



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA**  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

**TESIS**

Adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario  
de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

**PRESENTADO POR:**

Roque Mamani, Lidia Alexandra  
Apaza Alanoca, Rosa Magdalena

**TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**DOCENTE ASESOR:**

MG. Vilcas Lazo, Alex Arturo

<https://orcid.org/0000-0002-9507-0153>

Chincha, Perú, 2025

# CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN



## CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Chincha, 08 de enero de 2026

**Mg. Jose Yomil Perez Gomez**  
**Decano de la Facultad de salud**  
**Universidad Autónoma de Ica.**

### **Presente.** -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarla e informar que, la **Bach.** Lidia Alexandra Roque Mamani y la **Bach.** Rosa Magdalena Apaza Alanoca, de la Facultad de salud, del programa Académico de PSICOLOGÍA, han cumplido con elaborar su:

PROYECTO DE TESIS

TESIS

### **TITULADO:**

**“ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE TACNA, 2025”**

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el procedimiento administrativo correspondiente según la etapa del proceso académico.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal.

Cordialmente,



Firmado digitalmente por:  
VILCAS LAZO ALEX ARTURO  
FIR 46088220 hard  
Motivo: Soy el autor del  
documento  
Fecha: 09/01/2026 12:08:08-0500

**MG. ALEX ARTURO VILCAS LAZO**  
**CODIGO ORCID: 0000-0002-9507-0153**  
**DNI: 46088220**

ROBARIO C. BOHORQUEZ VEGA NOTARIO DE TACNA		
T A C N A	ENE 2026	P E R U
Prolongación Av. Pinto N° 1360 DNI N° 74538697		

### DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, ROQUE MAMANI LIDIA ALEXANDRA, identificado(a) con DNI N° 74538697 en mi condición de Bachiller del programa de estudios de Psicología, de la Facultad de Ciencias de la Salud, en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: "ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE TACNA, 2025", declaro bajo juramento que:

- a. La investigación realizada es de mi autoría
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni autoplagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas.
- d. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- e. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos, son reales, por lo que, el (la) investigador(a), no han incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- f. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad

**19%**

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Tacna, 09 de enero de 2026

  
 \_\_\_\_\_  
 Roque Mamani Lidia Alexandra  
 DNI N.º 74538697



\*Las firmas y huellas dactilares corresponden al/los responsables(s) de la investigación.

**CERTIFICACIÓN A LA VUELTA**

**NO REDACTADO EN ESTA NOTARÍA**

SE CERTIFICA FIRMA  
MAS NO EL CONTENIDO

**CERTIFICO:** LA AUTENTICIDAD DE LA FIRMA DE **LIDIA ALEXANDRA ROQUE MAMANI**, IDENTIFICADA CON DNI.No.74538697, POR SER LA QUE UTILIZA EN TODOS SUS ACTOS PUBLICOS Y PRIVADOS. EL NOTARIO NO ASUME RESPONSABILIDAD POR EL CONTENIDO DEL PRESENTE DOCUMENTO, DE CONFORMIDAD A LO DISPUESTO EN EL ARTICULO 108 DEL DECRETO LEGISLATIVO NRO.1049, LEY DEL NOTARIADO. DOY FE. TACNA, NUEVE DE ENERO DEL DOS MIL VEINTISEIS.

++ .+cbt  
VTA-01-00907



*Rosario C. Bohorquez Vexa*  
ROSARIO C. BOHORQUEZ VEXA  
NOTARIO DE TACNA  
COLEGIO DE NOTARIOS DE TACNA  
MAT 08



**NOTARIA**  
**BOHORQUEZ VEGA ROSARIO CATHERINE**  
**SERVICIO DE AUTENTICACIÓN E IDENTIFICACIÓN BIOMÉTRICA**



**CORRESPONDE**

La primera impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado. La segunda impresión dactilar capturada corresponde al DNI consultado.

**INFORMACIÓN PERSONAL**

**DNI** 74538697  
**Primer Apellido** ROQUE  
**Segundo Apellido** MAMANI  
**Nombres** LIDIA ALEXANDRA  
**Estatura** 158  
**Género** Femenino  
**Nacimiento** 04/03/1998  
**Nivel Educativo** SECUNDARIA-5TO AÑO  
**Estado Civil** SOLTERO  
**Fecha de Emisión** 04/12/2023  
**Fecha de Inscripción** 25/06/2010

**INFORMACIÓN DE NACIMIENTO**

**País** PERU  
**Departamento** PUNO  
**Provincia** EL COLLAO  
**Distrito** ILAVE  
**Nombre Padre** PERCY  
**Nombre Madre** LIDIA YOLICIA

**INFORMACIÓN DE DOMICILIO**

**Departamento** TACNA  
**Provincia** TACNA  
**Distrito** TACNA  
**Dirección** C.P. LEGUIA ASOC. CECOAVI MZ.  
55 LT. 20



**ROQUE MAMANI, LIDIA ALEXANDRA**  
**DNI 74538697**



**INFORMACIÓN DE CONSULTA  
DACTILAR**

**Operador:** 44268335 - Nadir Carolina  
Bendezu Tamayo

**Fecha de Transacción:** 09-01-2026  
10:54:21

**Entidad:** 10004916544 -  
BOHORQUEZ VEGA ROSARIO  
CATHERINE

**VERIFICACIÓN DE CONSULTA**

Puede verificar la información en línea en:  
<https://serviciosbiometricos.reniec.gob.pe/identifica3/verification.do>

**Número de Consulta:** 0122278385



DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

ROSARIO C. BOHORQUEZ VEGA		NOTARIO DE TACNA	
TACNA	12 ENE 2026	PERU	
Av. Pizarro N° 1380		310015 - 310242	

Yo, ROSA MAGDALENA APAZA ALANOCA, identificado(a) con DNI N° 48285455, en mi condición de Bachiller del programa de estudios de PSICOLOGIA HUMANA, de la Facultad de CIENCIAS DE LA SALUD, en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: "ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA ESTATAL DE TACNA, 2025", declaro bajo juramento que:

NO REDACTADO  
EN ESTA NOTARIA

- a. La investigación realizada es de mi autoría
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni autoplagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas.
- d. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- e. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos, son reales, por lo que, el (la) investigador(a), no han incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- f. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad

19%

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Tacna, 12 de enero de 2026

Rosa H. Apaza Alanca

Apellidos y nombres  
DNI N.º 48285455



CERTIFICACIÓN A LA VUELTA

SE CERTIFICA FIRMA  
MAS NO EL CONTENIDO

ROSA M C A  
NOTARIF  
112  
Presidencia

**CERTIFICO:** LA AUTENTICIDAD DE LA FIRMA DE ROSA MAGDALENA APAZA ALANOCA, IDENTIFICADA CON DNI NO. **48285455** Y ASIMISMO UTILIZANDO EL SISTEMA DE COMPARACION BIOMETRICA DE HUELLAS DACTILARES A TRAVES DEL SERVICIO QUE BRINDA EL REGISTRO NACIONAL DE IDENTIDAD Y ESTADO CIVIL - RENIEC- CONFORME LO PERMITE EL ARTICULO 97 DEL DECRETO LEGISLATIVO DEL NOTARIADO NRO.1049, QUE SE ANEXA A LA PRESENTE DE LO QUE DOY FE. EL NOTARIO NO ASUME RESPONSABILIDAD POR EL CONTENIDO DEL PRESENTE DOCUMENTO, DE CONFORMIDAD CON LO DISPUESTO EN EL ARTICULO 108 DEL DECRETO LEGISLATIVO NRO.1049, LEY DEL NOTARIADO. DOY FE. TACNA, DOCE DE ENERO DEL AÑO DOS MIL VEINTISEIS.

++.+

VTA-01-01283



*Rosario C. Bohorquez Vega*  
ROSARIO C. BOHORQUEZ VEGA  
NOTARIO DE TACNA  
COLEGIO DE NOTARIOS DE TACNA  
MAT 08

CONSTA DE 02 (dos) FOJAS



**NOTARIA**  
**BOHORQUEZ VEGA ROSARIO CATHERINE**  
**SERVICIO DE AUTENTICACIÓN E IDENTIFICACIÓN BIOMÉTRICA**



BOHORQUEZ VEGA ROSARIO CATHERINE  
12-01-2026 17:39:31  
RENIEC © 2026

**CORRESPONDE**  
Al menos una impresión dactilar  
capturada (segunda impresión dactilar)  
corresponde al DNI consultado.

**INFORMACIÓN PERSONAL**

**DNI** 48285455  
**Primer Apellido** APAZA  
**Segundo Apellido** ALANOCA  
**Nombres** ROSA MAGDALENA  
**Estatura** 145  
**Género** Femenino  
**Nacimiento** 02/06/1993  
**Nivel Educativo** SECUNDARIA-4TO AÑO  
**Estado Civil** SOLTERO  
**Fecha de Emisión** 24/09/2024  
**Fecha de Inscripción** 04/07/2011

**INFORMACIÓN DE NACIMIENTO**

**País** PERU  
**Departamento** PUNO  
**Provincia** CHUCUITO  
**Distrito** POMATA  
**Nombre Padre** BERNABE  
**Nombre Madre** NATIVIDAD

**INFORMACIÓN DE DOMICILIO**

**Departamento** TACNA  
**Provincia** TACNA  
**Distrito** ALTO DE LA ALIANZA  
**Dirección** ASOC. VIV CERRO COLORADO  
MZ. 112 LT. 02



**APAZA ALANOCA, ROSA MAGDALENA**  
**DNI 48285455**



## **DEDICATORIA**

A Dios, quien es mi guía y fortaleza en cada momento de mi vida

A mis amados padres Percy y Lidia por su apoyo incondicional que me brindaron antes y durante la tesis. Esta tesis es un testimonio de su sacrificio y amor, y me siento muy orgullosa de honrarlos así.

A mis dos hermanos Alex y Kelly quienes siempre me motivaron a seguir y a no rendirme al primer obstáculo, gracias por acompañarme y nunca dejarme sola.

A mi compañero de vida y padre de mi hijo, tu cariño y respaldo han constituido la base de nuestro hogar. Esta tesis es un homenaje a la cooperación, la paciencia y el entendimiento que has aportado durante todo este recorrido académico.

A mi hijo Aron quien ha sido mi mayor motivación para nunca rendirme en mis estudios y seguir adelante para poder llegar a ser un ejemplo para él.

**Lidia Roque Mamani**

A Dios por permitirme llegar hasta aquí y que me siga dando la oportunidad de seguir adelante con mis sueños, dedico también con todo el corazón a mi madre por guiarme con amor, su apoyo incondicional y sus oraciones a diario que me ha dado fuerza y valentía para no rendirme.

A mi hermana Sara, porque ha estado siempre en situaciones difíciles apoyándome.

A mi padre, mis hermanos y hermanas a quienes debo por el gran apoyo que me han brindado en situaciones difíciles a lo largo de mi carrera.

**Rosa Apaza Alanoca**

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecemos a la Universidad Autónoma de Ica por proporcionarme el ambiente y los recursos fundamentales para mi crecimiento académico.

A nuestro asesor de tesis, Mg. Alex Vilcas Lazo, cuya orientación, sabiduría y constante motivación fueron determinantes para la realización de esta investigación.

Agradecemos también al director de la Institución Educativa Estatal de Tacna, Dr. Enrique Torres y a la secretaria Carmen, quienes hicieron posible la realización de este estudio y el análisis de la información recolectada.

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo, determinar la relación entre adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. El estudio fue de tipo básico, con enfoque cuantitativo, nivel correlacional, diseño no experimental y de corte transversal. La población y la muestra estuvo conformada por 250 estudiantes de nivel secundario, mediante un muestreo censal. Para la medición se utilizó la Escala de Adicción a Redes Sociales y para la autoestima fue evaluada mediante el Inventario de Autoestima de Coopersmith (SEI). Los resultados presentaron que la adicción a redes sociales presentó un nivel medio de 75.2%. En las dimensiones predominó también el nivel medio: obsesión 53.2%, falta de control 65.2% y uso excesivo 53.6%. En cuanto a la autoestima, el 84.4% presentó un nivel medio. La autoestima personal el nivel alto presentó 57.2%, seguido la autoestima social presentó un nivel medio de 89.6%, familiar 75.6% y escolar 74.8%. Por último, en la dimensión mentiras, el nivel medio fue 86.4%. En conclusión, existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025; habiéndose obtenido un valor de  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) y un coeficiente de correlación  $Rho = -0.682$ , siendo una relación inversa moderada entre ambas variables.

Palabras clave: Autoestima, Adolescentes, Obsesión, Redes sociales.

## ABSTRACT

This research aims to determine the relationship between social media addiction and self-esteem in secondary school students at a state educational institution in Tacna, 2025. The study was basic, with a quantitative approach, correlational level, non-experimental, and cross-sectional design. The population and sample consisted of 250 secondary school students, selected using census sampling. The Social Media Addiction Scale was used to measure addiction, and self-esteem was assessed using the Coopersmith Self-Esteem Inventory (CSI). The results showed that social media addiction had a medium level of 75.2%. The medium level also predominated in the dimensions: obsession (53.2%), lack of control (65.2%), and excessive use (53.6%). Regarding self-esteem, 84.4% presented a medium level. Personal self-esteem was high in 57.2%, followed by social self-esteem at a medium level (89.6%), family self-esteem at 75.6%, and school self-esteem at 74.8%. Finally, in the dimension of lying, the medium level was 86.4%. In conclusion, there is a significant relationship between social media addiction and self-esteem in secondary school students at a State Educational Institution in Tacna, 2025; having obtained a p value = 0.000 ( $p < 0.05$ ) and a Rho correlation coefficient = -0.682, being a moderate inverse relationship between both variables.

Keywords: Self-esteem, Adolescents, Obsession, Social networks.

## INDICE GENERAL

PORTADA.....	i
CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN.....	ii
DEDICATORIA.....	xi
AGRADECIMIENTO .....	xii
RESUMEN .....	xiii
ABSTRACT .....	xiv
INDICE GENERAL.....	xv
ÍNDICE DE TABLAS .....	xvii
ÍNDICE DE FIGURAS .....	xviii
I. INTRODUCCIÓN.....	19
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	22
2.1. Descripción del problema.....	22
2.2. Pregunta de investigación general .....	23
2.3. Preguntas de investigación específicas .....	23
2.4. Objetivo general .....	24
2.5. Objetivos específicos .....	24
2.6. Justificación e importancia .....	25
2.7. Alcances y limitaciones .....	26
III. MARCO TEÓRICO.....	28
3.1. Antecedentes .....	28
3.2. Bases teóricas .....	34
3.3. Marco conceptual.....	47
IV. METODOLOGÍA.....	50
4.1. Tipo y Nivel de investigación.....	50
4.2. Diseño de Investigación .....	50

4.3. Hipótesis general y específicas.....	50
4.4. Identificación de variables.....	51
4.5. Población – Muestra .....	56
4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de información.....	57
4.7. Técnicas de análisis y procesamiento de datos.....	60
V. RESULTADOS .....	61
5.1. Presentación de Resultados .....	61
5.2. Interpretación de los resultados .....	71
VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	72
6.1. Análisis inferencial .....	72
VII. DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS .....	79
7.1. Comparación resultados .....	79
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	82
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	83
ANEXOS .....	91
Anexo 1: Matriz De Consistencia.....	92
Anexo 2: Instrumento de recolección de datos .....	95
Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición .....	100
Anexo 4: Base de datos.....	104
Anexo 5: Evidencias fotográficas.....	106
Anexo 6: Documentos administrativos.....	110
Anexo 7: Informe de turnitin al 28% de similitud .....	114

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Adicción a redes sociales en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025 .....	61
Tabla 2 Obsesión en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.....	62
Tabla 3 Falta de control en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.....	63
Tabla 4 Uso excesivo en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.....	64
Tabla 5 Autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.....	65
Tabla 6 Autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. ....	66
Tabla 7 Autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. ....	67
Tabla 8 Autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. ....	68
Tabla 9 Autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025 .....	69
Tabla 10 Mentiras en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.....	70
Tabla 11 Prueba de normalidad.....	72

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Adicción a redes sociales en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025 .....	61
Figura 2 Obsesión en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.....	62
Figura 3 Falta de control en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.....	63
Figura 4 Uso excesivo en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.....	64
Figura 5 Autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.....	65
Figura 6 Autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. ....	66
Figura 7 Autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. ....	67
Figura 8 Autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. ....	68
Figura 9 Autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025 .....	69
Figura 10 Mentiras en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.....	70

## I. INTRODUCCIÓN

La aparición de internet abrió la puerta a un entorno digital que transformó los estilos de vida facilitando la comunicación constante gracias a su accesibilidad y rápida adaptación. Como consecuencia, niños y adolescentes de esta generación muestran un notable interés por las redes sociales. Ser considerados nativos digitales significa poseer mayores habilidades para interactuar con plataformas en línea y dispositivos tecnológicos, competencias que los padres suelen adquirir con mayor dificultad lo que modifica dinámicas, familiares y jerarquías. A la par, esto también incrementa la posibilidad de un uso inadecuado y de una exposición excesiva en los medios digitales. Así, las redes sociales se incorporan como parte cotidiana en la vida del adolescente, brindando nuevas formas de interacción que impactan directamente en la construcción de su identidad. El fácil acceso fortalece los lazos con sus pares en línea aunque debilita las relaciones con su familia, aumentando el riesgo de dependencia hacia estas plataformas y la aparición de problemas psicosociales, ligados a la conducta y al ámbito escolar. Entre ellos, destacan la baja autoestima, la depresión, la ansiedad y los trastornos alimenticios, condiciones que suelen manifestarse con frecuencia durante la etapa adolescente. (Colak et al., 2023)

El uso intensivo de las redes sociales se relaciona con diversos problemas psicosociales, entre ellos la ansiedad y la baja autoestima, en determinados adolescentes. Aquellos que presentan dificultades emocionales o un autoconcepto deteriorado tienden a aislarse de su entorno y a buscar refugio en estas plataformas, lo que influye en la construcción de su identidad. De igual forma la cantidad excesiva de tiempo que se dedica a estas herramientas digitales puede afectar la comunicación con las personas cercanas debilitando sobre todo las relaciones familiares. Este espacio, considerado el núcleo principal de socialización del adolescente, es donde deberían fortalecerse aspectos como el afecto, la atención y el amor, los cuales refuerzan los lazos y el sentido de pertenencia. (Sala et al., 2024)

El uso inadecuado y desmedido de las redes sociales genera diversas

dificultades en los adolescentes, entre ellas una disminución en la autoestima. Esto se debe a que atraviesan una etapa de transición entre la infancia y la adultez, caracterizada por cambios emocionales, biológicos, psicológicos y sociales que los hacen especialmente vulnerables.(Nagata et al., 2025)

De esta forma, surgen en los adolescentes diversos conflictos que los predisponen a desarrollar una dependencia hacia las redes sociales. En su intento por alcanzar una afirmación personal, suelen descuidar los vínculos con la familia y los amigos cercanos, lo que conlleva a una pérdida de noción del tiempo y a un menor control sobre conductas repetitivas.(Avci et al., 2024) Estas circunstancias se convierten en un punto de partida para la adicción y en una disminución del interés por los estudios.

