



Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión
Facultad de Medicina Humana
Escuela Profesional de Enfermería

**Adicción a redes sociales y autoestima en adolescentes de secundaria de la Institución
Educativa Julio C. Tello, Huacho-2025**

Tesis

Para optar el Título Profesional de Licenciado(a) en Enfermería

Autores

Carlos Alexander Cadillo Flores
Romina Yahaira Chiroque Cucho

Asesor

Dr. Gustavo Augusto Sipan Valerio

UNIV. NAC. JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN
Dr. Gustavo Augusto Sipan Valerio
Docente de la U.N.J.F.S.C. PERÚ
D.N.U. N° 181

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)

Facultad Medicina Humana
Escuela Profesional de Enfermería

METADATOS:

DATOS DEL AUTOR (ES):		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	FECHA DE SUSTENTACIÓN
Cadillo Flores, Carlos Alexander	75080752	10/08/2026
Chiroque Cucho, Romina Yahaira	75246972	10/08/2026
DATOS DEL ASESOR:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Sipan Valerio, Gustavo Augusto	15612829	https://orcid.org/0000-0001-5642-3035
DATOS DE LOS MIEMROS DE JURADOS PREGRADO:		
APELLIDOS Y NOMBRES	DNI	CÓDIGO ORCID
Oscuvilca Tapia, Elsa Carmen	15599970	https://orcid.org/0000-0003-0586-875X
Ortiz Chula, Dariela	09911735	https://orcid.org/0009-0003-4444-3903
Pablo Agama, Elizabeth Judith	15580142	https://orcid.org/0009-0008-8347-1735

CHIROQUE CUCHO-CADILLO FLORES 2026-023786-...

ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUC...

 UNIDAD DE INVESTIGACION FMH-PREGRADO 2026

 TESIS DE PREGRADO 2026

 Facultad de Medicina Humana

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trnoid::1:3516035756

Fecha de entrega

24 mar 2026, 10:11 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

24 mar 2026, 10:22 a.m. GMT-5

Nombre del archivo

BORRADOR_DE_TESIS_ALEXANDER_CADILLO_ROMINA_CHIROQUE_2026.docx

Tamaño del archivo

18.2 MB

107 páginas

22.111 palabras

121.034 caracteres



Página 1 de 112 · Portada

Identificador de la entrega trnoid::1:3516035756



Página 2 de 112 · Descripción general de integridad

Identificador de la entrega trnoid::1:3516035756

19% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

17%  Fuentes de Internet

11%  Publicaciones

DEDICATORIA

Dedico el presente trabajo a Dios, por brindarme la vida, la fortaleza y la perseverancia necesarias para culminar esta importante etapa de mi formación profesional.

A mis padres, por su amor incondicional, sacrificio y apoyo constante a lo largo de mi camino académico. Gracias por ser mi guía, mi motivación y el pilar fundamental en cada uno de mis logros.

A mi familia, por su comprensión, paciencia y por estar siempre presentes, impulsándome a seguir adelante a pesar de las dificultades.

Este logro es también de ustedes, quienes han sido parte esencial de este sueño hecho realidad.

CADILLO FLORES, CARLOS ALEXANDER

Dedico la presente tesis a mis padres, por su amor incondicional, su apoyo constante y por ser mi mayor inspiración para alcanzar mis metas.

A mi familia, por su comprensión, motivación y por acompañarme en cada etapa de este camino.

Y a mi enamorado, por su paciencia, apoyo y amor, por estar siempre a mi lado impulsándome a no rendirme.

CHIROQUE CUCHO, ROMINA YAHAIRA

AGRADECIMIENTO

Agradezco en primer lugar a Dios, por iluminar mi camino y darme la fuerza necesaria para no rendirme ante los desafíos.

A mis padres y familia, por su apoyo incondicional, por creer en mí y acompañarme en cada paso de este proceso.

A mi querido abuelo Tino, quien, aunque ya no se encuentra físicamente conmigo, vive en mi corazón y en cada uno de mis logros. Su amor, enseñanzas y recuerdos han sido una fuente constante de inspiración para seguir adelante.

A mi asesor, Lic. Sipan, por su orientación, paciencia y compromiso durante el desarrollo de esta tesis. Gracias por su apoyo constante y por brindarme las herramientas necesarias para culminar este trabajo con éxito.

Finalmente, a todas las personas que, de una u otra manera, contribuyeron a la realización de este trabajo, les expreso mi más sincero agradecimiento.

CADILLO FLORES, CARLOS ALEXANDER

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por guiar mis pasos, por brindarme la fortaleza y la sabiduría para seguir adelante a pesar de las dificultades.

A mis padres y familia, por su apoyo moral y emocional, que ha sido fundamental para lograr este objetivo.

A mis docentes, por compartir sus conocimientos, su orientación y dedicación durante mi formación profesional.

A mi asesor de tesis, por su paciencia, tiempo y valiosos aportes que hicieron posible el desarrollo de este trabajo.

Asimismo, agradezco a todas las personas que, de una u otra manera, contribuyeron en la realización de esta investigación.

CHIROQUE CUCHO, ROMINA YAHAIRA

TABLA DE CONTENIDO

DEDICATORIA	1
AGRADECIMIENTO	2
TABLA DE CONTENIDO.....	4
RESUMEN	10
ABSTRACT.....	11
INTRODUCCIÓN	12
CAPÍTULO I.	1
Planteamiento del problema.....	1
1.1 Descripción de la realidad problemática.....	1
1.2 Formulación del problema	5
1.2.1 Problema general.....	5
1.2.2 Problemas específicos.....	5
1.3 Objetivos de la investigación	5
1.3.1 Objetivo general.....	5
1.3.2 Objetivos específicos.....	5
1.4 Justificación de la investigación.....	6
1.5 Delimitaciones del estudio	7
CAPÍTULO II.	9

Marco teórico	9
2.1 Antecedentes de la investigación	9
2.1.1 Investigaciones internacionales	9
2.1.2 Investigaciones nacionales.....	11
2.2 Bases teóricas.....	16
2.3 Bases filosóficas.....	33
2.4 Definición de términos básicos	34
2.5 Hipótesis de investigación	36
2.5.1 <i>Hipótesis general</i>	36
2.5.2 <i>Hipótesis específicas</i>	36
2.6 Operacionalización de las variables.....	37
CAPÍTULO III.....	39
Metodología	39
3.1 Diseño metodológico	39
3.2 Población y muestra.....	40
3.2.1 <i>Población</i>	40
3.2.2 <i>Muestra</i>	40
3.3 Técnicas de recolección de datos	42
3.4 Técnicas para el procesamiento de la información	44

CAPÍTULO IV. Resultados	45
4.1 Análisis de resultados	45
4.2 Contrastación de hipótesis	53
CAPÍTULO V.....	57
Discusión.....	57
5.1 Discusión de resultados.....	57
CAPÍTULO VI.....	64
Conclusiones y recomendaciones	64
6.1 Conclusiones.....	64
6.2 Recomendaciones	65
CAPÍTULO VII.	67
Referencias.....	67
7.1 Fuentes documentales	67
7.2 Fuentes bibliográficas	67
7.3 Fuentes hemerográficas	67
7.4 Fuentes electrónicas.....	67
ANEXOS	78

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	45
Datos generales de los adolescentes de secundaria de la I.E. Julio C. Tello en Huacho, 2025.....	45
Tabla 2	49
Nivel de adicción a las redes sociales relacionado a la Autoestima de los adolescentes de secundaria de la I.E. Julio C. Tello en Huacho, 2025	49
Tabla 3	50
Nivel de Obsesión por las redes sociales relacionado a la Autoestima de los adolescentes de secundaria de la I.E. Julio C. Tello en Huacho, 2025	50
Tabla 4	51
Falta de control personal en el uso de redes sociales relacionado a la Autoestima de los adolescentes de secundaria de la I.E. Julio C. Tello en Huacho, 2025.....	51
Tabla 5	52
Nivel de uso excesivo de las redes sociales relacionado a la autoestima de los adolescentes de secundaria de la I.E. Julio C. Tello en Huacho, 2025	52
Tabla 6	53
Correlación de la Adicción por las redes sociales con la Autoestima	53
Tabla 7	54
Correlación de la Obsesión por las redes sociales con la Autoestima	54
Tabla 8	55

Correlación de la Falta de control personal en el uso de las redes sociales con la Autoestima	55
Tabla 9	56
Correlación del Uso excesivo de las redes sociales con la Autoestima	56

INDICE DE ANEXOS

Anexo 1	78
CONSENTIMIENTO INFORMADO	78
Anexo 2	79
CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES	79
Anexo 3	84
CUESTIONARIO DE AUTOESTIMA.....	84
Anexo 4	86
Matriz de consistencia	86
Anexo 5	87
Procesamiento de datos en excel	87
ANEXO 06	91
Procesamiento de datos en SPSS.....	91
ANEXO 07	93
Recolección de datos	93

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la autoestima en los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025. La metodología fue tipo básica, con un nivel correlacional con diseño no experimental y con enfoque cuantitativo utilizando como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario sobre la adicción a las redes sociales (ARS) y autoestima con 27 y 11 ítems respectivamente, en la cual participaron 88 adolescentes entre hombres y mujeres de nivel secundario. En los resultados se evidencia que un 56,8% (50 encuestados) de los adolescentes presenta un nivel medio con respecto a la adicción a las redes sociales, con un 68,2% (60 encuestados) muestra una autoestima media, lo cual indica que predomina en ambas variables un nivel intermedio. Además se observa que la adicción alta está presente con un 20,5% (18 encuestados) adolescentes y una adicción baja conformada por un 22,7% (20 encuestados), además la relación de la adicción a las redes sociales con la autoestima es negativa muy débil, porque hay un $p=0.147$. Se concluye que la adicción a las redes sociales tiene una relación negativa muy débil en la autoestima de los adolescentes de nivel secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025, ya que el valor de $p = 0.147$ ($p < 0.05$) por lo cual se concluye que se rechaza la hipótesis alterna.

Palabras claves: Adicción, redes sociales, autoestima, adolescentes.

ABSTRACT

The objective of this study was to determine the relationship between social media addiction and self-esteem in secondary school students at the Julio C. Tello-Huacho institution in 2025. The methodology was basic, with a correlational level, a non-experimental design, and a quantitative approach. The survey technique was used, and the instrument was a questionnaire on social media addiction (SMA) and self-esteem with 27 and 11 items respectively. Eighty-eight male and female secondary school students participated. The results show that 50 (56.8%) of the adolescents exhibit a medium level of social media addiction, while 60 (68.2%) show medium self-esteem, indicating a predominance of intermediate levels in both variables. Furthermore, high addiction is present in 18 (20.5%) adolescents, and low addiction in 20 (22.7%). The relationship between social media addiction and self-esteem is very weak and negative, with a p-value of 0.147. It is concluded that social media addiction has a very weak negative relationship with the self-esteem of secondary school students at the Julio C. Tello Educational Institution in Huacho, 2025, since the p-value is 0.147 ($p < 0.05$), leading to the rejection of the alternative hypothesis.

Keywords: Addiction, social networks, self-esteem, adolescents.

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es la fase de la vida que va después de la niñez hasta antes de la edad adulta, es una etapa muy importante ya que representa un desarrollo humano, así como también el cómo se sienten, piensan, toman decisiones e interactúan con su entorno (OMS, 2023).

Con relación a ello se evidencia que los adolescentes son los que tienen mayor acceso y dan mayor uso a las redes sociales, ya que según INEI (2023) comenta que son los jóvenes de 19 a 24 años los que más acceden a internet conformando el 93,8%, seguido de adolescentes con 12 a 18 años de edad conformando un 87,0%. Además, podemos decir que la autoestima se puede ver afectada por la adicción a las redes sociales. Ya que según Mendoza y Ramos (2019) señalan que la autoestima es el aprecio, aceptación personal y una necesidad humana básica, sin embargo, el nivel de autoestima varía mucho en las personas, principalmente en los adolescentes, porque esta dependerá del entorno social como la escuela, en la familia y otros ambientes sociales.

Coincidiendo con ello sale a resaltar la teoría de Florence Nightingale, ya que refiere que las enfermeras tienen la responsabilidad sobre el cuidado del entorno del paciente, su comodidad e higiene. Esta teoría al ser relacionada con la situación actual tiene relación, ya que la autoestima puede llegar a ser vulnerada al entorno de las redes sociales, donde se busca la aceptación a través de un like y comentarios superficiales, dejando de lado lo más importante que es su autoestima y su autoaceptación personal.

Por ello se realizará el presente trabajo de investigación la cual estará conformada por los capítulo I, Planteamiento del problema; capítulo II, Marco teórico; capítulo III, Metodología; capítulo IV, Recursos presupuesto y cronograma Resultados; capítulo V, Referencias bibliográficas, Anexos.

CAPÍTULO I.

Planteamiento del problema

1.1 Descripción de la realidad problemática

Cano y Arenas (2022). En su trabajo de investigación, hablan sobre cómo la tecnología ha crecido mucho en los últimos años al igual que las redes sociales. Estas son de gran importancia, ya que hay un gran número de personas que están activas en los medios sociales en todo el mundo, el tiempo que le damos a estas fuentes de entretenimiento como el Facebook, WhatsApp e Instagram es mucho mayor a comparación con años anteriores. Sin embargo, es visto como algo normal, aunque la alteración de la salud en la conducta sea una de sus consecuencias . Por ello es indispensable moderarse en el uso de las redes sociales para que a futuro no sea un problema que altere nuestra salud mental y podamos gozar de una buena autoestima.

Rubilar (2022) comenta que la autoestima en los adolescentes suele ser inestable lo cual forma parte de la aceptación personal. Esta es fundamental para nuestro desarrollo ya que a lo largo de la vida influye con la calidad de vida, la productividad y sobre todo con relación a la salud mental .

Fagundes et al., (2021) Agrega que, la autopercepción con relación a la autoestima nos ayudará a ver lo bueno y lo malo de una persona misma, como una forma de calificarnos o autoevaluarnos . Por ello la autoestima nos ayudará a respetarnos, valorarnos y aceptarnos, a pesar de los defectos que tengamos.

También podemos decir que la adolescencia es la etapa en la que no solo se desarrollará la identidad. Por ello se realizó un estudio sobre posibles riesgos a causa del uso por las redes sociales y su uso excesivo en estudiantes de Latinoamérica, según las investigaciones de los

últimos diez años ya que estas plataformas digitales cada vez son más utilizadas por jóvenes de entre 16 y 24 años de edad, por lo cual es un periodo de vida importante para el desarrollo emocional, así como también la parte psicosocial, por ello es de mucha importancia saber el impacto que ocasionan las redes sociales en los adolescentes y reconocer si hay presencia de adicción a estas, ya que habrá consecuencias en su salud mental (Armaza, 2023). A consecuencia de la adicción de las redes sociales, podría provocar una baja autoestima y, a la vez, desarrollar ansiedad y depresión.

Sánchez (2022) en su estudio estadístico a nivel mundial hace una comparación entre el año 2020 y 2021 con relación al número de usuarios. Esta investigación señala que son 4.80 billones de personas conectadas, con un crecimiento anual entre julio de 2020 y julio de 2021 del 5.7%, lo que significa 257 millones más de personas que hacen uso del internet, debido a ello el crecimiento de las personas activas en las redes sociales en un 13.1% en el periodo de julio de 2020 a julio 2021, lo que significó un aumento de 520 millones de usuarios a nivel mundial, esto es, alrededor de casi 15.5 nuevos usuarios cada segundo . Cada año van aumentando las personas en redes sociales al igual que su uso y en el futuro la tecnología seguirá innovándose, por lo cual la demanda seguirá en aumento.

Soria y Villegas (2024) pusieron en evidencia en su investigación que los adolescentes son los más vulnerables a desarrollar adicción a las redes sociales, resultando 167 adolescentes de 406 con baja autoestima, por tanto señalan reformar el autoestima en las instituciones educativas, así como también dar a conocer las consecuencias que traen consigo esta problemática de las redes sociales que puede ser beneficioso pero a la vez perjudicial para los más jóvenes.

Gutierrez y Gutierrez (2022) en el contexto nacional se han reportado diversos estudios sobre el uso de las redes sociales. Estos estudios nos dicen que parte de los adolescentes reportaron un uso inadecuado de las redes sociales, conformando el 55%, por otro lado, 1 millón 521 mil personas que viven en Arequipa, incluyendo 132,011 adolescentes, de los cuales 6 de cada 10 utilizan redes sociales. A la vez se encontró que el 18% de los adolescentes se encuentra más de 6 horas en línea, principalmente en redes sociales como la aplicación de Facebook con un 90% de uso y WhatsApp con un 81% . En otras palabras, en el Perú hay presencia en su mayoría de un alto uso del celular y por ende de las redes sociales, principalmente en adolescentes.

Instituto Nacional de Estadística e Informática (2022) Con relación a ello, no solo los adolescentes son los más vulnerables a tener problemas en su salud mental ya que los niños también son propensos al mal uso de las redes sociales. Por ello, los adolescentes de 12 a 17 años de edad, el acceso del internet llegó al 84,2%; en la de 6 a 11 años, al 59,7%, estos resultados, comparados con el año 2021, se evidencia un alto acceso de internet en la población que consta de 6 a 11 años de edad con 7,7 puntos porcentuales que en la de 12 a 17 años con 5,4 puntos porcentuales . Esto quiere decir que el exceso al internet, y por ello a las redes está presente en adolescentes, pero también en los niños debido a que no cuentan con una buena supervisión de sus padres.

Colonio (2023) Analizando el fenómeno de la adicción a las redes sociales en adolescentes latinoamericanos, por medio del recuento de diferentes estudios se llega a la conclusión de que la mayoría de los estudios revelaron altos niveles de adicción a las redes sociales en más de la tercera parte de la población adolescente, trayendo así, distintas consecuencias negativas consigo relacionadas con la aparición de conductas violentas, descuido

de las actividades cotidianas y la presencia de distorsiones cognitivas que impiden percibir el uso problemático de las redes sociales.. Este estudio nos permite ver la problemática que se vive en la actualidad, así mismo las consecuencias detrás de la adicción a las redes sociales, lo cual pondría en riesgo algunos hábitos que podrían llegar a perjudicar su futuro.

OMS (2025) En todo el mundo, uno de cada siete jóvenes de entre 10 y 19 años padece algún tipo de trastorno mental, lo que representa el 15 % de la carga mundial de morbilidad para este grupo etario. Por otro lado, el suicidio es la tercera causa de defunción en las personas de 15 a 29 años. Cuando un trastorno de salud mental se da en la adolescencia y no se solucionan esos problemas internos, sus consecuencias se extienden a la edad adulta, perjudicando así su salud física y mental, lo cual, limitaría sus posibilidades de llevar una vida plena en el futuro. Además esta etapa es crucial para el desarrollo de muchos ámbitos, por lo cual es fundamental la formación del autoestima lo que dará seguridad de quienes son y de lo que quieran lograr en su futuro.

