



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN
ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE
MAGDALENA DEL MAR

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA

MARTHA NANCY VALDEZ PANDURO

ASESORA

MG. JENNIFER FIORELLA YUCRA CAMPOSANO

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

ASPECTOS PSICOLÓGICOS VINCULADOS A LA ACTIVIDAD
EDUCATIVA

LIMA, PERÚ, FEBRERO DE 2021

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a mi familia, y a mi esposo Peter Farfán porque en todo momento me brindó su apoyo, comprensión, y paciencia, las cuales demostró cada día desde que decidí estudiar la carrera de psicología; también, a mis hijas Abigail y Christina porque siempre fueron mi gran motivación para salir adelante y esforzarme cada día más. Su apoyo incondicional cuando me veían ocupada en mis estudios, me permitió culminar mis sueños.

AGRADECIMIENTOS

Mi especial agradecimiento a mi Dios por todos los logros hasta aquí realizados, por haberme conservado la salud, por haberme dado la posibilidad de culminar mis estudios, por conservar la armonía y amor en mi hogar y haberme ayudado a superar dificultades que se presentaron en este camino.

A mi madre, porque ella siempre fue un modelo a seguir para salir adelante en la vida; nunca descansó hasta vernos ya logrados. Gracias por confiar en mí.

A mis dos grandes amigos, que aportaron mucho en la toma de decisiones justo cuando más lo necesité; vieron en mí un futuro grande y me dieron sus sabios consejos y orientación hacia esta hermosa carrera.

A nuestros profesores por las enseñanzas impartidas durante todo el tiempo transcurrido en sus aulas, por nuestra formación profesional.

ÍNDICE

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTOS	iii
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
RESUMO	ix
INTRODUCCIÓN	x
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Realidad problemática	13
1.2. Justificación e importancia de la investigación.....	15
1.3. Objetivos de la investigación: general y específicos	16
1.4. Limitaciones de la investigación	16
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes de estudios.....	19
2.2. Bases teóricas y científicas.....	23
2.3. Autoestima	31
2.4. Definición conceptual de la terminología empleada	35
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	
3.1. Tipo y diseño de investigación	38
3.2. Población y muestra.....	38
3.3. Hipótesis	40
3.4. Variables – Operacionalización.....	40
3.5. Métodos y técnicas de investigación.....	42
3.6. Análisis estadístico e interpretación de datos	45
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	
4.1. Resultados descriptivos	47
4.2. Contrastación de hipótesis.....	48
CAPÍTULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Discusiones.....	52
5.2. Conclusiones	56
5.3. Recomendaciones	57
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de los participantes según la edad	39
Tabla 2	Distribución de los participantes según el sexo	40
Tabla 3	Operacionalización de la variable adicción a las redes sociales.....	41
Tabla 4	Operacionalización de la variable autoestima.....	42
Tabla 5	Prueba de Kolmogorov-Smirnov de adicción a las redes sociales y autoestima	45
Tabla 6	Frecuencia y porcentaje de la variable adicción a las redes sociales ...	47
Tabla 7	Frecuencia y porcentaje de la variable autoestima	47
Tabla 8	Correlación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima.....	48
Tabla 9	Correlación entre las dimensiones de adicción a las redes sociales y la autoestima.....	49
Tabla 10	Correlación entre las dimensiones de la autoestima y la adicción a las redes sociales.....	49
Tabla 11	Comparación de la variable adicción a las redes sociales según edad y sexo	50
Tabla 12	Comparación de la variable autoestima según edad y sexo	50

ADICCION A LAS REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE MAGDALENA DEL MAR

MARTHA NANCY VALDEZ PANDURO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo demostrar la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en adolescentes de una institución educativa de Magdalena del Mar. Se llevó a cabo una investigación no experimental, de tipo descriptivo-correlacional. Los instrumentos de medición utilizados fueron el Test de Autoestima para Escolares de Ruiz Alva y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Salas y Escurra, los cuales se aplicaron en estudiantes de ambos sexos (entre los 15 a 17 años). Los resultados obtenidos indicaron que la adicción a las redes sociales se correlaciona de forma inversa con la autoestima. El 67.3% de la muestra presentó un nivel de grado medio de adicción, mientras que el 77% de los estudiantes mostraron una tendencia a tener una baja autoestima. Se presentan diferencias en las dimensiones de la autoestima en función con la edad de los participantes.

Palabras clave: adicción a las redes sociales, autoestima, adolescentes.

**ADDICTION TO SOCIAL MEDIA AND SELF-ESTEEM IN STUDENTS
OF AN EDUCATIONAL INSTITUTION OF MAGDALENA DEL MAR**

MARTHA NANCY VALDEZ PANDURO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The aim of this study was to demonstrate the relationship between addiction to social networks and self-esteem in adolescents from an educational institution in Magdalena del Mar. A non-experimental, descriptive-correlational research was carried out. The measurement instruments used were Ruiz Alva's Self-Esteem Test for School Children and Salas and Ecurra's Social Network Addiction Questionnaire (ARS), which were applied to students of both sexes (between 15 and 17 years of age). The results obtained indicated that addiction to social networks correlates inversely with self-esteem. 67.3% of the sample presented a medium degree level of addiction, while 77% of the students showed a tendency to have low self-esteem. There are differences in the dimensions of self-esteem as a function of the age of the participants.

Keywords: addiction to social networks, self-esteem, adolescents.

VÍCIO À MÍDIA SOCIAL E AUTOESTIMA EM ALUNOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE EDUCAÇÃO DE MAGDALENA DEL MAR

MARTHA NANCY VALDEZ PANDURO

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo demonstrar a relação entre a dependência das redes sociais e a auto-estima dos adolescentes de uma instituição educacional em Magdalena del Mar. Foi realizada uma pesquisa descritivo-correlacional não experimental. Os instrumentos de medição utilizados foram o Test de Autoestima para Escolares por Ruiz Alva e o Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) por Salas e Ecurra, que foram aplicados a estudantes de ambos os sexos (entre 15 e 17 anos de idade). Os resultados obtidos indicaram que o vício em redes sociais se correlaciona inversamente com a auto-estima. 67,3% da amostra apresentou um nível médio de dependência, enquanto 77% dos estudantes mostraram uma tendência a ter baixa auto-estima. Há diferenças nas dimensões da auto-estima de acordo com a idade dos participantes.

Palavras-chave: dependência de redes sociais, autoestima, adolescentes.

INTRODUCCIÓN

El surgimiento de internet permitió conocer un mundo digital que traería cambios a nuestro estilo de vida, donde las comunicaciones con otras personas serían más recurrentes por su fácil acceso y adaptación. Debido a esto, se ha despertado un interés significativo en los niños y adolescentes de este ciclo por las redes sociales. El ser denominados nativos digitales implica una mayor destreza o habilidad para interactuar con el internet y los dispositivos digitales. Aquellas son destrezas que los padres tardan en aprender, generando alteraciones en los roles y en la jerarquía de la familia y favoreciendo a la par el mal uso y la sobreexposición en los medios sociales. Por lo tanto, vale decir que las redes pasan a ser parte de la vida diaria del adolescente, puesto que les ofrece nuevas y emocionantes formas de interacción que influyen directamente cuando está definiendo su identidad. El fácil acceso a estas plataformas determina el fortalecimiento de los vínculos hacia sus contactos en la red, pero no así con sus familiares. Corriendo un riesgo a desarrollar una adicción hacia las redes sociales junto con otros problemas psicosociales relacionados con la conducta y la escuela. En particular, el tener baja autoestima, el estar deprimido, el estar ansioso, y el sufrir de trastornos alimenticios son frecuentes en la adolescencia.

El ímpetu de las redes sociales está asociada a los problemas psicosociales como la ansiedad y la carencia de autoestima en algunos adolescentes. Asimismo, se dice que aquellos que tienen problemas de ansiedad o un pobre autoconcepto a causa de las plataformas sociales, tienden a retraerse socialmente, induciéndolos a buscar apoyo en ellas, influyendo esto en el desarrollo de la identidad (O'Keeffe y Pearson, 2011). Por otra parte, el tiempo desmesurado y excesivo que dedican los adolescentes en las redes sociales pone en riesgo a destruir la comunicación existente entre las personas de su entorno, pero principalmente el de la familia, que es el núcleo principal socializador del adolescente, donde se da cabida a ciertas inquietudes como el amor, el afecto y la atención que refuerzan el vínculo entre ellos (Bohórquez y Rodríguez, 2015).