Por lo tanto, el estudio tendrá como objetivo determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. Este análisis permitirá comprender cómo se vinculan estas dos variables en la etapa adolescente, aportando evidencia que contribuya, al diseño de estrategias educativas y de orientación psicológica que fortalezcan el desarrollo socioemocional de los estudiantes.

Este estudio se realizó siguiendo el esquema básico establecido por la universidad, consignando las secciones:

Capítulo I, presenta la introducción de la investigación, la cual está debidamente sustentada y el contenido separado por capítulos, para la mejor comprensión del estudio.

Capitulo II, En este capítulo se presenta el planteamiento y descripción del problema; preguntas generales y específicas que guían el estudio. También se establecen el objetivo general y específicos, así como la justificación e importancia de la investigación.

Capitulo III, se desarrolla el marco teórico con sus antecedentes internacionales, nacionales y locales; las bases teóricas y marco conceptual respectivamente.

Capítulo IV, En este capítulo se ubica los métodos utilizados en el estudio: tipo, nivel y diseño de investigación, así como la hipótesis general y específicas. También se identifican las variables junto con la matriz de operacionalización, se especifica la población y muestra, se detallan las técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de datos, así como la técnica empleada para el análisis y procesamiento de la información.

Capítulo V, se presentan los resultados obtenidos del estudio.

Capítulo VI, se analizan los resultados obtenidos.

En el Capítulo VII se aborda la discusión de los resultados, las conclusiones, las recomendaciones y se incluyen las referencias bibliográficas. Además, se adjuntan los anexos correspondientes al final del trabajo.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 2.1. Descripción del problema

La problemática de la adicción a las redes sociales y la autoestima en adolescentes constituye hoy en día un tema de interés prioritario en el ámbito educativo y de la salud mental. A nivel mundial, la Organización Mundial de la Salud (OMS) advirtió en su informe 2021 que cerca del 14% de adolescentes experimenta trastornos mentales entre ellos ansiedad y depresión, estrechamente vinculados con el uso excesivo de dispositivos digitales y la baja autoestima.(OMS, 2022) Asimismo, investigaciones recientes señalan que el uso problemático, de redes sociales incrementa el riesgo de dependencia psicológica y deterioro en la autopercepción, afectando el rendimiento académico y las relaciones interpersonales de los adolescentes.(Vogels et al., 2022)

En el plano internacional, los datos no son alentadores. En Estados Unidos, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) reportaron en 2023 que el 46% de los estudiantes de secundaria manifestó sentirse triste o desesperanzado y un 22% consideró seriamente el suicidio, cifras relacionadas con el uso intensivo de redes sociales y la exposición constante a comparaciones sociales. De igual manera, un estudio desarrollado en Corea del Sur identificó que la adicción a redes sociales predice niveles más bajos de autoestima, mientras que la presión social y la búsqueda de aprobación en línea actúan como factores mediadores de esta relación.(Vogels et al., 2022)

En América Latina, la situación se ve agravada por desigualdades socioeconómicas y el limitado acceso a programas de salud mental. Investigaciones en Brasil y México muestran que entre un 25% y 35% de adolescentes presentan síntomas de adicción a redes sociales, fenómeno asociado a la disminución de la autoestima y a mayores índices de ansiedad y depresión. (Restrepo et al., 2024). En Colombia, un estudio del 2023 evidenció que los adolescentes con uso problemático de redes sociales tienden a reportar menor satisfacción con su autoimagen y mayores dificultades de integración escolar. (Sampasa et al., 2023)

En el contexto nacional, el Ministerio de Salud informó que entre 2022 y 2024 el 31% de los adolescentes peruanos manifestó síntomas de dependencia digital vinculados a trastornos emocionales y a una baja autoestima. (MINSa, 2024). A su vez, el Ministerio de Educación advirtió que entre 2023 y 2025 los casos de acoso escolar en entornos virtuales (ciberbullying) se incrementaron en un 72%, reflejando cómo el mal uso de las redes sociales deteriora el clima escolar y repercute en la autovaloración de los estudiantes. (MINEDU, 2025)

En el nivel local, la realidad educativa de Tacna refleja estas tendencias. Estudios recientes realizados en el sur del país reportan que aproximadamente el 37% de estudiantes de secundaria presentan una autoestima baja, mientras que un 28% muestra signos de adicción a redes sociales, principalmente a plataformas como TikTok, Facebook e Instagram. A esto se suma que más del 40% de adolescentes refirió haber reducido el tiempo dedicado a actividades académicas o recreativas presenciales debido al uso excesivo de redes sociales, lo cual repercute directamente en su desarrollo socioemocional. Estas cifras demuestran que la problemática no es abstracta, sino palpable en el día a día escolar: la adicción a redes sociales limita la capacidad de los adolescentes para establecer vínculos saludables y mantener hábitos académicos, mientras que la baja autoestima debilita sus recursos emocionales para afrontar los desafíos propios de la adolescencia. (Quiroz et al., 2024)

## **2.2. Pregunta de investigación general**

¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025?

## **2.3. Preguntas de investigación específicas**

P.E.1. ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025?

P.E.2. ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y

autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025?

P.E.3. ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025?

P.E.4. ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025?

P.E.5. ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y mentiras en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025?

#### **2.4. Objetivo general**

Determinar la relación entre adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

#### **2.5. Objetivos específicos**

O.E.1. Identificar la relación entre adicción a redes sociales y autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

O.E.2. Identificar la relación entre adicción a redes sociales y autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

O.E.3. Identificar la relación entre adicción a redes sociales y autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

O.E.4. Identificar la relación entre adicción a redes sociales y autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

O.E.5. Identificar la relación entre adicción a redes sociales y mentiras en estudiantes de nivel secundario de una Institución

## 2.6. Justificación e importancia

### Justificación

La justificación de esta investigación se basa en los siguientes aspectos:

**Justificación teórica:** El estudio se sustenta en teorías psicológicas y educativas que explican la relación entre la adicción a redes sociales y la autoestima. Desde el enfoque humanista, la autoestima es considerada el eje central de la personalidad y un factor que influye directamente en la forma en que los adolescentes enfrentan los desafíos de la vida. La teoría de la identidad social sostiene que los jóvenes construyen su autoconcepto en función de la interacción con sus pares por lo que el uso excesivo de redes sociales como medio de validación puede generar dependencia y afectar su autoestima. Asimismo, la teoría del aprendizaje social de Bandura señala que las conductas pueden adquirirse por observación e imitación de modelos; en este caso, la exposición continua a referentes virtuales puede provocar comparaciones negativas y sentimientos de inferioridad. Analizar estas perspectivas en el contexto educativo de Tacna permitirá comprender cómo factores internos y externos interactúan en la formación de la identidad y en los patrones de uso digital de los estudiantes.

**Justificación práctica:** En el plano práctico, la investigación buscó brindar información útil que oriente la gestión educativa y las intervenciones psicosociales en instituciones públicas de Tacna. Los resultados permitirán a los docentes identificar de manera temprana a estudiantes con baja autoestima y signos de adicción a las redes sociales facilitando la implementación de estrategias preventivas como programas de orientación, tutorías y talleres de uso responsable de la tecnología. También servirá de guía para psicólogos y trabajadores sociales que diseñen capacitaciones dirigidas a estudiantes, padres de familia y comunidad educativa; en general fomentando un equilibrio saludable entre el mundo digital,

la vida escolar y social. De esta manera la investigación trasciende el ámbito académico contribuyendo a la promoción del bienestar emocional y la prevención de problemáticas asociadas al uso excesivo de redes sociales.

**Justificación metodológica:** Desde la perspectiva metodológica la investigación adoptó un enfoque cuantitativo, de tipo correlacional, orientado a examinar cómo se relaciona el uso problemático de redes sociales y la autoestima en los estudiantes de secundaria. Se emplearon instrumentos validados como cuestionarios de adicción a redes sociales y escalas de autoestima, lo que garantizará la fiabilidad y validez de los resultados.

### **Importancia**

La importancia de este estudio radica en que aborda una problemática que impacta directamente en la salud mental, el rendimiento académico y el desarrollo integral de los adolescentes. La autoestima constituye un factor esencial en la construcción de la identidad, mientras que la adicción a redes sociales si no es regulada puede generar aislamiento, bajo rendimiento escolar y dificultades en las relaciones interpersonales. En contextos como Tacna, donde las instituciones educativas estatales enfrentan limitaciones en recursos y programas de apoyo psicoeducativo, contar con investigaciones que generen evidencia científica local resulta indispensable. Los hallazgos podrán servir de referencia para docentes, gestores educativos y responsables de políticas públicas favoreciendo la creación de programas de convivencia escolar y alfabetización digital. Así, esta investigación buscó aportar al desarrollo de estudiantes resilientes, críticos y capaces de usar las redes sociales de manera responsable y positiva.

## **2.7. Alcances y limitaciones**

### **Alcances**

**Alcance social:** El estudio se llevó a cabo en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa estatal de Tacna, 2025 con el objetivo de evaluar la relación entre la adicción a redes sociales y

los niveles de autoestima en los adolescentes.

**Alcance espacial o geográfico:** La investigación se desarrolló en las instalaciones de una institución educativa estatal en Tacna, región de Tacna, Perú.

**Alcance temporal:** El estudio se realizó durante el año 2025.

**Alcance metodológico:** El estudio es de tipo básico, cuantitativo, descriptivo correlacional y de corte transversal.

### **Limitaciones**

Entre las limitaciones del estudio se presenta las siguientes:

- La falta de investigaciones previas sobre la relación entre adicción a redes sociales y autoestima específicamente en estudiantes de secundaria de instituciones educativas estatales de Tacna.
- Existió la negativa de participación por parte de algunos estudiantes, quienes manifestaron factores de tiempo u otros motivos personales durante la aplicación del estudio en la institución educativa.

### III. MARCO TEÓRICO

#### 3.1. Antecedentes

##### Internacionales

**Samapasa H. (2023) Cánada.** En su estudio con el **objetivo** examinar la asociación entre el uso de las redes sociales y el arrepentimiento por publicar contenido con la autoestima en estudiantes de secundaria y preparatoria. **Metodología:** Los datos de 6944 escolares (edad media:  $15,2 \pm 1,8$  años) se obtuvieron del ciclo de 2019 de la Encuesta sobre Consumo de Drogas y Salud en Estudiantes de Ontario, una encuesta transversal bienal repetida de estudiantes de 7.º a 12.º grado en Ontario, Canadá. **Resultados:** El modelo de probabilidades proporcionales mostró que los estudiantes de secundaria (OR: 2,36; IC del 95 %: 1,65-3,36) y preparatoria (OR: 1,72; IC del 95 %: 1,44-2,06) con un uso diario de redes sociales de 5 h o más tienen mayores probabilidades de tener una autoestima más baja en las categorías de autoestima. Sin embargo, el uso diario de 3 a 4 h se asoció con una autoestima más baja entre los estudiantes de secundaria (OR: 1,52; IC del 95 %: 1,14-2,04), pero no entre sus contrapartes de preparatoria (OR: 1,13; IC del 95 %: 0,94-1,35). Publicar arrepentimiento se asoció con una autoestima más baja en los estudiantes de preparatoria, pero no en los de secundaria. **Conclusión:** Los resultados sugieren que el uso intensivo de las redes sociales y el arrepentimiento por publicar están asociados con una menor autoestima entre los adolescentes, y que los estudiantes más jóvenes podrían ser más vulnerables que sus contrapartes mayores. (Sampasa et al., 2023)

**Pop, L (2022) Rumania.** En su estudio con el **objetivo** determinar el uso de sitios de redes sociales para socializar, divertirse, resolver tareas académicas o incluso obtener asesoramiento para problemas relacionados con la salud es ahora inevitable. **Metodología:** Un total de 427 estudiantes de medicina, que son usuarios de sitios de redes sociales, fueron incluidos en la investigación. Se recopilaron datos

sobre ítems sociodemográficos, antropométricos y de autoevaluación relacionados con la satisfacción con la salud física y mental. También se utilizaron tres herramientas psicológicas para medir la autoestima (Escala de autoestima de Rosenberg), la autoestima corporal (Escala de autoestima corporal para adolescentes y adultos) y la soledad (Escala de soledad de UCLA).

**Resultados:** Los estudiantes utilizan estas redes para socializar (49,0%), entretenimiento (31,1%) y tareas académicas (19,9%), gastando  $3,38 \pm 0,80$  h por día en SNS. Menos de la mitad de ellos (47,5%) se compararon con otros perfiles de SNS. Se encontró que el uso de Snapchat tenía una fuerte correlación positiva con la autoestima, y el estado de peso tenía una correlación negativa con el uso de TikTok. Más de tres cuartas partes declararon que hacían ejercicio para perder peso o prevenir el aumento de peso. Se encontró que los participantes tenían un alto nivel de autoestima corporal. Casi la mitad de los estudiantes demostraron tener un nivel de soledad de moderado a alto. Se encontró que la edad y el género eran importantes: cuanto más joven era el usuario, mayores eran las puntuaciones de soledad y sentimiento de depresión, y mayor era el número de horas en redes sociales. La puntuación total de autoestima fue significativamente mayor en hombres que en mujeres, y los estudiantes varones se percibían a sí mismos como en un mejor estado de salud mental que las mujeres.

**Conclusiones:** Los resultados demuestran una relación entre el uso de redes sociales y la presencia de soledad, autoestima y autoestima corporal, con diferencias de género. (Pop et al., 2022)

**Vidal D. (2022) Chile.** En su estudio plantearon como **objetivo** indagar la relación entre el uso de redes sociales virtuales con autoestima, rendimiento académico y hábitos de estudio en estudiantes de segundo y tercero medio. **Metodología:** la investigación se desarrolló bajo un diseño cuantitativo, descriptivo y correlacional, con un corte transversal. Para la recolección de datos se aplicó el inventario de Autoestima de Coopersmith, adaptado por

Hellmut Brinkman (1987) para Chile, la escala "Adicción a redes sociales" (ARS) elaborada por Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas en 2014 y una batería de preguntas relacionadas con los objetivos del estudio. **Resultados:** En cuanto a la autoestima global, el 23.63% de los estudiantes se clasificó en el nivel "normal", mientras que el 19.9% presentó "baja autoestima". Respecto a la escala ARS, el 43.64% alcanzó "valores bajos" y el 24.55% se ubicó en "valores medios. **Concluyendo** que se evidenció una relación inversa y estadísticamente significativa entre el nivel de autoestima y la adicción a las redes sociales.(Vidal et al., 2022)

**Valkenburg P. (2021) Netherlands.** En su estudio plantearon como **objetivo** comparar y explicar los efectos del tiempo dedicado a las redes sociales la valencia de las experiencias de RS en la autoestima de los adolescentes. **Metodología:** Llevaron a cabo un estudio de muestreo de experiencias (ESM) de 3 semanas entre 300 adolescentes (13-16 años; 126 evaluaciones por adolescente; 21.970 evaluaciones en total). Utilizando un método de análisis N = 1 (Modelado Dinámico de Ecuaciones Estructurales [DSEM]). **Resultados:** encontraron que los efectos intrapersonales del tiempo dedicado a RS en la autoestima variaron de fuertemente negativos ( $\beta = -.31$ ) a moderadamente positivos ( $\beta = +.27$ ) entre los adolescentes. En todas las observaciones ESM de la valencia de las experiencias de RS de los adolescentes, el 55% de estas experiencias fueron positivas, el 18% negativas y el 27% neutrales. Finalmente, el 78% de los adolescentes experimentó un efecto positivo intrapersonal de la valencia de las experiencias de SM sobre la autoestima ( $\beta \geq +0,05$ ), el 19%, **concluyendo** que no experimentó un efecto muy pequeño ( $-0,05 < \beta < +0,05$ ) y el 3% experimentó un efecto negativo ( $\beta \leq -0,05$ ).(Valkenburg et al., 2021)

**Tural S. (2020) Turquía.** En su estudio plantearon como **objetivo** investigar la prevalencia de la adicción a internet (AI), los predictores de AI y su relación con los síntomas depresivos, la autoestima y el acoso entre pares. **Metodología:** La muestra de

este estudio se seleccionó de estudiantes de secundaria en el centro de la ciudad de Mus, Turquía, utilizando un método de muestreo multietápico. Los estudiantes completaron la Escala de adicción a internet, el Cuestionario de acoso entre pares, el Inventario de depresión de Beck y el Inventario de autoestima de Coopersmith. Se analizaron los datos obtenidos de 1150 estudiantes. **Resultados:** La prevalencia de la adicción a internet fue del 11,7%. Las puntuaciones de AI se correlacionaron negativamente con las puntuaciones de autoestima y positivamente con las puntuaciones de depresión. Los estudiantes involucrados en el ciclo de acoso tuvieron una puntuación media de adicción a internet estadísticamente significativamente mayor que los que no estuvieron involucrados en el ciclo. Los resultados del análisis de regresión logística binaria muestran que los estudiantes que son acosadores y víctimas tienen más probabilidades de ser adictos a internet (odds ratio = 1,68) que los estudiantes que no están en el ciclo de acoso. Cada unidad de aumento en la puntuación de depresión se asocia con un aumento del 3,8% en la probabilidad de adicción a internet. Por cada unidad de aumento en la puntuación de autoestima, la probabilidad de adicción a internet disminuye un 1,7%. **Conclusión:** Los resultados muestran que la participación en situaciones de acoso escolar, la depresión y la baja autoestima son predictores de la adicción a internet. (Tural & Yeşilova, 2020)

### **Antecedentes nacionales**

**Barrera K. (2024) Huancayo.** En su estudio plantearon como **objetivo** examinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en estudiantes del 4° año de secundaria en Huancayo. Para llevar a cabo la investigación se optó por un diseño no experimental, de tipo correlacional y con corte transversal. La muestra se obtuvo mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, aplicándose dos instrumentos: el cuestionario de adicción a redes sociales y el Inventario de Autoestima de

Coopersmith. La población evaluada estuvo conformada por 109 estudiantes con una edad promedio de 15 años, de los cuales 63 fueron mujeres (57%) y 46 varones (42.2%). Los **resultados** muestran que el 36.7% de los estudiantes evidenció un nivel elevado de adicción a las redes sociales, mientras que el 25.7% presentó una autoestima promedio baja. Se identificó una correlación negativa de baja magnitud entre la adicción a redes sociales y la autoestima ( $Rho = -0.246$ ,  $p = 0.025$ ). Asimismo, se observó una relación significativa entre la autoestima y el déficit de control personal en el uso de redes ( $Rho = -0.296$ ,  $p = 0.007$ ). En cambio, no se detectaron asociaciones relevantes con la dimensión de obsesión ni con el uso excesivo. En **conclusión**, los hallazgos ponen de manifiesto la naturaleza compleja del vínculo entre la autoestima y la utilización de redes sociales en adolescentes, resaltando la importancia de desarrollar nuevas investigaciones en contextos culturales particulares, como el de Huancayo. (Barrera & Ramírez, 2024)