Tras realizar nuestras prácticas preprofesionales en la institución educativa Julio C. Tello pudimos evidenciar las diferentes problemáticas en las aulas de dicha institución, lo cual quisimos profundizar más a través de nuestra investigación priorizando la autoestima en el contexto de las redes sociales siendo estas muy usadas por los adolescentes hoy en día.

Por ello vemos importante la realización de la siguiente problemática. ¿Cuál es la relación entre la adicción a redes sociales y la autoestima que tienen los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C Tello - Huacho, 2025?; Para así poder conocer el comportamiento adictivo a estas redes que envuelven a los adolescentes en busca de entretenimiento, entre otros motivos que podrían estar asociados a la autoestima de los estudiantes para evitar factores que puedan poner en riesgo variables como el aislamiento lo

social, depresión y hasta posibles pensamientos suicidas de los adolescentes de la institución ya mencionada.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cuál es la relación entre la adicción a redes sociales y la autoestima en los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025?

1.2.2 Problemas específicos

¿Cómo la obsesión por el uso de redes sociales se relaciona con la autoestima de los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025?

¿Cómo la falta de control personal por el uso de redes sociales se relaciona con la autoestima de los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025?

¿Cómo el uso excesivo de las redes sociales se relaciona con la autoestima de los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la autoestima en los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025.

1.3.2 Objetivos específicos

Identificar la relación entre la obsesión por el uso de redes sociales con la autoestima de los estudiantes de secundaria.

Identificar la relación entre la falta de control personal por el uso de redes sociales con la autoestima de los estudiantes de secundaria.

Identificar la relación entre el uso excesivo de las redes sociales con la autoestima de los estudiantes de secundaria.

1.4 Justificación de la investigación

Conveniencia

(Soto, 2022) Será conveniente realizar este trabajo de investigación debido a que se logrará conocer la relación entre la adicción de redes sociales y la autoestima en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Julio C. Tello- Huacho en el año 2025, por el beneficio de la salud mental de los adolescentes ya que es fundamental para formar vínculos saludables, manejar el estrés, trabajar de forma productiva y vivir de forma plena . En caso se encuentre dependencia o adicción a las redes sociales, se buscará relacionar con la autoestima para poder ser útil a las autoridades de dicha institución y hacer frente al problema, ya que puede estar afectando gravemente la autoestima de los adolescentes.

Relevancia social

(Acevedo, 2024) Las redes sociales desempeñan un papel crucial en la vida de los adolescentes, siendo su mayor oportunidad de expresión personal hacia la sociedad, y a la vez una dirección para la construcción de su identidad, la cual se puede vulnerar por el cyberbullying, dislikes, malos comentarios por tanto, por ser un arma de doble filo los adolescentes deben de contar con el apoyo de su entorno principalmente los padres, para reforzar el autoestima de los mismos.

Implicancia práctica

Con el planteamiento del problema se buscará hallar una relación, la cual es poner en evidencia alteraciones en nuestra autoestima a causa del uso excesivo de las redes sociales. Para ello se contará con la participación de los adolescentes del nivel secundario de la Institución

Educativa Julio C. Tello en Huacho. Durante esta intervención se enfocará en métodos de estudio los cuales ayudaron a analizar el grado de la autoestima y reconocer comportamientos de adicción de las redes sociales.

Valor teórico

La presente investigación contribuye a la ampliación y profundización del conocimiento científico sobre la adicción a las redes sociales y su relación con la autoestima en adolescentes. Asimismo, los resultados de este estudio aportarán evidencia de la verdadera situación entre los adolescentes de dicha institución lo cual será a la vez muy provechoso para diversas investigaciones reales en un futuro, sobre el impacto del uso excesivo de las redes sociales en la percepción que los adolescentes tienen de sí mismos.

Utilidad metodológica

Se aplicarán encuestas a los estudiantes adolescentes para así obtener información de forma rápida y confiable. Así mismo este estudio de investigación será de ayuda para futuras investigaciones de tipo no experimental relacionados con el campo de la salud, se utilizaron instrumentos importantes que pueden ser utilizados en otras investigaciones.

1.5 Delimitaciones del estudio

Delimitación espacial

El proyecto se realizó en Perú, en el departamento de Lima en la provincia de Huaura, distrito de Huacho donde se encuentra ubicada la Institución Educativa Julio C. Tello en el año 2025.

Delimitación social

(OMS, s. f.) La adolescencia según la Organización Mundial de la Salud es la fase de la vida que va después de la niñez hasta antes de la edad adulta, propiamente dicho de 10 hasta los

19 años. Representa una etapa singular del desarrollo humano y un momento importante para sentar las bases de la buena salud. Por lo cual este trabajo de investigación está dirigido a los estudiantes que pertenezcan al nivel secundario.

Delimitación temporal

El proyecto se desarrollará desde Julio del 2025 hasta Febrero del 2026.

Delimitación conceptual

Este trabajo de investigación tuvo como variables a la adicción a las redes sociales y la autoestima de los adolescentes. Por lo cual la investigación se desarrolló en la Institución Educativa Julio C. Tello en Huacho.

CAPÍTULO II.

Marco teórico

2.1 Antecedentes de la investigación

2.1.1 Investigaciones internacionales

Burgos (2022) realizó un trabajo de investigación con el objetivo de reconocer la influencia de la adicción del Instagram y Facebook en la autoestima en un grupo de estudiantes del municipio de Apartadó en Colombia; 92 adolescentes de ambos sexos formaron parte de la investigación, con una metodología cuantitativa, de tipo correlacional no experimental, para recolectar la información se utilizará la Escala de Autoestima de Rosenberg y el Test de Adicción a las Redes Sociales. Se obtuvo como resultado que en el primer factor que está conformado por 10 ítems con un (46.59%), en el segundo factor con un (6.25%), incluyó 6 ítems, en el tercer factor con un (4.65%) que estuvo constituido por 8 ítems, los cuales se refieren a las dificultades para controlar el uso las redes sociales, indicando el exceso en el tiempo uso, indicando el hecho de no poder controlarse cuando usa las redes sociales y no ser capaz de disminuir la cantidad de uso de las redes.

León (2022) realizó una tesis con el objetivo de conocer la relación con el nivel de dependencia a la red social Instagram y la autoestima en adolescentes de un centro educativo del área metropolitana en Guatemala; la metodología de la investigación utilizó un enfoque cuantitativo, utilizando el muestreo probabilístico con población finita, se aplicaron escalas a la población estudiantil de nivel secundario en un centro educativo de la metropolitana en Guatemala, como resultado se obtuvo un nivel de autoestima muy bajo conformada por el 77%, a la vez el 76% de los estudiantes presenta dependencia severa a la red social Instagram, por otro lado, se obtuvo que a mayores niveles de dependencia a la red social Instagram, habría menores

niveles de Autoestima. Concluyendo que se conoce acerca de la problemática actual sobre el abuso de redes sociales y su correlación con la autoestima.

Ma. C. M. N (2022) realizó una investigación la cual tuvo como objetivo explorar las relaciones entre diferentes tipos de actividades que realizamos en las redes y que efectos traen a la autoestima, y examinó si las relaciones varían según el género, tuvo una metodología descriptiva y correlacional y la muestra estuvo conformada por 193 estudiantes (57,5% varones; 52.5% mujeres) que tienen de 12 a 19 años, se utilizaron cuestionarios calificando e identificar el uso de sus actividades en las redes sociales, a la vez se optó por la escala de Rosenberg conformado por 10 ítems. Asimismo, se examinó si estas relaciones varían según el género. De manera inesperada, las asociaciones entre las actividades en línea y la autoestima no fueron significativas ($p > 0,05$). El análisis mostró que el género moderó las relaciones entre las actividades de interacción social y la autoestima. Las mujeres reportaron niveles más altos de participación en actividades de interacción social y de autoestima en comparación con los varones. En conclusión, es importante conocer el impacto de las redes sociales en los adolescentes y tener en cuenta las actividades que se realizan en ellas. El presente estudio muestra la importancia de evaluar los diferentes tipos de actividades en línea como un predictor para comprender el impacto del uso de las redes sociales entre los adolescentes.

Alcántara y Juan (2020) realizaron un trabajo de investigación con el objetivo de la búsqueda de una posible incidencia de la Redes Sociales en la autoestima de los adolescentes y el posterior análisis de los hallazgos, Argentina; se utilizó una encuesta de su propia elaboración con un diseño no experimental, descriptivo y transversal para el relevamiento de información de tipo exploratorio, no definitivo, 221 adolescentes conformaron la muestra de 12 a 17 años, de un colegio de Córdoba y de Villa Carlos Paz, en los resultados se obtuvo que el 25, 8% tienden a

compararse con quienes siguen en las redes sociales, el 22,6% consideran que a quienes siguen tienen una vida mejor que la suya, por otro lado el 14,9% confirmó que utilizar las redes sociales influye en su modo de ser. Por ello se concluye que la influencia de las redes sociales es significativa en la autoestima y en la manera de pensar de los adolescentes.

Gutierrez (2020) realizó una tesis con el objetivo de conocer la relación entre la Adicción por Redes Sociales y Autoestima en estudiantes de la Unidad Educativa Particular Miguel de Cervantes Saavedra en la Ciudad de La Paz, Bolivia; la muestra está conformada 75 estudiantes de entre 15 a 17 años, el estudio es de tipo descriptiva Correlacional y diseño transaccional, se aplicó un instrumento sobre la Autoestima propuesta por Stanley Coopersmith y el Cuestionario (ARS) propuesto por Ecurra y Salas (2014), se obtuvo que la mayoría de los adolescentes poseen una adicción a las redes sociales de nivel moderada con 58%, por otro lado, el 48% tienen autoestima alta, 24% tienen autoestima media, el 2% autoestima baja y 26% tienen una autoestima muy alta. En conclusión, hay un nivel moderado de adicción y autoestima alta, a la vez se encuentran niveles de adicción grave por ello no se quita la gravedad.

2.1.2 Investigaciones nacionales

Ticona (2025) en su investigación, tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 “Emilio Romero Padilla”, Puno – 2024. El estudio fue de enfoque cuantitativo, no experimental, transversal y correlacional. La población fue de 197 estudiantes, y se seleccionó una muestra de 131 estudiantes mediante muestreo probabilístico estratificado. La técnica que se utilizó fue encuesta y el instrumentó fueron los cuestionarios como instrumentos de recolección de datos como el cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Los resultados mostraron que existe una relación positiva y

significativa, en cuanto a los niveles de autoestima, el 48% presentaron autoestima baja, el 30% autoestima media y el 22% autoestima alta. Por otro lado, el 69% de los estudiantes mostró un nivel alto de adicción a las redes sociales. Se concluye que existe una relación directa y significativa entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en los adolescentes de dicha institución.

Estrada (2025) esta investigación tuvo como objetivo evaluar la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores. La cual tuvo un enfoque cuantitativo con un método hipotético-deductivo, tipo básico, con un diseño no experimental y un nivel correlacional. La muestra fue de 236 alumnos de 1° a 5° de secundaria varones o mujeres, con edades comprendidas entre los 12 y 17 años, quienes fueron evaluados mediante el Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) y el Inventario de autoestima de Coopersmith. Los resultados con respecto a las dimensiones, obsesión por las redes sociales (90.7%), falta de control personal (86%), uso excesivo de las redes sociales (84.3%), además el 59.7% manifestó un nivel bajo de autoestima. Se concluyó que, si los estudiantes adolescentes evidencian una elevada adicción a las redes sociales, su autoestima disminuirá.

Merino y Zamora (2023) El objetivo de su investigación fue conocer el nivel de relación que existe entre el uso de las redes sociales y la autoestima de los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa No. 16520 Ricardo Palma, San Ignacio, Cajamarca, 2023. En el aspecto metodológico, esta investigación tuvo un enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo-correlacional, no experimental. En cuanto a la población de estudio fue aproximadamente 42 estudiantes, siendo esta la muestra. Se obtuvo como resultado que la mayoría de los estudiantes muestran un nivel bajo en cuanto al uso de las redes sociales, en un 55%, el 33% se establece

como medio y el 12% muestra un nivel alto, además se observa que 2 estudiantes están dentro del nivel de autoestima bajo con 5%; 22 estudiantes están dentro del nivel de promedio bajo con 52%; 14 estudiantes están en el nivel de promedio alto con 33%; 4 estudiantes están en el nivel de autoestima alta con 10 %. Se concluye que existe relación positiva y significativa entre las redes sociales y la autoestima, las redes sociales y los medios digitales de comunicación han impactado profundamente los valores de nuestra sociedad, transformando apariencias, estatus e idealizando una vida perfecta y bajando la autoestima de los adolescentes.

Iglesias y Minetto (2022) el objetivo de su investigación fue comprender cómo se relaciona la adicción a redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte; este estudio es no experimental y correlacional. La muestra fue conformada por 216 estudiantes entre 12 a 16 años y de ambos sexos, los cuales resolvieron un cuestionario sobre el (ARS) y la (EAR), como resultados se encontró que el 64.8% de la población presenta un nivel regular de adicción a las redes sociales, el 18.5% usa ocasionalmente, 11.1% presenta un uso riesgoso y tan solo el 5.6% tiene un uso problemático, respecto al autoestima el 52.7% presenta un nivel moderado, 30.6% un nivel bajo y el 16.7% presenta un nivel alto. En conclusión, aunque los resultados son moderados puede ocasionar con el tiempo algo perjudicial para la autoestima en los adolescentes, en caso no se corrigiera el hábito.

Rufino (2021) en su investigación el cual tuvo como objetivo identificar la relación entre la autoestima y la dependencia por las redes sociales en los adolescentes de nivel secundaria de la institución matemática San Rafael Carabayllo-Lima 2021; el estudio tuvo como muestra a 107 adolescentes de primero a quinto año de secundaria de los cuales 42 eran hombres y 65 mujeres con edades de entre 12 a 17 años, el estudio fue cuantitativo de tipo básica, no experimental y

correlacional, se utilizó el Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) de Ecurra y Salas y un Instrumento de autoestima. Se obtuvo como resultado un nivel alto en todas las dimensiones de autoestima, siendo estas: sí mismo (38,3%), social (43%), hogar (43%), y escuela (35,5%) indicando un desarrollo positivo de la autoevaluación, vinculado a aspectos sociales, académicos y en el hogar. En la dimensión de la adicción a las redes sociales se observa en la mayoría un nivel bajo (51,4%). Como conclusión, se puede inferir que hay presencia de una relación significativa, por lo tanto, mientras la adicción a las redes sociales sea alta, la autoestima en los estudiantes será baja.

Silva (2020) trató de averiguar la relación entre la funcionalidad familiar, el nivel de autoestima y la adicción a las redes sociales en estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de la Institución Educativa San Ramón La Recoleta - Cajamarca en el año 2019, la muestra estuvo conformada por 225 estudiantes adolescentes de dicha institución de entre 14 a 18 años, el estudio fue correlacional, descriptivo y transversal, para la recolección de datos se utilizaron cuestionarios, el test de APGAR, de Adicción a Redes Sociales, en los resultados se obtuvo que los adolescentes que tienen disfunción familiar conforman el 68,9%, por otro lado, el 63,6% tienen autoestima media, los adolescentes que tienen baja autoestima conforman el 24,8% y el 53.8% tienen adicción a redes. En conclusión, si la disfunción familiar es alta, la autoestima será baja y a consecuencia de ello, la adicción a las redes sociales aumenta significativamente.

Rimari (2024) a través de su investigación el cual tuvo como objetivo identificar cómo la adicción a las redes sociales se relaciona con las habilidades sociales en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa en Lima Norte, se evaluó una muestra de 170 estudiantes del colegio estatal Santa Isabel, ubicado en el distrito de Carabayllo, en Lima Norte. La investigación tuvo un enfoque correlacional y un diseño de corte transversal. Se emplearon como

instrumentos, el cuestionario de Adicción a Redes Sociales – ARS y la Lista de Chequeo y Evaluación de Habilidades Sociales. Como resultado se encontró que uniendo ambas variables se encontró un nivel alto en adicción de las redes sociales y un nivel medio de la variable de habilidades sociales, con porcentaje de 85.71%. En conclusión, los niveles moderados de habilidades sociales en los adolescentes siendo influenciados por las redes sociales, siendo esta demostrado por un nivel alto de adicción, podría a un futuro influenciar a la vez en la autoestima de los alumnos de dicha institución.

Paricahua (2024) en su estudio realizado con el propósito de determinar la relación entre adicción a redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa de Lima Sur, la muestra fue de 309 adolescentes. La investigación utilizó diseño no experimental y tipo correlacional. Se usó el cuestionario para la recolección de datos para ambas variables. Los resultados reflejaron que en términos de desarrollar adicción a redes sociales 27.5% de adolescentes evaluados presentó niveles bajos, el 47.9% niveles moderados y el 24.6% niveles altos; por otro lado, para habilidades sociales el 24.6% presentó niveles altos, el 49.8% medios, y el 25.6% bajos, demostrando que mayores niveles de riesgo de adicción a redes sociales, indicará menores niveles de desarrollo de habilidades sociales.

Peralta (2023) señala en su investigación cuál objetivo fue determinar si el uso de las redes sociales se relaciona con el aprendizaje significativo en estudiantes de nivel secundaria de la I.E.P. Rubén Darío – 2022 Santa María – Huaura. El diseño empleado ha sido el básico, no experimental transversal, es de nivel correlacional, la muestra fue de 73 estudiantes del nivel secundario de la I.E.P. Rubén Darío. Resultando que el 35.6% ha afirmado que casi siempre hacen uso de las redes sociales, el 30.1% solo a veces hacen uso, mientras un 16.4% manifiesta siempre hacerlo. Asimismo, el 43.8% indica que prefieren solo a veces usar las redes sociales en

su tiempo libre que cuando están en clase, el 19.2% indica que nunca lo utilizan en sus tiempos libres, mientras un 17.8% manifiesta siempre hacerlo. En conclusión, el uso de las redes sociales con el aprendizaje se relaciona significativamente en los estudiantes analizados.

2.2 Bases teóricas

Teoría psicodinámica de Hildegard Peplau

Peplau (1991) Menciona que la teoría de las relaciones interpersonales de Hildegard E. Peplau concibe la enfermería como un proceso interpersonal terapéutico, mediante el cual el profesional de enfermería interactúa con el paciente con el propósito de favorecer el logro de metas de salud, promover el crecimiento personal y manejar la ansiedad generada por la enfermedad. Esta teoría se desarrolla a través de cuatro fases claramente definidas: orientación, identificación, trabajo o explotación y resolución, las cuales estructuran la relación enfermero-paciente y orientan el cuidado integral.

