-and-grammar-wku/chapter/a-1-la-comunicacion-y-sus-componentes/>

Sanchez, A. (24 de 10 de 2023). *Importancia de la comunicación*. Obtenido de <https://www.aicad.es/importancia-de-la-comunicacion>

Unicef. (2020). *Redes sociales y adolescentes: lo que tenés que saber*. Obtenido de <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/digital/redes-sociales-y-adolescentes-lo-que-tenes-que-saber>

ANEXOS

Universidad Nacional
José Faustino Sánchez Carrión
ESCUELA DE POSGRADO



ENCUESTA SOBRE LAS REDES SOCIALES Y LA COMUNICACIÓN

I. INSTRUCCIONES

Las preguntas tienen cinco opciones de respuesta. Elije Solamente una opción, Marque con un aspa “X

1= Nunca; 2= A veces; 3= Siempre

REDES SOCIALES				
I. WhatsApp		Calificación		
		1	2	3
1.	¿Usted usa el WhatsApp como herramienta social con sus compañeros de clase?			
2.	¿Usted usa el WhatsApp como herramienta hedónica con sus compañeros de clase?			
3.	¿Usted usa el WhatsApp como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase?			
4.	¿Usted usa el WhatsApp como herramienta excesiva con sus compañeros de clase?			
II. Telegram		Calificación		
		1	2	3
5.	¿Usted usa el Telegram como herramienta social con sus compañeros de clase?			
6.	¿Usted usa el Telegram como herramienta hedónica con sus compañeros de clase?			
7.	¿Usted usa el Telegram como herramienta cognitiva con sus compañeros de clase?			

8.	¿Usted usa el Telegram como herramienta excesiva con sus compañeros de clase?			
COMUNICACIÓN				
III. Dimensión humana		Calificación		
		1	2	3
9.	¿Usted interactúa eficientemente con sus compañeros a través de las redes sociales?			
10.	¿Usted desarrolla el sentido de pertenencia cuando interactúa a través de las redes sociales con sus compañeros?			
11.	¿Usted usa eficientemente las redes sociales como herramienta de comunicación?			
IV. Dimensión sociocomunicativa		Calificación		
		1	2	3
12.	¿Usted cree que tiene buen alcance y conectividad en las redes sociales?			
13.	¿Usted usa eficientemente las redes sociales para intercambiar información con sus compañeros?			
14.	¿Usted genera nuevos perfiles de redes sociales para interactuar con sus compañeros?			
V. Dimensión funcional		Calificación		
		1	2	3
15.	¿Usted difunde información educativa a través de las redes sociales con sus compañeros?			
16.	¿Usted usa las redes sociales como herramienta de comunicación bidireccional?			
17.	¿Usted usa eficientemente las redes sociales para una participación activa con sus compañeros?			

Muchas gracias por su participación