**Rossini A. (2024) Lima.** En su estudio plantearon como **objetivo** estudiar la relación entre adicción a las redes sociales y autoestima en adolescentes de instituciones educativas nacionales de lima metropolitana. El enfoque **metodológico** fue mediante un diseño transversal, de tipo descriptivo-corrrecional y para la recolección de los datos se utilizaron la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) elaborado por Ecurra y Salas 2014. La muestra estuvo compuesta por 218 alumnos, de ambos sexos: 70 varones y 148 mujeres, con edades entre los 15 y 17 años. Los **resultados** indican que el tipo de relación entre las variables de estudio es significativa negativa ( $r = -.274$ ,  $<.001$ ) y una correlación negativa entre la autoestima y las dimensiones obsesión ( $r = -.313$ ,  $<.001$ ), uso excesivo ( $r = -.297$ ,  $<.001$ ) y falta de control ( $r = -.181$ ,  $<.008$ ). Respecto al nivel de adicción el 91.73% de la muestra de estudiantes se encuentra en un nivel alto, **concluyendo** que se puede evidenciar que quienes se conectan entre 2 a 5 horas al día presentan un mayor nivel de

adicción y menor autoestima. (Rossini & Cardenas, 2024)

**Gomez J. (2024) Chachapoyas.** En su estudio plantearon como **objetivo** establecer la relación entre el uso de las redes sociales y autoestima en adolescentes de la Institución Educativa N°18001 “Miguel Rubio”. Chachapoyas, 2023. **Metodología:** La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal y de tipo descriptivo-correlacional. La muestra estuvo conformada por 174 estudiantes de primero a quinto de secundaria, seleccionados mediante un muestreo probabilístico estratificado. Como instrumentos se aplicaron el Cuestionario de Uso de Redes Sociales elaborado por Ecurra y Salas (2014), el cual reporta una confiabilidad de 0.88 y una validez de 0.95, y el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith (1967), en su versión adaptada por Abendaño en 2018. En los **resultados** muestran que el 59.77% de los adolescentes se ubicó en el nivel bajo de uso de redes sociales, el 38.51% en un nivel medio y solo el 1.72% en un nivel alto. En cuanto a la autoestima, el 49.99% de los participantes presentó un nivel medio. En **conclusión**, se halló una relación estadísticamente significativa ( $p = 0.001 < 0.05$ ) entre el uso de redes sociales y la autoestima en los estudiantes de la Institución Educativa N° 18001 “Miguel Rubio”. (Gomez Occ, 2024)

**Pulache B. (2024) Trujillo.** En su estudio plantearon como **objetivo** determinar la relación entre adicción a redes sociales en adolescentes de dos instituciones educativas públicas de Sullana, 2022. **Metodología:** El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo de carácter básico, con un diseño no experimental, transversal y correlacional. La muestra estuvo integrada por 306 adolescentes, hombres y mujeres, con edades comprendidas entre los 14 y 17 años. Para la recolección de información se utilizaron dos instrumentos: la Escala de Adicción a Redes Sociales de Ecurra y Salas (2014) y el Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith. Los **resultados** evidencian la ausencia de una relación significativa ( $\rho = 0.079$ ;  $p > 0.05$ ). En cuanto al nivel de adicción a redes

sociales, el 59.5% de los adolescentes se ubicó en el nivel bajo, el 37.7% en el nivel moderado y el 3.3% en el nivel alto, se **concluye** que el 97.1% presentó un nivel medio, mientras que el 1.6% se situó en nivel bajo y el 1.3% en nivel alto.(Pulache, 2024)

**Condori T. (2023) Juliaca.** En su estudio plantearon como **objetivo** determinar la relación entre adicción a las redes sociales y cansancio emocional en estudiantes Universitarios de la Carrera de Psicología. **Metodología:** se utilizó un diseño no experimental, de corte transversal y con enfoque cuantitativo, correspondiente a un estudio de tipo correlacional. La población estuvo conformada por 300 estudiantes de III a VII ciclo de psicología. Los instrumentos para evaluar fueron dos: el cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS), y la escala de cansancio emocional (ECE). **Resultados:** Se identificó una relación positiva y significativa entre la adicción a las redes sociales y el cansancio emocional ( $Rho = 0.555$ ;  $p < 0.05$ ), la cual se considera de magnitud moderada, lo que indica que alrededor del 55% del comportamiento asociado a la adicción a redes sociales se vincula con el nivel de cansancio emocional. A nivel de dimensiones, las correlaciones oscilaron entre  $Rho = 0.496$  y  $Rho = 0.541$ , todas con valores de significancia menores a 0.05. **Conclusión:** A medida que aumentan los niveles de adicción a las redes sociales, también se incrementa el cansancio emocional.(Condori et al., 2023)

## **3.2. Bases teóricas**

### **3.2.1. Adicción a redes sociales**

#### **3.2.1.1. Definición**

Las redes sociales se constituyen como estructuras digitales que permiten la interconexión entre personas u organizaciones en línea con base en intereses, valores o relaciones comunes. Las redes sociales se encuentran definidas por su capacidad para fomentar relaciones de manera horizontal, sin jerarquías ni barreras físicas. En el proceso evolutivo, estas plataformas se

han transformado de simples espacios de interacción social a herramientas poderosas dentro de la vida cotidiana de los adolescentes. Hoy en día, son vehículos esenciales para la construcción de identidad, el sentido de pertenencia y la manifestación del yo digitalizado.(UNICEF, 2021)

En Perú, el acceso a Internet entre jóvenes es considerablemente alto. De acuerdo con el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) para el tercer trimestre de 2023 el 86,1 % de la población de 6 a 17 años accedía a Internet mediante dispositivos móviles y el 90,2 % de quienes tienen entre 12 y 17 años tenían conexión a Internet. Estas cifras reflejan la penetración de redes sociales en la adolescencia ya que el acceso móvil es la vía predominante.(Marín & Gonzáles, 2023)

A nivel general en 2023 en Perú cerca del 73,3 % de la población total utilizaba activamente redes sociales. Esto implica que los adolescentes forman parte de un sector con alta presencia en plataformas digitales. Adicionalmente, estudios locales coinciden en que el uso de redes sociales es una actividad cotidiana para la mayoría de los estudiantes, aunque con patrones que varían según variables sociodemográficas y contextos educativos.(Alonso, 2021)

Aunque el acceso es generalizado el impacto psicológico del uso de redes sociales es complejo y dual. Un estudio académico concluye que la influencia de estas plataformas en la autoestima de adolescentes puede ser tanto positiva como negativa, dependiendo del tipo de interacción el contenido consumido y el apoyo socioemocional presente en su entorno. En particular se resalta que la percepción y autoestima se ven afectadas por comparaciones sociales, presión por formas ideales de cuerpo e incluso por dinámicas como el ciberacoso o adicción digital.(Landeo, 2025)

Además investigaciones señalan una preocupación creciente que muchos adolescentes se sienten presionados a cumplir con estándares de belleza y éxito divulgados en redes sociales, lo que genera insatisfacción con su imagen corporal y afecta su autoestima. No obstante, también se reconoce que cuando el uso es consciente y equilibrado las redes pueden facilitar conexiones positivas, generar sentido de pertenencia y reforzar la valoración personal especialmente si se promueve la educación digital y el pensamiento crítico entre jóvenes.(Bellido, 2022)

### 3.2.1.2. Tipos de adicción

- **Adicción a sustancias:** La adicción química se presenta cuando una persona recurre de manera continua a sustancias con el fin de obtener alivio o placer. Estos compuestos ingresan al torrente sanguíneo y alcanzan el cerebro modificando su funcionamiento normal. La dependencia puede originarse tanto por sustancias legales como ilegales. Dentro de las primeras se encuentran la nicotina y la cafeína, ampliamente aceptadas socialmente pese a sus efectos dañinos para la salud. Es importante no subestimar que incluso entre los productos legales existen elementos con alto potencial adictivo. En contraste, también están las drogas ilegales cuyo consumo suele generar adicción en quienes las utilizan.(Alonso, 2021)
- **Adicciones comportamentales:** Estas se caracterizan por no involucrar el consumo de sustancias químicas, sino por la repetición excesiva de ciertas conductas que generan placer o satisfacción. Cuando la persona pierde la capacidad de controlar dichas acciones, estas pasan a ser la principal fuente de bienestar, lo que conlleva a un comportamiento compulsivo. Aunque no están asociadas directamente al uso de drogas, pueden afectar de manera similar o incluso más

perjudicial la autonomía y calidad de vida de quienes las padecen.(Thakur, 2025)

- **Ludopatía:** Se trata de un trastorno de carácter crónico y de evolución progresiva, definido principalmente por la presencia de un impulso incontrolable hacia el juego y las apuestas. Esta condición implica la incapacidad persistente de resistirse a la necesidad de participar en actividades de azar. Es importante destacar que no todas las personas que juegan desarrollan adicción al igual que no todos los consumidores de alcohol se convierten en alcohólicos.(Méndez et al., 2024)
- **Adicciones tecnológicas:** Se relacionan con el uso excesivo de dispositivos electrónicos como teléfonos móviles, tabletas, computadoras o redes sociales en general. Aunque las nuevas tecnologías han generado múltiples beneficios, también han dado lugar a un tipo de dependencia que impacta negativamente en el desempeño académico o laboral y puede deteriorar la vida personal y social de quienes la padecen.(Méndez et al., 2024)
- **Adicciones emocionales:** Se refieren a la dependencia excesiva hacia otra persona o hacia determinados vínculos afectivos y pensamientos. Esta forma de adicción se manifiesta como una necesidad constante que genera deseos recurrentes y en consecuencia, pérdida de control. Sus efectos suelen alterar de manera significativa la vida familiar, social, laboral y afectiva, produciendo un deterioro progresivo en la autonomía del individuo.(Calizaya et al., 2025)

### 3.2.1.3. Tipos de redes sociales

La red social está inmersa en el internet en el que los consumidores pueden publicar y compartir información personal,

profesional y social con otras personas ya sean conocidos o no entre ellos se pudo encontrar:(Ndung'u et al., 2023)

- **Facebook**, es considerada una red social integral que facilita la interacción social, el aprendizaje, el entretenimiento, la comunicación en tiempo real y además, constituye una herramienta útil para el crecimiento de negocios.
- **Instagram**, orientada a compartir fotografías y videos con la posibilidad de aplicar filtros; es reconocida como una de las primeras plataformas en impulsar la comunicación visual.
- **LinkedIn**, utilizada principalmente en el ámbito empresarial, conecta a profesionales y organizaciones con fines laborales y de negocios.
- **Twitter**, plataforma en la que figuras públicas y programas de televisión suelen comentar sobre noticias, espectáculos y eventos deportivos.
- **WhatsApp**, es aplicación de mensajería instantánea que permite intercambiar textos, llamadas, archivos multimedia y realizar diversas acciones comunicativas.
- **YouTube**, permite la difusión y visualización de videos en línea con más de un millón de usuarios.
- **Snapchat**, es un programa que permite compartir fotos, vídeos para su uso en el celular.

#### **3.2.1.4. Características de la adicción a redes sociales**

Una de las particularidades más relevantes de los comportamientos adictivos es la pérdida de control, pues la persona no logra anticipar en qué momento ni por cuánto tiempo repetirá la conducta. Esta situación suele ir acompañada de pensamientos obsesivos vinculados con la adicción, ya sea hacia una sustancia, actividad u objeto, generando una preocupación constante por obtenerlo o encubrir el comportamiento para poder llevarlo a cabo. En muchas ocasiones, el individuo no es consciente de si su conducta le

genera daño, sin embargo la repite de manera compulsiva recurriendo a la negación y manteniéndola en secreto, sobre todo en las fases iniciales. Habitualmente, la persona adicta justifica sus acciones tanto frente a sí misma como ante los demás.(Amirthalingam & Khera, 2024)

Quienes presentan este tipo de conductas suelen manifestar alteraciones psicológicas como depresión y ansiedad. Cuando los síntomas se hacen evidentes, intentan controlar su dependencia, aunque no siempre con éxito. Los signos de abstinencia no se limitan al abandono de sustancias, también aparecen cuando se interrumpe un comportamiento compulsivo, produciendo irritabilidad, tristeza, ansiedad, agitación o episodios de ira.(Zhao et al., 2022)

#### **3.2.1.5. Factores de riesgo de adicción a las redes sociales**

Uno de los principales factores de riesgo es la autoestima, entendida según Coopersmith como la valoración que cada persona tiene de sus propias capacidades y limitaciones. Esta implica también reconocer actitudes, necesidades y deficiencias personales. El uso excesivo de redes sociales se ha vinculado con cuadros de depresión, deterioro en las habilidades sociales y disminución de la autoestima, lo que suele reflejarse en la percepción de la apariencia física, el rendimiento intelectual y las dificultades en las relaciones interpersonales.(Pazdur et al., 2025)

Otro factor relevante es el autocontrol, definido como la capacidad consciente que posee el individuo para regular sus conductas, tanto positivas como negativas, así como para gestionar sus emociones en relación con su entorno. La adicción a las redes sociales puede afectar directamente esta facultad, generando alteraciones en la voluntad, la personalidad y el comportamiento, lo que repercute en la vida social y personal del sujeto.(Pilatti et al., 2021)

### **3.2.1.6. Señales de alarma de la adicción a las redes sociales**

Existen ciertos indicadores que permiten reconocer cuando una persona presenta un uso problemático de las redes sociales. Entre las señales más comunes se encuentran:(Xie & Wang, 2025)

La privación del sueño ocasionada por permanecer conectado de manera constante; el abandono de actividades esenciales, como compartir tiempo con la familia, socializar, estudiar o cuidar de la salud; y los llamados de atención de los padres debido al uso excesivo de internet. Asimismo, el individuo mantiene pensamientos recurrentes sobre las redes sociales y, en caso de fallas o lentitud en la conexión, manifiesta irritabilidad hacia sí mismo y hacia los demás.(Rahman et al., 2025)

Otra señal es la pérdida de la noción del tiempo, acompañada de conductas como mentir respecto a la cantidad de horas en línea, mostrar irritación con facilidad, evidenciar un bajo rendimiento académico y experimentar una sensación de entusiasmo o felicidad únicamente al interactuar mediante dispositivos electrónicos como computadoras, laptops o teléfonos móviles.(Xu et al., 2023)

### **3.2.2. Autoestima**

#### **3.2.2.1. Definición**

Estrada et al. (2021) sostienen que la autoestima corresponde a la percepción y valoración que una persona construye y mantiene sobre sí misma, reflejando el nivel en que se considera capaz, valiosa, productiva y digna de respeto. Esta autovaloración se hace visible en las actitudes hacia uno mismo y se expresa de manera verbal en la interacción con los demás.(Estrada Araoz et al., 2021)

En el caso de los adolescentes, contar con una autoestima positiva resulta esencial, pues les brinda la confianza necesaria para experimentar nuevas vivencias, asumir riesgos de manera

saludable y enfrentar problemas de forma constructiva. De este modo, se favorece su aprendizaje y desarrollo, preparándolos para un futuro estable y exitoso. Un joven con autoestima fortalecida suele mostrar independencia en sus acciones, madurez en su comportamiento, capacidad de reconocer sus logros, tolerar la frustración y gestionarla adecuadamente, además de disposición para afrontar retos y brindar apoyo a otros cuando es necesario.(Gerassi et al., 2021)

La formación de la autoestima se inicia desde el nacimiento y responde a un proceso complejo donde intervienen factores internos y externos, vinculados a aspectos fisiológicos, valorativos y filosóficos. Así, la autopercepción se relaciona estrechamente con la manera en que el individuo se concibe a sí mismo y cómo interpreta las influencias o juicios provenientes del entorno.(Gerassi et al., 2021)

### **3.2.2.2. Dimensiones de la autoestima**

a) **Dimensión de sí mismo:** Reside en el valor de cada individuo entienden sobre sí mismo. La comprensión y respeto que estos sujetos tienen por su carácter o personalidad hacen que cada uno sea diferente, sustentado por la aprobación que reciben de su entorno por los atributos que tienen.(Espín, 2021) Del mismo modo, depende de quién es y qué pensamos, qué somos consciente e inconsciente: nuestros aspectos corporales y psicológicos, nuestro carácter, asimismo como nuestros errores.

b) **Dimensión Hogar-Padres:** Transmite al adolescente sobre cómo es su vida en conjunto con su familia esto, a su vez está influenciado por las emociones, habilidades, normas y estilos de comunicación que se establecen cuando los miembros están reunidos. Del mismo modo, para algunas familias, una de sus primeras respuestas son los gritos lo que irremediabilmente genera sentimientos negativos. El

ambiente emocional en el hogar, la muestra de cariño, el hecho de que puedan pasar momentos felices juntos, la forma en que se trata y maneja al niño hará que adquiera una autoestima alta y respeto por sí mismo.(Laura, 2022)

**c) Dimensión Social-Pares:** Es la consecuencia de la satisfacción que recibe cada sujeto que enfatiza la necesidad de interacción social con los demás. Busca el afecto de la aceptación de los demás y el deseo de involucrarse a un grupo. De la misma manera, es un acto de valorar, de estar preparado para enfrentar la victoria en una variedad de contextos comunes, como la toma de decisiones, la habilidad para comunicarse con personas del sexo opuesto y la búsqueda de soluciones a conflictos interpersonales.(Moreno & Vega, 2021)

**d) Dimensión Escolar:** El acto de disfrutar con éxito de las experiencias de la etapa escolar implica, sobre todo la capacidad de lograr un rendimiento consistente en todas las actividades académicas. También incluye una autoevaluación de las capacidades intelectuales del individuo, su inteligencia, su nivel de creatividad y persistencia, así como sus habilidades cognitivas.(Dávila, 2024)

### **3.2.2.3. Características de la autoestima**

#### **Autoestima positiva**

Se manifiesta cuando la persona experimenta satisfacción y bienestar con su propia identidad, aceptando y valorando tanto sus fortalezas como sus limitaciones. Reconoce que los defectos no reducen su valor intrínseco como ser humano y se percibe como alguien digno de afecto y respeto, lo que fomenta el autocuidado. Asimismo, muestra disposición para asumir riesgos y afrontar fracasos, entendiéndolos como oportunidades de aprendizaje que contribuyen a su crecimiento personal.