El manejo desequilibrado de las redes sociales produce dificultades en los adolescentes, así como también una pobre a baja autoestima en ellos, ya que

justamente están pasando por una etapa de transición entre la niñez y la adultez, la cual se caracteriza por alteraciones emocionales, biológicas, psicológicas y sociales.

De esta manera, ciertos conflictos se hacen patentes en ellos, y esto los expone a desarrollar una adicción por las redes sociales ya que al buscar su afirmación personal terminan dejando de lado las relaciones con los miembros de su familia y amigos cercanos, lo cual a su vez los lleva no solo a perder la noción del tiempo sino del control de su conducta repetitiva, cuestiones que dan un punto de partida a su adicción y pérdida del interés por los estudios. Por ello en este estudio se busca reconfirmar el vínculo existente entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en los adolescentes.

En el capítulo I, se describe la problemática general, la justificación e importancia del estudio. Luego, en el capítulo II se muestran los antecedentes, el marco teórico en base a las variables de estudio y la definición conceptual de la terminología empleada. En el capítulo III, se describe la metodología de la investigación. En el capítulo IV, se muestran los resultados del estudio. Finalmente, en el capítulo V, se discuten los hallazgos del trabajo de investigación, se presentan las conclusiones y recomendaciones que otras investigaciones similares y futuras deberían seguir.

CAPÍTULO I
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Realidad problemática

A inicios del 2020, en el ámbito internacional, más de 4.5 millones de personas ya se encontraban utilizando servicios de internet. Por otra parte, el uso de redes sociales al 2020 ha superado en 3.8 millones de usuarios a aquellos de años anteriores; es decir, que actualmente un 60% de la población mundial se conecta a la red, y la tendencia es hacia el crecimiento (We Are Social, 2019). Dicha organización tomo como base los datos los de la empresa internacional de estudios de mercado GlobalWebIndex. En su reporte, se encontró que la población con más usuarios en las redes es Filipinas, dedicando un promedio aproximado de cuatro horas al día por persona. Por otro lado, el continente americano se ubica en el cuarto puesto en las listas a nivel mundial de personas más adictas a las plataformas sociales con los usuarios de Colombia liderando esta lista, los cuales dedican cerca de tres horas y 45 minutos estar en las redes, seguidos por Brasil con un tiempo aproximado al de Colombia. En Argentina este uso llega a las tres horas y 11 minutos.

A pesar que el Manual Diagnóstico y Estadístico de los trastornos Mentales (DSM) no contempla la adicción al internet como un trastorno bien definido, se le ha venido reconociendo durante los últimos decenios como un problema de orden comportamental de adolescentes y jóvenes (Lam, 2015). Asimismo, según Tonioni et al. (2014) la adicción a internet posee características que son semejantes a las del juego patológico, motivo por el cual esta adicción se ha relacionado con los trastornos de control de impulsos; adicionalmente, el DSM la incluye en su versión más reciente.

Young (2010) y Griffiths (2013) remarcan la importancia del estudio de la adicción a redes sociales. El primero indica que, aunque el tema ha captado el interés de los investigadores, es todavía uno en el que hay mucho que explorar para entender tanto su impacto como alcance; mientras que el segundo da un ejemplo de las limitantes reales para su entendimiento cabal al señalar que muchos consideran Facebook como un equivalente del término 'redes sociales', cuestión que hace los estudios de redes sociales muy imprecisos, pues solo se concentran en una sola plataforma.

En el contexto nacional, el año 2020, la plataforma digital Ipsos Perú informó

sobre un crecimiento en el uso de redes sociales por 13.2 millones peruanos, los cuales dedicaron la mayor parte de su tiempo a redes sociales tales como Facebook, WhatsApp, Youtube, entre otras. Los participantes encuestados durante la pandemia del COVID-19 estuvieron comprendidos entre las edades de 18 a 70 años de los niveles socio-económicos A, B, C y D del Perú Urbano. Lo anteriormente señalado es de especial consideración en relación al tema, ya que estas personas bien podrían haber generado adicción hacia las redes sociales. Del mismo modo, la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP, 2019) junto a la fundación Mapfre, llevaron a cabo un estudio en Lima Metropolitana para conocer los patrones de uso de la internet en 991 adolescentes de 13 a 17 años de edad, en donde se reveló que el 33.6% de adolescentes prefiere usar el tiempo de descanso y el de sueño para permanecer más tiempo conectados a la internet. Dentro de ello, un 20% de los participantes reconoce que trata de no permanecer mucho tiempo conectado a la red; sin embargo, no logra controlarse. Además, un 16% revela que suele sentir ansiedad al no poder acceder a las aplicaciones de su dispositivo móvil debido a la falta de internet. Los jóvenes reconocen los peligros que pueden encontrar en las redes; el 25% recibieron solicitudes de 'sexting' (envío de fotos con connotaciones sexuales), y el 50.6% manifiesta tener amigos víctimas de acoso, chantaje y *bullying* en internet.

A nivel local en el distrito de Magdalena del Mar, el director Franco Ítalo Ramos de la institución educativa pública mixta N° 72 "San Martín de Porres" evidencia que los adolescentes presentan un gran riesgo de generar comportamientos adictivos hacia las redes sociales y de tener un dominio muy débil sobre sus conductas, por los actos de violencia registrados en el 2020. Esto les genera niveles de ansiedad y una constante preocupación por estar conectados, manifestándose en un bajo interés por las materias que reciben en su institución educativa, lo cual a su vez produce un gran malestar en los docentes, pues los alumnos no participan durante las clases, y muchas veces presentan una conducta desafiante cuando sus profesores les prohíben el uso de sus celulares. Debido a esto, el comité de convivencia escolar debe replantear y fortalecer talleres de toma de conciencia pues se observa que los adolescentes de la institución donde se realizó la investigación presentan conductas adictivas debido a escasez de afecto, falta de límites y una baja autoestima presente dentro del entorno familiar, lo cual lleva a estos estudiantes a refugiarse en las redes sociales para buscar aprobación, dedicando gran parte de su tiempo en monitorear el

perfil o el estado de otras personas, comparándose con otros. Esta problemática afecta la construcción de su identidad, reforzándola equivocadamente. Nuestro rol como psicólogos es prevenir los efectos negativos de la conducta adictiva hacia las redes sociales, donde es primordial el uso positivo del internet, siempre que no se interrumpan las actividades de la vida diaria (estudiar, realizar ejercicios físicos, disfrutar de las salidas con sus pares, o participar en las actividades de la familia). Para esto, los padres deben implicarse más en la relación con sus hijos e interactuar a través de sus plataformas virtuales favoritas. Al hacer esto, los padres evitarán que el abuso de las redes provoque dificultades en las relaciones interpersonales de sus hijos y evitarán también el desinterés en el logro de sus metas, pues estos problemas generan aislamiento y los vuelven potenciales víctimas de acoso cibernético.

En este contexto se formula la pregunta: ¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar?

1.2. Justificación e importancia de la investigación

A nivel teórico: los aportes que genere esta investigación profundizarán el conocimiento de las variables de estudio, sumándose a lo ya hallado por otros investigadores.

A nivel práctico: en base a los resultados, se podrá generar estrategias para el fortalecimiento de la autoestima de los adolescentes, a través de una utilización apropiada de las redes en donde los padres se han participes de esta actividad, contribuyendo con un mejor clima socio familiar que fortalezca la comunicación y el trato entre padres e hijos mediante la comunicación e interacción, evitando carencias que sean sustituidas por medios sociales. Asimismo, la presente investigación recomienda el establecimiento de talleres de habilidades sociales para los estudiantes, en donde se fomentará tanto las actividades deportivas como la implicación activa por parte de los progenitores en la vida de sus hijos.

A nivel social: la presente investigación a realizar tiene importancia de carácter social, debido a que hará su contribución accesible a la sociedad en general,

dando a conocer el conjunto de problemas actuales en las que se observa como muchos adolescentes son víctimas de este sistema global, el cual afecta significativamente aspectos de su día a día, lo cual eventualmente genera el riesgo de desarrollar adicciones u otros problemas de tipo psicosocial.

1.3. Objetivos de la investigación: general y específicos

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.

1.3.2. Objetivos específicos

- Describir los niveles de adicción a las redes sociales y sus dimensiones en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.
- Describir los niveles de la autoestima y sus dimensiones en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.
- Establecer la relación entre la adicción a las redes sociales y las dimensiones de la autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.
- Establecer la relación entre la autoestima y las dimensiones de la adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.
- Comparar la adicción a las redes sociales según la edad y el sexo, en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.
- Comparar la autoestima según la edad y el sexo, en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.