Peplau (1991) sitúa la relación enfermero-paciente como el eje central del cuidado de enfermería, resaltando la importancia de la comunicación terapéutica, la empatía y la participación activa del paciente en el proceso de atención. Desde esta perspectiva, la interacción interpersonal constituye un elemento esencial para comprender las respuestas emocionales del paciente y facilitar su adaptación frente a la enfermedad, fortaleciendo así su bienestar psicológico y social .

Esta teoría resulta pertinente para el presente estudio, debido a que se enfoca en la dimensión comunicacional y relacional del proceso de cuidado, aspectos directamente vinculados con las variables analizadas. En el contexto de la atención en salud, la calidad de la comunicación enfermero-paciente influye significativamente en la percepción del cuidado

recibido y en el desarrollo de la autoestima del paciente, especialmente en entornos clínicos donde la interacción continua es fundamental.

Abera et al. (2023) Diversos estudios contemporáneos confirman la vigencia y aplicabilidad del modelo de Peplau en la práctica de enfermería, aplicaron esta teoría para evaluar la comunicación terapéutica en hospitales públicos de Etiopía, encontrando que factores como la empatía, el nivel de estrés del profesional y la participación del paciente se relacionan significativamente con la calidad de la comunicación enfermero-paciente.

Asimismo, Wuthisartkul et al. (2022) emplearon el modelo de Peplau en el ámbito educativo, demostrando mejoras en las habilidades interpersonales de los estudiantes de enfermería, lo que evidencia su utilidad tanto en contextos asistenciales como formativos.

En el presente estudio, se adopta la teoría de Peplau como marco teórico de referencia, considerando sus fases: orientación, identificación, trabajo y resolución como categorías analíticas. A partir de este enfoque, se analizará cómo la comunicación terapéutica y la relación enfermero-paciente influyen en la autoestima, permitiendo una comprensión integral del fenómeno estudiado desde una perspectiva teórica sólida y vigente.

Teoría del Entorno de Florence Nightingale

Ramírez et al., (2023) Señala que el entorno físico, emocional y social es importante para la recuperación del paciente. Por ello Nightingale refiere que las enfermeras tienen la responsabilidad total sobre el cuidado del medio ambiente, comodidad e higiene de la persona cuidada para su debido restablecimiento, por otro lado, afirma que es esencial ciertos recursos básicos para la buena salud de las personas las cuales se relacionan con la salubridad del entorno como el aire y agua pura, desagües eficaces, limpieza y luz, de lo contrario se obtendrán como resultado diversas enfermedades que pueden originar una infección y terminar en la muerte del

paciente . En conclusión, la salud de los pacientes y de los individuos en general puede ser perjudicada si se encuentran expuestas en un ambiente en escasas condiciones de higiene y salubridad.

En relación a ello, en la actualidad las redes sociales forman parte del entorno que nos rodea a nivel mundial. Por tanto, esta teoría planteada por Florence Nightingale con respecto al medio ambiente es fundamental ya que influye directamente en el bienestar y confort de la persona, de igual manera puede verse afectada si hay un desequilibrio en el entorno del paciente. Esta teoría a la vez tendrá correlación en el tema de las redes sociales ya que tienen un impacto significativo en la vida de las personas, además estará afectando la salud de las personas si es que se presentan niveles de adicción en la cual pueda generar un impacto negativo en la salud. En concreto la teoría del entorno aporta en las redes sociales haciéndonos saber que una adicción es perjudicial para la salud.

Del mismo modo la teoría del entorno está relacionada con la autoestima. Debido a que si convivimos con personas que nos hacen sentir menos importantes podemos llegar a desarrollar una baja autoestima que estaría perjudicando nuestra salud mental, por ello al estar en un ambiente en el que mediante las redes sociales se busca la aprobación y aceptación de las demás personas por medio de fotos, videos, entre otras publicaciones de nosotros o de lo que poseemos, esto influirá a la autoestima principalmente en los adolescentes de forma significativa ya que son los que están más activos en los medios de entretenimiento. Por tanto, se concluye que la autoestima puede ser afectada por el entorno de los medios sociales.

Modelo cognitivo - conductual Aaron T. Beck

Según Neufeld et al., (2023) Este modelo se basa en pensamientos, emociones y conductas, sostiene que los problemas emocionales y de conducta se originan principalmente en

pensamientos negativos y distorsionados que las personas tienen sobre sí mismas, los demás y el futuro. Según él, no son las situaciones en sí las que causan malestar, sino la interpretación mental que hacemos de ellas; por eso, al identificar, cuestionar y cambiar esos pensamientos por otros más realistas, es posible mejorar las emociones y modificar la conducta.

Teoría de la Comparación de Festinger

Festinger (1954) La teoría de la comparación social, sostiene que los individuos poseen una necesidad innata de evaluarse a sí mismos en relación con sus opiniones, habilidades y características personales. Cuando no existen criterios objetivos que permitan dicha evaluación, las personas tienden a compararse con otros individuos, seleccionando preferentemente a aquellos que consideran similares y evitando la comparación con personas percibidas como demasiado diferentes o inalcanzables

Esta teoría respalda la relación entre el uso de redes y la autoestima, ya que los adolescentes tienden a compararse con los demás constantemente, ya que, los adolescentes por medio de las redes sociales, suelen ver publicaciones idealizadas, vidas perfectas, cuerpos perfectos, viajes, logros, entre otros. Esto genera comparaciones con personas que parecen mejores en varios aspectos, lo cual provocará baja autoestima, insatisfacción corporal, ansiedad o depresión. Para compensar muchos buscan más aprobación social, recayendo o volviendo a reforzar el uso de las redes sociales lo cual se vuelve un círculo sin fin.

Condicionamiento operante Burrhus Frederic Skinner

Según la Organización Panamericana de la Salud (2005) explica que las personas aprenden a comportarse según las consecuencias de sus acciones. Si una conducta trae algo agradable (refuerzo positivo) o elimina algo desagradable (refuerzo negativo), es más probable que se repita; en cambio, si recibe un castigo o una consecuencia negativa, esa conducta tiende a

disminuir. En resumen, este aprendizaje se basa en que el comportamiento depende de las recompensas o castigos que ocurren después de actuar.

Reforzamiento. Comúnmente se define un reforzamiento como el estímulo que refuerza las respuestas de las que es contingente . Así, si insertamos una moneda en una máquina expendedora para obtener un chocolate, el chocolate actúa como reforzamiento para la conducta de poner monedas en la máquina.

Recompensa. La recompensa es el efecto placentero o agradable de una droga. En general, las recompensas son estímulos que proporcionan una motivación positiva para la conducta. Por esta razón, las recompensas son reforzamientos.

Incentivo. El término incentivo se utilizaba originalmente para designar la capacidad de ciertos estímulos para provocar respuestas específicas a cada especie, como orientar, acercarse o explorar. Este término implica que la respuesta es una consecuencia del estímulo (incentivo). Por consiguiente, aunque los reforzamientos actúan como consecuencias de la respuesta, los incentivos actúan como premisas.

Motivación. La motivación consiste en asignar recursos de atención y conducta a estímulos, en relación con sus consecuencias predichas. Por consiguiente, la motivación implica aprender relaciones predictivas (contingencias) entre estímulos neutros y estímulos biológicamente significativos, y entre respuestas y sus resultados. Al aprender de estas contingencias, el sujeto puede actuar de forma que se produzcan los resultados más deseables.

Motivación por incentivo. La respuesta de motivación por incentivo es responder con base en la motivación provocada por un estímulo externo. Responder es una función del valor que el organismo percibe del estímulo. Sin embargo, la respuesta de motivación por incentivo está sujeta a principios condicionantes, y por consiguiente los estímulos asociados con los

estímulos primarios no condicionados pueden adquirir propiedades de motivación por incentivo.

Condicionamiento clásico Iván Pavlov

El condicionamiento clásico explica cómo los adolescentes pueden asociar estímulos de las redes sociales con emociones relacionadas con su autoestima. Por ejemplo, al inicio, una notificación del celular es un estímulo neutro; sin embargo, al asociarse repetidamente con “likes” o comentarios positivos, puede generar automáticamente sentimientos de aceptación y valía personal. Con el tiempo, solo escuchar el sonido de la notificación puede provocar ansiedad o expectativa de aprobación social, influyendo en la autoestima, ya que el adolescente llega a vincular su valor personal con la reacción de los demás en redes.

Adicción a redes sociales

Definición. Rodríguez y Griffiths (2020) la adicción por redes sociales no es un trastorno de salud mental formal. En relación a ello una de las principales preocupaciones en la actualidad es que los jóvenes son los mayores usuarios y consumidores de las redes sociales los cuales podrían ser vulnerables a tener una adicción, por otro lado se verían propensos a sufrir hipertensión, obesidad y, en consecuencia, diabetes mellitus con un aumento del riesgo cardiovascular, ya que la adolescencia es una etapa muy importante en la vida del ser humano debido a los múltiples factores fisiológicos y cambios psicológicos que se producen los comportamientos que se llevan a cabo, junto con estos cambios podrían determinar hábitos relacionados con la salud a largo plazo en la edad adulta. Por esto la adicción a redes sociales presenta consecuencias, las cuales perjudicarán la salud de las personas.

Síntomas por la adicción a las redes sociales. En los adolescentes se hace evidente el mayor uso de las redes sociales lo que trae consigo la adicción a estas. Por ello los síntomas son lo primero que se puede evidenciar, los cuales se detectan cuando la persona comienza a desarrollar

inicios de dependencia que se presentan a través del aislamiento, bajo rendimiento en los estudios o el trabajo, atención centrada en el uso de las tecnologías, la pérdida de control. A ello le agregamos la escasa de la actividad física, falta de sueño, mentir sobre su uso, descuido personal, ansiedad e irritación por estar conectado (Moya et al., 2022). En conclusión, son diversos los síntomas con respecto a la adicción por redes sociales, siendo todas de gran importancia ya que afecta significativamente a nuestra salud.

Causas de la adicción a las redes sociales. Las redes sociales son una fuente de entretenimiento e información, a la vez causa diversas dificultades, referente a ello la adicción a las redes sociales se denomina como el mal uso o el uso excesivo del teléfono, debido a ello pueden presentarse problemas en la conducta como el comportamiento compulsivo, baja autoestima, el sentimiento de estar solo, entre otros, esto refiere que los smartphones son la puerta de entrada de la información y también de una posible adicción (Ramírez, 2022). De acuerdo con ello se concluye que las causas sobre la adicción a redes sociales son variadas, además se enfocan más a nivel conductual.

Conflictos familiares. Los adolescentes al tener problemas en casa, hacen que estos busquen escapar de esa situación a través de las redes.

Dificultades personales. Los problemas de pareja, laborales, sociales u otros aspectos, pueden causar una adicción a las redes sociales, también hay presencia de estrés o ansiedad.

Autoestima baja. Las redes sociales permiten crear un perfil que no concuerda con la personalidad de una persona con poca autoestima.

Normalización de la conducta. Revisar las redes sociales constantemente está normalizado hoy en día, ya que todos interactuamos de la misma manera.

Ego. Al mostrar vidas perfectas en las redes, la persona refuerza su conducta al tener la aprobación social en forma de likes y suele confundir la aceptación virtual con lo real.

Sentimiento de soledad. El no poseer estrategias de afrontamiento ante la convivencia consigo mismo, facilitan que el sujeto cree un estado de dependencia hacia las redes.

Consecuencias en la adicción a las redes sociales. Según Haji (2020) refiere que las redes impactan de diferentes maneras estas pueden ser perjudiciales y a la vez pueden ser muy útiles. Por otro lado, señala que las consecuencias se dan por un mal uso de las redes sociales, por ello la adicción se da por el uso errado de las mismas haciendo que se presenten ciertas complicaciones para los adolescentes ya que son ellos los que tienen más acceso a estos medios, estos pueden desarrollar problemas tanto en la escuela, a nivel familiar o en su salud entre otros problemas que se puedan presentar esta la muerte siendo esta la consecuencia más impactante. Concluyendo de acuerdo a ello el uso de las redes sociales deben ser supervisadas para que no se puedan presentar dificultades tanto en el comportamiento y en la salud de los adolescentes.

Trastornos del sueño. Las horas de dormir se verán afectadas, ya que los adolescentes se mantienen despiertos hasta muy tarde por solo estar activos en las redes.

Performance académico. Puede verse afectado por el mal uso de las redes sociales, ya que gran parte de los adolescentes utilizan las redes sociales con propósito de entretenimiento.

Distorsión de la imagen corporal. Las redes sociales pueden afectar severamente la autoestima de sus usuarios a causa de imágenes editadas, que generan expectativas irreales y puede conllevar a que no quieran aceptar sus cuerpos, generando insatisfacción e inseguridad.

Cyberbullying. La violencia virtual es una forma de bullying que utiliza las redes sociales para promover la violencia sobre una o varias personas.

Salud mental. Las redes sociales crean expectativas exageradas e irreales, las cuales pueden causar un sentimiento de soledad, además pueden impactar en el ánimo y salud mental.

Fomo. El gran uso de las redes sociales motiva a las personas a estar en línea todo el tiempo a causa del miedo a perderse de algo.

Baja concentración. El uso excesivo de las redes sociales se relaciona con la falta de concentración, ya que su concentración estará enfocada en las redes sociales.

Procrastinación. Las redes sociales son una gran distracción en los adolescentes, por ello estos suelen posponer o no hacer sus deberes que tienen pendiente.

El Ministerio de Salud (2019) recomienda que el uso de las redes sociales e internet debe ser menor a las cuatro horas al día. Debido a que los adolescentes son seres muy vulnerables a la tecnología al encontrarse en la etapa en la que se forma la personalidad de estos, además el uso adictivo podría afectar negativamente causando así aislamiento social haciendo que la persona no desarrolle ningún tipo de relación interpersonal y busque refugiarse así en un mundo virtual, así como también cambios de conductas, estado de ánimo, bajo rendimiento académico, aislamiento social de su entorno social, incluyendo a la familia. Concluyendo podemos decir que el uso excesivo es perjudicial para nuestra salud principalmente en los jóvenes afectando su comportamiento.

Redes sociales con más uso en el Perú. Cueva (2022) en su investigación indica que los medios de comunicación como el internet y las redes sociales influyen significativamente en nuestro país. Por otro lado resalta que en la población peruana hay una penetración del internet de un 82%, a la vez da a conocer las 6 redes sociales más utilizadas en el Perú, encontrando al Facebook en primera posición con un porcentaje de 81% siendo esta la red social más utilizada para fines de entretenimiento e informativos, Youtube con un 74%, WhatsApp cuenta con el

70% de usuarios entre la población, a esto le sigue el Instagram con un 47%, TikTok con un 37% y twitter con un 26% siendo esta la menos utilizada. Concluyendo que las redes sociales están presentes en la población peruana, siendo el más influyente el Facebook.

Facebook. Gonzáles y Santos (2022) es una de las redes sociales más utilizadas a nivel mundial la cual surgió con la intención de crear conexiones entre las personas. Su propósito es agregar a amigos donde puedan intercambiar fotos, mensajes, unirse a grupos para tener una interacción constante, así como también conectar usuarios, contactar a personas para que compartan información, ya sean sus gustos, sus experiencias y su día a día. Éste es un buen medio de comunicación que ha puesto en contacto a personas que habían perdido el contacto con los años, tal vez por la distancia u otras circunstancias de la vida. En conclusión, el Facebook es un medio de comunicación, en el cual podemos compartir nuestra vida con los demás cabe recalcar que al ser una red mundial puede generar la adicción a esta red.

Youtube. Curay (2023) es una red social gratuita comúnmente usada de forma masiva a nivel mundial. Esta red social es un espacio donde se puede compartir material audiovisual, de canales de video blogs, videojuegos, comedia y acción, cine, música, shows y educación, lo cual genera un gran impacto en la generación adolescente, pues actualmente suelen destinar varias horas a navegar por la red y observar videos frente a las pantallas por muchas horas, por esta razón tiene una naturaleza adictiva, por otro lado, al estar expuestos a diversa clase de contenido, tienden a crear una realidad completamente errónea, además tienden a imitar actos sin medir las consecuencias y cambios rotundos en su comportamiento habitual. Se extrae como resultado que esta red social hace propenso a los adolescentes a tener un nivel de adicción.

WhatsApp. Araujo (2023) enviar y recibir mensajes en la actualidad se ha vuelto normal. Por ello esta aplicación es famosa, ya que es de mensajería instantánea la cual ofrece diversas

funciones como enviar textos, audios, imágenes, notas de voz, documentos, llamadas o videollamadas en las que pueden participar varias personas simultáneamente, por ello, esta red social incentiva a que los usuarios siempre estén conectados e interactúan entre ellos, de modo en que los dispositivos móviles suponen una herramienta de enseñanza- aprendizaje. De acuerdo en ello el WhatsApp es una red social recurrente en las personas, la cual estimula la comunicación a través de un dispositivo inteligente.

Acceso al internet en el Perú. INEI (2023) el 58,4% de los hogares del Perú tienen acceso a internet, se hace presente un aumento de 3,1%, respecto al año 2021.

Siendo los jóvenes de 19 a 24 años los que más acceden a internet conformando el 93,8%, seguido de adolescentes con 12 a 18 años de edad formando un 87,0%, por otro lado, entre las edades de 25 a 40 años son el 86,9% de personas que tienen acceso de internet; en consiguiente los niños de 6 a 11 años (58,3%) y la de 60 a más años (37,6%) son los que hacen menos uso o menor acceso del internet.

La mayoría de las personas acceden al servicio del internet a través del celular con el 89,2%, a comparación con el año 2021 se presencia un aumento del 2,1%. Los usuarios conectados a través de celulares sin plan de datos (46,8%), Los que se conectaron mediante un celular con plan de datos (42,7%), a través de una laptop (el 18,0%), las personas que se conectan mediante una computadora forman un 14,6%, con una Tablet el 2,9% y el 9,8% de personas utilizan otros.

Dimensiones de la adicción a las redes sociales. Ecurra y Salas (2014) en su cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) el cual está conformado por 3 dimensiones, las cuales son:

Obsesión por las redes sociales. Esta está conformada por 11 ítems , Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales, Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales, El tiempo que antes destinaban para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más, No sé qué hacer cuando me quedo desconectado(a) de las redes sociales, Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales, Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales, Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días, Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales, Descuido el contacto personal con mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales, Mis amigos y/o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales, Cuando estoy en clase sin conectarme a las redes sociales, me siento aburrido(a), los cuales nos harán entender si suelen pensar constantemente en estar conectados a las redes y fantasear con ellas, si hay presencia de ansiedad y la preocupación causada por la falta de acceso a las redes.

Falta de control personal en el uso de las redes sociales. Está conformada por 10 ítems, Apenas despierto ya estoy conectado(a) a las redes sociales, Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales, Creo que es un problema, la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social, Pienso en que debo controlar mi uso de conectarme a las redes sociales, Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales, Descuido el contacto personal con mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales, Las personas de tu entorno al hacer uso de las redes sociales te incentivan a recurrir a ellas, Permaneces activo en las redes sociales por moda o por no estar desactualizado (a), Consideras que las redes sociales favorecen en nuestro entorno, Al tener poca atención de parte

de tus padres sueles usar las redes sociales para no sentirte solo, los cuales tratarán de comprender la preocupación por la falta de control de sí mismo, así como también el descuido de las tareas y los estudios.