Evalúa las posibles consecuencias de sus decisiones de manera consciente y no depende de la aprobación externa para enfrentarlas.(Perez, 2020)

Las personas con autoestima positiva se distinguen por su capacidad de autocrítica y autoanálisis, lo que les permite recibir de manera abierta las observaciones y sugerencias constructivas de quienes las rodean. Mantienen una actitud constante de superación personal y afrontan diversas situaciones con serenidad. Suelen mostrarse optimistas, enérgicas, expresivas y motivadas, cualidades que favorecen la resolución entusiasta de los conflictos. Además, defienden no solo sus propios derechos y necesidades, sino también los de los demás, reconociendo a cada individuo con sus fortalezas y limitaciones. Su estilo comunicativo se caracteriza por la claridad y la franqueza. Del mismo modo, manifiestan disposición para aceptar nuevas ideas sin necesidad de imponer las propias, actuando con respeto y colaboración, sin dejar de ser fieles a sus creencias, valores y convicciones.(Branden, 2020)

### **Autoestima negativa**

Las personas con autoestima negativa suelen experimentar insatisfacción consigo mismas, lo que las lleva a percibirse como poco valiosas o “no dignas de afecto”. Generalmente se enfocan en sus defectos otorgándoles mayor peso que a sus virtudes y muestran dificultades para reconocer sus capacidades y habilidades. Esta percepción se refleja en actitudes de inseguridad, queja constante, victimización y críticas hacia su entorno. Como consecuencia, desarrollan una necesidad recurrente de llamar la atención y obtener aprobación externa, la cual puede expresarse de manera pasiva o agresiva según la personalidad de cada individuo.(Rojas et al., 2009)

Por su parte, Branden sostiene que quienes presentan baja

autoestima poseen un fuerte temor al ridículo y suelen ser catalogados como incapaces o carentes de iniciativa. Evitan enfrentarse a nuevos retos por miedo al fracaso y dependen de la validación de los demás para sentirse aceptados. Asimismo, tienden a reprimir pensamientos y emociones cuando se sienten vulnerables, mostrando una elevada sensibilidad frente a cualquier signo de rechazo o indiferencia. Estas características dificultan el establecimiento de vínculos saludables y limitan la expresión clara de sus ideas por el temor a no ser valorados.(Branden, 2020)

#### **3.2.2.4. Componentes de la autoestima**

- a) **Componente cognitivo:** Hace referencia al autoconcepto, es decir, a la forma en que el individuo construye y percibe su identidad personal, así como a la valoración de su propia conducta.
- b) **Componente afectivo:** Comprende las apreciaciones que la persona realiza sobre sus cualidades y limitaciones, generando sentimientos positivos o negativos hacia sí misma. Dichas emociones pueden resultar agradables o desagradables en función de la percepción que se tenga de uno mismo.
- c) **Componente conductual:** Se vincula con la autoafirmación y la manera en que el sujeto se relaciona con los demás, expresándose a través de comportamientos conscientes, coherentes y racionales que reflejan su nivel de autovaloración.

#### **3.2.2.5. Niveles de autoestima**

Barahona clasifica la autoestima en tres niveles, los cuales han sido ampliamente reconocidos y evaluados mediante instrumentos estandarizados, como la Escala de Rosenberg.

De acuerdo con Rosenberg, la autoestima alta se caracteriza

por la percepción de valía personal, confianza en las propias capacidades y disposición para enfrentar los desafíos de la vida, aceptando tanto virtudes como limitaciones.

La autoestima media se ubica en un punto intermedio, donde el individuo puede sentirse competente en determinadas áreas, pero al mismo tiempo experimentar inseguridad o confusión en otras. Esto genera ambivalencia y refuerza la duda sobre sí mismo.

Por el contrario, la autoestima baja refleja una percepción negativa de la propia persona, acompañada de sentimientos de inferioridad, incapacidad y dificultad para afrontar las exigencias cotidianas. En este nivel, la autovaloración es frágil y predominan la confusión y el sentimiento de fracaso frente a los demás.(Moksnes et al., 2024)

#### **3.2.2.6. Dimensiones de la autoestima**

Según Coopersmith, los individuos presentan distintos niveles de percepción y formas de responder frente a los estímulos de su entorno, lo que se refleja en varias dimensiones que configuran el alcance de la autoestima. Una de ellas es la autoestima personal, entendida como la valoración continua que realiza cada persona sobre sí misma, tomando en cuenta su autoimagen, cualidades y capacidades.

La autoestima académica se vincula con la apreciación que el sujeto hace de su rendimiento en el ámbito educativo, considerando sus habilidades, competencias y logros en este campo.

La autoestima familiar se refiere a la percepción que el individuo construye a partir de sus relaciones e interacciones dentro del núcleo familiar, mientras que la autoestima social está relacionada con la manera en que evalúa su capacidad para establecer vínculos y desenvolverse en distintos contextos sociales.(Dawson, 1987)

### 3.2.2.7. Teorías de la autoestima

a) **La teoría de Rosenberg:** Esta propuesta se centra en las valoraciones subjetivas que cada persona realiza sobre sí misma, diferenciándose del autoconcepto, ya que este último incorpora una dimensión emocional más allá de lo cognitivo. Rosenberg plantea que una autoestima elevada se asocia directamente con un mayor bienestar psicológico, mientras que niveles bajos suelen estar relacionados con síntomas de depresión y la adopción de conductas de riesgo. Para su medición, desarrolló la Escala de Autoestima de Rosenberg, un instrumento breve que posee sólidas propiedades psicométricas y que por ello, se ha consolidado como una de las herramientas más empleadas en la evaluación de la autoestima tanto en el ámbito clínico como en la investigación científica.(Moksnes et al., 2024)

b) **La teoría de Coopersmith:** Coopersmith sostiene que los individuos construyen su autorretrato a partir de cuatro factores esenciales:(Dawson, 1987)

**Significación:** hace referencia al grado en que la persona se percibe valorada, aceptada y amada por quienes son significativos en su vida.

**Competencia:** vinculada con las habilidades que posee para desempeñar tareas que considera relevantes.

**Virtud:** asociada al cumplimiento de valores éticos y morales.

**Poder:** entendido como la capacidad de influir tanto en su propia vida como en la de los demás.

Coopersmith también plantea la existencia de una autoestima global, resultado de la autoaceptación específica en relación con el entorno inmediato. En este sentido, distingue dos ámbitos principales:

**Familiar:** la familia constituye el primer espacio donde se generan sentimientos de afecto. Para el adecuado desarrollo personal es fundamental un ambiente seguro y cariñoso, en el que la interacción se base en la comunicación respetuosa y afectuosa, lo que favorece la aceptación personal.(Rivasplata & Millones, 2024)

**Social:** al relacionarse con distintos grupos, el individuo puede experimentar aprobación o rechazo, lo que influye significativamente en el fortalecimiento o limitación de sus competencias y habilidades.

### **3.2.3. Relación entre uso de redes sociales y autoestima**

Desde la teoría de la comparación social, se entiende que los adolescentes tienden a evaluar su valía personal comparándose con los demás. Las redes sociales intensifican este proceso al ofrecer un flujo constante de imágenes, logros y estilos de vida idealizados. Cuando las comparaciones son ascendentes, la autoestima puede verse afectada negativamente, generando sentimientos de inferioridad, insatisfacción corporal o frustración.

### **3.3. Marco conceptual**

**Adicción a redes sociales:** Se caracteriza por la pérdida de autocontrol y una marcada dependencia psicológica, acompañada de síntomas de abstinencia. Esta condición suele manifestarse en el plano conductual, afectivo y cognitivo, generando conflictos en las relaciones interpersonales del usuario con su entorno.(Mousoulidou et al., 2024)

**Redes sociales:** Constituyen un fenómeno cotidiano e indispensable para gran parte de la población. Se definen como plataformas virtuales en las que se conforman comunidades que comparten intereses, ideales o aficiones, facilitando la interacción entre personas, incluso si no se conocen previamente.(Quiroz et al., 2024)

**Adicción:** Se entiende como un estado en el que el individuo

desarrolla una necesidad intensa y difícil de controlar por consumir sustancias, repetir de manera compulsiva actividades recreativas o utilizar determinados objetos, lo que puede ocasionar daño tanto a sí mismo como a quienes lo rodean en el ámbito social.(Xie & Wang, 2025)

**Autoestima:** Hace referencia a la valoración subjetiva que una persona tiene de sí misma, basada en su autoconcepto, es decir, en la imagen u opinión que ha construido sobre quién es.(Pazdur et al., 2025)

**Adolescencia:** Es una etapa de transición entre la niñez y la adultez en la que se busca consolidar la identidad personal. Implica un proceso de transformación integral que abarca aspectos biológicos, psicológicos y sociales, marcando un periodo clave en el desarrollo del individuo.(Celik & Güler, 2025)

**Uso problemático de redes sociales:** Se refiere a un patrón de utilización de plataformas digitales caracterizado por una frecuencia excesiva, dificultad para regular el tiempo de conexión y persistencia en el uso a pesar de consecuencias negativas en el ámbito académico, familiar o emocional. Este uso no necesariamente implica una adicción clínica, pero sí un comportamiento disfuncional que afecta el bienestar psicológico del adolescente, especialmente cuando se emplea como mecanismo de evasión o regulación emocional.(Kaliush et al., 2021)

**Autoconcepto:** Es la representación cognitiva que el individuo construye acerca de sí mismo, basada en la percepción de sus capacidades, características personales y roles sociales. En la adolescencia, el autoconcepto se encuentra en constante reorganización y se ve influido por la retroalimentación social, particularmente aquella obtenida a través de interacciones en redes sociales, lo que puede reforzar o debilitar la autoestima.(Ballarin et al., 2024)

**Comparación social:** Proceso psicológico mediante el cual las

personas evalúan su valor personal, habilidades o apariencia comparándose con otros. En el contexto digital, las redes sociales intensifican este proceso al exponer constantemente al adolescente a modelos idealizados, lo que puede generar comparaciones ascendentes que impactan negativamente en la autoestima y la autoimagen.(Meaney & Rieger, 2021)

**Regulación emocional:** Capacidad del individuo para reconocer, manejar y modificar sus estados emocionales de forma adaptativa. En adolescentes, un bajo nivel de regulación emocional se asocia con mayor probabilidad de uso excesivo de redes sociales como estrategia de afrontamiento, incrementando el riesgo de dependencia digital y afectación de la autoestima.(Haddara et al., 2019)

**Bienestar psicológico:** Estado integral que incluye la percepción de satisfacción con la vida, el equilibrio emocional, la autoaceptación y el funcionamiento positivo en los ámbitos personal y social. El bienestar psicológico en adolescentes puede verse comprometido cuando la interacción virtual sustituye de manera desproporcionada las relaciones presenciales, afectando la autoestima y el desarrollo socioemocional.(Ryff, 2020)

## IV. METODOLOGÍA

### 4.1. Tipo y Nivel de investigación

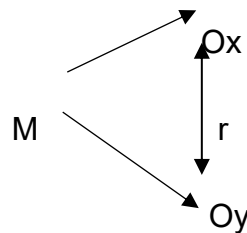
#### Tipo

La investigación es de tipo básico, con enfoque cuantitativo. Se caracteriza porque busca resolver problemas a nivel teórico, generando nuevos conceptos. Cuantitativo al aplicar estándares estadísticos para la comprobación de las hipótesis y obtención de los resultados (Hernández, 2014)

#### Nivel

Correlacional, porque buscó establecer el grado de asociación entre ambas variables. (Hernández, 2014)

En este sentido responderá al siguiente esquema:



Dónde:

M = Muestra.

Ox = Adicción a redes sociales

Oy = Autoestima

r = Relación entre las variables

### 4.2. Diseño de Investigación

La presente investigación es de diseño no experimental y de corte transversal. De acuerdo con Gómez define a este diseño, como la ausencia de manipulación deliberada de las variables de interés y con una recolección de datos en un tiempo determinado unico.(Gómez, 2014)

### 4.3. Hipótesis general y específicas

#### Hipótesis general

Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

#### **Hipótesis específicas**

HE1. Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

HE2. Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

HE3. Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

HE4. Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

HE5. Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y mentiras en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

#### **4.4. Identificación de variables**

##### **Variable X. Adicción a redes sociales**

Patrón de consumo, interacción y exposición deliberada a contenidos digitales a través de plataformas sociales virtuales, que incluye dimensiones cuantitativas (tiempo, frecuencia) y cualitativas (tipo de contenido, propósito de uso).

##### **Dimensiones**

D1. Obsesión

D2. Falta de control

D3. Uso excesivo

##### **Variable Y. Autoestima**

Construcción psicológica multidimensional que refleja la valoración perceptiva y afectiva que el individuo tiene de sí mismo, influida por factores internos y externos, incluyendo la interacción con entornos digitales.

### **Dimensiones**

D1. Autoestima personal

D2. Autoestima social

D3. Autoestima familiar

D4. Autoestima escolar

D5. Mentiras

### Matriz de operacionalización de variables

Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de valores	Niveles y rangos	Tipo de variable estadística
Adicción a las redes sociales	Obsesión	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Necesidad de conexión.</li> <li>- Ansiedad al no poder conectarse.</li> <li>- Interferencia con otras actividades.</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 6 7, 8, 9, 10	Ordinal  Nunca Casi Nunca A Veces Casi Siempre Siempre	Bajo: 0-7 puntos  Medio: 8-16 puntos  Alto: 17-24 puntos	Cuantitativo
	Falta de control	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Comienzo del día con la conexión.</li> <li>- Pensamientos sobre redes sociales.</li> <li>- Fracaso en el control del uso.</li> </ul>	11, 12, 13, 14, 15, 16			
	Uso excesivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Necesidad constante de estar conectado</li> </ul>	17, 18, 19, 20, 21,22, 23, 24			

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pérdida del sentido del tiempo</li> <li>- Aumento en el tiempo de uso</li> <li>- Alivio temporal al conectarse</li> </ul>				
Autoestima	Autoestima personal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Confianza en uno mismo</li> <li>- Aceptación de sí mismo</li> <li>- Manejo de emociones y decisiones</li> </ul>	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26	Nominal  Verdadero Falso	Bajo: 0-50 puntos  Medio: 51 -70 puntos  Alto: 71 -100 puntos	Cuantitativo
	Autoestima social	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aprecio social</li> <li>- Aceptación familiar</li> </ul>	27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34			
	Autoestima familiar	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Relación positiva con la familia</li> <li>- Expectativas familiares</li> </ul>	35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42			

		- Conflictos familiares				
	Autoestima escolar	- Confianza en el rendimiento académico	43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50			
	Mentiras	- Sinceridad y autenticidad - Preocupación y conducta social	51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58.			

#### **4.5. Población – Muestra**

##### **Población**

La población de esta investigación estuvo constituida por la totalidad de estudiantes, que son de 250 estudiantes matriculados de educación secundaria en la I.E. 42021 Fortunato Zora Carbajal del distrito de Tacna durante el año académico 2025.

Esta población se selecciona por encontrarse en un rango etario correspondiente a la adolescencia media y tardía, etapa evolutiva caracterizada por una significativa vulnerabilidad a influencias externas, entre las cuales destaca el impacto psicosocial del uso de plataformas digitales y redes sociales.

##### **Muestra**

Al tener una población de tamaño accesible, se trabajó con el total de alumnos, siendo 250 estudiantes de la institución educativa.

$$N=n$$

##### **Muestreo**

El tipo de muestreo seleccionado para el presente estudio es censal, lo que implica que se recogió información de la totalidad de los elementos que conforman la población de interés.

##### **Criterios de selección**

##### **Criterios de inclusión**

- Estudiantes que estén matriculados en la institución educativa 42021 Fortunato Zora Carbajal.
- Estudiantes que usen redes sociales y cuenten con un celular, computadora o tablet para acceder a ellas.
- Estudiantes que acepten participar en el estudio y al ser menores de edad, presenten el consentimiento informado, firmada por sus padres o tutores.

##### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes que no estén matriculados en la institución educativa 42021 Fortunato Zora Carbajal.
- Estudiantes que no usen redes sociales y cuenten con un celular, computadora o tablet para acceder a ellas.
- Estudiantes con diagnósticos psicológicos o médicos que dificulten la comprensión o el adecuado llenado de los cuestionarios.
- Estudiantes que no acepten participar o no cuenten con la firma del consentimiento informado de sus padres o tutores.

#### **4.6. Técnicas e instrumentos de recolección de información**

##### **Técnica**

Para la recolección de datos en el campo de estudio se empleó la técnica psicométrica mediante la aplicación de la Escala de Adicción a redes sociales para medir la variable “adicción a redes sociales”, mientras que para la segunda variable “autoestima” se utilizó la técnica de encuesta a través del inventario de autoestima de Coopersmith (SEI), ambos validados a través del juicio de expertos.

##### **Instrumento**

Para recopilar la información se utilizó los cuestionarios psicométricos, que permiten medir las variables estudiadas en la muestra.

##### **Cuestionario para evaluar la adicción a redes sociales**

Este instrumento tiene como objetivo evaluar la adicción de redes sociales en estudiantes. Consta de 24 ítems distribuidos en 3 dimensiones: Obsesión (10 ítems), falta de control (6 ítems) y uso excesivo (8 ítems). Cada una de estas dimensiones permite medir diferentes aspectos relacionado a la adición por las redes sociales.

##### **Ficha técnica del instrumento**

Nombre del instrumento:	La Escala de Adicción a las Redes Sociales
Autores:	Fue creada por Ecurra y Salas (2014)(Ecurra & Salas, 2014)

Objetivo del estudio:	Estimar los niveles de adicción a las redes sociales en adolescentes y adultos.
Procedencia:	Perú
Administración:	Individual / Físico
Duración:	10 a 15 minutos
Dimensiones:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Obsesión</li> <li>- Falta de control</li> <li>- Uso excesivo</li> </ul>
Escala valorativa:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Nunca</li> <li>- Casi nunca</li> <li>- A veces</li> <li>- Casi siempre</li> <li>- Siempre</li> </ul>
Validez	Juicio de expertos y contrastación estadística.
Confiabilidad	Todo el instrumento presenta una confiabilidad de 0,93, y las dimensiones obtuvieron valores de alfa de Cronbach superiores a 0,80, lo cual evidencia una adecuada consistencia interna en cada factor identificado (obsesión por redes sociales, falta de control personal en el uso y uso excesivo).

**Cuestionario de autoestima:** Este instrumento tiene como objetivo medir la valoración de la autoestima de los estudiantes de secundaria. Los ítems fueron estructurados conforme a las dimensiones establecidas en las bases teóricas. El cuestionario consta de 58 ítems con respuestas dicotómico.

#### **Ficha técnica del instrumento**

Nombre del instrumento:	Inventario de Autoestima de Coopersmith
-------------------------	---

	(SEI)
Autores:	Stanley Coopersmith.(Stanley, 1959)
Objetivo del estudio:	Medir las actitudes valorativas de los adolescentes hacia sí mismos, en las áreas personal, social, familiar y escolar.
Procedencia:	Perú
Administración:	Colectiva e individual
Duración:	15 a 20 minutos
Dimensiones:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Autoestima personal</li> <li>- Autoestima social</li> <li>- Autoestima familiar</li> <li>- Autoestima escolar</li> <li>- Mentiras</li> </ul>
Escala valorativa:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verdadero</li> <li>- Falso</li> </ul>
Validez	Juicio de expertos y contrastación estadística.
Confiabilidad	Todo el instrumento presenta una confiabilidad de 0,95 y las dimensiones tienen valores de alfa de cronbach de 0.798 a 0.806, valores considerados aceptables para determinar una validez con una relación directa y muy significativa.

### **Validez**

Dado que los instrumentos que se empleó no tienen una validación previa para nuestro contexto, se realizó un proceso de validación de contenido a través del juicio de expertos. Para ello, se pidió la evaluación de tres especialistas en psicología e investigación, quienes desempeñaron el papel de jueces. Estos expertos evaluaron la claridad,

coherencia y relevancia de los ítems en relación con las dimensiones del estudio.