1.4. Limitaciones de la investigación

La autorización del director para aplicar los instrumentos de la investigación presentó retrasos, motivo por el cual se redujo el tiempo estimado para la reunión de

los consentimientos informados de los padres, criterio indispensable para emplear los cuestionarios en la muestra de estudio.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudios

En la actualidad se disponen de un buen número de investigaciones que se han realizado en el panorama internacional y nacional. A continuación, se presentan los antecedentes más relevantes e importantes en los últimos 5 años:

2.1.1. Antecedentes internacionales

Moral y Fernández (2019) llevaron a cabo en España una investigación con enfoque cuantitativo entre el uso problemático de la internet y la impulsividad. Adicionalmente, los conflictos que surgen a nivel intra e interpersonal en relación al sexo y la edad fueron considerados dentro su estudio. La muestra contó con 200 adolescentes entre 15 y 22 años de edad, de los cuales la mayor parte de ellos demuestra un uso controlado del internet, a diferencia de la minoría representando por un 13% donde sus conductas implican dificultad para manejar el internet. Respecto a la autoestima y la impulsividad se demostró que ejercen una influencia directa en generar un mayor riesgo en el uso inadecuado del internet. De tal manera que el autoconcepto negativo influye en la toma de decisiones inmediatas de los adolescentes, que son concebidas de manera irracional y que afecta aún más su desenvolvimiento en su entorno social.

Malo et al. (2018) realizaron un estudio en España, con el propósito de analizar el uso excesivo de redes sociales y perfiles psicosociales en adolescentes. Los participantes fueron 1102 adolescentes. Las herramientas de recolección de datos fueron: la Escala de Actitudes y Usos de los Medios y Tecnologías (Casas et al., 2007), el Inventario de NEO de 5 Factores (Costa & Mc-Rae, 1992, 2004) y el Cuestionario de Autoconcepto AF5 de García y Musitu. El uso excesivo fue registrado en las adolescentes mujeres; el uso prevalente de redes sociales llegó a 12.8%. Se encontró que la inestabilidad emocional, la impulsividad y un concepto propio de la familia, académico y emocional fueron percibidos en un nivel bajo. Adicionalmente, su perfil también se caracterizó por una alta utilización de TIC tanto en sus madres como en sus hermanos, y también por carecer de normas establecidas dentro de su hogar. Los criterios preventivos fueron: de compromiso, pautas para la utilización de las TICs, mientras que las de peligro apuntan a la utilidad de las redes como medios

de distracción y diversión, así como el riesgo de una eminente percepción del empleo de las TIC por parte de sus hermanos.

Martínez y Moreno (2017) realizaron en España un estudio cuantitativo de diseño no experimental, cuyo propósito fue analizar el vínculo entre las variables dependencia a las redes sociales y la violencia escolar en un grupo de 1952 colegiales, con edades comprendidas entre los once y dieciséis años. Asimismo, investigaciones del mismo tema son carentes, por diferentes hallazgos a priori donde señalan que la conducta antisocial, problemas depresivos, cyberbullying tienen una raíz de origen en la adicción a Internet. La Escala de Conducta Agresiva (Little et al., 2003) fue utilizada para medir la variable violencia, mientras que para variable dependencia se utilizó La Subescala de Dependencia RSV de la Escala de Socialización en la Red Virtual (e-SOC38). Los principales hallazgos encontrados demuestran que la violencia escolar se relaciona con la dependencia a las redes sociales. Además, una gran proporción de los colegiales hombres entre los 14 y 16 años presentaron una alta dependencia a las RSV. Adolescentes con alta dependencia de las RSV son aquellos que demuestran una mayor violencia manifiesta (reactiva e instrumental). La importancia de este estudio demuestra en sus resultados que a mayor toma de conciencia de cada acto que nuestros adolescentes tomen en su vida mayor será la libertad para no dejarse dominar por las adicciones y mejor será el desarrollo de su autoestima.

Sahagún et al. (2015) llevaron a cabo una investigación, cuya finalidad fue buscar una correspondencia entre las variables adicción a redes sociales y la autoestima en México, la cual, además, buscó establecer una correlación de corte transversal entre las variables mencionadas utilizando una muestra de 102 adolescentes pertenecientes a la Unidad de Medicina Familiar 171 del Instituto de Mexicano del Seguro Social. La Escala de Adicción a Internet de Lima y el Test de Rosenberg fueron parte para la elaboración de base de datos; asimismo, se establecieron dos grupos para la aplicación de los cuestionarios. El primero conformados por aquellos con adicción presente y otro sin la misma. El hallazgo principal fue no encontrar una asociación entre la adicción a redes sociales y la autoestima. Por otro lado, se evidenció que el 66.7% de población presenta una adicción a Internet y un 33.3% no la presentó, y con respecto a la autoestima normal

estuvo presente en el 37.3% de los adolescentes, mientras que el 62.7% si presentó problemas en ella.

Gavilanes (2015) realizó un estudio de enfoque cuantitativo-cualitativo, el cual implicó encontrar un vínculo entre las variables adicción a las redes y la adaptación conductual en adolescentes ecuatorianos de dos unidades educativas. El test de Adicción a Internet de Martínez y el Inventario de Adaptación de la Conducta de Cordero se utilizaron como instrumentos para la recolección de datos, y fueron aplicados a 218 estudiantes, con edades de 12 a 15 años. Se evidencia que la tendencia a desarrollar una conducta adictiva hacia las redes está vinculada con el factor edad, lo que significa que a medida que la edad va en ascenso, la predisposición hacia la patología también lo hace.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Rojas (2019) llevó a cabo un estudio cualitativo con 60 escolares del 4to y 5to grado de nivel secundario de un colegio de Lima. Dicha investigación buscó encontrar el riesgo de la adicción a las redes sociales y su implicancia directa sobre la familia, área social y hábitos de uso. Con respecto a los resultados, se encontró que el 67% de los participantes tuvo un alto por desarrollar adicción a las redes; además, los hombres presentaron un riesgo más alto a este problema que las mujeres. Asimismo, son los adolescentes de mayor edad encuestados en los que prevaleció más el riesgo a la adicción, afectando significativamente su convivencia tanto a nivel familiar como social.

Pillaca (2019) realizó un estudio con el fin de identificar la relación entre la adicción a redes sociales y la autoestima. El estudio fue transversal, de diseño correlacional. Participaron 466 universitarios entre 16 a 35 años. Para esto, el Cuestionario de Ecurra y Salas y el Inventario de Autoestima de Coopersmith fueron instrumentos necesarios para la reunión de información. Según los resultados obtenidos, la adicción a redes sociales se correlaciona de forma significativa e inversa con la autoestima a un nivel moderado ($r = -.482, p < .000$). El 36.5% de la población presentó adicción a las redes, además de estar presente en la categoría baja. Se presentaron diferencias significativas según la edad y sexo.

Mohanna y Romero (2019) realizaron un estudio en un colegio particular de Lima sobre la adicción a las redes sociales y la ansiedad que genera su uso en los adolescentes. Se propuso describir la relación entre las dos variables de estudio. La investigación fue no experimental y correlacional, la muestra se constituyó por 227 alumnos. El 57.7% de esta estuvo conformada por varones, mientras que el 42.3% restante fueron mujeres. Los instrumentos para la recolección de información utilizados fueron: Escala de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Salas y Escurra, la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños (CMAS-R). Entre los hallazgos más importantes, se encontró una relación proporcionalmente directa entre el uso adictivo de las redes sociales y un mayor estado ansioso en la persona. Se hallaron diferencias según el sexo.

Huancapaza y Huanca (2018) llevaron a cabo una investigación de naturaleza no experimental, que busco identificar la relación entre dos variables: adicción a las redes sociales y habilidades sociales en 260 adolescentes arequipeños de tres colegios públicos. El Cuestionario de Adicción a las Redes (CARS), y la Escala de Habilidades Sociales (EHS) se utilizaron como instrumentos de recopilación de datos. Los resultados mostraron una relación significativa e inversa entre las habilidades sociales de los adolescentes y la adicción a las redes sociales. Es decir, a un menor desarrollo de habilidades sociales le sigue un mayor tiempo entre las redes sociales ($r=-.451$). También se encontró que el indicador obsesión por las redes y uso excesivo de las redes predominan en un nivel alto en el 59.1%, y 60.9% en la muestra de estudio.