Uso excesivo de las redes sociales. Esta está conformada por 8 ítems , Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales, Entrar y usar las redes sociales me producen alivio y me relaja, Cuando me conecto a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo

Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado, Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectandome en las redes sociales, Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales, Estoy atento(a) a las actualizaciones que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora, Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales, se refiere a que la persona no va a poder controlar el tiempo de uso de las redes sociales, indicando el descontrol cuando usa las redes sociales y no poder bajar, no tener un límite de tiempo en su uso de conexión.

El ítem 13 de la escala se califica de manera inversa a las demás: S (0), CS (1), AV (2), RV (3), N(4).

Autoestima

Definición. Mendoza y Ramos (2019) en su tesis que la autoestima es el aprecio y la aceptación personal. La autoestima es una necesidad humana básica que influye sobre nuestra conducta y debemos aprender a satisfacerla, tener sentido de merecimiento personal, contribuyendo a la autoconfianza y auto respeto, el nivel de autoestima varía mucho de personas que dependen del entorno social como la escuela, en la familia y otros ambientes sociales, del mismo modo también refieren que las personas con alta autoestima son aquellas que están

orgullosas y satisfechas de sí mismas. En conclusión, la autoestima es el respeto que nos damos a nosotros mismos el cual puede ser afectada significativamente por nuestro entorno.

Consecuencias de la autoestima baja. Villalobos (2019) la autoestima es fundamental en cada persona ya que nos hace sentir bien con nosotros mismos. Pero cuando se presenta una baja autoestima solemos compararnos con los demás y nos sentimos inferiores a esas personas, por ello se presentan diversas consecuencias en la persona que tiene baja autoestima entre ellas está la falta de sueño, la depresión, entre otros más, aunque el más preocupante es la muerte en sí, ya que a causa de una baja autoestima puede traer como consecuencia el suicidio, esta se da porque la persona no le encuentra importancia a su vida y por lo tanto decide acabar con ella. En conclusión, es importante tener en cuenta las consecuencias que puede traer consigo la baja autoestima, para así poder prevenirlas o mejorar el nivel de autoestima que tengamos, entre ellas podemos encontrar:

Insomnio. La frustración de sentirnos incompetentes es fuente de problemas para dormir.

Hipertensión. La autoestima baja, reduce las actividades al mínimo, por ello puede causar obesidad, sedentarismo y estrés emocional.

Depresión. Al tener pensamientos negativos que nos hagan sentir que no merecemos ser felices o pensar que no somos capaces de hacer nada.

Trastornos alimentarios. Al hallar defectos corporales la persona se obsesionará en cambiar la forma de su cuerpo hasta desarrollar algún trastorno alimentario.

Suicidio. El riesgo de suicidio entre las personas con baja autoestima es alto. Una persona que no se da valor, respeto o amor propio puede querer acabar con su vida.

Clasificación de los factores de riesgo. Gavilanes (2019) expresa que hay diversos factores de riesgo de los cuales tres son más resaltantes. Referente a ello los factores son a nivel

escolar, familiar y social, estos son llamados también como factores psicosociales, los cuales serán los más influyentes, por ello estos factores se deben tomar en cuenta para que no desencadenen en un desequilibrio emocional como lo es la baja autoestima, la depresión, ansiedad, entre otras alteraciones en el adolescente. Como conclusión tenemos que estos factores influyen en el estado de ánimo de los adolescentes, los cuales se verán vulnerables a los factores que se les presente.

Factores de riesgo escolares. La escuela es parte fundamental para la formación de los individuos. Por ello los adolescentes presentan una adaptación a la escuela interactuando socialmente con sus amigos de salón y docentes, es importante en la parte además que aprendes conocimientos e interactúas con los demás haciendo práctica de las relaciones interpersonales, esto influye positiva o negativa en su vida personal. Por ello la escuela es un lugar en donde se logran adquirir conocimientos, pero aparte de ello nos ayuda a interactuar con los demás, formar vínculos afectivos de amistad.

Factores de riesgo familiares. La familia es la base en la que nos ayuda a estar listos para conocer nuevas personas y adaptarnos a la sociedad. Debido a ello la familia influirá en el desarrollo social del individuo ya que en casa se forman nuestros valores, normas y principios. Por lo tanto, se concluye que el entorno familiar es el factor principal va a impactar en el comportamiento de la persona, así como también en su personalidad.

Factores de riesgo sociales. Diversos escenarios hacen sentir vulnerable al adolescente y puede hacer que su conducta se modifique. Debido a ello el cambio de comportamiento se genera a partir del deseo de seguir las creencias de los demás, seguir a alguien en específico, ya que suelen integrarlos a su personalidad para ser aceptados, establecer comunicación con los demás es importante para el ser humano, establecer vínculos, tener amistades, forman parte las

necesidades sociales del ser humano. Por ende, se concluye que el entorno social también influye demasiado en la conducta de los adolescentes.

Niveles de autoestima. Alomaliza y Flores (2023) señala que los niveles de la autoestima son los grados que sirven para medir la autoestima que desarrollan las personas; estos niveles pueden ser bajo, medio y alto.

Autoestima alta. Las personas que logran desarrollar una alta autoestima reconocen sus propias fortalezas; sienten que son importantes; tienen autoconfianza, se sienten competentes y sienten seguridad de su entorno, así como en sus relaciones interpersonales mostrando orgullo de quienes son. Además, ellos mismos al tomar sus propias decisiones aceptándose como seres humanos con sus logros y sus errores.

Autoestima media. En este nivel las personas poseen una combinación de vivencias negativas y positivas, así como sienten confusión de su identidad y de su propio valor; creando así dudas por lo que se vuelve dependiente de los demás. Las personas con este tipo de autoestima, no tienen autoconfianza y son dependientes de la aceptación de las demás personas, buscan siempre la aprobación, tolerando las críticas de otros. Expresan y exageran su comportamiento, dependen de la presión de otros para iniciar algo y aprender, por lo que no llegan a valorar su propio *potencial*.

Autoestima baja. Las personas en este nivel piensan que no sirven para nada o que sirven muy poco, esperan siempre lo peor; tal como el engaño y menosprecio de parte de los demás, y siempre piensan que todo le va ir mal, muestran desconfianza y prefieren estar solos y aislados; también muestran una actitud indiferente hacia sí mismo y los demás. La persona que posee este tipo de autoestima no logra un desarrollo integral, pues al no tener una autoestima desarrollada

no se puede desenvolver en ninguna de sus dimensiones como en lo social, personal, cultural o psicológica. La persona que tiene baja autoestima busca siempre apoyo para realizar cualquier actividad. Ello se puede observar en los centros educativos donde vemos que la mayoría de los estudiantes son inseguros y esto repercute en su aprendizaje.

Dimensiones de la autoestima. Lazo (2019) la autoestima se dimensiona en cuatro partes las cuales nos ayudarán a reconocer si la persona presenta una alta autoestima que debe de ser lo adecuado, ya que la presencia de una baja autoestima es algo que se debe de tomar con seriedad, ya que podría ocasionar abandono personal, depresión y también el suicidio debido a que la persona no le encuentra significado a su vida.

Autoconocimiento: El autoconocimiento es entender todas las partes que forman el "yo": cuerpo, pensamientos, sentimientos, habilidades y límites. Permite reconocer necesidades, capacidades y defectos, lo que facilita tomar decisiones, establecer límites y actuar con convicción. Según Guzmán, es esencial para todos los seres humanos, ya que solo al conocernos podemos comprender nuestros gustos y dinamismo, dándonos cuenta de que cambiamos con el tiempo. Amarnos y aceptarnos implica descubrirnos y reconocernos en nuestra totalidad.

Autoconcepto. Son creencias y percepciones, que las personas piensan de ellas mismas, si el autoconcepto es considerado positivo va a dar lo mejor de sí mismo y buscar superarse, por lo contrario si tiene una percepción negativa de él mismo sus metas serán limitadas y no podrá desarrollarse de buena manera.

Autoevaluación. Refleja la capacidad para evaluar las situaciones adversas como buenas si lo es realmente para la persona, o malas en caso sea incorrecto, por otro lado, será a criterio de la persona si les satisface o parecen interesantes.

Auto aceptación. Es la disposición de la persona de reconocerse, admitir sus fortalezas y defectos, y lograr así aceptarse tal y como es.

Auto respeto. Es cuando una persona se otorga valor y reconoce sus cualidades, también es satisfacer nuestras propias necesidades. Al expresar sentimientos y emociones la persona no se lastima ni se culpa. Además conserva todo aquello que lo haga sentirse orgulloso de sí mismo.

2.3 Bases filosóficas

William James

James (1890) un psicólogo filósofo fue el primero en intentar definir la autoestima. El cual plantea que fue utilizada principalmente para mencionar a los individuos que se dan valor a sí mismos con relación a los triunfos o derrota al intentar realizar sus metas, por ello la autoestima ha sido considerada tradicionalmente un componente evaluativo del concepto de sí mismo y también es la confianza que tenemos en nosotros mismos. Por ello, se concluye que la autoestima es una autopercepción la cual puede variar.

Erick Erikson

Bordignon, (2005) Según Erik Erikson la identidad es importante en los adolescentes ya que es una etapa crítica en el cual hay evidencia de una crisis de Identidad vs. Confusión de roles, además, se presentan dificultades y oportunidades en la vida de estos jóvenes en camino a ser adultos y adquirir la madurez necesaria. Por ello los adolescentes suelen construir una identidad estable y positiva para su vida. Sin embargo ello se puede ver afectado por causas externas causando la incapacidad para resolver esta crisis y llevar una vida de confusión prolongada.

Moscovici

Piña Osorio & Cuevas Cajiga, (2004). Para Moscovici, la representación social es un proceso cognitivo en el cual las personas interpretan y dan sentido a la realidad social. Estas representaciones son construidas colectivamente y se transmiten de generación en generación, influyendo en la forma en que percibimos el entorno y nos relacionamos con los demás.

Moscovici no considera que alguna producción humana esté por encima de otra, simplemente indica que se trata de elaboraciones distintas y que en la sociedad contemporánea, la ciencia invade al pensamiento de la persona de la calle. Ésta es la peculiaridad del nuevo sentido común.

2.4 Definición de términos básicos

Adicción

El término “adicción” se utiliza frecuentemente en el habla cotidiana, pero en el ámbito profesional se habla más de “trastorno por consumo de sustancias” (TCS). Según la American Psychiatric Association, un TCS es un padecimiento caracterizado por el uso problemático de una sustancia (alcohol, drogas o medicamentos recetados), que se manifiesta con consumo intenso a pesar de consecuencias negativas, y afecta la capacidad de funcionar en el día a día.

Por su parte, la National Institute on Drug Abuse (NIDA) define la adicción como un trastorno cerebral crónico y recurrente, caracterizado por la búsqueda y el consumo compulsivo de una sustancia pese a los daños, con cambios persistentes en circuitos del cerebro implicados en recompensa, estrés y autocontrol.

Adolescencia

OMS, (2021) La adolescencia es una etapa importante en la cual pasaremos por un desequilibrio emocional, se encuentra entre las etapas de la niñez y la adultez que va desde los 10

a 19 años. Representa una etapa singular del desarrollo humano y un momento importante para sentar las bases de la buena salud .

Autoestima

Figueroa, (2022) La autoestima es un tema de suma actualidad al cual se le dedican multitud de publicaciones. Es la base del crecimiento y la maduración personal, tiene aplicaciones en la educación, la psicoterapia, las relaciones laborales, la lucha contra la violencia, la espiritualidad; es la base de la comunicación y las relaciones interpersonales, etc. .

Falta de control personal

Carbajal et al., (2022) La falta de control personal, se observa al momento que adquirimos la adicción por las redes, evidenciado así los impulsos o comportamientos, acompañados de descontrol y malestar por no poder dar límites al momento de dar uso de las redes sociales, descuidando así varios aspectos personales como descuidar nuestra higiene, académicos como bajar las notas o no hacer deberes y familiares, al no establecer comunicación con la familia.

Obsesión

Real Academia Española, (2022) Es la atención compulsiva, irracional o recurrente hacia una sola cosa, es la perturbación anímica producida por una idea fija, recurrente que condiciona una determinada actitud o comportamiento .

Redes sociales

Mora, (2022) Las redes sociales tienen un propósito explícito, el mismo que es la interacción virtual de los individuos que cada vez se acerca más a la virtualización, haciendo al hombre dependiente de la información publicada en las diversas aplicaciones, justificando su alto

tiempo de utilización en los requerimientos de una sociedad deseosa de información y conocimientos .

2.5 Hipótesis de investigación

2.5.1 Hipótesis general

Hi: Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la autoestima en los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C Tello en Huacho, 2025.

Ho: No existe relación significativa entre la adicción a redes sociales y la autoestima en los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C Tello en Huacho, 2025.

2.5.2 Hipótesis específicas

Hi 1: Existe una relación significativa entre la obsesión por el uso de redes sociales con la autoestima en los estudiantes de secundaria.

Ho 1: No existe relación significativa entre la obsesión por el uso de redes sociales con la autoestima en los estudiantes de secundaria.

Hi 2: Existe una relación significativa entre la falta de control personal por el uso de redes sociales con la autoestima en los estudiantes de secundaria.

Ho2: No existe relación significativa entre la falta de control personal por el uso de redes sociales con la autoestima en los estudiantes de secundaria.

Hi 3: Existe una relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales con la autoestima en los estudiantes de secundaria.

Ho 3: No existe una relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales con la autoestima en los estudiantes de secundaria.

2.6 Operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles y rango
Adicción a redes sociales (ARS)	La adicción a las redes sociales es un tipo de adicción comportamental o psicológica repetitiva que da placer a la persona que al no ser controlada genera necesidad asociado con la falta de control, obsesión y el uso excesivo de las redes sociales (Escurrea y Salas, 2014).	Se evaluará el uso inadecuado que hacen los adolescentes de la institución educativa Julio C. Tello-Huacho, 2025 sobre las redes sociales, el cual se desarrolla mediante la obsesión por las redes sociales, falta de control personal y el uso excesivo de las redes sociales.	Obsesión por las redes sociales	Tiempo de conexión Estado de ánimo Relaciones interpersonales	1, 2 3,4,5,6 7,8,9,10	Ordinal: Este instrumento está compuesto por 28 ítems de opción múltiple:	Alto 66-112
			Falta de control personal para el uso de las redes sociales	Intensidad y frecuencia Control de tiempo conectado Influencia del entorno adictivo a las redes sociales	11,12,13 14,15,16 17,18,19,20		Moderado 30-65
			Uso excesivo de las redes sociales	Necesidad de permanecer conectado Cantidad de veces conectado	21,22,23,24 25,26,27,28	Siempre= 4 Casi Siempre=3 A veces =2 Rara vez=1 Nunca=0	Bajo 0-29

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Niveles y rango
La autoestima	La autoestima es un sentimiento hacia uno mismo, que puede ser positivo o negativo, el cual se construye por medio de una evaluación de las propias características. Incluyendo el autoconcepto, la autoevaluación, la autoaceptación y el autorespeto. (Rosenberg, 2015)	Se evaluará el nivel de autoestima presente en los adolescentes de la institución educativa Julio C Tello-Huacho , 2025	Autoconocimiento	Conocerse a sí mismo.	1,2	Ordinal: Este material está compuesto por 10 ítems de opción múltiple: Muy de acuerdo= 4 De acuerdo=3 En desacuerdo =2 Muy en desacuerdo=1	Alto 30-40 Medio 26-29 Bajo menos de 25 puntos
		identificando el auto concepto, la autoevaluación, autoaceptación y el auto respeto en los estudiantes.	Autoconcepto	Concepto de uno ya sea positivo o negativo	3,4,5		
			Autoevaluación	Evaluar tal y como eres	6,7		
			Autoaceptación	Aceptarse con defectos y virtudes	8,9		
			Autorespeto	Respetarse a sí mismo y ante los demás	10		

CAPÍTULO III.

Metodología

3.1 Diseño metodológico

Tipo de investigación

Alvarez (2020) La investigación del estudio fue de tipo Básica, porque buscó utilizar conocimientos adquiridos por la investigación, a la vez que se adquieren otros, sin buscar una aplicación práctica inmediata. Se orientó a explicar, descubrir y describir la relación entre las variables.

Nivel de investigación

Guillen et al., (2020) El estudio fue correlacional porque se buscó medir las variables y ver si están o no relacionadas en la muestra de estudio, posteriormente se analizó la correlación de estas variables.

Diseño de investigación

Hernández et al., (1997) El estudio tuvo un diseño de investigación no experimental, porque no se buscó intervenir directamente, ya que se observaron situaciones existentes en la cual el investigador no quiere cambiar las variables ya que estas ya sucedieron, al igual que sus efectos.

Enfoque de investigación

Alan y Cortez, (2018) Tuvo un enfoque cuantitativo porque se recolectaron y analizaron datos empleando métodos estadísticos facilitando la comparación de los datos de los resultados, permitiendo así la interpretación de los mismos.

3.2 Población y muestra

3.2.1 Población

Arias, (2021) La población es la totalidad de elementos del estudio, es delimitado por el investigador según la definición que se formule en el estudio, por otro lado, la población y el universo tienen las mismas características por lo que a la población se le puede llamar universo.

El presente estudio de investigación tuvo una población conformada por 333 adolescentes que forman parte del nivel secundario de la Institución Educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025.

3.2.2 Muestra

Castro (2019) Es un grupo de individuos que forman parte de la población. La muestra para este estudio estuvo conformada por 88 adolescentes que forman parte del nivel secundario de la Institución Educativa Julio C. Tello - Huacho, 2025. Para la obtención del tamaño de muestra se utilizó la fórmula estadística para poblaciones finitas.

Técnica de muestreo

Muestreo probabilístico

Hernández et al., (2010) En las muestras probabilísticas tienen la posibilidad de ser elegidos todos los elementos de la población, las cuales se escogen dependiendo de las características de la población total y también del tamaño que necesitemos que sea la muestra, encogiéndose de manera aleatoria.