#### **4.7. Técnicas de análisis y procesamiento de datos**

Para esta investigación se ha contactado con las autoridades correspondientes a la Institución Educativa Secundaria Estatal de Tacna con el motivo de realizar la documentación reglamentaria. Luego, se solicitó la firma de los consentimientos informados por parte de los padres o apoderados. Se entregaron los cuestionarios a los participantes. Tras la aplicación de los instrumentos, se revisaron y tabularon para luego los datos obtenidos fueron trasladados a un documento de Excel.(Castañeda et al., 2010)

Finalmente, la información fue ingresada en el SPSS versión 26 para obtener los resultados estadísticos correspondientes. Se realizó un análisis descriptivo de cada variable y posteriormente, se aplicó la prueba de correlación de Spearman para evaluar la relación entre las variables estudiadas.(Herrera, 2005)

## V. RESULTADOS

### 5.1. Presentación de Resultados

Tabla 1 Adicción a redes sociales en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025

	n	%
Adicción a redes sociales	Bajo	62 24.8%
	Medio	188 75.2%
	Total	250 100.0%

Fuente: Data de resultados

Figura 1 Adicción a redes sociales en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025

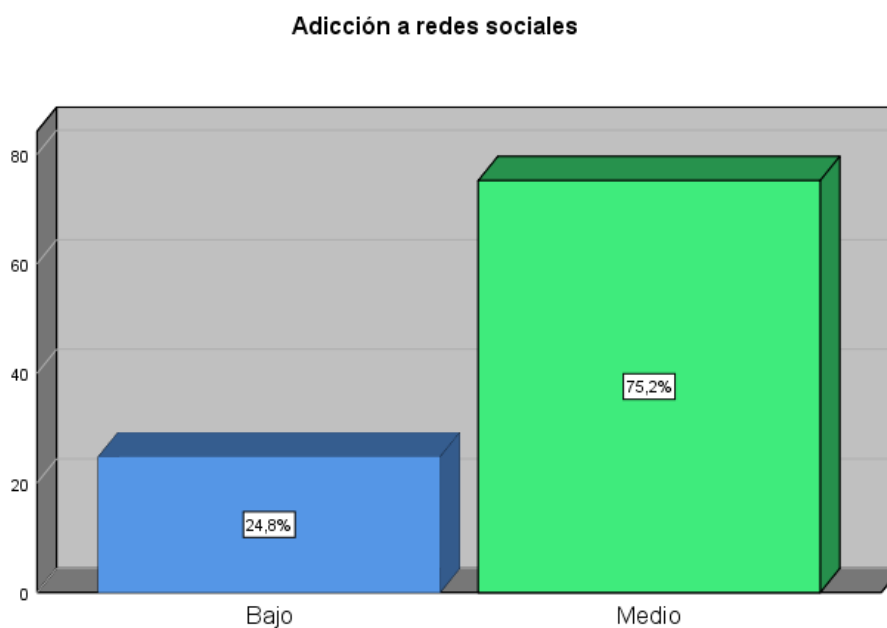


Tabla 2 Obsesión en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

	n	%
Obsesión	Bajo	60 24.0%
	Medio	133 53.2%
	Alto	57 22.8%
	Total	250 100.0%

Fuente: Data de resultados

Figura 2 Obsesión en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

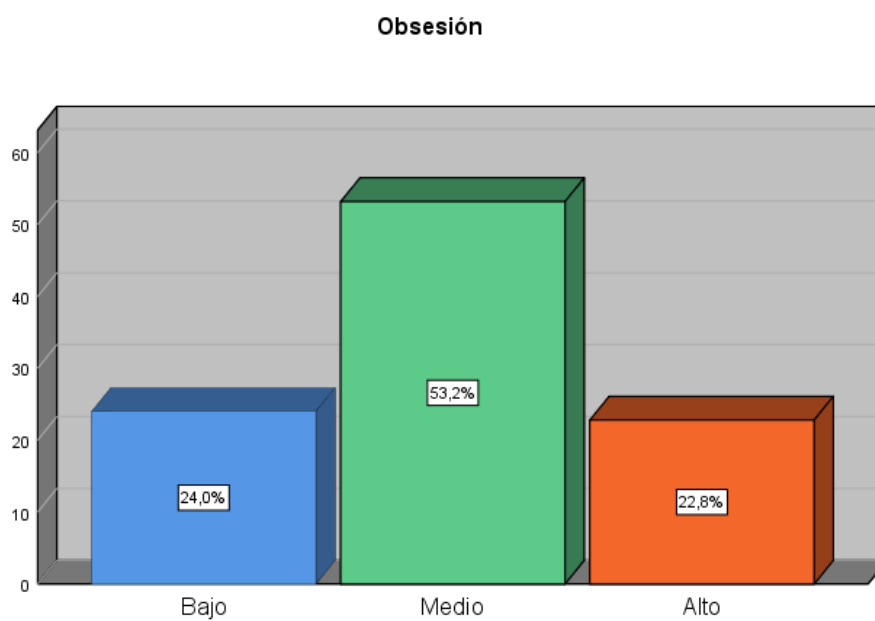


Tabla 3 Falta de control en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

		n	%
Falta de control	Bajo	52	20.8%
	Medio	163	65.2%
	Alto	35	14.0%
	Total	250	100.0%

Fuente: Data de resultados

Figura 3 Falta de control en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

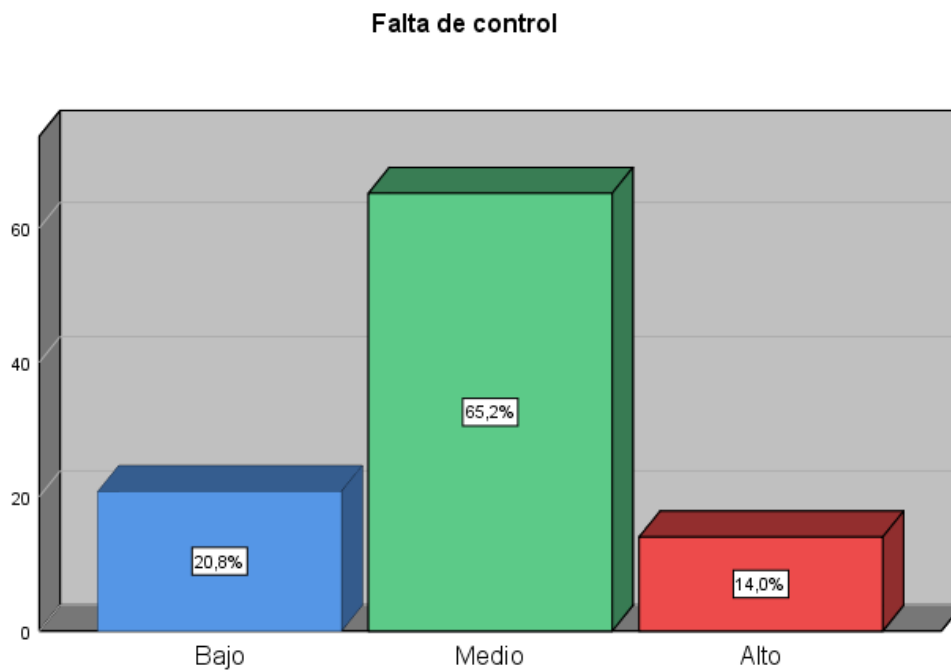


Tabla 4 Uso excesivo en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

	n	%	
Uso excesivo	Bajo	56	22.4%
	Medio	134	53.6%
	Alto	60	24.0%
	Total	250	100.0%

Fuente: Data de resultados

Figura 4 Uso excesivo en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

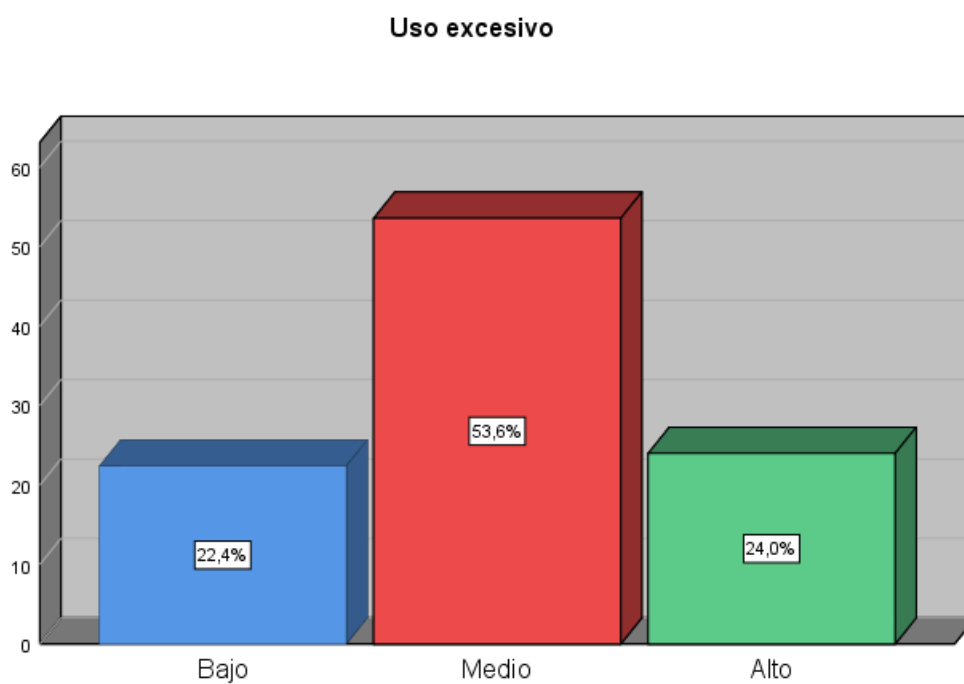


Tabla 5 Autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

	n	%
Bajo	35	14.0%
Medio	211	84.4%
Alto	4	1.6%
Total	250	100.0%

Fuente: Data de resultados

Figura 5 Autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

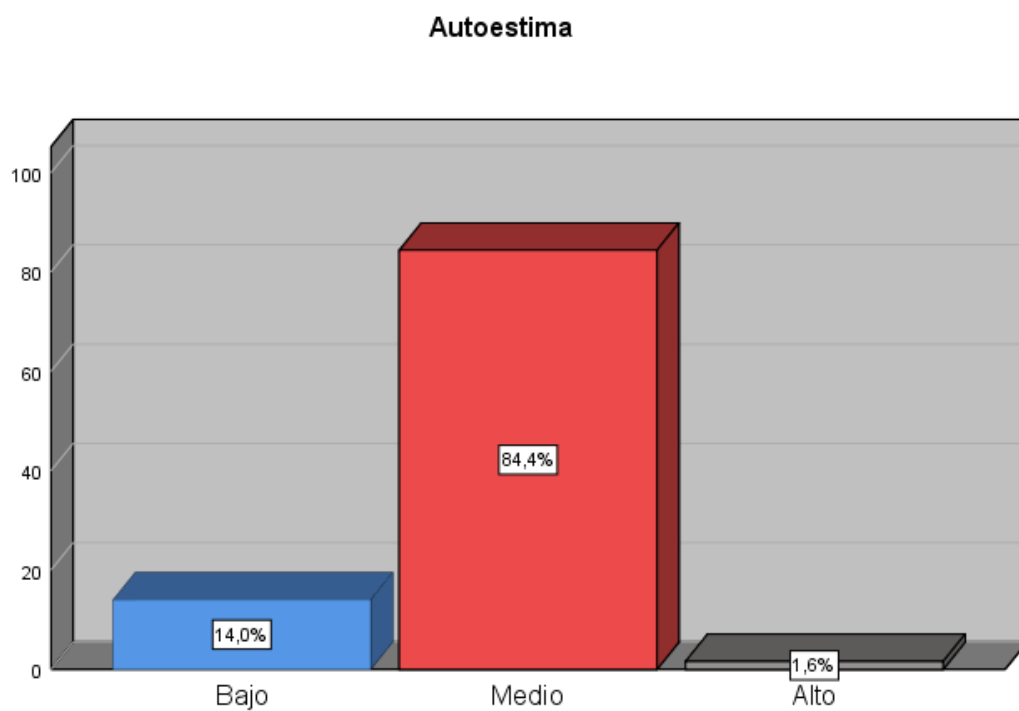


Tabla 6 Autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

		n	%
Autoestima personal	Medio	107	42.8%
	Alto	143	57.2%
	Total	250	100.0%

Fuente: Data de resultados

Figura 6 Autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

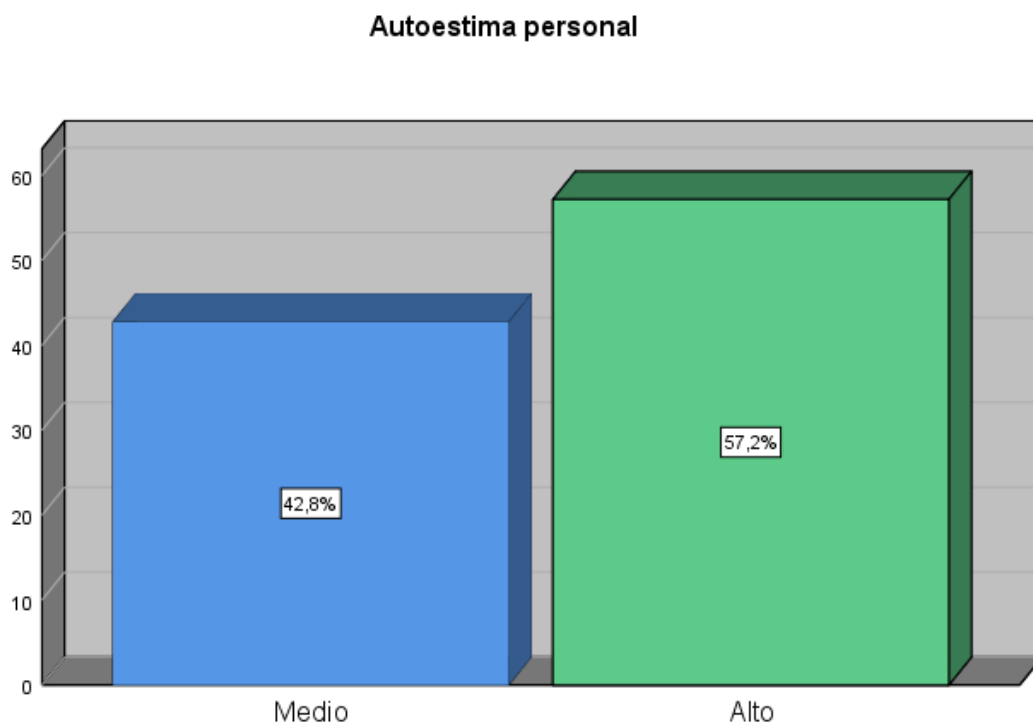


Tabla 7 Autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

	n	%
Autoestima social	Bajo	22 8.8%
	Medio	224 89.6%
	Alto	4 1.6%
	Total	250 100.0%

Fuente: Data de resultados

Figura 7 Autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

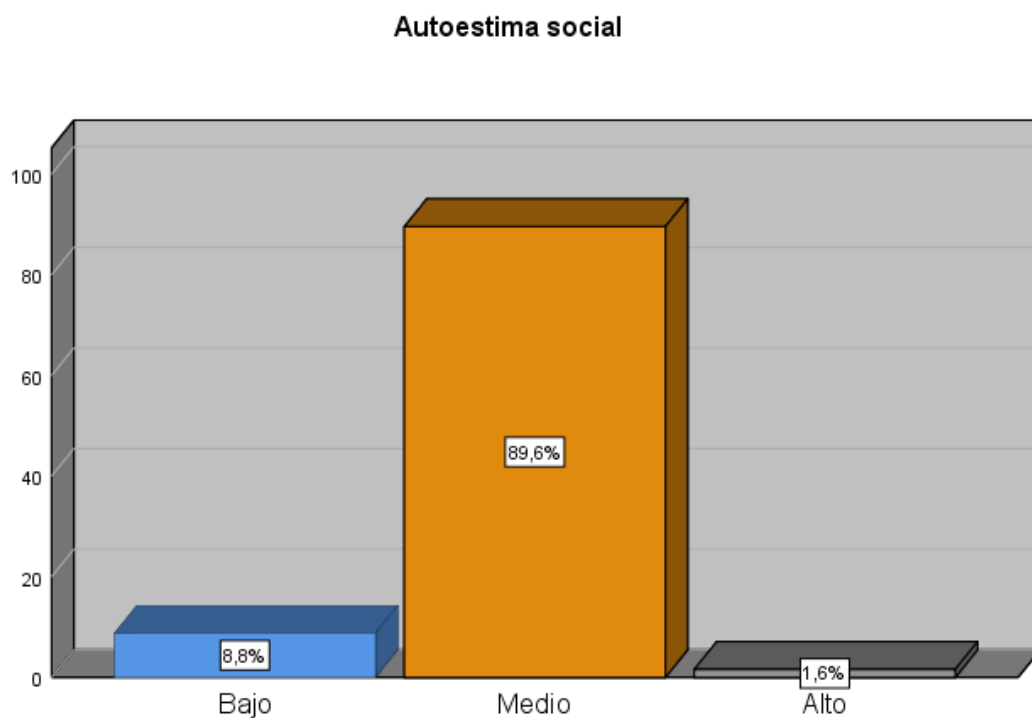


Tabla 8 Autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

	n	%
Bajo	20	8.0%
Autoestima familiar Medio	189	75.6%
Alto	41	16.4%
Total	250	100.0%

Fuente: Data de resultados

Figura 8 Autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

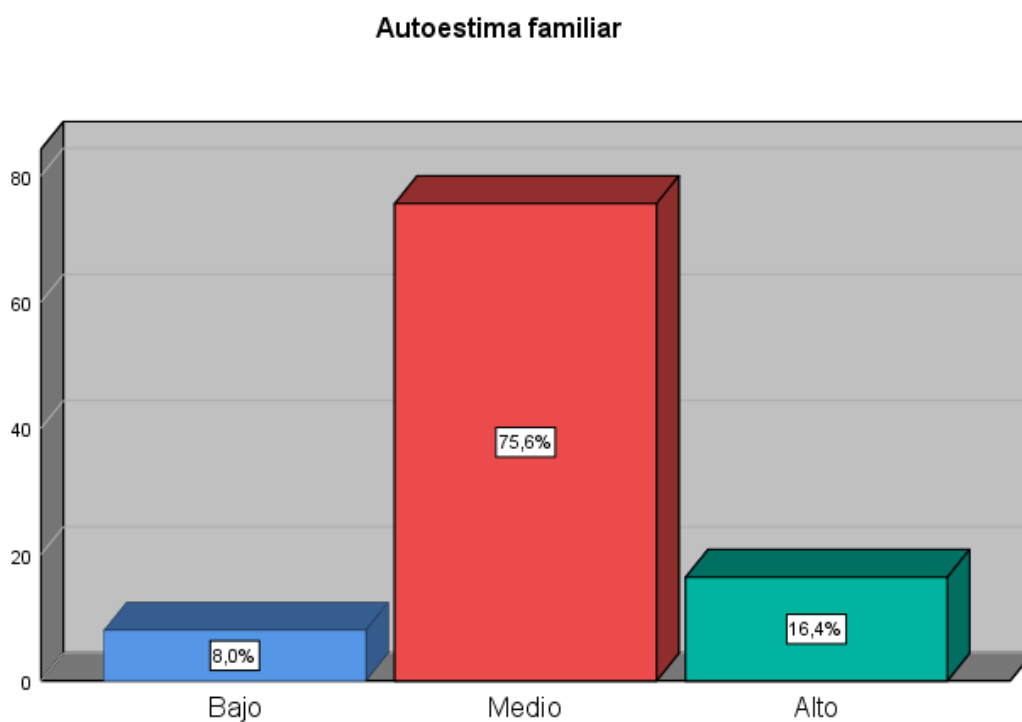


Tabla 9 Autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025

		n	%
Autoestima escolar	Bajo	25	10.0%
	Medio	187	74.8%
	Alto	38	15.2%
	Total	250	100.0%