Valdez (2018) estableció como objetivo analizar la relación entre la autoestima y la adicción a las redes sociales. Por ello, desarrolló una investigación descriptiva-correlacional en una muestra de estudiantes de educación secundaria, de ambos sexos y con edades entre 12 a 17 años. La Escala de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y el Cuestionario de Autoestima de Coopersmith fueron los instrumentos utilizados. Entre los hallazgos más importantes se encontró un relación significativa e inversa ($r = -.682$, $p<.000$) entre la autoestima de los alumnos con la adicción a las redes sociales. Asimismo, existe una mayor tendencia a la conducta adictiva por parte de las mujeres, del mismo modo son las alumnas que presentan un nivel bajo en la

autoestima a diferencia de los hombres que se ubican en una categoría normal de la misma.

2.2. Bases teóricas y científicas

2.2.1. Aspectos conceptuales de la adicción a las redes sociales

En lugar de hacernos la vida más fácil, las llamadas TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación) nos las pueden complicar realmente. En el caso particular de los adolescentes, estas tecnologías pueden dejar de ser un medio para tornarse en un fin. El querer comprar el último teléfono celular o el último reproductor de música pueden volverse obsesiones; y, asimismo, cuando las TIC son consideradas la fuente de dónde obtienen su satisfacción, estas pueden ser señales que esconden una necesidad que es muy poderosa. Las redes sociales, de igual manera, pueden apresar a varios adolescentes, pues la realidad imaginaria que proveen influye en ellos, de tal manera que los hace desarrollar una identidad que es falsa y que los lleva a perder el contacto con los otros o distorsionar el mundo (Becoña, 2006).

Haya o no sustancias químicas involucradas, cualquier actividad que se realice en forma desproporcionada acabará en una adicción, pues la conciencia de aquella persona se verá reducida lo mismo que sus intereses; además, la inclinación patológica que es la adicción genera un ser dependiente. Es más, la cotidianidad de las personas que se vuelven adictas se ve afectada en su salud y en la relación con familiares y compañeros de escuela; todo esto a partir de conductas habituales vistas como inofensivas (Echeburúa y Corral, 1994).

La pérdida del control y la dependencia son los síntomas que caracterizan a todas las adicciones. Al inicio, toda adicción está dominada por el placer que deviene en realizar una determinada actividad, el reforzador positivo; sin embargo, dicha adicción acabará siendo dominada muy en especial por la búsqueda de un alivio al sentirse la persona tensa emocionalmente. Las personas normales hacen uso del internet o de sus celulares bien por el beneficio o la satisfacción que de estas acciones deviene, mientras que las personas que son adictas, buscan aliviar su malestar emocional

cuando, por ejemplo, están aburridos, se sienten solos, iracundos, nerviosos, etc. (Marks, 1990; Potenza, 2006; Treuer, Fábian y Füredi, 2001).

La persona dependiente tiene conductas adictivas automáticas, se encuentran emocionalmente activados y no tienen un dominio cognitivo fuerte sobre si las decisiones que toman son correctas o incorrectas. La persona que es adicta solo considera la satisfacción inmediata que derivará de su acción, pero no pondera los efectos negativos a largo plazo. Por esta razón, la utilización desproporcionada de las redes propicia que el individuo se aíse, rinda pobremente académicamente, se desinterese por otras cosas, y que a la larga desarrolle trastornos en su comportamiento, sin dejar de mencionar el deterioro económico para la familia, el volverse sedentario y potencialmente también obeso. En conclusión, la persona que es dependiente y que está supeditada a su adicción centra sus esfuerzos al mantenimiento de su hábito. En otras palabras, el problema de la adicción no es la relación que el sujeto pueda establecer con las redes sociales sino el tipo de relación que la persona adicta desarrolla dentro de esta (Alonso, 1996; Echeburúa y Corral, 2009).

La investigación realizada por Herrera et al. (2010) señaló que las consecuencias de la adicción a las redes sociales pueden desencadenar en problemas tales como la depresión, la aserción, la relación con los iguales, el hablar en público y en las relaciones con los familiares. Asimismo, los que presentaban una mayor adicción a las redes, en especial Facebook, tendían a ser personas depresivas, poco asertivas, lo cual dificultaba sus capacidades para hablar en público, establecer relaciones interpersonales con los familiares y los amigos. También mostraron inseguridad por tener una motivación baja a consecuencia del miedo de llegar a fracasar.

2.2.2. Factores de riesgo de la adicción a redes sociales

Gonzáles, Merino y Cano (2009) sostuvieron que existen un número de factores en una persona que pueden crear las condiciones para que esta se vuelva dependiente de las redes sociales, siendo estas:

La edad: la edad de los adolescentes, por ser quienes están más expuestos y utilizan las tecnologías y plataformas virtuales más nuevas, hacen de ellos las personas que tiene un mayor riesgo de volverse adictas a las redes sociales.

Bajo control de impulsos: esta es la circunstancia por la cual algunos adolescentes pasan, pues presentan dificultades para manejar sus impulsos; esto es un factor a tomar en cuenta, ya que puede hacer que descuiden o desistan de sus deberes de orden académico o laboral, o hasta en algunos casos los puede empujar a infligir daño, tanto a sí mismos como a los otros.

Falta de habilidades sociales, introversión y timidez: se refiere a la circunstancia en que viven jóvenes que carecen de competencias sociales, pues sienten inseguridad para llevar a cabo una simple charla con otra persona o para hacerse de nuevas amistades. Es así que, al no tener que mirarse directamente unas con otras, las personas conectadas a una red social se sienten más libres y tienen más tiempo para pensar lo que sienten o piensan, siendo más agradables con quienes están interactuando.

Pensamiento catastrofista: aquellos adolescentes que ven los problemas con una perspectiva sobredimensionada, son fuertes candidatos a la adicción con redes sociales, ya que tener una visión tan negativa de la vida los lleva a crear una desesperanza interior, lo que finalmente los conduce a desarrollar estrategias psicológicas escapistas, evitando de esta forma confrontar situaciones reales y difíciles.

Necesidad de aceptación y valoración de los demás: muchas veces la familia y la escuela no provee al adolescente el reconocimiento social que buscan, de modo que esto crea las condiciones en las que se asocian a las redes sociales, donde el obtener el reconocimiento que necesitan es algo muy fácil, bien cuando escriben algo que genera controversia o bien cuando les dan 'likes' por bonitas fotografías o dibujos que publican, estados en sus muros que llaman mucho la atención, un blog muy creativo o talentos que dejan ver, o pensamientos interesantes que publican, etc. Al fin y al cabo, siempre aparecerá alguien que deje un comentario animador de todo aquello que se publique, esto aunado al hecho de que las redes sociales actúan como

reforzadores de todo aquello que se deja ver a través de los diversos comentarios, opiniones y consideraciones que entre ellos pueden compartir.

Carencias afectivas: cuando el adolescente no encuentra la aceptación en la forma de comprensión y palabras agradables de su familia y escuela, la busca a través de sus contactos en las redes sociales, quienes le proveen del cariño que diariamente no están recibiendo. Se observa que entre adolescentes circulan muchos comentarios positivos con palabras amables; sin embargo, también es cierto que hay adolescentes inseguros de sí mismos que comparten sus estados de depresión en las redes y esto los orienta hacia su uso frecuente, pues este hábito les ayuda a huir de sus dificultades y sentirse libres emocionalmente.

Baja tolerancia a la frustración: hay adolescentes que se caracterizan por una baja tolerancia al rechazo o a ser contradichos y que desean recibir cosas a su modo inmediatamente, cuestión que explicaría el porqué de su adicción a las redes sociales ya que estos son entornos en donde encuentran rápidamente lo que buscan. Sin embargo, esto a su vez los perjudica, pues caen en actividades que solo malgastan su tiempo y les dejan solo unas pocas horas para descansar.

La utilización desmesurada de las redes sociales debe ser motivo de alarma y cuidado, ya que muchos adolescentes las usan como un recurso que les ayuda a evadir dificultades inherentes a su edad, como, por ejemplo, el sentirse frustrado afectiva, familiar y escolarmente. La interacción con otros, a través de estos ambientes virtuales les puede ayudar a dejar atrás los problemas mencionados, convirtiéndose en un soporte emocional para ellos.

2.2.3. Criterios utilizados para la adicción a redes sociales

Modelo teórico de Young

Young (1998) manifestó que existen un número de modelos y componentes psicológicos que coadyuvan a la construcción de los hábitos.