Aleatorio estratificado

Gómez y Gómez, (2019) El Muestreo Aleatorio Estratificado es útil para dividir la población en grupos o estratos internamente homogéneos y heterogéneos entre ellos, luego se toma una muestra aleatoria de cada estrato. Esto asegura representación de cada grupo, reduce el error de muestreo y mejora la precisión, sin aumentar el costo respecto al muestreo simple.

$$n = \frac{N * Zc^2 * p * q}{\{(N - 1) * e^2\} + Zc^2 * p * q}$$

$$n = 88$$

Fórmula para hallar la muestra por grados

$$K = \frac{n}{N} = 88$$

k=constante, n= total de la muestra y N=población

$$K = \frac{88}{333} = 0.264264264$$

$$\text{Muestra de } 1^\circ = 0.264264264 * 73 = 19$$

$$\text{Muestra de } 2^\circ = 0.264264264 * 84 = 22$$

$$\text{Muestra de } 3^\circ = 0.264264264 * 59 = 16$$

$$\text{Muestra de } 4^\circ = 0.264264264 * 68 = 18$$

$$\text{Muestra de } 5^\circ = 0.264264264 * 49 = 13$$

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión. Se considerará a:

Adolescentes matriculados del nivel secundario de la institución educativa Julio C. Tello-Huacho, 2025.

Adolescentes que acepten participar en la investigación (asentimiento).

Criterios de exclusión. No se tomarán en cuenta a:

Adolescentes del nivel secundario que no se encuentren en el momento de la aplicación del instrumento.

Adolescentes del nivel secundario que no quieran participar.

3.3 Técnicas de recolección de datos

Técnicas para emplear

López y Fachelli, (2015) La investigación utilizó la encuesta como técnica, ya que esta es muy útil para la recolección de datos a través de la pregunta o interrogante planteada, cuya finalidad es obtener medidas sobre los conceptos que se derivan de una problemática de investigación previamente construida, por otro lado, la encuesta tuvo como instrumento al cuestionario para la facilidad de la recolección de datos.

Bravo y Valenzuela, (2019) Con relación a ello el cuestionario es el instrumento de la técnica de la encuesta y se usa para recoger información sobre características de una población de interés, la construcción de un cuestionario implica un diseño cuidadoso que aumente la probabilidad de que la información que se recogió a través de él sea la correcta.

Descripción de instrumentos

El cuestionario se realizó para evaluar el grado de adicción a redes sociales en los adolescentes de la Institución Educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025; la cual tiene una breve presentación de la investigación que se realizó, luego de ello el participante registró sus datos personales, entre ellos, la edad, sexo, nivel de estudio, dispositivo y red social que más usa; luego se presentaron las instrucciones que fueron de ayuda para una buena realización del instrumento, el cual constó de 27 ítems con opciones múltiples, siendo estas siempre, casi siempre, a veces, rara vez y nunca, los cuales tuvieron los puntajes de 4, 3, 2, 1 y 0 respectivamente. Empleando la Escala de Estaninos se logró categorizar los grados de adicción a las redes sociales en los adolescentes, por tanto, se consideró un grado de adicción alto con un puntaje de 87 a 108, medio de 57 a 86 y bajo de 0 a 56 puntos.

Con el segundo cuestionario se buscará evaluar el nivel de autoestima en los adolescentes de la Institución Educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025; la cual tiene una breve presentación de la investigación que se realizará, luego de ello el participante deberá registrar sus datos personales, entre ellos, la edad, sexo, nivel de estudio, seguidamente se presentarán las instrucciones que serán de ayuda para una buena realización del instrumento, el cual constará de 11 ítems con opciones múltiples, siendo estas, muy de acuerdo, de acuerdo, en desacuerdo y muy en desacuerdo, los cuales tendrán los puntajes de 4, 3, 2 y 1 respectivamente. Empleando la Escala de Estaninos se logró categorizar los niveles de autoestima en los adolescentes, por tanto, se considerará un nivel de autoestima alto si se obtiene un puntaje de 35 a 44, medio de 27 a 34 y bajo de 11 a 26 puntos.

Confiabilidad del instrumento

Medina et al. (2023) Es importante evaluar la confiabilidad de un instrumento antes de su aplicación, ya que, los resultados se pueden mostrar inconsistentes, por tanto no confiables. La confiabilidad de un instrumento de investigación es necesaria para determinar su consistencia y estabilidad, además, se refiere a la capacidad de un instrumento de producir resultados consistentes y precisos cada vez que se utiliza en condiciones similares. Con respecto al primer instrumento sobre la adicción a las redes sociales obtuvo un alfa de Cronbach de 0.93 el cual indica una excelente confiabilidad. El segundo instrumento sobre la autoestima tiene una confiabilidad de 0.72 consiguiendo así una excelente confiabilidad, considerándolo confiable para su aplicación.

Validez del instrumento

Los cuestionarios fueron sometidos a validez de contenido mediante juicio de expertos, siendo considerados 6 profesionales expertos en el área de salud e investigación. Se utilizó la

fórmula V de Aiken, teniendo como resultado 1 por cada instrumento, siendo considerado como una validez fuerte, el cual indica que está apto y aplicable para la investigación.

3.4 Técnicas para el procesamiento de la información

La técnica para la recolección de datos sobre el grado de adicción a redes sociales en el nivel secundario de la institución educativa Julio C. Tello de Huacho, 2025. Se codificó en Excel creando así la base de datos, luego se exportó al programa estadístico SPSS, donde la prueba de normalidad utilizó el estadístico de Kolmogorov-Smirnov por el tamaño de la muestra, en la prueba de normalidad se obtuvo una significancia menor de 0.05 por lo cual la distribución de los datos no es normal y se utilizó pruebas estadísticas no paramétricas como el de correlación de Spearman.

CAPÍTULO IV. Resultados

4.1 Análisis de resultados

Tabla 1

Datos generales de los adolescentes de secundaria de la I.E. Julio C. Tello en Huacho, 2025

Sexo	N	%
Masculino	59	67.05%
Femenino	29	32.95%
Edad		
11-12	7	7.95%
13-14	27	30.68%
15-16	38	43.18%
17 a más	16	18.18%
Nivel de estudio		
Primero	23	26.14%
Segundo	15	17.05%
Tercero	19	21.59%
Cuarto	14	15.91%
Quinto	17	19.32%
Dispositivo que más utiliza		
Celular	80	90.91%
Laptop	5	5.68%
Computadora	2	2.27%
Tablet	0	0.00%
Otros dispositivos	1	1.14%
¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?		
Siempre	28	31.82%
Casi siempre	24	27.27%
A veces	31	35.23%
Rara vez	4	4.55%

Nunca	1	1.14%
Red social que más utiliza		
Facebook/messenger	14	15.91%
Instagram	9	10.23%
WhatsApp	20	22.73%
TikTok	34	38.64%
Youtube	11	12.50%
¿Dónde se conecta a las redes sociales?		
En mi casa	49	55.68%
Computadora del colegio	3	3.41%
A través del celular	28	31.82%
En mi laptop	6	6.82%
En las cabinas de internet	2	2.27%
¿Qué porcentaje de personas conoce personalmente por las redes?		
Entre 10% o menos	16	18.18%
Entre 11 a 30%	12	13.64%
Entre 31 a 50%	14	15.91%
Entre 51 a 70%	14	15.91%
Más del 70%	32	36.36%
¿Sus cuentas en las redes contienen sus datos verdaderos?		
Si	52	59.09%
No	36	40.91%
¿Qué es lo que más te gusta de las redes sociales?		
Escuchar música	29	32.95%
Mantenerme comunicado	15	17.05%
Buscar información	7	7.95%
Juegos en línea	25	28.41%
Otros	12	13.64%
Total	88	100%

Nota: Datos obtenidos de la investigación.

Los datos obtenidos en los estudiantes de secundaria de la I.E. Julio C. Tello evidencian un perfil adolescente con alta presencia digital y uso intensivo de redes sociales, principalmente a través del teléfono celular.

En cuanto a las características sociodemográficas, la muestra está conformada mayoritariamente por varones (67,05%) frente a mujeres (32,95%). Predominan los adolescentes de 15 a 16 años (43,18%), seguidos por los de 13 a 14 años (30,68%), lo que refleja una población concentrada en la adolescencia media. Respecto al nivel de estudios, el mayor porcentaje corresponde al primer grado de secundaria (26,14%), seguido de tercero (21,59%) y quinto (19,32%).

En relación con el acceso tecnológico, el (90,91%) utiliza el teléfono celular como principal dispositivo, muy por encima de la laptop (5,68%) o computadora (2,27%), lo que confirma que el acceso digital es predominantemente móvil.

Sobre la frecuencia de uso de redes sociales, se observa una conectividad elevada: el (35,23%) se conecta “a veces”, el (31,82%) “siempre” y el (27,27%) “casi siempre”; solo el 84,55% lo hace rara vez y el (1,14%) nunca. Esto evidencia que más del 94% mantiene uso regular o frecuente, lo que indica una fuerte presencia de las redes en la vida cotidiana.

Respecto a la red social más utilizada, predomina TikTok (38,64%), seguida de WhatsApp (22,73%), Facebook/Messenger (15,91%), YouTube (12,50%) e Instagram (10,23%), lo que muestra preferencia por plataformas de entretenimiento audiovisual e interacción inmediata.

En cuanto al lugar de conexión, la mayoría accede desde su hogar (55,68%), seguido del uso del celular en distintos espacios (31,82%), lo que evidencia un acceso cotidiano y autónomo a internet.

Sobre el alcance social en línea, el (36,36%) señala que más del 70% de las personas que conoce son por redes sociales, lo que refleja una ampliación significativa de las relaciones virtuales. Además, el (59,09%) afirma que sus cuentas contienen datos verdaderos, mientras el (40,91%) no, lo que evidencia niveles moderados de exposición de información personal.

Finalmente, respecto a los motivos de uso, predominan actividades recreativas y de entretenimiento: escuchar música (32,95%) y jugar en línea (28,41%). En menor medida se utilizan para mantenerse comunicados (17,05%) o buscar información (7,95%).

Los resultados evidencian que los adolescentes presentan alto acceso y uso frecuente de redes sociales, principalmente mediante el celular y desde el hogar. Predomina el uso con fines recreativos, especialmente consumo de contenido audiovisual y entretenimiento digital. Asimismo, aunque la mayoría utiliza datos reales y mantiene contacto con personas conocidas, existe un porcentaje importante que no comparte información verídica, lo que refleja conductas de autoprotección o anonimato en el entorno digital.

En conjunto, estos hallazgos describen una población altamente conectada, con fuerte presencia del uso recreativo de redes sociales y dependencia del teléfono móvil como principal medio de interacción digital.

Tabla 2

Nivel de adicción a las redes sociales relacionado a la Autoestima de los adolescentes de secundaria de la I.E. Julio C. Tello en Huacho, 2025

Nivel de adicción a las redes sociales	Autoestima						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	N	%	N	%	N	%	N	%
Bajo	1	5,0%	11	55,0%	8	40,0%	20	22,7%
Medio	9	18,0%	37	74,0%	4	8,0%	50	56,8%
Alto	2	11,1%	12	66,7%	4	22,2%	18	20,5%
Total	12	13,6%	60	68,2%	16	18,2%	88	100%

Nota: Datos obtenidos de la investigación.

En la tabla se evidencia que la mayoría de los adolescentes encuestados presentan un nivel medio de adicción a las redes sociales, siendo estos conformados por 50 (56,8%) estudiantes. De igual manera presentaron un nivel medio de autoestima. En los resultados se observa que las variables son directamente proporcionales ya que ambas crecen juntas, reflejando que no hay tanta influencia en la adicción de redes en la autoestima de los adolescentes.

Tabla 3

Nivel de Obsesión por las redes sociales relacionado a la Autoestima de los adolescentes de secundaria de la I.E. Julio C. Tello en Huacho, 2025

Nivel de obsesión por las redes sociales	Autoestima						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	N	%	N	%	N	%	N	%
Bajo	1	8,3%	9	75,0%	2	16,7%	12	13,6%
Medio	9	15,0%	40	66,7%	11	18,3%	60	68,2%
Alto	2	12,5%	11	68,8%	3	18,8%	16	18,2%
Total	12	13,6%	60	68,2%	16	18,2%	88	100%

Nota: Datos obtenidos de la investigación.

En la tabla se observa que predominó el nivel medio de autoestima en los adolescentes evaluados, siendo 60 (68,2%) estudiantes. Asimismo, entre los niveles de obsesión por redes sociales, la mayoría se ubicó en un nivel medio conformado por 60 (68,2%). Estos resultados evidencian una tendencia clara entre ambas variables, lo que sugiere la presencia de una relación directa entre la obsesión por redes sociales y la autoestima en la población estudiada. En lo cual se puede inferir que no hay una influencia significativa de la obsesión hacia la autoestima.

Tabla 4

Falta de control personal en el uso de redes sociales relacionado a la Autoestima de los adolescentes de secundaria de la I.E. Julio C. Tello en Huacho, 2025

Nivel de la falta de control personal	Autoestima						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	N	%	N	%	N	%	N	%
Bajo	1	5,3%	11	57,9%	7	36,8%	19	21,6%
Medio	11	15,9%	49	71,0%	9	13,0%	69	78,4%
Alto	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%
Total	12	13,6%	60	68,2%	16	18,2%	88	100%

Nota: Datos obtenidos de la investigación.

En la tabla se observa que predominó el nivel medio de autoestima en los adolescentes evaluados 60 (68,2%). Asimismo, los estudiantes con nivel medio de falta de control personal en el uso de redes sociales se concentraron principalmente en un nivel medio de autoestima. Cabe resaltar que en el nivel alto de falta de control personal no se registraron casos de autoestima alta (0%), lo que evidencia que, a mayor falta de control, no se presentan niveles elevados de autoestima. Aunque no se observa una relación inversa entre las variables, se evidencia que en el nivel alto de obsesión por redes sociales no se registraron casos de autoestima alta, lo que indica la ausencia de niveles elevados de autoestima en dicho grupo.

Tabla 5

Nivel de uso excesivo de las redes sociales relacionado a la autoestima de los adolescentes de secundaria de la I.E. Julio C. Tello en Huacho, 2025

Nivel del uso excesivo de las redes sociales	Autoestima						Total	
	Bajo		Medio		Alto			
	N	%	N	%	N	%	N	%
Bajo	1	5,0%	13	65,0%	6	30,0%	20	22,7%
Medio	8	16,3%	34	69,4%	7	14,3%	49	55,7%
Alto	3	15,8%	13	68,4%	3	15,8%	19	21,6%
Total	12	13,6%	60	68,2%	16	18,2%	88	100%

En la tabla se observa que predominó el nivel medio de autoestima en los adolescentes evaluados 60 (68,2%). Asimismo, en los distintos niveles de uso excesivo de redes sociales, la mayoría de estudiantes se concentró en un nivel medio de autoestima, evidenciándose una distribución similar entre los grupos. Estos resultados muestran que no se observa una tendencia clara entre las variables, evidenciándose una distribución similar en todos los niveles, lo que sugiere la ausencia de una relación aparente entre el uso excesivo de redes sociales y la autoestima.

4.2 Contrastación de hipótesis

Tabla 6

Correlación de la Adicción por las redes sociales con la Autoestima

		Adicción por las redes sociales	Autoestima
Adicción por las redes sociales	Coeficiente de correlación	1,000	-0,156
	Significancia (bilateral)		0,147
	N	88	88
Autoestima	Coeficiente de correlación	-0,156	1,000
	Significancia (bilateral)	0,147	
	N	88	88

De acuerdo con la tabla 6 el coeficiente de correlación de Rho de Spearman entre las dos variables es de -0,156 lo que indica una relación negativa muy débil entre las variables. Además, se logró la significancia de 0.147 por lo cual la correlación no es estadísticamente significativa. En consecuencia se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, concluyendo que no existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en los adolescentes.

Tabla 7*Correlación de la Obsesión por las redes sociales con la Autoestima*

		Obsesión por las redes sociales	Autoestima
Obsesión por las redes sociales	Coefficiente de correlación	1,000	-0,005
	Significancia (bilateral)		0,962
	N	88	88
Autoestima	Coefficiente de correlación	-0,005	1,000
	Significancia (bilateral)	0,962	
	N	88	88

De acuerdo con la tabla 7 el coeficiente de correlación de Rho de Spearman entre las dos variables es de -0,005 lo que indica una relación negativa prácticamente nula entre la dimensión obsesión por las redes sociales y la segunda variable. Además, se logró la significancia de 0.962, la cual es mayor a 0.05, por lo cual la correlación no es estadísticamente significativa. En consecuencia se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, en conclusión no existe relación significativa entre la obsesión por las redes sociales y la autoestima en los adolescentes.

Tabla 8*Correlación de la Falta de control personal en el uso de las redes sociales con la Autoestima*

		Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Autoestima
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Coeficiente de correlación	1,000	-0,254
	Significancia (bilateral)		0,017
	N	88	88
Autoestima	Coeficiente de correlación	-0,254	1,000
	Significancia (bilateral)	0,017	
	N	88	88

De acuerdo con la tabla 8 el coeficiente de correlación de Rho de Spearman entre las dos variables es de -0,254 lo que indica una relación negativa baja entre la dimensión falta de control personal y la segunda variable. Además, se logró la significancia de 0.017, la cual es menor a 0.05, por lo cual la correlación si es estadísticamente significativa. En consecuencia se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula, en conclusión si existe relación significativa, inversa y débil. Cuando aumenta la falta de control personal en el uso de las redes sociales, hay menor autoestima en los adolescentes.

Tabla 9*Correlación del Uso excesivo de las redes sociales con la Autoestima*

		Uso excesivo de las redes sociales	Autoestima
Uso excesivo de las redes sociales	Coefficiente de correlación	1,000	-0,151
	Significancia (bilateral)		0,159
	N	88	88
Autoestima	Coefficiente de correlación	-0,151	1,000
	Significancia (bilateral)	0,159	
	N	88	88

De acuerdo con la tabla 9 el coeficiente de correlación de Rho de Spearman entre las dos variables es de -0,151 lo que indica una relación negativa muy baja entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y la segunda variable. Además, se logró la significancia de 0.159, por lo cual la correlación no es estadísticamente significativa. En consecuencia se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, en conclusión no existe relación significativa.

CAPÍTULO V.