Fuente: Data de resultados

Figura 9 Autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025

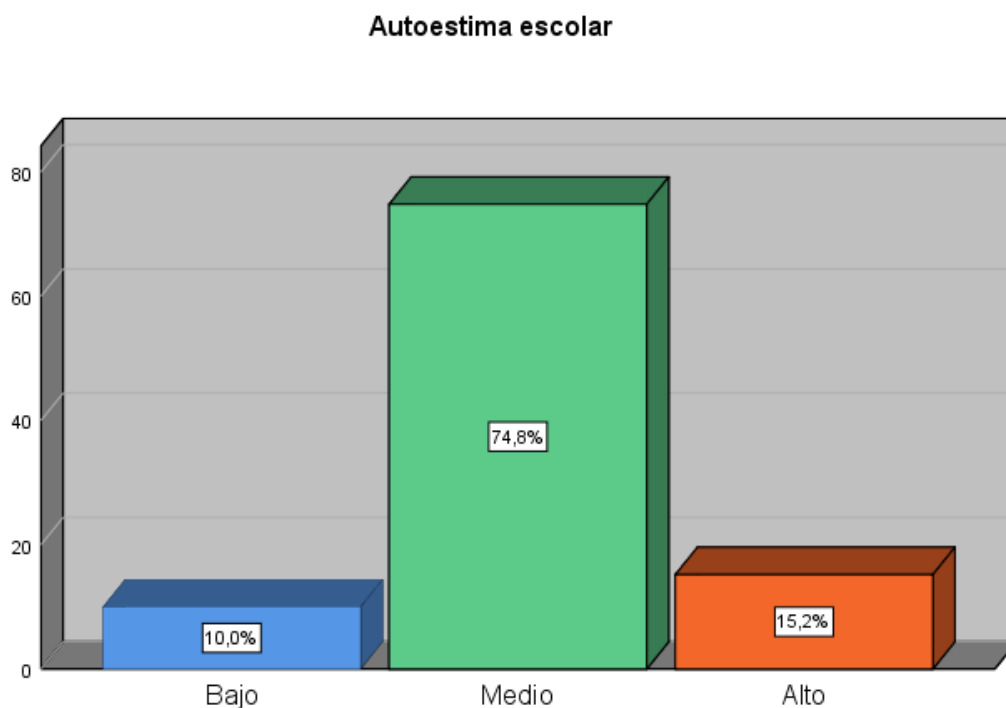
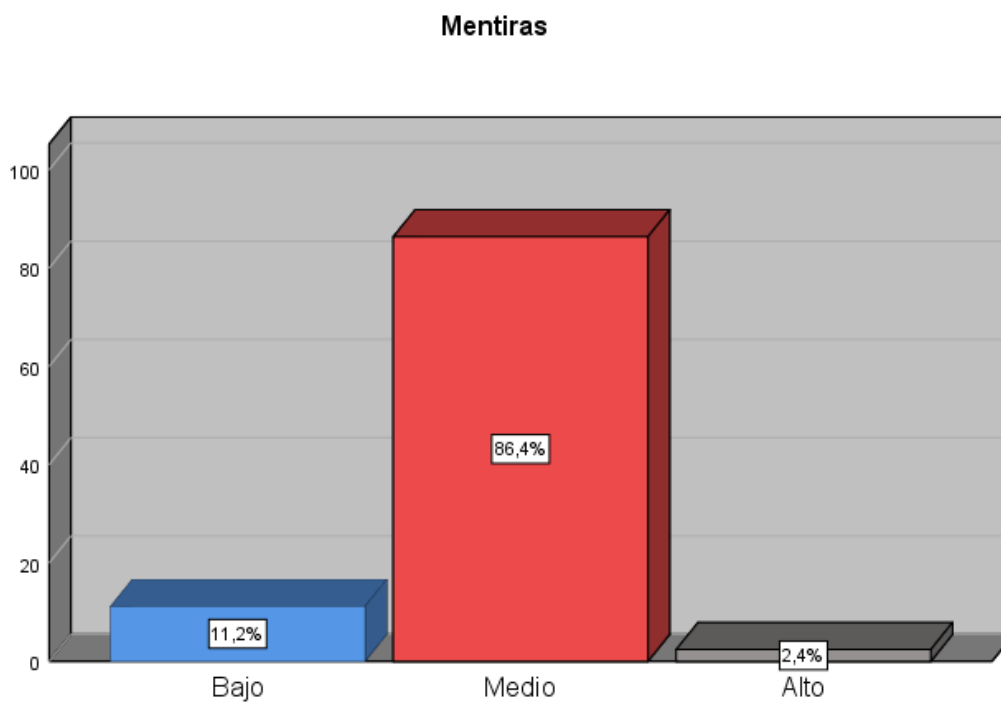


Tabla 10 Mentiras en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

	n	%	
Mentiras	Bajo	28	11.2%
	Medio	216	86.4%
	Alto	6	2.4%
	Total	250	100.0%

Fuente: Data de resultados

Figura 10 Mentiras en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.



## **5.2. Interpretación de los resultados**

**En la tabla 1 y figura 1**, Sobre la adicción a redes sociales, del 100% (250) de los participantes evaluados se observa que el 75.2% (188) de los estudiantes presenta un nivel medio, mientras que el 24.8% (62) presentó un nivel bajo.

**En la tabla 2 y figura 2**, Sobre la dimensión obsesión por las redes sociales el 53.2% (133) de los estudiantes presentaron un nivel medio, seguido el 22.8% (57) nivel alto y el 24.0% (60) presentó un nivel bajo.

**En la tabla 3 y figura 3**, Sobre la dimensión falta de control, los estudiantes presentaron un nivel medio de 65.2% (163), mientras que el nivel bajo presentó 20.8% (52). El 14.0% (35) presentó un nivel alto.

**En la tabla 4 y figura 4**, Sobre la dimensión uso excesivo de las redes sociales el 53.6% (134) se encuentra en un nivel medio, seguido el 24.0% (60) presentó un nivel alto y el 22.4% (56) presentó nivel bajo.

**En la tabla 5 y figura 5**, Sobre la autoestima, el 100% (250) de los participantes evaluados, el 84.4% (211) presentaron un nivel medio, mientras que el 14.0% (35) nivel bajo y el 1.6% (4) nivel alto.

**En la tabla 6 y figura 6**, Sobre la dimensión autoestima personal, el 57.2% (143) presento un nivel alto y el 42.8% (107) nivel medio.

**En la tabla 7 y figura 7**, Sobre la dimensión autoestima social, el 89.6% (224) de los estudiantes presentó un nivel medio, seguido el 8.8% (224) nivel bajo y el 1.6% (4) presentó un nivel alto.

**En la tabla 8 y figura 8**, Sobre la dimensión autoestima familiar, el 75.6% (189) presenta un nivel medio, el 16.4% (41) nivel alto, y el 8.0% (20) nivel bajo.

**En la tabla 9 y figura 9**, Sobre la dimensión autoestima escolar, presentaron un nivel medio de 74.8% (187). El 15.2% (38) presentó un nivel alto, y el 10.0% (25) nivel bajo.

**En la tabla 10 y figura 10**, Sobre la dimensión mentiras en los estudiantes evaluados el 86.4% (216) presentó un nivel medio, seguido el 11.2% nivel bajo y el 2.4% (6) nivel alto.

## VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

### 6.1. Análisis inferencial

#### Prueba de normalidad

H0: Los datos presentan distribución paramétrica

H1: Los datos no presentan distribución paramétrica

Tabla 11 Prueba de normalidad

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Adicción a redes sociales	,469	250	,000	,537	250	,000
Obsesión	,267	250	,000	,803	250	,000
Falta de control	,338	250	,000	,755	250	,000
Uso excesivo	,269	250	,000	,802	250	,000
Autoestima personal	,489	250	,000	,491	250	,000
Autoestima personal	,378	250	,000	,629	250	,000
Autoestima social	,502	250	,000	,404	250	,000
Autoestima familiar	,404	250	,000	,661	250	,000
Autoestima escolar	,389	250	,000	,676	250	,000
Mentiras	,485	250	,000	,476	250	,000

Fuente: Data de resultados

La prueba de normalidad aplicada a las variables muestra que, para la mayoría de las variables, los resultados de Kolmogorov-Smirnov indican que los datos no siguen una distribución normal, ya que el valor de p es menor a 0.05 en varias de ellas (Adicción a redes sociales, Obsesión, Falta de control, Uso excesivo). Por lo tanto, se optará por métodos no paramétricos, como la correlación de Spearman.

### Prueba de hipótesis general

#### Hipótesis nula $H_0$ : $r_{xy} = 0$

No existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

#### Hipótesis alterna $H_a$ : $r_{xy} \neq 0$

Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

#### Nivel de significancia:

Sig. = 0,05 (significancia bilateral)

#### Regla de decisión:

Sig. < 0,05; se acepta la  $H_a$  y se rechaza la  $H_0$ .

Sig. > 0,05; se acepta la  $H_0$  y se rechaza la  $H_a$ .

#### Coeficiente de correlación de Rho de Spearman

		Adicción a redes sociales	Autoestima
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	1,000	-,682**
	Autoestima	-,682**	1,000
	Coeficiente de correlación	.	,000
	Sig. (bilateral)	250	250

En la tabla se observa un valor de  $p = 0.000$  para la relación entre adicción a redes sociales y autoestima, que es menor al nivel de significancia de 0.05. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, indicando que existe una relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. Además, el coeficiente de correlación de Spearman es de -0.682, lo que sugiere una relación moderada inversa entre las dos variables estudiadas.

### Prueba de hipótesis específica 1

#### Hipótesis nula $H_0$ : $r_{xy} = 0$

No existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

#### Hipótesis alterna $H_a$ : $r_{xy} \neq 0$

Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

#### Nivel de significancia:

Sig. = 0,05 (significancia bilateral)

#### Regla de decisión:

Sig. < 0,05; se acepta la  $H_a$  y se rechaza la  $H_0$ .

Sig. > 0,05; se acepta la  $H_0$  y se rechaza la  $H_a$ .

#### Coeficiente de correlación de Rho de Spearman

		Adicción a redes sociales	Autoestima personal
Rho de Spearman	Coeficiente de correlación	1,000	-,664**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	250	250
	Coeficiente de correlación	-,664**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	250	250

En la tabla se observa un valor de  $p = 0.000$  para la relación entre adicción a redes sociales y autoestima personal, que es menor al nivel de significancia de 0.05. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, indicando que existe una relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. Además, el coeficiente de correlación de Spearman es de -0.664, lo que sugiere una relación moderada inversa entre las dos variables estudiadas.

## Prueba de hipótesis específica 2

### Hipótesis nula $H_0$ : $r_{xy} = 0$

No existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

### Hipótesis alterna $H_a$ : $r_{xy} \neq 0$

Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

### Nivel de significancia:

Sig. = 0,05 (significancia bilateral)

### Regla de decisión:

Sig. < 0,05; se acepta la  $H_a$  y se rechaza la  $H_0$ .

Sig. > 0,05; se acepta la  $H_0$  y se rechaza la  $H_a$ .

### Coefficiente de correlación de Rho de Spearman

		Adicción a redes sociales	Autoestima social
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	1,000	-,521**
	Autoestima social	-,521**	1,000
	Coefficiente de correlación	.	,000
	Sig. (bilateral)	250	250
		250	250

En la tabla se observa un valor de  $p = 0.000$  para la relación entre adicción a redes sociales y autoestima social, que es menor al nivel de significancia de 0.05. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, indicando que existe una relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. Además, el coeficiente de correlación de Spearman es de -0.521, lo que sugiere una relación moderada inversa entre las dos variables estudiadas.

### Prueba de hipótesis específica 3

#### Hipótesis nula Ho: $r_{xy} = 0$

No existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

#### Hipótesis nula Ho: $r_{xy} = 0$

Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

#### Nivel de significancia:

Sig. = 0,05 (significancia bilateral)

#### Regla de decisión:

Sig. < 0,05; se acepta la Ha y se rechaza la H0.

Sig. > 0,05; se acepta la H0 y se rechaza la Ha.

#### Coeficiente de correlación de Rho de Spearman

		Adicción a redes sociales	Autoestima familiar
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	-,469**
		N	250
	Autoestima familiar	Coeficiente de correlación	-,469**
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	250	

En la tabla se observa un valor de  $p = 0.000$  para la relación entre adicción a redes sociales y autoestima familiar, que es menor al nivel de significancia de 0.05. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, indicando que existe una relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. Además, el coeficiente de correlación de Spearman es de -0.469, lo que sugiere una relación moderada inversa entre las dos variables estudiadas.

#### Prueba de hipótesis específica 4

##### Hipótesis nula Ho: $r_{xy} = 0$

No existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

##### Hipótesis nula Ho: $r_{xy} = 0$

Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

##### Nivel de significancia:

Sig. = 0,05 (significancia bilateral)

##### Regla de decisión:

Sig. < 0,05; se acepta la  $H_a$  y se rechaza la  $H_0$ .

Sig. > 0,05; se acepta la  $H_0$  y se rechaza la  $H_a$ .

##### Coeficiente de correlación de Rho de Spearman

		Adicción a redes sociales	Autoestima escolar
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	1,000	-,516**
	Coeficiente de correlación	.	,000
	Sig. (bilateral)	250	250
	N	-,516**	1,000
Autoestima escolar	Coeficiente de correlación	,000	.
	Sig. (bilateral)	250	250
	N		

En la tabla se observa un valor de  $p = 0.000$  para la relación entre adicción a redes sociales y autoestima escolar, que es menor al nivel de significancia de 0.05. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, indicando que existe una relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. Además, el coeficiente de correlación de Spearman es de -0.516, lo que sugiere una relación moderada inversa entre las dos variables estudiadas.

## Prueba de hipótesis específica 5

### Hipótesis nula Ho: $r_{xy} = 0$

No existe relación significativa entre adicción a redes sociales y mentiras en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

### Hipótesis nula Ho: $r_{xy} = 0$

Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y mentiras en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.

### Nivel de significancia:

Sig. = 0,05 (significancia bilateral)

### Regla de decisión:

Sig. < 0,05; se acepta la  $H_a$  y se rechaza la  $H_0$ .

Sig. > 0,05; se acepta la  $H_0$  y se rechaza la  $H_a$ .

### Coeficiente de correlación de Rho de Spearman

		Adicción a redes sociales	Mentiras	
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	Coeficiente de correlación	1,000	-,590**
		Sig. (bilateral)	.	,000
	N	250	250	
	Mentiras	Coeficiente de correlación	-,590**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
	N	250	250	

En la tabla se observa un valor de  $p = 0.000$  para la relación entre adicción a redes sociales y mentiras, que es menor al nivel de significancia de 0.05. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, indicando que existe una relación significativa entre adicción a redes sociales y la frecuencia de mentiras en los estudiantes. Además, el coeficiente de correlación de Spearman es de -0.590, lo que sugiere una relación moderada inversa entre las dos variables estudiadas.

## VII. DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

### 7.1. Comparación resultados

El estudio tuvo como objetivo, determinar la relación entre autoestima y agresividad de estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. En cuanto a la relación de la hipótesis general, se determinó que existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la autoestima en estudiantes, donde se encontró una significancia  $p=0,001$  y una correlación de Spearman  $Rho= -0.682$ , lo que implica que a medida que aumenta la adicción a redes sociales, disminuye la autoestima de los estudiantes.

Los resultados sobre la adicción a las redes sociales, donde un 75.2% (188) de los estudiantes mostró un nivel medio y el 24.8% (62) un nivel bajo, son consistentes con lo que se observa en estudios previos. Por ejemplo, en el trabajo de Vega (2024), se mostró que los estudiantes con niveles de autoestima más bajos tendían a presentar mayores niveles de agresividad. De manera similar, la adicción a las redes sociales puede reflejar una relación inversa con la autoestima, donde aquellos con menor autoestima buscan la validación en estos espacios digitales, lo que puede contribuir a comportamientos impulsivos y agresivos.

En cuanto a la obsesión por las redes sociales, los resultados mostraron que un 53.2% (133) de los estudiantes presentó un nivel medio, y solo un 22.8% (57) un nivel alto. Este hallazgo es coherente con el estudio de Robles et al. (2021), que destaca que la autoestima puede ser un factor moderador en la agresividad. La obsesión por las redes sociales podría estar vinculada a una autoestima baja, ya que los adolescentes que buscan aprobación externa pueden sentirse más vulnerables y, en consecuencia, más propensos a desarrollar conductas agresivas o impulsivas. Es importante notar que el control emocional juega un rol clave en este contexto, tal como lo señalan los resultados del estudio de Hu et al. (2023), donde el autocontrol medió la relación entre la autoestima y la agresividad.

La falta de control, que en este estudio afectó al 65.2% (163), de los participantes con un nivel medio, refleja una tendencia a comportamientos

impulsivos, un fenómeno que también se observa en la investigación de Xia (2022). En este estudio, se concluyó que la autoestima está inversamente relacionada con la agresión, lo que sugiere que a medida que disminuye la autoestima, aumenta la propensión a conductas impulsivas o descontroladas. En este sentido, los adolescentes que no logran manejar adecuadamente sus emociones pueden recurrir más fácilmente a las redes sociales para buscar consuelo, lo que a su vez puede intensificar su falta de control.

En relación con el uso excesivo de redes sociales, que afecta a un 53.6% (134) de los estudiantes con un nivel medio, es posible establecer una comparación con los resultados obtenidos por Robles et al. (2021), quienes identificaron una conexión entre la agresividad y la falta de control en los adolescentes. El uso excesivo de las redes sociales podría ser tanto una consecuencia como un factor que contribuye a la agresividad, especialmente en un contexto donde los adolescentes encuentran en las plataformas digitales una vía para expresar frustraciones y malestar emocional. En este sentido, el uso excesivo podría ser una manifestación externa de un conflicto interno relacionado con una baja autoestima, que a su vez alimenta la agresividad.

Un hallazgo significativo en este estudio es el nivel de autoestima entre los estudiantes, donde el 84.4% (211) presentó un nivel medio. Este resultado está en línea con lo observado por Coronel (2023), quien también encontró una prevalencia de autoestima promedio en los estudiantes de su muestra. La relación inversa entre autoestima y agresividad es clara en estos resultados, similar a lo encontrado por Cuyubamba (2020). En su estudio, los estudiantes con niveles más altos de autoestima mostraron menos inclinación hacia comportamientos agresivos. Este patrón se repite en los resultados obtenidos en el presente estudio, donde se observa que, aunque la mayoría de los estudiantes presentan una autoestima media, los niveles más altos de autoestima personal están vinculados con un menor uso de las redes sociales y menos conductas agresivas. Esto refuerza la idea de que una autoestima fortalecida puede ser un factor protector contra la agresividad.

Por último, en la dimensión de la autoestima en este estudio también coinciden con los hallazgos previos. El 57.2% (143) de los estudiantes presentó un nivel alto de autoestima personal, mientras que las dimensiones social, familiar y escolar mostraron mayoritariamente niveles medios. Este patrón es coherente con el trabajo de Xia (2022), que evidenció que la autoestima tiene un impacto directo en la conducta de los adolescentes. Aquellos con una autoestima más alta en el ámbito personal tienden a ser más resistentes a las influencias negativas, como la agresividad, lo que se refleja en los resultados de este estudio, donde las mayores puntuaciones en autoestima personal están asociadas con menores niveles de agresión.