Aplicaciones adictivas: existe más poder eficaz en las aplicaciones donde se

puede interactuar entre amigos, como lo son las redes sociales. Por lo tanto, todos los consumidores y usuarios que dependen de estas, se reflejarán a ellos mismos en las aplicaciones que utilizan frecuentemente. Por otra parte, se diferencian de los usuarios no dependientes en que estos últimos solo utilizan la red para encontrar información y también se esfuerzan en preservar amistades pasadas. Esto no se observará en aquellas personas dependientes de las redes, ya que estas dan una mayor preferencia o importancia a interactuar y sociabilizar con personas nuevas. Y esto ve reflejado en tres áreas que son principales de reforzamiento:

Apoyo social: puesto que para ellos les es más fácil y rápido instaurar contacto con otras personas en el ciberespacio, ya que la interacción es desconocida, secreta y muy rápida.

Satisfacción sexual: el interactuar eróticamente es el fin principal de no muy pocas redes sociales, pues en ellas el usuario elige sus fantasías sexuales con libertad, rapidez y anonimato; esto ha ayudado incluso a usuarios que se sintieron físicamente poco atractivos.

Creación de personalidad ficticia: el empleo exacerbado de las redes y el internet pueden hacer posible la modificación de la personalidad, haciendo creer a los otros aquello que en realidad no sucede. Esta, entonces, es una manera en la que se trata de buscar el reconocimiento y el poder de aquellos que lo observan.

Modelo teórico biopsicosocial de Griffiths

Griffiths (2005) propone que las conductas adictivas que ocurren dentro de una red social y las conductas de las personas que son adictas a sustancias químicas no solo ocurren dentro de un proceso llamado biopsicosocial, sino que también poseen una sintomatología semejante. Esta afinidad ayuda a entender el desarrollo de estas patologías y a adaptar lo que se sabe y se ha ido coligiendo a través de los años. De esto, diversas conductas de carácter adictivo se respaldan en la terminología médica que se utiliza para describir la adicción a sustancias químicas.

Saliencia: son las actividades que se vuelven lo más importante para nosotros

a un nivel personal, pero que al mismo tiempo dominan nuestro pensar, sentir y forma de actuar. El estar pendiente por todo lo que los otros hacen en sus redes sociales es una conducta que ejemplifica la adicción a una red social.

Cambios de humor: es el cambio en las emociones del individuo adicto toda vez que comienza a involucrarse en una actividad determinada; es la expresión del incremento en su ánimo, el cual actúa como un agente relajante o en contra de la disforia. El realizar un número de actividades dentro de una red social para así olvidar los propios problemas es una conducta que ejemplifica el cambio de humor.

Tolerancia: es el acto de ampliar innecesariamente la frecuencia de una actividad determinada con el fin de la búsqueda de la satisfacción y de una emoción fuerte. El incrementar el número de horas dedicadas a jugar un juego dentro de una red social para sentirse mejor o bien es una acción que ejemplifica la adicción en una red social.

Síndrome de abstinencia: son las alteraciones de la emoción en la forma de enfado tanto en el esquema corporal como en el psicológico debido a la reducción de la frecuencia de una acción la cual se realizaba con una mayor regularidad. El sentirse bastante mal por no disponer de ese tiempo exclusivo que frecuentemente se da a las redes sociales, es una ejemplificación de adicción a una red social.

Conflicto: es el conjunto de todos los problemas que se tienen con los demás e incluso con uno mismo. Las personas con adicción pueden llegar a aceptar que tienen un problema, pero aun así todavía siguen siendo manejados por este. Cuando una persona adicta manifiesta que ha perdido amigos debido al uso de redes sociales, ejemplifica a alguien con problemas de adicción a estas.

Recaída: es el sentimiento de incapacidad que se expresa al reconocer que una red social vuelve a dominar a la persona a pesar de que estuvo ausente de ella por un periodo de tiempo. El expresar que se vuelve a caer en lo mismo a pesar de un tiempo de distanciamiento de las redes sociales, es una ejemplificación de la persona que experimenta sentimientos orientados a la adicción por una red social.

2.2.4. Características de la adicción a las redes sociales

Sánchez (2008) señala que el conjunto de síntomas de las personas adictas se caracteriza siempre y cuando una persona que hace uso de las redes:

- Es cautiva de su propia conducta, tanto a nivel emocional como cognitivo, a causa de su uso.
- Asume un mayor esfuerzo en dedicar e incrementar más tiempo en las redes.
- Cuando se le impide el acceso a la red o se le interrumpe durante el mismo, este se altera (abstinencia).
- Perturba su estabilidad emocional, predominando la ansiedad y el enojo por involucrarse en la actividad (modificación del humor).
- Genera enfrentamientos con los que lo rodean a causa de su persistencia en la actividad, a su vez la persona deja de lado las funciones que le son asignadas en el hogar, la escuela o el trabajo(conflicto).
- Evidencia irritación cuando no consigue conectarse a la red, así como euforia al integrarse en actividades en general.
- Falta a la verdad en relación al tiempo que permanece conectado a las redes sociales o en cómo lo utiliza.
- A pesar de no permanecer conectado a la red, tiende a razonar y comentar con sus compañeros de confianza sobre los acontecimientos suscitados en las redes.

El desarrollo de las adicciones se va dando gradualmente hasta perder el completo dominio de la conducta, generando una serie de síntomas que lo distingue de cualquier otra afección o problema de conducta que presente el sujeto diariamente.

Domínguez e Ybañez (2016) señalan que el propósito que tienen las redes sociales es ofrecer atractivas aplicaciones que recluten adolescentes, con el fin de relacionarse con diferentes personas, lo cual permite la libre entrada a todos los contenidos que se les presente, ya que mientras estudian, escuchan música, chatean y tiene varias pestañas abiertas esto les generará sensaciones intensas de placer

cambios en su comportamientos y emociones, evidenciando una adicción psicológica.

Por lo tanto, si las familias le dan demasiado interés al uso de la tecnología dejando de lado la interacción con los jóvenes, centrándose en la utilización de recursos tecnológicos y redes, se mantendrán distantes el uno de los otros, cosa que los llevará al aislamiento y desconexión del mundo real, pues los adolescentes mostrarán actitudes agresivas con las personas a su alrededor.

Escurra y Salas (2014) explican que la adicción a las redes sociales se define como el comportamiento reiterativo que está acompañado de un estado de alerta excesiva junto con una implicación fuera de proporciones que se da en ambientes virtuales de interacción, tales como chat rooms, comentarios y publicaciones, todas de carácter no presencial. De este modo, actividades comunes, tales como la de ir al colegio, ir al trabajar e interactuar con los familiares se ignoran sin tomar en cuenta los efectos negativos que esta conducta pueda acarrear.

2.2.5. Dimensiones de la adicción a las redes sociales

Escurra y Salas (2014) señalan tres dimensiones subyacentes a las redes sociales:

Obsesión por las redes sociales: es la involucración a un nivel mental que se adueña del pensamiento y de las fantasías asociadas al uso de las redes sociales; ello a su vez, es la fuente del sentirse ansioso y preocupado por estar fuera de estas.

Falta de control personal en el uso de las redes sociales: es la ausencia del dominio de los deseos por usar las redes sociales lo cual genera un descuido en áreas necesarias para el desarrollo personal individual, tales como el colegio y/o el trabajo.

Uso excesivo de las redes sociales: es la total incapacidad de manejar la cantidad de tiempo que se utiliza una red social, de manera tal que solo conlleve un uso moderado de esta.

2.3. Autoestima

2.3.1. Aspectos conceptuales de la autoestima

La imagen mental que cada persona tiene de sí mismo es la definición de autoconcepto. El resultado de comparar dicha representación en nuestras mentes con la imagen de aquello que en realidad queremos ser vendrá a ser lo que se conoce como autoestima (Bermúdez, Pérez y Sanjuán, 2003). Por lo tanto, la autoestima viene a ser el paso en forma de conclusión cuando procesamos la información al terminar de autoevaluarnos. Asimismo, también se le define como el grado de complacencia que una persona tiene de sí mismo o la efectividad del proceso de autoevaluarse de manera positiva (García y Musitu, 2014).

Mejía, Pastrana y Mejía (2011) refieren que todo aquello que hemos logrado vivir, sea en las cosas que hemos experimentado, sentido, pensado y que en si hemos recogido a lo largo de la vida es lo que se define como autoestima. La autoestima es la valoración última que se tiene del sí mismo. Para Naranjo (2007) la autoestima es un procesamiento de toda la información que ocurre en el proceso de interactuar con los demás, un recurso que hace posible el desarrollo del “Yo”. Este último es posible debido a que las personas se aceptan y dan importancia mutua durante todo el proceso de sus vidas.