Discusión

5.1 Discusión de resultados

El presente estudio tuvo como principal objetivo determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la autoestima en los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025. Los resultados evidencia que existe una relación negativa muy débil entre las variables, la correlación no es estadísticamente significativa, por ello se acepta la hipótesis nula, esto indica que no se encontró evidencia suficiente para afirmar que la adicción de las redes sociales influye directamente en los niveles de autoestima de los adolescentes encuestados, ya que en su mayoría se obtuvo un nivel medio de adicción a las redes sociales al igual que el autoestima, en comparación con la investigación de Iglesias y Minetto (2022) el cual tuvo como objetivo identificar la relación entre la adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria, coincide encontrando predominantemente un nivel medio en ambas variables, a la vez se presentó una correlación baja e inversa, estadísticamente significativa. Aunque el hallazgo no fue el esperado se podría explicar debido a que el uso de las redes sociales se ha convertido en una actividad habitual en la vida de los adolescentes, quienes lo consumen principalmente como medio de comunicación y fines de entretenimiento, por lo cual su uso frecuente no afecta significativamente a la autoestima de los adolescentes de dicha institución educativa, ya que esta puede ser afectada también por otros factores como el entorno familiar, escolar, logros y experiencias personales, por ello es necesario tratar la salud mental en adolescentes de forma integral tomando en cuenta su entorno la cual pueda influir en su desarrollo emocional. Por otro lado, en la investigación planteada por al ser comparados con lo encontrado por Silva (2020) señala que existe asociación significativa entre las variables

Funcionalidad Familiar, nivel de autoestima y adicción a redes sociales ($p \leq 0.05$) por lo que se aceptó la hipótesis alterna, refiere que el problema en el cual hay presencia de adicción a las redes sociales principalmente es la baja cohesión familiar, poca comunicación, aceptación a la adicción por parte de los padres y disfuncionalidad familiar, ya que el 87.5% de los adolescentes con adicción severa presentan algún tipo de disfunción familiar. De acuerdo a ello se puede tener más en cuenta la disfuncionalidad familiar para futuras investigaciones, además aclara la visión de la posible influencia de la familia en los adolescentes de la institución estudiada. Asimismo, estos hallazgos se sustentan en la teoría del entorno de Florence Nightingale, que señala que el entorno es fundamental para la salud de las personas, que llevada a la actualidad y comparada con las investigaciones mencionadas, aunque sea en contextos diferentes sirve como respuesta del comportamiento de los adolescentes, así como también su conducta en el entorno de los celulares inteligentes y las redes sociales que son parte de la vida de los adolescentes, además relacionándolo con la familia esta es la base de la sociedad y debe estar más presente, ya que es el entorno principal y fundamental para los adolescentes, específicamente en esa etapa de vida.

El segundo objetivo es identificar la relación entre la obsesión por el uso de redes sociales con la autoestima de los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025. Los resultados evidencia que existe una relación negativa prácticamente nula, la correlación no es estadísticamente significativa, por ello se acepta la hipótesis nula, esto indica que no se encontró evidencia suficiente para afirmar que la obsesión por el uso de las redes sociales influye directamente en los niveles de autoestima de los adolescentes encuestados, ya que en su mayoría se obtuvo un nivel medio, la cual difiere con Estrada (2025) obtuvo una correlación inversa débil significativa, lo que significa que a mayor obsesión por las redes sociales menor autoestima en los estudiantes de secundaria. A partir de este resultado, se puede

indicar que la obsesión por las redes sociales y la autoestima en adolescentes pueden estar relacionadas debido a la constante exposición a contenidos idealizados y la búsqueda de validación a través de interacciones virtuales, lo que puede influir en la percepción de sí mismos. Según esta comparación hay una diferencia notable entre ambas investigaciones, los resultados siendo estas inesperadas puede deberse a factores como la capacidad de los adolescentes para regular el uso de redes y autoestima previa. Por otro lado, en la investigación planteada por Valdez (2021) la obsesión por las redes sociales se correlaciona de manera inversa a nivel medio débil con la autoestima, teniendo como resultado que la mayoría presentaba una obsesión por las redes sociales de nivel medio con 109 (55.8%) adolescentes. Este resultado discrepa con la investigación lo cual se puede explicarse por la influencia de la autoestima la cual menciona en su estudio como la familia, identidad personal, autonomía, emociones, motivación y socialización, en el estudio anterior el que más influyó fue la familia y las emociones. Estas investigaciones tienen relación con la teoría planteada por Aaron T. Beck señala que las conductas de los adolescentes las cuales se pueden expresar mediante la adición de las redes sociales se presentan y se mantienen por pensamientos negativos automáticos, una persona con baja autoestima tiende a tener pensamientos negativos, lo que lleva consigo la obsesión por las redes sociales para buscar aprobación de los demás, para sentirse mejor y reforzar su autoestima momentáneamente. Así, según el modelo cognitivo-conductual, el problema no es solo el uso de las redes, sino las creencias distorsionadas sobre el propio valor personal, por lo que al trabajar y modificar esos pensamientos se puede reducir la dependencia y mejorar la autoestima.

El tercer objetivo es identificar la relación entre la falta de control personal por el uso de redes sociales con la autoestima de los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025. Los resultados evidencia que existe relación significativa, inversa y

débil, la correlación es estadísticamente significativa, por ello se acepta la hipótesis alterna, esto indica que se encontró evidencia suficiente para afirmar que la falta de control personal por el uso de redes sociales influye directamente en los niveles de autoestima de los adolescentes encuestados, en comparación con Ticona (2025) la cual en su trabajo de investigación identificó una relación positiva moderada y significativa entre la dimensión falta de control personal en el uso de redes sociales y la autoestima en los estudiantes, la cual evidencia que una mayor falta de control personal en el uso de redes sociales está asociada con un incremento moderado en los niveles de autoestima. Este estudio concuerda con la investigación planteada, ya que la falta de control personal por el uso de las redes sociales conlleva a una baja autoestima, debido a que al llevar mucho tiempo en las redes sociales están expuestos a comparaciones de sí mismos con otras personas que aparentan ser perfectas, tener una vida perfecta y un cuerpo envidiable, por otro lado también buscan la aprobación social, fomentando así la dependencia emocional en los adolescentes, lo que puede hacer que sientan que no son suficientes. Además, si su valor personal empieza a depender de los “likes”, comentarios o seguidores, su autoestima se vuelve inestable y frágil, ya que se sienten bien solo cuando reciben aprobación y mal cuando no la obtienen. Con el pasar del tiempo, se verá perjudicada su seguridad personal, la ansiedad y la sensación de no valer lo suficiente fuera del mundo virtual. Por otro lado, de acuerdo al estudio planteado en la investigación de Barrera y Ramirez (2024) tuvieron como uno de sus objetivos específicos determinar la relación de la dimensión de falta de control personal por el uso de las redes sociales y la autoestima en adolescentes de secundaria de una Institución Educativa Privada en Huancayo, en los resultados indican que existe una relación inversa y significativa, obteniendo a la vez en su mayoría un nivel medio con 47 (43.1 %) de los adolescentes. Estas investigaciones hacen resaltar la importancia del profesional de enfermería en la prevención y promoción de la

salud mental en adolescentes, permite identificar riesgos asociados al uso excesivo de redes sociales y la falta de control en los adolescentes, el autocontrol digital y el uso saludable de la tecnología. fomentando hábitos digitales responsables y el bienestar emocional en la población adolescente, lo cual se hará junto a los padres de familia y la institución educativa responsable de la formación de los adolescentes. Por otro lado, frecuencia de conexión a redes sociales una mayoría de la muestra menciona estar conectado de siete a doce veces por día, seguidos del grupo que se conecta todo el tiempo, estas conductas pueden afectar el desempeño en actividades académicas, relaciones familiares y la calidad de sueño, entre otras consecuencias negativas. Además de ello, según la Teoría de la Comparación de Festinger sostiene que el valor personal se dan mediante las comparaciones, la adolescencia es una etapa esencial en la formación de la identidad, personalidad y el autoestima las cuales pueden verse vulnerables ante comparaciones frecuentes e intensas en las redes sociales, además, pueden generar sentimientos de inferioridad al contrastarse con ideales poco realistas. Esto afecta la autoestima, volviéndola dependiente de la aprobación externa. Así, la comparación constante, la baja autoestima y la disminución del autocontrol forman un círculo que influye negativamente en el bienestar emocional del adolescente.

El cuarto objetivo es identificar la relación entre el uso excesivo de las redes sociales con la autoestima de los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025. Los resultados evidencia que existe relación negativa muy baja, la correlación no es estadísticamente significativa, por ello se acepta la hipótesis nula, esto indica que no se encontró evidencia suficiente para afirmar que el uso excesivo de las redes sociales influye directamente en los niveles de autoestima de los adolescentes encuestados, estos hallazgos difieren con Merino y Zamora (2025) quienes tuvieron una relación positiva y significativa entre el uso de las redes

sociales y la autoestima en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa No 16520 Ricardo Palma, San Ignacio, Cajamarca, 2023. Llegando a la conclusión de que el uso adecuado de las redes sociales puede favorecer la interacción social, el fortalecimiento de la identidad personal, percepción positiva de sí mismos en los adolescentes, así mismo los resultados también contrastan con otros estudios que señalan el uso excesivo de redes sociales se asocia con baja autoestima debido a factores como la comparación social, la búsqueda de aprobación mediante likes y comentarios, así como la exposición constante a estándares irreales, sin embargo en el presente estudio esta relación no fue significativa, lo que podría explicarse por la influencia de otros factores protectores como el apoyo familiar, entorno escolar, autoestima previamente consolidada y el uso moderado o con fines académicos y sociales positivos. Otro estudio importante a tomar en cuenta es la de Rufino (2021) plantea en su investigación que obtuvo una relación estadísticamente muy significativa del tipo negativo, esto permite definir que, ante el empleo de redes sociales, de manera excesiva, menor será el nivel de autoevaluación, además su estudio presenta que el uso excesivo de redes sociales, se manifiesta un nivel medio 60 (56,1%), indicando una posibilidad de padecer un consumo excesivo de redes durante el día, reemplazado incluso actividades de ocio, como, dejando de lado las actividades sociales, familiares, deportivas y recreativas, lo cual es muy perjudicial para la salud mental y la salud física. De acuerdo con el Ministerio de Salud (2019) el uso de las redes sociales e internet debe ser menor a las cuatro horas al día. Debido a que los adolescentes son seres muy vulnerables a la tecnología al encontrarse en la etapa en la que se forma la personalidad de estos, además el uso adictivo podría afectar negativamente, además de que podría ocasionar aislamiento social, depresión, ansiedad, hiperactividad con déficit de atención, aislamiento, cuadros psicóticos, obesidad, problemas para conciliar el sueño. De acuerdo a ello se plantea la teoría del Condicionamiento

operante B. F. Skinner la cual permite comprender cómo el uso excesivo de redes sociales se mantiene por las consecuencias que recibe el adolescente. Cuando publica una foto y obtiene muchos “likes”, recibe un refuerzo positivo que aumenta la probabilidad de seguir publicando y buscando validación externa. En contraste, si no recibe interacción, puede experimentar sentimientos de rechazo que afectan su autoestima. Por ejemplo, un adolescente que obtiene alta interacción en sus publicaciones puede depender de esa aprobación para sentirse seguro, reforzando el uso constante de redes y condicionando su autovaloración a la respuesta digital. Por ello, es importante para ello que la familia se encuentre presente, ya que al entrar al periodo de abstinencia puede presentar reacciones similares a los dependientes de las drogas: pesadillas, alucinaciones, temblor en las manos, irritabilidad y, en algunos casos, agresividad con los padres. En conclusión el desarrollo psicosocial propio de la etapa adolescente es crucial. En ese sentido, los resultados sugieren que el uso de las redes sociales por sí solo no determina los niveles de autoestima en los estudiantes sino que su impacto dependerá del tipo de uso, tiempo dedicado y la capacidad para manejar adecuadamente los contenidos digitales.

CAPÍTULO VI.

Conclusiones y recomendaciones

6.1 Conclusiones

Los resultados del estudio evidenciaron que no existe relación significativa entre la adicción de las redes sociales y la autoestima de los adolescentes de nivel secundaria de la institución educativa Julio C. Tello - Huacho, 2025. En ese sentido, se cumplió el objetivo general de la investigación. Asimismo, se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la nula.

Los resultados del estudio evidenciaron que no existe relación significativa entre la obsesión por las redes sociales y la autoestima. En ese sentido, se cumplió el primer objetivo específico planteado. Asimismo, se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la nula.

Los resultados del estudio evidenciaron que si existe relación significativa entre la falta de control personal por el uso de las redes sociales y la autoestima. En ese sentido, se cumplió el segundo objetivo específico planteado. Asimismo, se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la nula.

Los resultados del estudio evidenciaron que no existe relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima. En ese sentido, se cumplió el tercer objetivo específico planteado. Asimismo, se rechaza la hipótesis alterna y se acepta la nula.

6.2 Recomendaciones

A la dirección de la I.E. Julio C. Tello se sugiere implementar programas de promoción de la salud mental dirigidos a los adolescentes, orientados al fortalecimiento de la autoestima, el autoconocimiento, la confianza en sí mismos y el desarrollo de habilidades socioemocionales, considerando que en la presente investigación no se evidenció una relación estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en la mayoría de las hipótesis planteadas.

Al personal docente y al área de tutoría, promover actividades educativas que favorezcan el uso responsable, equilibrado y seguro de las redes sociales, brindando orientación sobre el manejo adecuado del tiempo, la privacidad, la interacción virtual y los posibles riesgos asociados a un uso inadecuado de estas plataformas.

A los padres de familia, fortalecer el acompañamiento y supervisión del uso de las redes sociales por parte de los adolescentes, promoviendo una comunicación familiar abierta y permanente que permita identificar oportunamente cambios en el comportamiento, aislamiento social, dificultades académicas o alteraciones emocionales.

Al área de tutoría y psicología de la institución educativa, fortalecer las estrategias de acompañamiento socioemocional y detección temprana de adolescentes que presenten dificultades relacionadas con su autoestima, relaciones interpersonales, rendimiento académico o uso inadecuado de las redes sociales, favoreciendo una atención oportuna.

Para futuras investigaciones, ampliar la población y muestra de estudio e incorporar adolescentes de diferentes instituciones educativas, con la finalidad de obtener resultados que permitan realizar comparaciones entre distintos contextos educativos y sociales.

Asimismo, considerar otras variables que podrían estar relacionadas con la autoestima de los adolescentes, como el entorno familiar, apoyo social, rendimiento académico, percepción de la imagen corporal, habilidades sociales y bienestar emocional.

Finalmente, desarrollar investigaciones longitudinales que permitan analizar la evolución del uso de las redes sociales y los niveles de autoestima a través del tiempo, así como estudios que consideren aspectos específicos del uso de estas plataformas, tales como tiempo de conexión, finalidad de uso, tipo de contenido consumido y frecuencia de interacción.

CAPÍTULO VII.

Referencias

7.1 Fuentes documentales

7.2 Fuentes bibliográficas

7.3 Fuentes hemerográficas

7.4 Fuentes electrónicas

Adicción de redes sociales y autoestima en... (s. f.-a). Recuperado el 24 de junio de 2024, de Studocu: <https://www.studocu.com/bo/document/universidad-mayor-de-san-andres/psicologia/adiccion-de-redes-sociales-y-autoestima-en/59437212>

Adicción a las redes sociales y su relación con la autoestima en adolescentes. (s. f.). Recuperado el 2 de octubre de 2025, de Universidad Estatal de Milagro: <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/1780/1733>

Adolescencia y redes sociales: Entre riesgos y oportunidades. (s. f.). Recuperado el 2 de octubre de 2025, de Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/11045/16217>

Alcántara, M. R., & Juan, F. M. (2021). *El uso de las redes sociales y su incidencia en la autoestima de los adolescentes*. Recuperado de <https://rdu.unc.edu.ar/handle/11086/18169>

Alomaliza Capuz, C. E., & Flores Hernández, V. F. (2023). Autoestima y resiliencia en mujeres. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 392–405. <https://doi:10.56712/latam.v4i1.252>

Álvarez, A. (2020). *Clasificación de las investigaciones* [Trabajo académico]. Universidad de Lima. Repositorio institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12724/10818>

Amado, L., & Raúl, G. (2019). *Nivel de autoestima en los estudiantes de primero de secundaria en la Institución Educativa Técnico 3052, Independencia – 2017* [Tesis de pregrado]. Universidad de Ciencias y Humanidades.

Araujo, V. (2023). *Las redes sociales y el comportamiento en los estudiantes de décimo grado paralelo “B” de educación general básica de la unidad educativa Juan León Mera “La Salle” de la ciudad de Ambato* [Trabajo de titulación de licenciatura]. Universidad Técnica de Ambato. Repositorio institucional. <https://repositorio.uta.edu.ec>

Armaza Deza, J. F. (2023). El riesgo del uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de Latinoamérica. <https://doi:10.1590/scielopreprints.5241>

Barrera Soto, K., & Ramírez Vargas, C. O. (2024). Adicción a redes sociales y autoestima en adolescentes del 4.º año de secundaria de una institución educativa privada en Huancayo (Tesis de licenciatura). Universidad Continental, Huancayo, Perú. <https://repositorio.continental.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/b807095a-9a6d-439b-904e-209470119fc9/content>

Burgos, K. (2022). *La adicción a las redes sociales de Instagram y Facebook y su relación con la autoestima en un grupo de adolescentes escolarizados en el municipio de Apartadó* [Trabajo de grado]. Universidad de Antioquia. <https://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Cabanillas, B., & Rojas, M. (2019). *Autoestima y acceso a redes sociales en adolescentes de una institución educativa—Ciudad de Dios 2018* [Tesis de licenciatura en enfermería]. Universidad Nacional de Trujillo. <http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/11620>

Cano Chávez, A., & Arenas Lucas, M. M. (2022). *Revisión sistemática sobre la adicción a las redes sociales*. Recuperado de Universidad Autónoma del Estado de México <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/137255>

Carbajal, O. J., Vivar Bravo, J., Fernández Pérez, Y. D., Matta Huerta, C. R., Mera Paucar, G. E., Vásquez Ruiz, O. N., & Quiza Añazco, C. (2022). Bienestar psicológico y uso de redes sociales en estudiantes del Instituto ICT, Huancayo. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(22), 147–162. <https://doi:10.33996/revistahorizontes.v6i22.323>

Castro, E. M. M. (2019). Bioestadística aplicada en investigación clínica: Conceptos básicos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 30(1), 50–65. <https://doi:10.1016/j.rmclc.2018.12.002>

Colonio Caro, J. D. (2023). Revisión sistemática sobre la adicción a las redes sociales en adolescentes latinoamericanos entre el 2020-2022. *Propósitos y Representaciones*, 11(2). doi:10.20511/pyr2023.v11n2.1759

Cruz, L. (2019). *Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular de la ciudad de Tarapoto 2017* [Tesis de licenciatura]. Universidad Señor de Sipán. <http://hdl.handle.net/20.500.12840/3034>

Cueva, L. (2022, 15 de junio). Perú. Reuters Institute for the Study of Journalism. <https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/es/digital-news-report/2022/peru>

Curay, L. (2023). *YouTube en el aprendizaje de la matemática en los estudiantes de octavo año de educación general básica de la unidad educativa “Pelileo”, del cantón Pelileo* [Tesis de licenciatura]. Repositorio institucional. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/37314>

¿Cuál es la influencia del uso de las redes sociales en las adolescentes? (s. f.). Recuperado el 2 de diciembre de 2024, de <https://blog.up.edu.mx/prepaup/femenil/cual-es-la-influencia-del-uso-de-las-redes-sociales-en-las-adolescentes>

De León, A. (2022). *Relación entre niveles de dependencia a la red social Instagram y los niveles de autoestima de los adolescentes de un centro educativo del área metropolitana de Guatemala* [Tesis de licenciatura]. Universidad de San Carlos de Guatemala.