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### Conclusiones

- Primero: Se determinó que, existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y Autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025; con  $p=0.000$  y  $Rho= -0.682$ , lo indica una relación inversa moderada entre ambas variables.
- Segundo: Se estableció que, existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025; con  $p=0.000$  y  $Rho= -0.664$ , lo que indica una relación inversa moderada.
- Tercero: Se estableció que, existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025; con  $p=0.000$  y  $Rho= -0.521$ , lo que sugiere una relación inversa moderada.
- Cuarto: Se estableció que, existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025; con  $p=0.000$  y  $Rho= -0.469$ , lo que refleja una relación inversa moderada.
- Quinto: Se estableció que, existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025; con  $p=0.000$  y  $Rho= -0.516$ , lo que indica una relación inversa moderada.
- Sexto: Se estableció que, existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y mentiras en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025; con  $p=0.000$  y  $Rho= -0.590$ , lo que sugiere una relación inversa moderada.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alonso, J. (2021). Drogodependencia y desregulación emocional: una revisión sistemática. *MLS Psychology Research*, 4(1), 59-78. <https://doi.org/10.33000/MLSPR.V4I1.597>
- Amirthalingam, J., & Khera, A. (2024). Understanding Social Media Addiction: A Deep Dive. *Cureus*, 16(10), e72499. <https://doi.org/10.7759/CUREUS.72499>
- Avci, H., Baams, L., & Kretschmer, T. (2024). A Systematic Review of Social Media Use and Adolescent Identity Development. *Adolescent Research Review*, 10(2), 219. <https://doi.org/10.1007/S40894-024-00251-1>
- Ballarin, G., Gallè, F., Dinacci, L., Liberti, F., Cunti, A., & Valerio, G. (2024). Self-Perception profile, body image perception and satisfaction in relation to body mass index: an investigation in a sample of adolescents from the campania region, Italy. *Children*, 11(7), 805. <https://doi.org/10.3390/CHILDREN11070805>
- Barrera, K., & Ramírez, C. (2024). Adicción a redes sociales y autoestima en adolescentes del 4.º año de secundaria de una institución educativa privada en Huancayo. *Universidad Continental*. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/16572>
- Bellido, L. (2022). Adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ayacucho. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/13867>
- Branden, N. (2020). Como mejorar su autoestima. <https://ttmib.org/documentos/Branden-Autoestima.pdf>
- Calizaya, J., Alemán, Y., Carita, A., Ortiz, S., Cervantes, L., & Cáceres, G. (2025). Dependencia emocional e índice de violencia hacia la mujer en Arequipa, Perú. *Health and Addictions/Salud y Drogas*, 25(1), 82-94. <https://doi.org/10.21134/924>
- Castañeda, M., Cabrera, A., Navarro, Y., & Vries, W. (2010). Procesamiento de datos y análisis estadísticos utilizando SPSS : un libro práctico para

- investigadores y administradores educativos. MINISTERIO DE EDUCACION, 165.  
<https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/4538>
- Celik, M. Y., & Güler, S. (2025). The Relationship Between Social Media Addiction and Sleepiness in Adolescents: A Cross-Sectional Study. *Clinical and Translational Neuroscience* 2025, Vol. 9, Page 23, 9(2), 23.  
<https://doi.org/10.3390/CTN9020023>
- Colak, M., Bingol, O., & Dayi, A. (2023). Self-esteem and social media addiction level in adolescents: The mediating role of body image. *Indian Journal of Psychiatry*, 65(5), 595.  
[https://doi.org/10.4103/INDIANJPSYCHIATRY.INDIANJPSYCHIATRY\\_306\\_22](https://doi.org/10.4103/INDIANJPSYCHIATRY.INDIANJPSYCHIATRY_306_22)
- Condori, T., Quispe, A., & Quiro, Y. (2023). Adicción a redes sociales y cansancio emocional en estudiantes Universitarios de la carrera de Psicología de una universidad privada en la ciudad de Juliaca, 2022. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 16(2), 18-32.  
<https://doi.org/10.17162/RCCS.V16I2.1959>
- Dávila, O. (2024). La resiliencia y el rendimiento académico en escolares de tercero cuarto y quinto grado de secundaria del distrito de Chugur, Hualgayoc, Cajamarca, 2021 - 2022. Universidad Nacional de Cajamarca.  
<http://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/7297>
- Dawson, C. (1987). Coopersmith self-esteem inventory.  
[https://researchsystem.canberra.edu.au/ws/portalfiles/portal/66175919/Dawson\\_Caroline.pdf](https://researchsystem.canberra.edu.au/ws/portalfiles/portal/66175919/Dawson_Caroline.pdf)
- Escurre, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales. *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, 20(1), 73-91. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
- Espín, P. (2021). La participación de los padres de familia en el aprendizaje de las niñas y niños de 3 a 4 años del Centro de Desarrollo Infantil Comunitario Guagua Centro El Arbolito del Distrito Metropolitano de Quito. <http://repositorio.uasb.edu.ec/handle/10644/7927>

- Estrada Araoz, E. G., Gallegos Ramos, N. A., Mamani Uchasara, H. J., & Zuloaga Araoz, M. C. (2021). Self-esteem and aggressiveness in Peruvian high school students. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 81-87. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.4675747>
- Gerassi, L. B., Cheng, S. Y., Muentner, L., & Benson, M. (2021). Prevalence and associated characteristics of youth who trade sex in a representative sample of high school students. *Journal of Adolescence*, 93, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.09.008>
- Gómez, M. (2014). Capítulo III Metodología de la Investigación. [https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/metodologia-de-la-investigaci%C3%83%C2%B3n\\_sampieri.pdf](https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/metodologia-de-la-investigaci%C3%83%C2%B3n_sampieri.pdf)
- Gomez Occ, J. (2024). Uso de las redes sociales y autoestima en adolescentes de una institución pública. Chachapoyas, 2023. <https://repositorio.untrm.edu.pe/handle/20.500.14077/3755>
- Haddara, N., Ravid, J., Miller, E., O'Hagan, M., Caracciolo, C., & Miskovic, V. (2019). Anxious anticipation prolongs emotional interference for rapid visual detection. *Emotion*, 19(7), 1127-1137. <https://doi.org/10.1037/EMO0000521>
- Hernández, R. (2014). Metodología de la investigación. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=775008&info=resumen&idoma=SPA>
- Herrera, B. (2005). SPSS: Un instrumento de análisis de datos cuantitativos. [https://indaga.ual.es/discovery/fulldisplay/alma991001462229704991/34CBUA\\_UAL:VU1](https://indaga.ual.es/discovery/fulldisplay/alma991001462229704991/34CBUA_UAL:VU1)
- Kaliush, P., Gao, M., Vlisides, R., Thomas, L., Butner, J., Conradt, E., & Crowell, S. (2021). Perinatal foundations of personality pathology from a dynamical systems perspective. *Current Opinion in Psychology*, 37, 121-128. <https://doi.org/10.1016/J.COPSYC.2020.12.003>
- Landeo, R. (2025). Autoestima y adicción a las redes sociales en adolescentes de secundaria de una institución educativa de Lima Este, 2024. Universidad Nacional Federico Villarreal.

<https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/10477>

- Laura, F. (2022). Estabilidad emocional y sentimiento de soledad en estudiantes de la Universidad Privada de Tacna, 2022. Repositorio Institucional - UPT. <http://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/2734>
- Marín, J., & Gonzáles, A. (2023). Uso de redes sociales y autoestima de adolescentes en una institución educativa de Boconó, Trujillo, 2023. [https://portal.amelica.org/ameli/journal/351/3514889009/?utm\\_source=chatgpt.com](https://portal.amelica.org/ameli/journal/351/3514889009/?utm_source=chatgpt.com)
- Meaney, T., & Rieger, E. (2021). Integrating cognitive dissonance and social consensus to reduce weight stigma. *Body Image*, 37, 117-126. <https://doi.org/10.1016/J.BODYIM.2021.02.003>
- Méndez, M., Noriega, C., & Pérez, G. (2024). Estudio de un Caso de Adicción a la Tecnología en un Adolescente con Sintomatología Disocial. <https://www.revistaclinicacontemporanea.org>, 15(1), Artículo e3-. <https://doi.org/10.5093/CC2024A3>
- Moksnes, U., Espnes, G., Eilertsen, M., Bjørnsen, H., Ringdal, R., & Haugan, G. (2024). Validation of Rosenberg self-esteem scale among Norwegian adolescents – psychometric properties across samples. *BMC Psychology*, 12(1), 506. <https://doi.org/10.1186/S40359-024-02004-0>
- Moreno, D., & Vega, M. (2021). Tareas formativas que la familia y los centros educativos deben desarrollar como estrategias para mejorar los procesos pedagógicos en los centro educativo los ponderes y los haticos del Municipio de San Juan del Cesar - la Guajira. <https://intellectum.unisabana.edu.co/handle/10818/50178>
- Mousoulidou, M., Christodoulou, A., Averkiou, E., & Pavlou, I. (2024). Internet and Social Media Addictions in the Post-Pandemic Era: Consequences for Mental Well-Being and Self-Esteem. *Social Sciences* 2024, Vol. 13, Page 699, 13(12), 699. <https://doi.org/10.3390/SOCSCI113120699>
- Nagata, J., Otmar, C., Shim, J., Balasubramanian, P., Cheng, C., Li, E., Al-Shoaibi, A., Shao, I., Ganson, K., Testa, A., Kiss, O., He, J., & Baker, F.

- (2025). Social Media Use and Depressive Symptoms During Early Adolescence. *JAMA Network Open*, 8(5), e2511704-e2511704. <https://doi.org/10.1001/JAMANETWORKOPEN.2025.11704>
- Ndung'u, J., Vertinsky, I., & Onyango, J. (2023). The relationship between social media use, social media types, and job performance amongst faculty in Kenya private universities. *Heliyon*, 9(12), e22946. <https://doi.org/10.1016/J.HELIYON.2023.E22946>
- OMS. (2022, junio 17). La OMS subraya la urgencia de transformar la salud mental y los cuidados conexos. [https://www.who.int/es/news/item/17-06-2022-who-highlights-urgent-need-to-transform-mental-health-and-mental-health-care?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.who.int/es/news/item/17-06-2022-who-highlights-urgent-need-to-transform-mental-health-and-mental-health-care?utm_source=chatgpt.com)
- Pazdur, M., Tutus, D., & Haag, A. (2025). Risk Factors for Problematic Social Media Use in Youth: A Systematic Review of Longitudinal Studies. *Adolescent Research Review*, 10(2), 237-253. <https://doi.org/10.1007/S40894-025-00264-4/METRICS>
- Perez, J. (2020). La autoestima en el aprendizaje de los niños del nivel inicial. <https://repositorio.untumbes.edu.pe/server/api/core/bitstreams/4d76d81f-5d45-49b2-847c-18e941c866a6/content>
- Pilatti, A., Bravo, A., Michelini, Y., Aguirre, P., & Pautassi, R. (2021). Self-control and problematic use of social networking sites: Examining distress tolerance as a mediator among Argentinian college students. *Addictive Behaviors Reports*, 14, 100389. <https://doi.org/10.1016/J.ABREP.2021.100389>
- Pop, L., Lorga, M., & Lurcov, R. (2022). Body-Esteem, Self-Esteem and Loneliness among Social Media Young Users. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2022, Vol. 19, Page 5064, 19(9), 5064. <https://doi.org/10.3390/IJERPH19095064>
- Pulache, B. (2024). Adicción a redes sociales y autoestima en adolescentes de dos instituciones educativas públicas de Sullana, 2022. Universidad Católica de Trujillo - Benedicto XVI. <https://hdl.handle.net/20.500.14520/7476>

- Quiroz, N., Charca, S., Gamboa, O., Guardia, J., & García, J. (2024). Vista de tendencias en el uso de redes sociales entre estudiantes universitarios en una institución andina del Perú. <https://www.revistainvecom.org/index.php/invecom/article/view/3569/1568>
- Rahman, M., Rabby, M. F., Kabir, M. R., Anjum, R., Saha, O., Bhuiyan, M. A. A., Emon, H. H., & Hossain, M. M. (2025). Associations between social media addiction, social media fatigue, fear of missing out, and sleep quality among university students in Bangladesh: a cross-sectional study. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 44(1), 1-16. <https://doi.org/10.1186/S41043-025-00896-1/TABLES/5>
- Rivasplata, A., & Millones, J. (2024). Influencia de la comunicación familiar en el desarrollo socio emocional de los adolescentes. <https://orcid.org/0009-0003-9638-6955>
- Rojas, C., Zegers, B., & Förster, C. (2009). La escala de autoestima de Rosenberg: Validación para Chile en una muestra de jóvenes adultos, adultos y adultos mayores. *Revista médica de Chile*, 137(6), 791-800. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872009000600009>
- Rossini, A., & Cardenas, L. (2024). Autoestima y adicción a las redes sociales en adolescentes de quinto año de secundaria de colegios nacionales de Lima Metropolitana. *Repositorio Académico USMP*. <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/15364>
- Ryff, C. (2020). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*, 83(1), 10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Sala, A., Porcaro, L., & Gómez, E. (2024). Social Media Use and adolescents' mental health and well-being: An umbrella review. *Computers in Human Behavior Reports*, 14, 100404. <https://doi.org/10.1016/J.CHBR.2024.100404>
- Sampasa, H., Hamilton, H., Mougharbel, F., & Chaput, J. (2023). Heavy social media use and posting regret are associated with lower self-esteem

among middle and high school students. *Canadian Journal of Public Health*, 114(6), 906-915. <https://doi.org/10.17269/S41997-023-00801-5/METRICS>

Stanley, C. (1959). Inventario de autoestima. [https://es.scribd.com/document/475122401/INVENTARIO-DE-AUTOESTIMA-DE-STANLEY-COOPERSMITH?utm\\_source=chatgpt.com](https://es.scribd.com/document/475122401/INVENTARIO-DE-AUTOESTIMA-DE-STANLEY-COOPERSMITH?utm_source=chatgpt.com)

Thakur, P. (2025). Behavioral Addiction: A Review of Current Understanding and Emerging Perspectives. [https://www.researchgate.net/publication/388066147\\_Behavioral\\_Addiction\\_A\\_Review\\_of\\_Current\\_Understanding\\_and\\_Emerging\\_Perspectives](https://www.researchgate.net/publication/388066147_Behavioral_Addiction_A_Review_of_Current_Understanding_and_Emerging_Perspectives)

Tural, S., & Yeşilova, H. (2020). Internet addiction prevalence in youths and its relation with depressive symptoms, self-esteem, and bullying. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(5), 483-490. <https://doi.org/10.5455/APD.72881/CB89FA1E40E79FF1BD6CA52821B3FFBF.PDF>

UNICEF. (2021). Estado mundial de la infancia. [https://www.unicef.org/media/114641/file/SOWC%202021%20Full%20Report%20Spanish.pdf?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.unicef.org/media/114641/file/SOWC%202021%20Full%20Report%20Spanish.pdf?utm_source=chatgpt.com)

Valkenburg, P., Pouwels, J., Beyens, I., Van, I., & Keijsers, L. (2021). Adolescents' Social Media Experiences and Their Self-Esteem: A Person-Specific Susceptibility Perspective. *Technology, Mind, and Behavior*, 2(2). <https://doi.org/10.1037/TMB0000037>

Vidal, D., Foreman, S., & Molina, B. (2022). Redes sociales virtuales, autoestima, rendimiento académico y hábitos de estudio en estudiantes de enseñanza media de dos comunas de la Provincia de Concepción, Chile. *Revista Perspectivas: Notas sobre intervención y acción social*, 39, 107-126. <https://doi.org/10.29344/07171714.39.2987>

Vogels et al. (2022). Redes sociales y salud mental de la juventud. [https://www.hhs.gov/es/surgeongeneral/reports-and-publications/youth-mental-health/social-media/index.html?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.hhs.gov/es/surgeongeneral/reports-and-publications/youth-mental-health/social-media/index.html?utm_source=chatgpt.com)

- Xie, T., & Wang, Y. (2025). Too much social media to sleep: the chained mediation effect of information strain and depressive symptoms on the relationship between social media overload and insomnia. *BMC Public Health*, 25(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/S12889-025-22698-0/FIGURES/2>
- Xu, K. Y., Tedrick, T., & Gold, J. A. (2023). Screen Use and Social Media “Addiction” in the Era of TikTok: What Generalists Should Know. *Missouri Medicine*, 120(6), 440. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10743327/>
- Zhao, J., Jia, T., Wang, X., Xiao, Y., & Wu, X. (2022). Risk Factors Associated With Social Media Addiction: An Exploratory Study. *Frontiers in Psychology*, 13, 837766. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2022.837766/BIBTEX>

# **ANEXOS**

## Anexo 1: Matriz De Consistencia

TÍTULO: ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE TACNA, 2025					
PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLE	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025?	OG. Determinar la relación entre adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.	Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.	<b>Variable 1:</b> Adicción a redes sociales	- Obsesión - Falta de control - Uso excesivo	<b>Tipo:</b> Básico. <b>Nivel:</b> Correlacional. <b>Diseño:</b> No experimental Transversal. <b>Población:</b> 250 estudiantes matriculados de educación secundaria en la I.E. 42021 Fortunato Zora Carbajal <b>Muestra:</b> 250 estudiantes. <b>Técnica:</b> Se empleó la técnica psicométrica para la medición de la
PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS ESPECÍFICAS		<b>Variable 2:</b> Autoestima	
P.E.1. ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025?	O.E.1. Identificar la relación entre adicción a redes sociales y autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025	HE1. Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima personal en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.			
P.E.2. ¿Cuál es la	O.E.2. Identificar la	HE2. Existe relación significativa entre adicción			

<p>relación entre adicción a redes sociales y autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025?</p> <p>P.E.3. ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025?</p> <p>P.E.4. ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025?</p>	<p>relación entre adicción a redes sociales y autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.</p> <p>O.E.3. Identificar la relación entre adicción a redes sociales y autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.</p> <p>O.E.4. Identificar la relación entre adicción a redes sociales y autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.</p>	<p>a redes sociales y autoestima social en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.</p> <p>HE3. Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima familiar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.</p> <p>HE4. Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y autoestima escolar en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.</p> <p>HE5. Existe relación significativa entre adicción a redes sociales y mentiras en estudiantes de nivel</p>		<p>escolar</p> <p>- Mentiras</p>	<p>adicción a redes sociales.</p> <p><b>Instrumento(s):</b></p> <p>Cuestionario de inventario de autoestima de cooperSmith (SEI), y para la segunda variable el cuestionario de escala de adicción a redes sociales.</p> <p>Los datos obtenidos fueron ingresados en el software SPSS versión 26 para el análisis estadístico. Se realizó un análisis descriptivo de cada variable y luego se aplicó la prueba de correlación de Spearman para evaluar la relación entre las variables de adicción a redes</p>
--	--	---	--	----------------------------------	--

<p>P.E.5. ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y mentiras en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025?</p>	<p>O.E.5. Identificar la relación entre adicción a redes sociales y mentiras en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.</p>	<p>secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025.</p>			<p>sociales y autoestima en los estudiantes.</p>
---	--	--	--	--	--

## Anexo 2: Instrumento de recolección de datos



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

### CUESTIONARIO ADICCIÓN A REDES SOCIALES

La participación en este estudio es completamente voluntaria. Los datos obtenidos serán tratados de manera confidencial y se emplearán únicamente con fines académicos vinculados a la presente investigación. Tanto las respuestas al cuestionario como a la entrevista serán registradas bajo un código de identificación, garantizando el anonimato de los participantes. Agradecemos de antemano su valiosa colaboración.