Armstrong, Phillips y Saling (2000) refieren que una autoestima baja tiene relación con una adicción a la red, puesto que mientras que el tiempo de conexión a internet va en aumento, se observa una disminución en la autoestima; es más, esto podría ser resultado de la adicción más que una causa de ella, debido a que el refugiarse en el internet podría provocar un retraimiento y pérdida de la facilidad de sociabilizar, cosa que pasarían a evitar los individuos y provocaría su aislamiento, agravándose aún más el problema. Además, la pobre opinión de sí mismos y falta de autoestima refuerza la idea de tener que sociabilizar por internet ya que no hay un encuentro cara a cara.

2.3.2. Componentes de la autoestima

La autoestima está compuesta de tres elementos que se encuentran cercanamente conectados, y que se afectan unos con otros de un modo tal que un cambio en cualquiera de ellos genera una alteración en los restantes.

Componente cognitivo: es aquel que abarca todo lo que una persona sabe sobre sí misma; es decir, es la imagen que todo individuo ha llegado a formar de sí mismo. Esta va cambiando de acuerdo a la capacidad cognitiva del individuo y en la medida que este madure psicológicamente. Frente a los diferentes valores percibidos en la dentrura del individuo, el componente cognitivo es la respuesta desde nuestro sentir y nuestra emoción; en otras palabras, es lo que se encuentra en el núcleo de la autoestima, es la forma cómo valoramos, sentimos, admiramos, despreciamos, sentimos afecto, gozo y dolor.

Componente afectivo: es aquel que está compuesto por los sentimientos de valor atribuidos por los individuos a ellos mismos y por el grado de aceptación personal hacía uno mismo. Dependiendo de la autoestima, estas llevan matices positivas o negativas; por ejemplo: “Hay muchas cosas de mí que me gustan”, “No hago nada bien”, o “Soy un inútil”.

Componente conductual: es aquel que busca la forma apropiada de adaptarse e interactuar con el medio que lo rodea, generando un individuo que asume las consecuencias de sus actos, que se autodirige, que busca la autonomía y que se conduce coherentemente.

2.3.3. Formación de la autoestima

Craig (1998) manifestó que la forma en que los individuos se valoran a sí mismos se va moldeando desde el embarazo, la fase antes del nacimiento, así como en los 5 años venideros después del alumbramiento del niño. Este niño aprenderá si será capaz de alcanzar metas y ser dichoso, o, por el contrario, aprenderá a conformarse a ser uno más en un mundo en el que seguramente tendrá que vivir estando disgustado y produciendo muy pobremente.

El niño que goza de una autoestima buena se conduce competentemente y

entiende su propia importancia. Nunca se siente mal por pedir ayuda a otros porque al entender su propia importancia le es fácil entender la de los demás. Se comporta de manera responsable y agradable; además, sabe comunicarse con sus pares de manera competente. Las posibilidades de ser exitoso en su trabajo son altas, ya que trabaja de manera cooperativa y creativa, cualidades que facilitan su trabajo y lo hacen producir mejor. Para este tipo de personas, el profesor es un recurso que lo hace más fuerte, que lo estimula y de quien siempre recibirá con una retroalimentación positiva, factores que sacarán lo mejor de él produciéndose así un círculo virtuoso.

Por contraste, aquel niño que tiene una autoestima baja no es capaz de confiar en sí mismo y mucho menos en los otros. A este tipo de personas las dominan o subyugan su propia inhibición, agresión e irritación; además, la poca cooperación, responsabilidad y creatividad conducen su actuar. Aparte de esto, menosprecia con frecuencia los logros que no son suyos, tiene comportamientos violentos y hasta desafiantes, cosas que lo llevan a ser rechazado por sus pares. Para este tipo de personas, el profesor es más bien un medio que lo vuelve más negativo y desafiante y de quien usualmente recibirá una vista de rechazo, cosa que a su vez hará más negativo al niño, más desafiante, causas que por su parte crearán un círculo vicioso. La línea media entre sentirse capaz o incapaz, en lo correcto e incorrecto como ser humano es una línea que solo refuerza el sentirse inseguro.

Roa (2013) manifestó que, si cuando niños están presentes ciertas circunstancias, entonces se manifiestan un sentimiento de satisfacción conocido como autoestima. No obstante, la carencia de dichas condiciones hará que dichos sentimientos no se desarrollen a cabalidad. Hay cuatro componentes que forman la base de la autoestima:

Vinculación: es el componente que mide cuan satisfecho los niños están al haber establecido vínculos apropiados y esenciales para ellos, los cuales también sean apreciados por los demás como de importancia. Por ejemplo, el formar parte de una familia y ser considerado miembro de la misma.

Singularidad: este componente mide como el niño se percibe como respetado y aceptado por los otros o por las habilidades y capacidades propias de su

individualidad, las cuales lo hacen único y diferente de los demás. Por ejemplo, el saber expresarse de un modo único y especial.

Poder: es aquel componente que expresa como el niño se siente cuando a este se le proporciona oportunidades para rectificar o hacer cambios relevantes en los acontecimientos de su vida. Por ejemplo, el sentirse seguro de que será capaz de alcanzar todo lo que él se establezca como una meta.

Pautas de guía: es el componente que manifiesta las capacidades del niño, las cuales pueden hacer uso de esquemas humanísticos, lógicos y pragmáticos, los cuales le pueden servir al propósito de establecer su propia sucesión ordenada de valores, metas, sueños, y exigencias de orden personal.

Todos los aspectos de la autoestima definitivamente son importantes ya que cada uno cumple un rol en el desarrollo y la seguridad de sí mismo que proviene como dice Roa (2013) del ambiente y las interacciones que tiene con sus padres, ya que están emitiendo todo el tiempo un mensaje positivo o negativo al niño que quedara para toda la vida.

2.3.4. Dimensiones de la autoestima

Coopersmith (1976) considera que la autoestima está representada por la valoración que poseemos de uno mismo, lo que significa que el individuo puede establecer aspectos importantes, la cual se basa en creencias y experiencias que la persona va recogiendo a lo largo de la vida. Asimismo, está conformada en 6 dimensiones:

- **Identidad Personal:** viene a ser la valoración a modo de juicio personal, que individualmente uno se hace de sí mismo con respecto a la imagen que este tiene de su cuerpo como de sus atributos y capacidades.
- **Familia:** es el examen a modo de juicio personal, que frecuentemente una persona realiza sobre sí mismo en cuanto a cómo este se relaciona con los otros miembros de su familia y en cuanto al valor de sus propias

capacidades.

- **Socialización:** es el examen a modo de juicio personal, que una persona realiza sobre sí mismo en cuanto a cómo este se relaciona con los otros miembros de la sociedad y en cuanto al valor de la capacidad de producir, la autoimportancia y el amor propio.
- **Emociones:** es el conjunto que comprende los sentimientos afirmativos, la autoapreciación de las propias emociones, la aprobación social, las percepciones individuales de circunstancias complicadas, apreciación de los propias imperfecciones y capacidades.
- **Autonomía:** son las capacidades que posee un individuo y que le permiten labrar su propio comportamiento respecto a las cosas, autodisciplinarse, tomar sus propias decisiones, sentirse libre de expresar sus propias ideas y desarrollar sus cualidades adaptativas.
- **Motivación:** es la capacidad que tiene el individuo para poder afrontar y resolver los problemas que pueden ir sucediendo día a día con esmero y optimismo.

2.4. Definición conceptual de la terminología empleada

Adicción a redes sociales: es aquella caracterizada por la falta de autocontrol, dependencia psicológica, síndrome de abstinencia y a su vez muestra síntomas conductuales, afectivos y de pensamientos que generan conflictos interpersonales entre el usuario y su entorno (Vilca y Gonzales, 2013).

Adicción: se define como un estado en la que una persona experimenta una propensión muy fuerte y carente de control por consumir drogas, repetir actividades lúdicas compulsivas, y usar objetos llegando al daño de sí propio y de los otros en el medio social (Martínez y Moreno, 2017).

Autoestima: Fernández (2013) señala que “El auto concepto es la imagen u opinión que la persona tiene de sí misma. Por lo tanto, la autoestima es comparada a dicha representación mental de cómo nos percibimos” (p. 22).

La adolescencia: El descubrir la identidad propia es un periodo de cambio que sucede entre la niñez en camino hacia la edad madura, lo cual implica cambios a nivel biológico, psicológico y social entre los 10 y 20 años. Dicho cambio se exterioriza con cambios en el cuerpo y ajustes en las estructuras psicológicas y ambientales que conllevan a la vida adulta. Al ser más conscientes de sí mismos, adquieren una necesidad de libertad e independencia a través de nuevas vivencias que les produce placer, conduciéndolos a adquirir conductas desafiantes, a ser críticos (Silva, 2006).