<http://www.repositorio.usac.edu.gt/18049>

De Posgrado, E. (s. f.). *Redes sociales y aprendizaje significativo en estudiantes de nivel secundaria de la I.E.P. Rubén Darío – 2022 Santa María – Huaura*. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. <https://repositorio.unjfsc.edu.pe>

El 72,4 % de la población de 6 a 17 años de edad accedió a internet. (s. f.-a). Recuperado el 25 de octubre de 2025, de Instituto Nacional de Estadística e Informática:

<https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-724-de-la-poblacionde-6-a-17-anos-de-edad-accedio-a-internet-13723/>

Escurre Mayaute, M., & Salas Blas, E. (s. f.). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). Recuperado el 20 de octubre de 2025, de

<http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>

Estrada Herrera, L. (2025). *Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025* (Tesis de licenciatura). Universidad Norbert Wiener.

<https://repositorio.uwiener.edu.pe/server/api/core/bitstreams/ccf8a843-0694-4d5c-8c31-908a6263286a/content>

Fagundes, L. S., Marot, T. A., & Natividade, J. C. (2020). Use of Instagram, social comparison, and personality as predictors of self-esteem. *Psico-USF*, 25(4), 711–724.

<https://doi.org/10.1590/1413-82712020250410>

Guevara Vargas, M., De Fátima Cucho Hidalgo, Y., Medina Oliva, L. Y., & Hernández Chuquimbalqui, A. F. (2025). Programa cognitivo conductual para la prevención de la nomofobia en estudiantes de una institución educativa pública peruana. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(1). https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i1

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill. https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-laInvestigaci%C3%83%C2%B3n_Sampieri.pdf

La salud mental en el Perú: un gran pendiente. (2022, mayo 4). *Videnza*. Recuperado el 20 de septiembre de 2025, de <https://videnza.org/en/la-salud-mental-en-el-peru-un-gran-pendiente/>

León, A. R., & Griffiths, M. D. (2020). *Excessive social network use: Is it harmful for human health?* Recuperado el 20 de octubre de 2025, de http://irep.ntu.ac.uk/id/eprint/39474/1/1310071_Griffiths.pdf

López-Roldán, P., & Fachelli, S. (2015). *Metodología de la investigación social cuantitativa*. Recuperado de https://ddd.uab.cat/pub/lilibres/2015/129382/metinvsoccuan_presentacioa2015.pdf

Ma, C. M. S. (2022). Relationships between social networking sites use and self-esteem: The moderating role of gender. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(18), 11462. <https://doi.org/10.3390/ijerph191811462>

Martínez Esquivel, D. (2020). Abordaje de enfermería basado en el modelo de Peplau sobre el control de impulsos ineficaz. *Avances en Enfermería*, 38(1), 87–94. <https://doi.org/10.15446/av.enferm.v38n1.80576>

Mendoza Ruiz-Ramos Chapoñan, B. (s. f.-c). [Tesis]. Recuperado el 15 de julio de 2024, de Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo:

<https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/7096/BC-1497%20MENDOZA%20RUIZ-RAMOS%20CHAPO%C3%91AN.pdf>

Mendoza, K., & Mera, G. (2019). Adicción a las redes sociales y conducta suicida en los adolescentes de Montecristi. *Revista Científica y Arbitrada de Psicología NUNA YACHAY*, 2(3).

<https://publicacionescd.uleam.edu.ec/index.php/nunayachay/article/view/113>

Merino Herrera, J. F., & Zamora Barrazueta, J. A. (2023). *Uso de las redes sociales y la autoestima...* Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.

<https://repositorio.une.edu.pe/server/api/core/bitstreams/828c8a5f-933d-49fe-81fe-34ae0536f104/content>

Mersha, A., Abera, A., Tesfaye, T., Abera, T., Belay, A., Melaku, T., & Wake, S. K. (2023). Therapeutic communication and its associated factors among nurses working in public hospitals of Gamo zone, southern Ethiopia: Application of Hildegard Peplau's nursing theory of interpersonal relations. *BMC Nursing*, 22(1), 381. <https://doi.org/10.1186/s12912-023-01526-z>

Ministerio de Salud del Perú. (2019, 31 de julio). Se recomienda menos de cuatro horas diarias de Internet para evitar adicción en menores de edad.

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/49244-se-recomienda-menos-de-cuatro-horas-diarias-de-internet-para-evitar-adiccion-en-menores-de-edad>

Moya, G. H., García, K. N. M., Soto, K. I. P., Arias, J. A. V., & Palacios, A. A. Y. (2022). La adicción a las redes en adolescentes: Revisión sistemática. *Reflexiones en Trabajo Social*, 2(1), 46–56. <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/reflexiones/article/view/1648>

National Institute on Drug Abuse. (2020, agosto 31). *El uso indebido de drogas y la adicción*. Recuperado el 20 de diciembre de 2025, de <https://nida.nih.gov/es/publicaciones/las-drogas-el-cerebro-y-la-conducta-la-ciencia-de-la-adiccion/abuso-y-adiccion-las-drogas>

Neufeld, C. B., Correia dos-Anjos, N., & Pizzarro Rebessi, I. (2023). La teoría de los modos de Beck: una revisión de alcance. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 19(2).
<https://doi.org/10.5935/1808-5687.20230027-es>

Nota de prensa N.º 047-2023-INEI. (s. f.-b). Recuperado el 22 de noviembre de 2024, de Instituto Nacional de Estadística e Informática:
<https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-no-047-2023-inei.pdf>

Organización Mundial de la Salud. (s. f.). *Adolescent health*. Recuperado el 2 de octubre de 2023, de <https://www.who.int/es/healthtopics/adolescent-health>

Organización Mundial de la Salud. (s. f.). La salud mental de los adolescentes. Recuperado el 20 de diciembre de 2024, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Organización Panamericana de la Salud. (2005). Neurociencia del consumo y dependencia de sustancias psicoactivas. Washington, D. C., EE. UU.: OPS.
<https://www.who.int/docs/default-source/substance-use/neuroscience-spanish.pdf>

Paricahua Fernández, J. M. (s. f.-b). *[Tesis]*. Recuperado el 2 de octubre de 2025, de Universidad Autónoma del Perú:
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/3655/Paricahua%20Fern%c3%a1ndez%2c%20J.%20M..pdf>

¿Qué es el trastorno por consumo de sustancias? (s. f.). Recuperado el 20 de diciembre de 2025, de American Psychiatric Association: <https://www.psychiatry.org/patients-families/la-salud-mental/trastorno-por-consumo-de-sustancias/que-es-trastornos-por-consumo-de-sustancias>

Real Academia Española. (s. f.). *Diccionario de la lengua española (edición del tricentenario)*. Recuperado de <https://dle.rae.es/obsesi%C3%B3n>

Ramírez-Rodríguez, M., de la Caridad Casanova-Moreno, M., Elejalde-Calderón, M., César-Nobre-Gómez, M. A., Cruz-Ortiz, M., & Borges-Letter, Y. (2023). Contribución de la teoría entorno saludable de Florence Nightingale en la prevención de la leptospirosis. *Archivo Médico Camagüey*, 27, e9318. <https://revistaamc.sld.cu/index.php/amc/article/view/9318/0>

Revista de Psicodidáctica. (2008). Recuperado el 20 de diciembre de 2025, de <https://www.redalyc.org/pdf/175/17513105.pdf>

Repositorio UPN. (s. f.). Recuperado el 10 de diciembre de 2024, de <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/30119>

Redes sociales como herramientas para fomentar el aprendizaje interactivo de los estudiantes del segundo bachillerato de la Unidad Educativa Isla de Bejucal. (s. f.). Recuperado el 10 de diciembre de 2024, de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/78716>

Rufino, R. (s. f.). *Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de la Institución Matemática San Rafael. Carabayllo–Lima 2021*. Recuperado el 20 de diciembre de 2024, de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/73305>

Rubilar, Y. (2022). Autoestima educando desde y para la paz: Una revisión sistemática. *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, 1321–1338. <https://doi.org/10.21723/riaee.v17iesp.2.16999>

Sánchez Hernández, F. X. (2022). Devenir del ciberespacio como medio de comunicación e interacción: Una revisión documental a través de los usos comunicacionales de la plataforma sociodigital Facebook como medio social. *Sintaxis*, (8), 113–132.

<https://doi.org/10.36105/stx.2022n8.08>

Santos, L. (s. f.). *La autoestima*. Recuperado el 8 de agosto de 2025, de Universidad César Vallejo: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/17435>

Se recomienda menos de cuatro horas diarias de Internet para evitar adicción en menores de edad. (s. f.). Recuperado el 12 de agosto de 2025, de Ministerio de Salud del Perú:

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/49244-se-recomienda-menos-de-cuatro-horas-diarias-de-internet-para-evitar-adiccion-en-menores-de-edad>

Silva, A. (s. f.). *Silva, A.* Recuperado el 20 de septiembre de 2024, de Universidad Nacional de Cajamarca: <http://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/3735>

Tamayo, A. L. T. (s. f.). *[Tesis]*. Recuperado el 24 de mayo de 2023, de Universidad César Vallejo:

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/22472/Tamayo_ALT.pdf

[Tesis o documento académico]. (s. f.-a). Recuperado el 2 de octubre de 2025, de Universidad Católica Sedes Sapientiae:

<https://repositorio.ucss.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/2f8c4176-b6b4-45f2-8be6-3c9d737d3ea3/content>

Ticona Maquera, L. (2025). *Adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de la institución educativa comercial N.º 45 “Emilio Romero Padilla”, Puno – 2024* (Tesis de licenciatura). Universidad Privada San Carlos.

https://repositorio.upsc.edu.pe/bitstream/handle/UPSC/1311/Luzmila_TICONA_MAQUERA.pdf

Uso de las redes sociales en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria, Institución Educativa Libertador José de San Martín, Oyón, 2018. (s. f.). Recuperado el 7 de diciembre de 2022, de 1Library: <https://1library.co/document/god1w50zsociales-estudiantes-cuarto-secundaria-institucion-educativa-libertador-martin.html>

Valdez Panduro, M. N. (2021). Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar (Tesis de licenciatura). Universidad Autónoma del Perú, Lima.

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1287/Valdez%20Panduro%2c%20Martha%20Nancy.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Vásquez, M. (2017). *Muestreo probabilístico y no probabilístico*. Campus Ixtepec. <https://www.gestiopolis.com/wp-content/uploads/2017/02/muestreo-probabilistico-noprobabilistico-guadalupe.pdf>

Vera Camarena, S. (2023). *[Título profesional]*. Recuperado el 22 de junio de 2025, de Universidad Nacional Federico Villarreal: https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/7623/UNFV_FP_Vera_Camarena_Sandra_Titulo_profesional_2023.pdf

Villalobos, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. *Alternativas en Psicología*, (41). <https://www.alternativas.me/attachments/article/190/2.%20Autoestima,%20teor%C3%ADas%20y%20su%20relaci%C3%B3n%20con%20el%20%C3%A9xito%20personal.pdf>

Yagi, H., & Alessandra, E. (2020). *La procrastinación consecuencia del uso excesivo de las redes sociales en jóvenes universitarios de 18 a 22 años*. Recuperado el 14 de octubre de 2024, de Universidad San Ignacio de Loyola: <https://repositorio.usil.edu.pe/handle/usil/10062>

Vásquez, M. (2017). *Muestreo probabilístico y no probabilístico*. Campus Ixtepec. <https://www.gestiopolis.com/wp-content/uploads/2017/02/muestreo-probabilistico-noprobabilistico-guadalupe.pdf>

ANEXOS

Anexo 1

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Universidad Nacional “José Faustino Sánchez Carrión”

Escuela Profesional de Enfermería

Al firmar este documento, el Padre y/o Apoderado dará CONSENTIMIENTO para que el menor participe en la investigación propuesta por la estudiante de Enfermería de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión; habiéndose explicado la naturaleza y los propósitos de este estudio y las posibles contrariedades que se puedan presentar.

La presente investigación tiene como objetivo:

- Determinar la relación entre la adicción por el uso de las redes sociales en la autoestima de los estudiantes de nivel secundaria de la Institución Educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025. Los resultados de este estudio permitirán la recolección de datos para el estudio de la investigación.
- Su participación es voluntaria, no existen riesgos físicos ni psicológicos y tiene la oportunidad de hacer cualquier pregunta con respecto al proceso investigativo. La información obtenida será tratada de manera confidencial.

Nombre del tesista:
Cadillo Flores, Carlos Alexander
DNI:

Nombre de la tesista:
Chiroque Cucho Romina Y.
DNI:

Firma del padre o apoderado
DNI:

Anexo 2

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES

INSTRUMENTO PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

Presentación:

Saludos cordiales, somos estudiantes del décimo ciclo de la escuela de Enfermería de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, este cuestionario fue diseñado para nuestro trabajo de investigación, el cual es realizado con el objetivo de identificar el grado de adicción a redes sociales en los adolescentes que cursen el nivel secundario de la institución educativa Julio C Tello Huacho- 2025 , este instrumento será beneficioso para los estudiantes de esta institución, ya que, es importante identificar cualquier tipo de complicación en el uso de las redes sociales. Desde ya le expreso mi más profundo agradecimiento por su colaboración al participar voluntariamente para el desarrollo de este instrumento el cual es confidencial y anónimo, por tanto, solicito que sea realizado con total sinceridad.

Instrucciones:

A continuación, se le plantearán algunas preguntas, a lo cual no hay respuesta correcta o errada, por tanto, se le pide que responda con la verdad y marque su respuesta con un aspa (X) según usted lo considere.

I. Datos sociodemográficos

1. Sexo

A. Femenino

B. Masculino

2. Edad

A. 11-12

B. 13-14

C. 15-16

D. 17 a más

3. Nivel de estudio

- A. Primero B. Segundo
C. Tercero D. Cuarto E. Quinto

II. DATOS EN RELACIÓN A LAS REDES SOCIALES

4. Dispositivo que más utiliza

- A. Celular B. Laptop
C. Computadora D. Tablet E. Otros dispositivos

5. ¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?

- A. Siempre B. Casi siempre
C. A veces D. Rara vez E. Nunca

6. Red social que más utiliza (Puede marcar más de una sola alternativa)

- A. Facebook/ Messenger B. Instagram
C. WhatsApp D. Tik tok E. YouTube

7. ¿Dónde se conecta a las redes sociales? (Puede marcar más de una sola alternativa)

- A. En mi casa B. En la computadora del colegio.
C. A través del celular D. En mi laptop E. En las cabinas de Internet

8. De todas las personas que conoce a través de la Red. ¿Qué porcentaje de personas conoce personalmente?

- A. Entre 10% o menos B. Entre 11 a 30%
C. Entre 31 a 50% D. Entre 51 a 70% E. Más del 70%

9. ¿Sus cuentas en las redes contienen sus datos verdaderos (Nombre, edad, género, dirección, número de celular)?

- A. Si B. No

10. *¿Qué es lo que más le gusta de las redes sociales?*

A. Escuchar música

B. Mantenerme comunicado con mis amigos

C. Buscar Información

D. Juegos en Línea

E. Otros

III. DIMENSIONES:

N°	Ítems	Siempre	Casi siempre	A veces	Rara vez	Nunca
OBSESIÓN POR LAS REDES SOCIALES						
<i>Tiempo de conexión</i>						
1.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
2.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más					
<i>Estado de ánimo</i>						
3.	No sé qué hacer cuando me quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
4.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
5.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
6.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días					
<i>Relaciones interpersonales</i>						
7.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
8.	Mis amigos y/o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales					
9.	Cuando estoy en clase sin conectarme a las redes sociales, me siento aburrido(a).					
FALTA DE CONTROL PERSONAL EN EL USO DE LAS REDES SOCIALES						
<i>Intensidad y Frecuencia</i>						
10.	Apenas despierto ya estoy conectado(a) a las redes sociales					
11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales					
12.	Creo que es un problema, la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social					
<i>Control de tiempo conectado</i>						
13.	Pienso en que debo controlar mi uso de conectarme a las redes sociales					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales					

15.	Descuido el contacto personal con mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
<i>Influencia del entorno adictivo de las redes sociales</i>						
16.	Las personas de tu entorno al hacer uso de las redes sociales te incentivan a recurrir a ellas					
17.	Permaneces activo en las redes sociales por moda o por no estar desactualizado (a)					
18.	Consideras que las redes sociales favorecen positivamente a nuestro entorno.					
19.	Al tener poca atención de parte de tus padres sueles usar las redes sociales para no sentirte solo					
USO EXCESIVO DE LAS REDES SOCIALES						
<i>Necesidad de permanecer conectado</i>						
20.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales					
21.	Entrar y usar las redes sociales me producen alivio y me relaja.					
22.	Cuando me conecto a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo					
23.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado					
<i>Cantidad de veces conectado</i>						
24.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome en las redes sociales.					
25.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
26.	Estoy atento(a) a las actualizaciones que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
27.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales					

Anexo 3

CUESTIONARIO DE AUTOESTIMA

INSTRUMENTO PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

Presentación:

Saludos cordiales, somos estudiantes del décimo ciclo de la escuela de Enfermería de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, este cuestionario fue diseñado para nuestro trabajo de investigación, el cual es realizado con el objetivo de identificar el grado de autoestima en los adolescentes que cursen el nivel secundario de la institución educativa Julio C Tello Huacho- 2025 , este instrumento será beneficioso para los estudiantes de esta institución, ya que, es importante detectar la baja autoestima en caso se encuentre presente ya que puede ser causante de un riesgo mayor como sería la muerte. Desde ya le expreso mi más profundo agradecimiento por su colaboración al participar voluntariamente para el desarrollo de este instrumento el cual es confidencial y anónimo, por tanto, solicito que sea realizado con total sinceridad.

Instrucción:

A continuación se le muestra un test con 10 preguntas, en cada pregunta has de elegir una sola respuesta la que tú consideres más apropiada, marcas con un aspa (x), intenta responder de forma sincera. Comienza el test:

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

N°	Ítems	Muy de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Muy en desacuerdo
AUTOCONOCIMIENTO					
1.	Siento que soy una persona digna de aprecio al menos de igual medida que los demás				
2.	Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.				
AUTOCONCEPTO					
3.	Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
4.	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo.				
5.	En general estoy satisfecho de mí mismo.				
AUTOEVALUACIÓN					
6.	Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso.				
7.	En general me inclino a pensar que soy un fracasado.				
AUTOACEPTACIÓN					
8.	Me gustaría sentir más respeto por mí mismo.				
9.	Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
AUTORESPETO					
10.	A veces creo que no soy buena persona.				
11.	Siento que mis decisiones diarias reflejan el respeto que tengo por mi mismo/a.				