Acepto participar en el estudio: (Sí)  (No)

Sexo: Femenino (  ) Masculino (  )

Edad: \_\_\_\_\_ Año de estudio: \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** Se le presentan 24 afirmaciones relacionadas con el uso de las redes sociales. Responda a cada una de ellas con total sinceridad, ya que no existen respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. Coloque una (X) en el recuadro que mejor refleje lo que usted siente, piensa o realiza habitualmente.

Frecuencia	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
Abreviatura	N	CN	AV	CS	S
valor	1	2	3	4	5

N°	ÍTEMS	N	RV	AV	CS	S
		<b>OBSESIÓN POR LAS REDES SOCIALES</b>				
01.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
02.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a), a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
03.	No sé qué hacer cuando quedo					

	desconectado(a) de las redes sociales.					
04.	Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
05.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
06.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
07.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
08.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
09.	Mi pareja, mis amigos o familiares me han llamado la atención por la dedicación y tiempo que destino a las redes sociales.					
10.	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
	<b>FALTA DE CONTROL PERSONAL EN EL USO DE LAS REDES SOCIALES</b>					
11.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
12.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
13.	Pienso en que debo controlar mi actividad 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 las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
16.	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red socia.					
	<b>USO EXCESIVO DE LAS REDES SOCIALES</b>					
17.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a), a las redes sociales.					
18.	Entrar y usar las redes sociales me produce					

	alivio, me relaja.					
19.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
20.	Generalmente, permanezco más tiempo en las redes sociales del que inicialmente había destinado.					
21.	Invierto mucho tiempo al día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
22.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) en las redes sociales.					
23.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
24.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					



## CUESTIONARIO

### AUTOESTIMA DE COOPERSMITH

La participación en este estudio es totalmente voluntaria. La información recolectada será tratada de manera confidencial y se utilizará únicamente para los fines de la presente investigación. Tanto las respuestas al cuestionario como a la entrevista serán registradas bajo un código de identificación, garantizando así el anonimato de los participantes. Agradecemos anticipadamente su colaboración.

Acepto participar en el estudio: (Sí) (No)

Sexo: Femenino ( ) Masculino ( )

Edad: \_\_\_\_\_ Año de estudio: \_\_\_\_\_


**Instrucciones:** A continuación, encontrarás 58 afirmaciones relacionadas con tu forma de actuar o sentir. Frente a cada enunciado se presentan dos casillas: una corresponde a la opción “Verdadero” (V) y la otra a “Falso” (F). Marca con una “X” la alternativa que consideres refleja mejor tu realidad. Ten presente que no existen respuestas correctas o incorrectas; lo importante es que contestes con sinceridad todos los enunciados.

N°	ÍTEMS	V	F
<b>AUTOESTIMA PERSONAL</b>			
1	Generalmente los problemas me afectan muy poco		
2	Si pudiera cambiaría muchas cosas de mi		
3	Puedo tomar una decisión fácilmente		
4	me cuesta trabajo acostumbrarme a algo nuevo		
5	Me doy por vencido(a) muy fácilmente		
6	Me cuesta mucho trabajo aceptarme como soy		
7	Mi vida es muy complicada		
8	Tengo mala opinión de mí mismo(a)		
9	Soy menos guapo (o bonita) que la mayoría de gente		
10	Si tengo algo que decir, generalmente lo digo		
11	Muchas veces me gustaría ser otra persona		
12	Se puede confiar muy poco en mí		
13	Estoy seguro de mí mismo		
14	Paso bastante tiempo soñando despierta		
15	Desearía tener menos edad		
16	Alguien tiene que decirme siempre lo que debo hacer		
17	Generalmente me arrepiento de las cosas que hago.		
18	Generalmente puedo cuidarme solo(a)		

19	Soy bastante feliz		
20	Me entiendo a mí mismo(a)		
21	Puedo tomar una decisión y mantenerla		
22	Realmente no me gusta ser un adolescente		
23	Generalmente me avergüenzo de mí mismo(a)		
24	No me importa lo que pase		
25	Soy un fracaso		
26	Me fastidio fácilmente cuando me reprenden		
	<b>AUTOESTIMA SOCIAL</b>		
27	Soy una persona simpática		
28	Soy popular entre las personas de mi edad.		
29	Mis compañeros casi siempre aceptan mis ideas.		
30	Los demás son mejor aceptados que yo		
31	Me aceptan fácilmente		
32	Preferiría estar con niños menores que yo.		
33	No me gusta estar con otras personas		
34	Los chicos generalmente se las agarran conmigo		
	<b>AUTOESTIMA FAMILIAR</b>		
35	En mi casa me enojo fácilmente		
36	Mis padres generalmente toman en cuenta mis sentimientos		
37	mis padres esperan demasiado de mí		
38	Muchas veces me gustaría irme de mi casa		
39	Mi familia me comprende		
40	Generalmente siento que mi familia me estuviera presionando		
41	Mi familia y yo la pasamos muy bien juntos		
42	Nadie me presta mucha atención en casa		
	<b>AUTOESTIMA ESCOLAR</b>		
43	Me cuesta mucho trabajo hablar en público.		
44	Con frecuencia me siento a disgusto en mi grupo.		
45	Generalmente me siento desmoralizado en mi grupo		
46	Estoy orgulloso de mi rendimiento en la escuela		
47	Estoy haciendo lo mejor que puedo		
48	Me gusta cuando me invitan a salir a la pizarra		
49	No me está yendo tan bien en la escuela como yo quisiera		
50	Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficientemente capaz		
	<b>MENTIRAS</b>		
51	Nunca me preocupo por nada		
52	Siempre hago lo correcto		
53	Nunca estoy contento		
54	Me gusta todas las personas que conozco		
55	Nunca me reprenden		
56	Nunca soy tímido		
57	Siempre digo la verdad		
68	Lo que pienso siempre se lo debo decir a las personas		

**Gracias por su colaboración**

### Anexo 3: Ficha de validación de instrumentos de medición



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE CAMPECHE

**INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN**

**I. DATOS GENERALES**

Título de la investigación: Adaptación a redes sociales y autoestima en estudiantes de una institución estatal de Campeche, 2022

Nombre del investigador: Rosa Apom Abensón y Lidia Rojas Mamani

Nombre del Experto: Dr. Rafael Enrique Álvarez Prado

Nombre de los instrumentos: Cuestionario de autoestima Cooper-Smith (CSGI)

**II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:**

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación		Preguntas por corregir
		Cumple	No cumple	
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	/		
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	/		
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	/		
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	/		
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	/		
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	/		

7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos técnicos del tema investigado	✓	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	✓	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	✓	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	✓	



III. OBSERVACIONES GENERALES

*Es aplicable.*



Apellidos y Nombres: *Dr. Juan Carlos*  
 Grado académico: *MAESTRO EN CIENCIAS POLÍTICAS*  
 N° DNI: *20090000*

*Doctor*

**Adjuntar al formato:**

- \*Matriz de consistencia de la investigación (Cuantitativo) ó matriz de categorización a priori (cualitativo)
- \*Matriz de Operacionalización de variables (Cuantitativo) ó matriz de categorías y subcategorías (Cualitativo)
- \*Instrumento(s) de recolección de datos



### INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

#### I. DATOS GENERALES

**Título de la investigación:** ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE TACNA, 2025.

**Nombre del experto:** Mg. Susana Claudia Alvíteres Quiroga

#### II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos para evaluar	Descripción	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado.	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables.	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado.	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario.	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad.	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación.	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado.	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores.	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación.	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación.	Cumple	

#### III. OBSERVACIONES GENERALES

  
Susana Alvíteres Quiroga  
Lic. Psicóloga  
C.P.P. 12425

Nombre: Mg. Susana Alvíteres Quiroga

No. DNI: 07505740



**INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN**

**I. DATOS GENERALES**

Título de la investigación: ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE TACNA, 2025.

Nombre del experto: Mg. Keylith Margarita Vásquez Díaz

**II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL CUESTIONARIO**

Aspectos para evaluar	Descripción	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
11. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado.	Cumple	
12. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables.	Cumple	
13. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado.	Cumple	
14. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario.	Cumple	
15. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad.	Cumple	
16. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación.	Cumple	
17. Conafuencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado.	Cumple	
18. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores.	Cumple	
19. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación.	Cumple	
20. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación.	Cumple	

**III. OBSERVACIONES GENERALES**

El instrumento es aplicable.


Apellidos y Nombres del validador: Mg. Keylith Margarita Vásquez Díaz  
 Grado académico: Magister  
 N°. DNI: 44113074

## Anexo 4: Base de datos

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
5		Adicción	Obsesión	Falta de control	Uso excesivo	Autoestima	Personal	Social	Familiar	Escolar	Mentiras		
6	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
7	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
8	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
9	4	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
10	5	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
11	6	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
12	7	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
13	8	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
14	9	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
15	10	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
16	11	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
17	12	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
18	13	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
19	14	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
20	15	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
21	16	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
22	17	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
23	18	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
24	19	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
25	20	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	
26	21	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	
27	22	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N
229	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
230	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
231	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
232	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
233	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
234	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
235	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
236	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
237	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
238	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
239	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
240	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
241	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
242	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
243	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
244	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2			
245	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3			
246	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3			
247	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3			
248	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3			
249	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3			
250	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3			

Base de datos- Roque y apaza.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 10 de 10 variables

	Adicción	Obsesión	FaltaContro	UsoExcesivo	Autoestima	AutPerso	AutoSoci	Autofamili	AutoEscolar	Mentiras	var	var	var	var	var	var
1	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
2	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
3	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
4	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
5	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
6	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
7	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
8	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
9	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
10	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
11	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
12	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
13	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
14	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
15	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
16	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
17	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
18	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
19	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
20	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo						
21	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Medio	Bajo	Bajo						
22	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Medio	Bajo	Medio	Bajo	Bajo						

Vista de datos Vista de variables

Base de datos- Roque y apaza.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

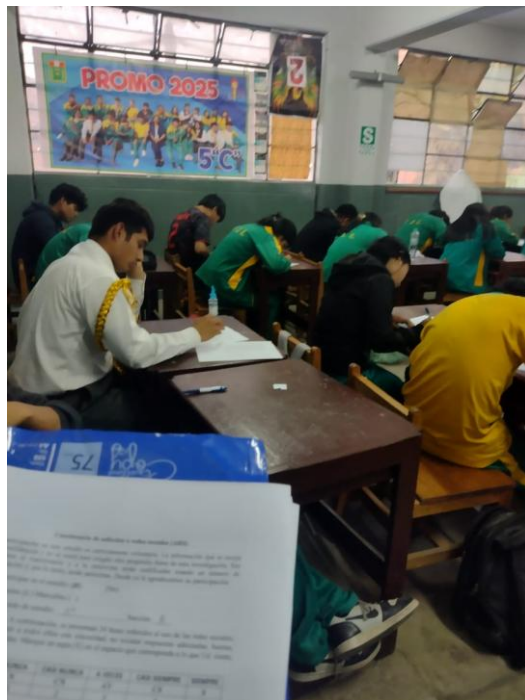
Visible: 10 de 10 variables

	Adicción	Obsesión	FaltaContro	UsoExcesivo	Autoestima	AutPerso	AutoSoci	Autofamili	AutoEscolar	Mentiras	var	var	var	var	var	var
229	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
230	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
231	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
232	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
233	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
234	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
235	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
236	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
237	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
238	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
239	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
240	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
241	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
242	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
243	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
244	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
245	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
246	Medio	Alto	Alto	Alto	Medio	Alto	Medio	Alto	Alto	Medio						
247	Medio	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Medio						
248	Medio	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Medio						
249	Medio	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Medio						
250	Medio	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Medio						

## Anexo 5: Evidencias fotográficas









## Anexo 6: Documentos administrativos

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

**Institución** : Universidad Autónoma de Ica.  
**Responsables** : ROQUE MAMANI, Lidia Alexandra  
APAZA ALANOCA, Rosa Magdalena  
Estudiantes del programa académico de psicología

**Objetivo:** Por la presente estamos invitando a su menor hijo(a) a participar de la investigación que tiene como finalidad, Determinar la relación entre adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Estatal de Tacna, 2025. Al participar del estudio, su menor hijo(a) deberá resolver un instrumento de 24 ítems y otro de 15, los cuales serán respondidos de forma anónima.

**Procedimiento:** Si autoriza que su menor hijo(a) participe de este estudio, su hijo(a) deberá responder un instrumento denominado "Cuestionario de inventario de autoestima de coopersmith (SEI)" y "el cuestionario de escala de adicción a redes sociales", los cuales deberán ser resueltos en un tiempo de 15 a 20 minutos.

**Confidencialidad de la información:** El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, las responsables de la investigación garantizan que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

**Consentimiento:** Yo, en pleno uso de mis facultades mentales y comprensivas, he leído la información suministrada por las Investigadoras, y autorizo voluntariamente, que mi menor hijo(a) participe en el estudio indicado, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación, así mismo, autorizo la toma de fotos (evidencia fotográfica), durante la resolución del instrumento de recolección de datos.

23 de octubre, de 2025

Firma:   
Apellidos y nombres: Tula Sallica Juana  
DNI: 45909500

**OFICIO N°2278-2025-UAI-FCS**

**Mag. Enrique Hugo Torres Ojeda**  
Director  
I.E. 42021 FORTUNATO ZORA CARVAJAL  
Presente. -

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, este compromiso lo interiorizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en la formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la investigación, responsabilidad social y bienestar universitario en inserción laboral.

En tal sentido, nuestras estudiantes se encuentran en el desarrollo de tesis para la obtención del título profesional, para los programas académicos de Enfermería, Psicología y Obstetricia. Las estudiantes han tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución que usted dirige.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la autorización de la Institución elegida, para que las estudiantes puedan proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la carta de presentación de las estudiantes con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación.

Sin otro particular y con la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes referirle los sentimientos de mi especial consideración.



**Mag. Jose Yomil Perez Gomez**  
DECANO (E)  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA



## CARTA DE PRESENTACIÓN

El Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que suscribe

### Hace Constar:

Que, **APAZA ALANCCA, Rosa Magdalena** identificada con código de estudiante 0048285455 y **ROQUE MAMANI, Lidia Alexandra** identificada con código de estudiante 0074538697 del Programa Académico de **PSICOLOGÍA**, quienes vienen desarrollando la tesis denominada: **"ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE NIVEL SECUNDARIO DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE TACNA, 2025"**

Se expide el presente documento, a fin de que el encargado, tenga a bien autorizar a las en mención, a recoger los datos y aplicar su instrumento para su investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 16 de Octubre del 2025



**Mag. Jose Yomil Perez Gomez**  
DECANO (E)  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA



## CONSTANCIA DE TRABAJO DE CAMPO

EL QUE SUSCRIBE, DIRECTOR DE LA I.E. 42021 FORTUNATO ZORA CARVAJAL

### HAGO CONSTAR QUE:

Las Bach. En psicología. **Roque Mamani Lidia Alexandra**, identificada con DNI N°74538697 y **Apaza Alanoca Rosa Magdalena**, identificada con DNI N°48285455, han realizado su trabajo de campo en la **LE 42021 FORTUNATO ZORA CARVAJAL** concerniente a levantamiento de encuesta como instrumento de recolección de muestra para su trabajo de investigación que titula "Adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de una institución estatal de Tacna, 2025", el cual se desarrolló en el periodo comprendido de 01 de octubre de 2025 al 07 de noviembre de 2025. Demostrando interés, puntualidad, responsabilidad, honestidad y dedicación.

Se expide la presente constancia a solicitud de las interesadas para los fines que estimen conveniente.

Tacna, 08 de noviembre de 2025



FRANCISCA LOURDES TICOMA CALZADO  
DIRECTORA

# Anexo 7: Informe de turnitin al 19% de similitud

## 1767654181\_TESIS ROQUE Y APAZA.docx

-  2025
-  2025
-  Universidad Autónoma de Ica

### Detalles del documento

Identificador de la entrega trn:oid:::3117:544370876

Fecha de entrega

6 ene 2026, 9:13 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

6 ene 2026, 9:41 a.m. GMT-5

Nombre del archivo

1767654181\_TESIS ROQUE Y APAZA.docx

Tamaño del archivo

3.0 MB

107 páginas

18.166 palabras

103.659 caracteres




## 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 15 palabras)

### Fuentes principales

- 17%  Fuentes de Internet
- 7%  Publicaciones
- 13%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

### Marcas de integridad

N.º de alerta de integridad para revisión


-  **Texto oculto**  
74 caracteres sospechosos en N.º de páginas


El texto es alterado para mezclarse con el fondo blanco del documento. Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo,

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

recomendamos que preste atención y la revise

## Fuentes principales

17%  Fuentes de Internet

7%  Publicaciones

13%  Trabajos entregados (trabajos del

## Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.autonmadeica.edu.pe	5%
2	Internet	www.repositorio.autonmadeica.edu.pe	3%
3	Internet	repositorio.upsc.edu.pe	2%
4	Internet	repositorio.continental.edu.pe	2%
5	Trabajos entregados	Universidad Tecnológica del Peru on 2025-12-05	1%
6	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	1%
7	Trabajos entregados	Universidad Catolica de Trujillo on 2025-07-18	1%
8	Publicación	Quenta Yupanqui, Maria Isabel. "Cultura organizacional y bienestar laboral de los..."	<1%
9	Internet	hdl.handle.net	<1%
10	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2025-10-20	<1%
11	Trabajos entregados	Universidad Andina del Cusco on 2025-10-20	<1%

12	Trabajos entregados	Universidad Alas Peruanas on 2020-10-12	<1%
13	Trabajos entregados	Universidad Continental on 2020-11-02	<1%
14	Trabajos entregados	Universidad Privada San Juan Bautista on 2025-09-03	<1%
15	Trabajos entregados	Universidad Andina del Cusco on 2025-11-17	<1%
16	Trabajos entregados	Universidad Catolica de Trujillo on 2025-07-18	<1%
17	Trabajos entregados	Universidad Peruana Los Andes on 2020-09-13	<1%
18	Trabajos entregados	PREGRADO on 2025-10-30	<1%
19	Trabajos entregados	PREGRADO on 2025-10-30	<1%
20	Trabajos entregados	Universidad Peruana Cayetano Heredia on 2024-07-01	<1%
21	Publicación	Salazar Gil, Juan Percy. "Inadecuada aplicación del principio de imputación neces..."	<1%
22	Trabajos entregados	Universidad Privada Antenor Orrego 2025 on 2025-11-09	<1%
23	Internet	repositorio.usanpedro.edu.pe	<1%
24	Publicación		