Redes sociales: Fenómeno que está presente en el día a día de las personas e indispensables para una gran mayoría. Son conocidas por albergar grupos virtuales que comparten gustos, intereses e ideales similares entre si permitiéndole a la gente conocer personas, así bien estas resulten desconocidas (Gonzales, Merino y Cano, 2009).

Tolerancia: es la capacidad que tiene el sujeto para poder resistir y aceptar con permisividad la cantidad de horas que se las pasa en una misma actividad para así sentirse bien como con el uso de las redes sociales (García, 2012).

Familia: Berzosa (2011) ve a la familia como una configuración cambiante que parte de la sociedad en donde se desarrolla, la cual es a su vez un marco de referencia esencial para su comprensión. Para Berzosa, la demografía, la economía y la sociedad son factores que participan igualmente en la composición y el tamaño de la familia en general.

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo y diseño de investigación

Ya que se buscó explicar un fenómeno acaecido en la realidad a través de instrumentos que se utilizaron para la recopilación de los datos, este estudio tuvo una orientación cuantitativa transversal, ya que la información de las variables se obtuvo en un momento específico del tiempo (Hernández y Mendoza, 2018). De otro lado, al buscarse determinar la relación entre las variables establecidas, a través de una estrategia asociativa, este estudio se considera de tipo correlacional, y descriptiva, ya que precisó detalles de los individuos pertenecientes a la muestra y del fenómeno que fue cuestión del estudio (Galaz, Padilla, Hernández y Villa, 2014).

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

Según Tamayo (2003) la población está compuesta por un conjunto de individuos que comparten un patrón característico dentro del mismo fenómeno, que es objeto de investigación. A este conjunto de elementos en su totalidad se le da el nombre de población de estudio. La población estuvo constituida por 400 estudiantes adolescentes de ambos sexos, solo del 3ero a 5to de educación secundaria de una institución educativa privada de Lima.

3.2.2. Muestra

Esta se conformó por 196 estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Estatal “San Martín de Porres” del distrito de Magdalena del Mar. La aquiescencia de los mismos se solicitó con antelación, la cual fue concedida de manera voluntaria. Para el cálculo de la muestra se consideró la fórmula mostrada en la figura. Como resultado se obtuvo que $n = 196$.

$$n = \frac{N \times Z_a^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_a^2 \times p \times q}$$

Figura 1. Cálculo de la muestra

Donde:

$n =$ Muestra	$p = 0.5$
$N = 400$	$q = 0.5$
$Z = 1.96$	$d = 0.05$

Este estudio utilizó un muestreo no probabilístico de tipo casual, cuyos elementos deben ser escogidos con criterios o juicios establecidos con anterioridad (Arias, 2012).

Criterios de inclusión

Estudiantes de ambos sexos, pertenecientes al 3er, 4to, 5to nivel de secundaria, matriculados, quienes estuvieron de acuerdo con el asentimiento brindado y cuyos padres dieron el consentimiento para su participación en el estudio.

Criterios de exclusión

Alumnos del 1ro y 2do grado secundaria y aquellos cuyos padres no autorizaron a sus hijos ser parte de la evaluación; también que sean menores de 15 años.

Tabla 1

Distribución de los participantes según la edad

Edad	Frecuencia	Porcentaje
15	55	28.1
16	63	32.1
17	78	39.8
Total	196	100.0

En la tabla 1, se evidencia una mayor frecuencia de los adolescentes de 17 años representada por el 39.8% de la muestra, seguida de aquellos con 16 y 15 años de edad (32.1% y 28.1% respectivamente).

Tabla 2

Distribución de los participantes según el sexo

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	114	58.2
Masculino	82	41.8
Total	196	100.0

En la tabla 2 se observa una mayor predominancia del sexo femenino que equivale al 58.2% de la muestra de estudio, mientras que el 41% está representado por el sexo masculino.

3.3. Hipótesis

3.3.1. Hipótesis general

Existe relación inversa entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.

3.3.2. Hipótesis específicas

H1: Existe relación entre la adicción a las redes sociales y las dimensiones de

la autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.

H2: Existe relación entre la autoestima y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.

H3: Existen diferencias en la variable adicción a las redes sociales según la edad y el sexo, en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.

H4: Existen diferencias en la variable autoestima según la edad y el sexo, en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.

3.4. Variables – Operacionalización

- Adicción a las redes sociales
- Autoestima

Tabla 3

Operacionalización de la variable adicción a las redes sociales

Variable	Definición Conceptual	Dimensiones	Indicadores	Ítem
Adicción a las redes sociales	<p>Escurra y Salas (2014) describen la adicción a redes sociales: “como un estado de hiper alerta la actividad que sucede en los entornos virtuales, con una participación exacerbada en publicaciones, comentarios, chats, y diversas interacciones no presenciales, ignorando otras actividades como la escolar, laboral y socio familiar, sin considerar la circunstancia en la cual se encuentre y a pesar de las consecuencias de la misma, su comportamiento es reiterativa”.</p>	Obsesión por las redes sociales	Compromiso Mental Ansiedad	2, 3, 5, 6,7,13,15,19.
		Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Preocupación	4,11,12,14,20,24.
		Uso excesivo de las redes sociales	Autocontrol Exceso en el tiempo del uso	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21.

Tabla 4

Operacionalización de la variable autoestima

Variable	Definición Conceptual	Dimensiones	Ítem	
Autoestima	Ruiz (2003) describe la autoestima: “como el valor que el sujeto otorga a la imagen que tiene de sí mismo, es una actitud positiva o negativa hacia un objeto particular: el sí mismo. La autoestima positiva se da cuando el individuo se respeta y estima, sin considerarse mejor o peor que los otros y sin creerse perfecto. Por otra parte, la baja autoestima implica insatisfacción y descontento consigo mismo, incluso llegando a sentir desprecio y rechazo de sí mismo”.	Familia	Presión familiar Respeto de la familia	6,9,10,16,20,22
		Identidad Personal	Opinión de sí mismo Opinión de la simpatía	1,3,13,15,18
		Autonomía	Capacidad para tomar decisiones.	4,7,19
		Emociones	Sensación de adaptabilidad.	
			Expresión de sentimientos positivos	5,12,21,24,25
		Motivación	Autopercepción Afrontar problemas	14,17,23
		Socialización	Optimismo Sentimiento de aceptación social	2,8,1

3.5. Métodos y técnicas de investigación

García, Ibáñez y Alvira (1993) refieren que la recolección y análisis de datos fue a través de la encuesta, técnica que se aplicó a la muestra de estudio con el objetivo de describir o explicar ciertas características de los individuos conformantes

de la muestra.

3.5.1. Cuestionario de Adicción a Redes Sociales ARS

Ficha Técnica

Nombre del instrumento:	Escala de Adicción a Redes Sociales (ARS)
Autores:	Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas
Año:	2014
Procedencia:	Lima, Perú
Aplicación:	Adolescentes de 16 años a más.
Finalidad:	Medir el nivel de Adicción del sujeto.
Puntuaciones:	0 = Nunca; 1 = Raras veces; 2 = A veces; 3 = Casi siempre; 4 = Siempre

El instrumento inicialmente estuvo compuesto por 31 preguntas de las cuales 7 fueron eliminadas por no demostrar valores incluidos en el intervalo +/-2 quedando con 24 preguntas. Las dimensiones obsesión por las redes sociales y uso excesivo de redes sociales arrojaron coeficientes de fiabilidad de .90 y .92 respectivamente, mientras que la falta de control alcanzó un valor de 0.88; todas las dimensiones fueron analizadas por consistencia interna, obteniendo un valor total de confiabilidad de .95 para el uso del instrumento (Ecurra y Salas, 2014).

Las evidencias de validez de constructo fueron evaluadas por medio de un análisis factorial, en donde se comparó 3 modelos (de factores independientes, relacionados y de modelo independiente). El modelo de factores se ajustó mejor a los criterios representados ($\chi^2 (238) = 35.23; p < .05; \chi^2/df = 1.48; GFI = .92; RMR = .06; RMSEA = .04; AIC = 477.28$). La confirmación de la validez del instrumento se llevó a cabo por medio de 3 jueces a través de la V de Aiken; este valor fue superior a .80 (Anexo 4). Asimismo, se llevó a cabo una prueba piloto en una muestra de 50

adolescentes del centro educativo de Magdalena del Mar, cuyos resultados ratificaron la confiabilidad del test mediante el coeficiente de Cronbach, del cual se obtuvo un valor de $\alpha=0.950$, lo que implica una alta fiabilidad del constructo según Merino (2013) al ser mayor que 0.7.