Anexo 4

Matriz de consistencia

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología
Problema General	Objetivo General	Hipótesis General			Tipo de estudio: Aplicada
¿Cuál es la relación entre la adicción a redes sociales y la autoestima en los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025?	Determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la autoestima en los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025.	Existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la autoestima en los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C Tello en Huacho, 2025.	Adicción a Redes Sociales	Obsesión por las redes sociales Falta de control personal para el uso de las redes sociales Uso excesivo de las redes sociales	Nivel: Correlacional Diseño: No experimental Enfoque: Cuantitativo
Problemas Específicos	Objetivos Específicos	Hipótesis Específicas			Área de investigación: Adolescentes de la Institución Educativa Julio C. Tello, 2025.
¿Cómo la obsesión por el uso de redes sociales se relaciona con la autoestima de los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025?	Identificar la relación entre la obsesión por el uso de redes sociales con la autoestima de los estudiantes de secundaria Julio C. Tello- Huacho, 2025.	Existe una relación significativa entre la obsesión por el uso de redes sociales con la autoestima en los estudiantes de secundaria.			Población: 333 adolescentes
¿Cómo la falta de control personal por el uso de redes sociales se relaciona con la autoestima de los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025?	Identificar la relación entre la falta de control personal por el uso de redes sociales con la autoestima de los estudiantes de secundaria Julio C. Tello- Huacho, 2025.	Existe una relación significativa entre la falta de control personal por el uso de redes sociales con la autoestima en los estudiantes de secundaria.	Autoestima	Autoconcepto Autoevaluación Auto aceptación Auto respeto	Muestra: 88 adolescentes Técnica: Encuesta
¿Cómo el uso excesivo de las redes sociales se relaciona con la autoestima de los estudiantes de secundaria de la institución educativa Julio C. Tello- Huacho, 2025?	Identificar la relación entre el uso excesivo de las redes sociales con la autoestima de los estudiantes de secundaria Julio C. Tello- Huacho, 2025	Existe una relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales con la autoestima en los estudiantes de secundaria.			Instrumento: Cuestionario
					Técnica de procesamiento: Estadística Inferencial No paramétricas Correlación de Spearman.

Procesamiento de datos en excel

Ilustración 1

A1

fx

	A	B	C	D	E	F	G																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							</
--	---	---	---	---	---	---	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----

Procesamiento de Base de datos

Fuente: Programa Excel

Ilustración 2

Procesamiento de cuestionarios (Adicción a redes sociales y Autoestima)

A1	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															
13															
14															
15															
16															
17															
18															
19															
20															
21															
22															
23															
24															
25															
26															
27															
28															
29															
30															
31															
32															
33															
34															

Fuente: Programa Excel

Ilustración 3

Procesamiento de datos en Excel para cuestionario de Adicción a Redes Sociales

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V
5	ADICCIÓN A REDES SOCIALES																					
6																						
7																						
8		ITEM 1	ITEM 2	ITEM 3	ITEM 4	ITEM 5	ITEM 6	ITEM 7	ITEM 8	ITEM 9	ITEM 10	ITEM 11	ITEM 12	ITEM 13	ITEM 14	ITEM 15	ITEM 16	ITEM 17	ITEM 18	ITEM 19	ITEM 20	ITEM 21
9	1	1	3	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	2	2	4	3	2
10	2	2	0	2	4	3	0	1	2	4	4	2	3	3	2	4	2	4	4	2	1	3
11	3	4	1	1	1	1	4	3	3	4	0	4	2	0	4	0	3	4	2	0	4	0
12	4	2	3	2	4	3	2	4	4	3	4	2	2	1	2	4	2	3	1	1	3	2
13	5	2	3	4	4	4	0	3	4	4	4	4	3	0	4	4	3	4	3	0	4	4
14	6	3	4	4	4	4	2	3	3	4	3	3	2	1	3	3	3	2	2	3	3	2
15	7	4	4	3	4	4	2	3	4	4	3	4	4	0	3	3	4	3	4	3	4	3
16	8	3	3	2	2	2	1	3	3	2	4	3	4	2	4	4	3	4	1	3	4	2
17	9	4	4	4	4	4	0	4	4	4	4	4	3	3	0	4	4	3	2	4	4	3
18	10	2	3	3	3	2	2	4	4	4	2	3	3	2	2	4	4	3	3	4	4	3
19	11	3	4	3	4	4	2	4	3	4	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	4	4
20	12	4	3	3	2	3	0	4	3	4	3	3	4	1	1	4	4	3	4	4	4	4
21	13	4	4	3	4	4	0	4	4	4	3	4	4	0	4	4	4	4	2	4	4	2
22	14	3	3	3	4	4	1	2	4	3	3	2	3	2	3	4	4	3	2	3	4	3
23	15	2	2	0	2	4	2	4	2	2	3	4	4	0	2	0	2	2	4	2	2	2
24	16	2	1	3	4	4	3	4	3	4	3	4	1	0	2	3	3	3	4	3	4	1
25	17	3	3	3	4	4	2	4	4	4	2	2	0	0	0	1	1	4	3	1	2	1
26	18	2	2	3	4	4	2	4	3	4	3	3	4	0	4	4	3	3	2	4	3	2
27	19	3	3	4	2	2	2	4	4	2	4	4	4	0	4	4	4	3	2	1	3	2
28	20	2	3	2	3	2	3	2	1	4	4	2	3	0	2	1	2	4	1	1	2	2
29	21	4	3	0	4	2	1	0	0	4	4	2	3	2	4	0	4	0	2	0	0	2
30	22	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3
31	23	4	4	1	4	1	2	2	0	2	0	2	4	0	2	1	4	4	2	0	4	2
32	24	1	1	1	4	4	3	3	3	4	3	3	4	2	3	2	2	3	2	1	4	4
33	25	3	4	3	4	4	3	4	2	4	4	3	2	1	1	2	4	3	3	4	4	4
34	26	2	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	2	3	3
35	27	3	2	0	2	3	4	3	2	4	1	2	3	3	4	4	3	2	2	0	3	2
36	28	2	2	3	3	3	2	3	1	3	4	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3
37	29	2	0	3	4	4	1	4	4	3	4	4	1	0	3	4	2	2	2	3	3	3
38	30	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3
39	31	0	4	3	4	0	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	0	0	0
40	32	2	3	4	3	2	2	4	2	4	2	4	3	1	1	3	2	3	4	1	4	4

Fuente: Programa Excel

Ilustración 4

Procesamiento de datos en Excel para cuestionario de Autoestima

R15 ▾ fx

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
1													
2		AUTOESTIMA											
3													
4													
5		ITEM1	ITEM2	ITEM3	ITEM4	ITEM5	ITEM6	ITEM7	ITEM8	ITEM9	ITEM10	ITEM11	TOTAL
6	1	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	40
7	2	4	4	4	3	3	3	3	2	4	3	2	35
8	3	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	18
9	4	3	4	3	3	4	2	3	2	3	2	1	30
10	5	1	1	3	1	1	4	2	2	1	1	1	18
11	6	3	3	4	4	3	3	4	2	2	4	2	34
12	7	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	43
13	8	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	28
14	9	3	3	3	3	3	4	4	1	4	3	1	32
15	10	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	30
16	11	3	1	2	3	3	2	2	2	1	1	1	21
17	12	4	3	3	3	4	2	2	2	1	2	1	27
18	13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	41
19	14	3	3	2	3	3	2	4	2	4	3	2	31
20	15	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	26
21	16	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	2	34
22	17	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	29
23	18	3	3	3	4	4	3	3	1	3	4	1	32
24	19	3	3	2	2	2	3	2	1	3	2	4	27
25	20	2	1	1	1	4	1	3	1	1	1	1	17
26	21	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	17
27	22	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	32
28	23	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	42
29	24	3	3	2	3	2	2	3	3	4	2	3	30
30	25	3	4	3	3	4	2	1	3	1	3	4	31
31	26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	32
32	27	3	2	3	2	1	2	2	2	2	4	3	26
33	28	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	29
34	29	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	4	29

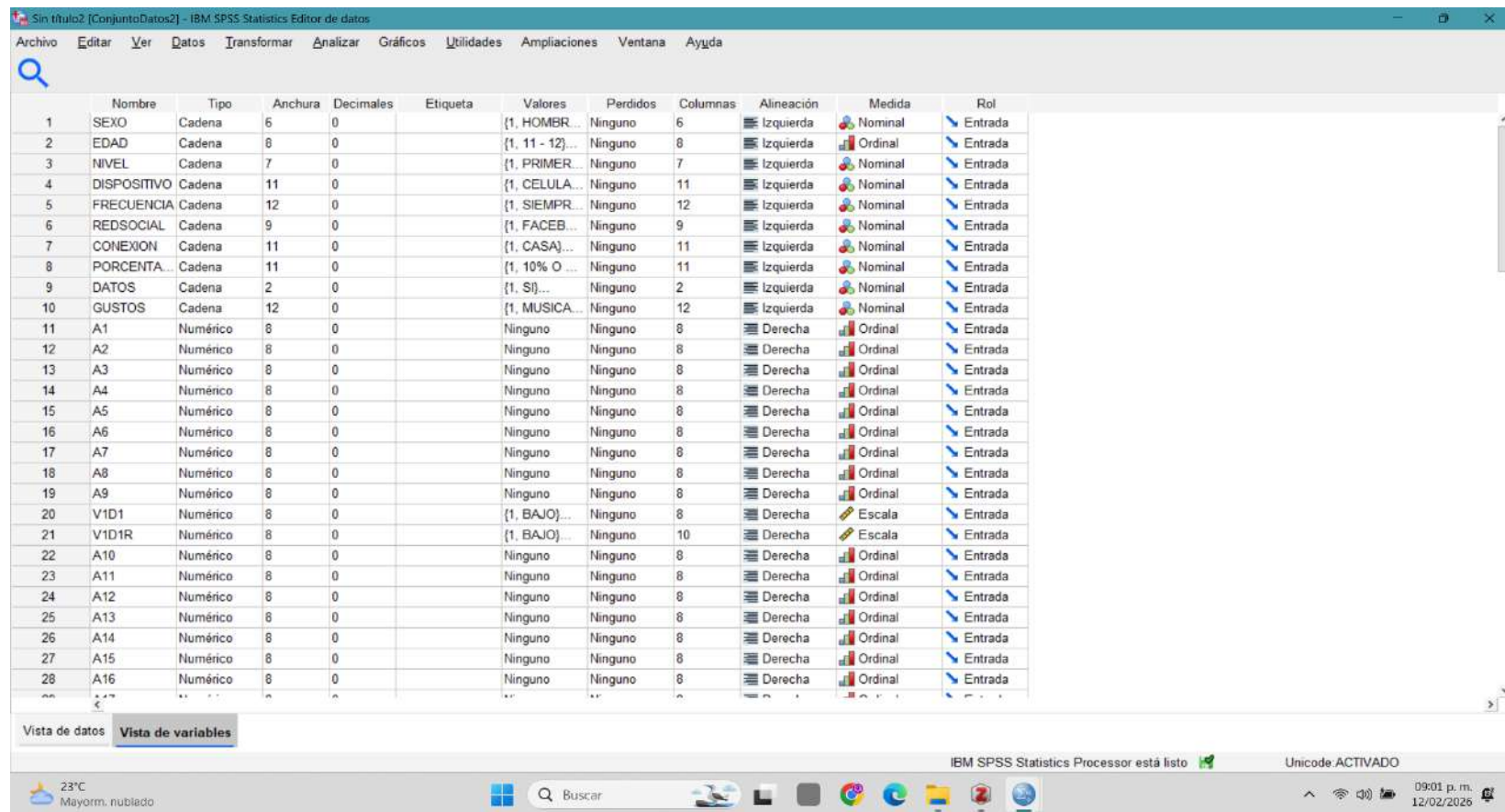
Fuente: Programa Excel

ANEXO 06:

Procesamiento de datos en SPSS

Ilustración 1

Procesamiento de variables en SPSS



	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	SEXO	Cadena	6	0		{1, HOMBR...	Ninguno	6	Izquierda	Nominal	Entrada
2	EDAD	Cadena	8	0		{1, 11 - 12}...	Ninguno	8	Izquierda	Ordinal	Entrada
3	NIVEL	Cadena	7	0		{1, PRIMER...	Ninguno	7	Izquierda	Nominal	Entrada
4	DISPOSITIVO	Cadena	11	0		{1, CELULA...	Ninguno	11	Izquierda	Nominal	Entrada
5	FRECUENCIA	Cadena	12	0		{1, SIEMPR...	Ninguno	12	Izquierda	Nominal	Entrada
6	REDSOCIAL	Cadena	9	0		{1, FACEB...	Ninguno	9	Izquierda	Nominal	Entrada
7	CONEXION	Cadena	11	0		{1, CASA}...	Ninguno	11	Izquierda	Nominal	Entrada
8	PORCENTA...	Cadena	11	0		{1, 10% O ...	Ninguno	11	Izquierda	Nominal	Entrada
9	DATOS	Cadena	2	0		{1, SI}...	Ninguno	2	Izquierda	Nominal	Entrada
10	GUSTOS	Cadena	12	0		{1, MUSICA...	Ninguno	12	Izquierda	Nominal	Entrada
11	A1	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
12	A2	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
13	A3	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
14	A4	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
15	A5	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
16	A6	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
17	A7	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
18	A8	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
19	A9	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
20	V1D1	Numérico	8	0		{1, BAJO}...	Ninguno	8	Derecha	Escala	Entrada
21	V1D1R	Numérico	8	0		{1, BAJO}...	Ninguno	10	Derecha	Escala	Entrada
22	A10	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
23	A11	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
24	A12	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
25	A13	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
26	A14	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
27	A15	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada
28	A16	Numérico	8	0		Ninguno	Ninguno	8	Derecha	Ordinal	Entrada

Fuente: Spss

Ilustración 2

Procesamiento de variables en SPSS

Sin título2 [ConjuntoDatos2] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 68 de 68 variables

	SEXO	EDAD	NIVEL	DISPOSITIVO	FRECUENCIA	REDSOCIAL	CONEXION	PORCENTAJE	DATOS	GUSTOS	A1	A2	A3	A4	A5	A6
1	HOMBRE	11-12	PRIMERO	CELULAR	SIEMPRE	FACEBOOK	CASA	51 A 70%	SI	MÚSICA	1	3	2	4	4	2
2	HOMBRE	11-12	PRIMERO	CELULAR	SIEMPRE	TIK TOK	CASA	51 A 70%	SI	JUEGOS	2	0	2	4	3	0
3	HOMBRE	11-12	PRIMERO	CELULAR	SIEMPRE	TIK TOK	CASA	31 A 50%	SI	JUEGOS	4	1	1	1	1	4
4	HOMBRE	11-12	PRIMERO	OTROS	NUNCA	YOUTUBE	CASA	31 A 50%	SI	MÚSICA	2	3	2	4	3	2
5	HOMBRE	13-14	PRIMERO	CELULAR	RARAS VECES	WHATSAPP	CASA	10% O MENOS	SI	JUEGOS	2	3	4	4	4	0
6	HOMBRE	13-14	PRIMERO	CELULAR	SIEMPRE	TIK TOK	CELULAR	MÁS DEL 70	NO	JUEGOS	3	4	4	4	4	2
7	HOMBRE	13-14	PRIMERO	CELULAR	SIEMPRE	TIK TOK	CELULAR	51 A 70%	SI	MÚSICA	4	4	3	4	4	2
8	HOMBRE	13-14	PRIMERO	CELULAR	A VECES	TIK TOK	CELULAR	51 A 70%	SI	JUEGOS	3	3	2	2	2	1
9	HOMBRE	13-14	PRIMERO	CELULAR	A VECES	FACEBOOK	CASA	31 A 50%	SI	OTROS	4	4	4	4	4	0
10	HOMBRE	13-14	PRIMERO	CELULAR	A VECES	WHATSAPP	CASA	10% O MENOS	SI	JUEGOS	2	3	3	3	2	2
11	HOMBRE	13-14	PRIMERO	CELULAR	A VECES	YOUTUBE	CASA	MÁS DEL 70	SI	MÚSICA	3	4	3	4	4	2
12	HOMBRE	13-14	PRIMERO	LAPTOP	CASI SIEMPRE	TIK TOK	CASA	11 A 30%	SI	JUEGOS	4	3	3	2	3	0
13	HOMBRE	13-14	PRIMERO	CELULAR	CASI SIEMPRE	WHATSAPP	CELULAR	51 A 70%	NO	JUEGOS	4	4	3	4	4	0
14	MUJER	13-14	PRIMERO	CELULAR	SIEMPRE	FACEBOOK	CELULAR	51 A 70%	NO	MÚSICA	3	3	3	4	4	1
15	MUJER	13-14	PRIMERO	CELULAR	SIEMPRE	FACEBOOK	CASA	10% O MENOS	SI	OTROS	2	2	0	2	4	2
16	MUJER	13-14	PRIMERO	CELULAR	A VECES	FACEBOOK	CASA	10% O MENOS	NO	MÚSICA	2	1	3	4	4	3
17	MUJER	13-14	PRIMERO	CELULAR	A VECES	WHATSAPP	CASA	10% O MENOS	SI	MÚSICA	3	3	3	4	4	2
18	MUJER	13-14	PRIMERO	CELULAR	A VECES	WHATSAPP	CASA	MÁS DEL 70	SI	JUEGOS	2	2	3	4	4	2
19	MUJER	13-14	PRIMERO	CELULAR	A VECES	WHATSAPP	CASA	MÁS DEL 70	SI	OTROS	3	3	4	2	2	2
20	MUJER	13-14	PRIMERO	CELULAR	A VECES	WHATSAPP	CELULAR	MÁS DEL 70	SI	OTROS	2	3	2	3	2	3
21	MUJER	11-12	PRIMERO	CELULAR	SIEMPRE	INSTAGRAM	CELULAR	31 A 50%	SI	JUEGOS	4	3	0	4	2	1
22	MUJER	11-12	PRIMERO	CELULAR	SIEMPRE	YOUTUBE	CELULAR	11 A 30%	SI	MÚSICA	3	3	3	3	3	2
23	MUJER	11-12	PRIMERO	CELULAR	A VECES	FACEBOOK	CELULAR	MÁS DEL 70	SI	JUEGOS	4	4	1	4	1	2
24	HOMBRE	13-14	SEGUNDO	CELULAR	A VECES	WHATSAPP	CASA	MÁS DEL 70	SI	JUEGOS	1	1	1	4	4	3
25	HOMBRE	13-14	SEGUNDO	CELULAR	A VECES	YOUTUBE	CASA	51 A 70%	SI	MÚSICA	3	4	3	4	4	3
26	HOMBRE	13-14	SEGUNDO	CELULAR	A VECES	WHATSAPP	CASA	MÁS DEL 70	SI	INFORMACIÓN	2	4	4	3	4	2

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ACTIVADO

Advertencia de l... En efecto

Buscar

09:03 p. m. 12/02/2026

Fuente: Programa Excel

ANEXO 07

Recolección de datos