3.5.2. Test de Autoestima para Escolares

Ficha Técnica

Nombre del instrumento:	Test de Autoestima para Escolares
Autores:	Cesar Ruiz Alva
Año:	2003
Procedencia:	Trujillo, Perú
Aplicación:	Niños y adolescentes
Finalidad:	Medir el nivel de autoestima del alumno.
Puntuaciones:	1 punto si la respuesta coincide con la clave, caso contrario se califica con cero (0)

El instrumento cuenta con 25 preguntas segmentadas en las 6 dimensiones del test. A través de la consistencia interna se obtuvo los coeficientes Alpha de Cronbach, que van de 0.89 a 0.94 en los diferentes grupos, en los que fueron participes 480 sujetos, del 3ero de Primaria hasta el 5to de Secundaria.

La validez del instrumento comprendió la utilización del coeficiente de Pearson, el cual arrojó valores de correlación que fueron de 0.73 a 0.77 utilizando el *Test de Autoestima de Coopersmith*, los cuales fueron comparados con los puntajes generales del test de la presente investigación. La validez del contenido obtuvo un valor superior a 0.80 (Anexo 4) con la cual se evaluó la claridad, pertinencia y relevancia del mismo. Adicionalmente, la prueba piloto corroboró la confiabilidad del instrumento al arrojar un $\alpha = 0.713$, lo cual comprobó la fiabilidad general del cuestionario.

3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Para el procesamiento de datos se utilizó el Software estadístico IBM SPSS versión 25, con el cual se obtuvieron las tablas que sirvieron para describir cada una de las variables en estudio. Se usaron tablas de frecuencia y de porcentajes para establecer una mejor organización de las variables, sus dimensiones y comprender mejor la distribución de los niveles. También se utilizó el estadístico de Kolmogorov-Smirnov con el que se comprobó que la muestra carecía de una distribución normal, lo que llevó a la utilización de la prueba no paramétrica: Spearman (Restrepo y González, 2007). Para las comparaciones de adicción a redes sociales con respecto a las variables sociodemográficas sexo y edad se realizó la prueba de *U* de Mann-Whitney y la prueba de Kruskal-Wallis, respectivamente.

Tabla 5

Prueba de Kolmogorov-Smirnov de adicción a las redes sociales y autoestima

Variables	gl	KS	p
Adicción a las redes sociales	196	.041	.200
Obsesión por las redes sociales	196	.094	.000
Falta de control personal	196	.075	.010
Uso excesivo de las redes sociales	196	.095	.000
Autoestima	196	.094	.000
Familia	196	.132	.000
Identidad personal	196	.181	.000
Autonomía	196	.241	.000
Emociones	196	.185	.000
Motivación	196	.233	.000
Sociabilización	196	.248	.000

En la tabla 5 se muestra que los resultados obtenidos a través de la prueba de Kolmogorov-Smirnov no se ajustan a la distribución normal ($p < 0.05$), por lo cual será necesario el uso de estadísticos no paramétricos.

CAPÍTULO IV
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Resultados descriptivos

Tabla 6

Frecuencia y porcentaje de la variable adicción a las redes sociales

Dimensiones/Variable	Bajo		Medio		Alto		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Obsesión por las redes sociales	9	4.6	109	55.6	58	29.6	196	100.0
Falta de control personal	10	5.1	128	65.3	78	39.8	196	100.0
Uso excesivo de las redes sociales	17	8.7	118	60.2	61	31.1	196	100.0
Adicción general	17	3.6	112	67.3	67	29.1	196	100.0

En la tabla 6 se observa que en general las dimensiones de la adicción se encuentran en las categorías medio y alto, donde la falta de control se encuentra presente en el 65.3% de los adolescentes en una categoría media. Asimismo, la adicción general se ubica en un nivel medio en el 67.3% de la muestra representativa.

Tabla 7

Frecuencia y porcentaje de la variable autoestima

Dimensiones/Variable	Bajo		Medio		Alto		Total	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Familia	123	62.8	56	28.6	17	8.70	196	100.0
Identidad personal	96	49.0	59	30.1	49	25.0	196	100.0
Autonomía	79	40.3	85	43.4	32	16.3	196	100.0
Emociones	104	53.0	58	30.0	34	17.0	196	100.0
Motivación	81	41.3	78	39.8	37	18.9	196	100.0
Socialización	84	42.9	85	43.9	27	13.8	196	100.0
Autoestima general	150	76.5	14	7.10	32	20.8	196	100.0

En la tabla 7 las dimensiones familia, emociones e identidad personal se encuentran en la categoría bajo (62.8%, 53% y 49% respectivamente), mientras que las dimensiones autonomía, motivación y socialización se encuentran en la categoría medio. Por otro lado, la dimensión autoestima general se encuentra en el nivel bajo,

indicando que un gran número de los alumnos evaluados (77%) tiene tendencia a una baja autoestima.

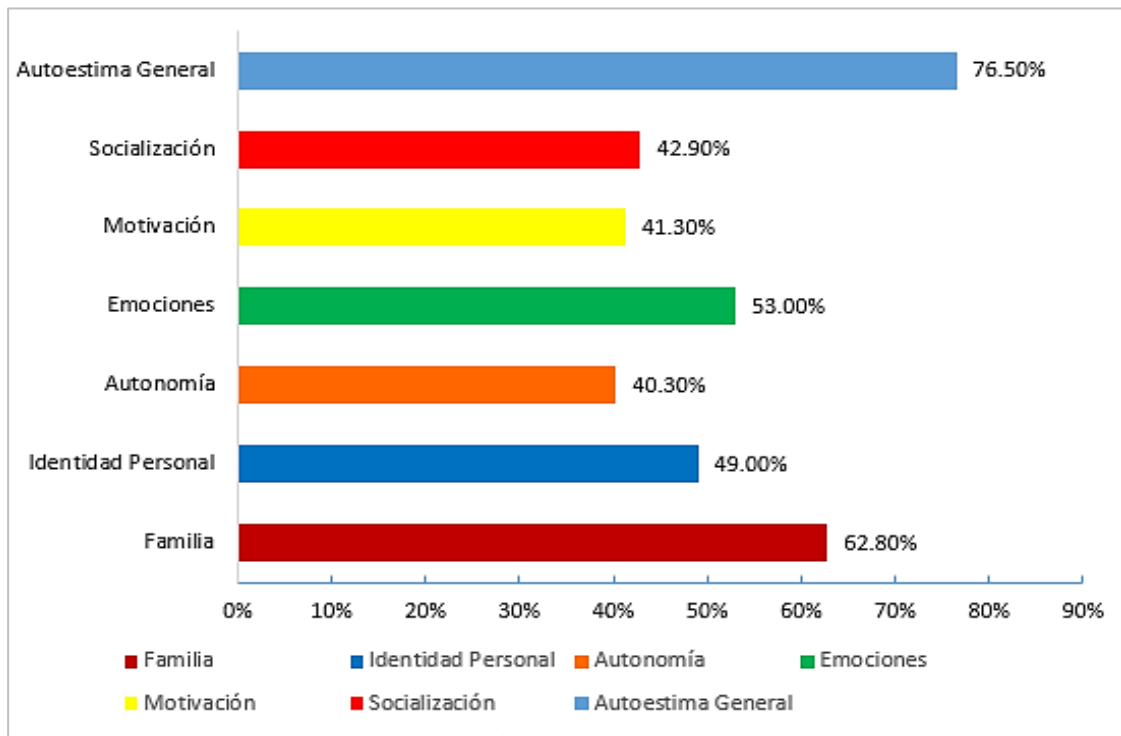


Figura 2. Categorías bajas de las dimensiones de la autoestima de una institución educativa de Magdalena del Mar

4.2. Contrastación de hipótesis

Tabla 8

Correlación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima

Variables	r_s	p	r^2	$(1-\beta)$
Adicción a las redes sociales	-.506**	.000	-.256	1.0
Autoestima				

Nota. ** Correlación es significativa al .001

En la tabla 8 observamos que la adicción a las redes sociales se correlaciona de manera significativa e inversa con la autoestima y a un nivel moderado. Según Cohen (1988) esta correlación puede ser interpretada con un tamaño del efecto grande ($r^2 > 0.25$), confirmado por una potencia estadística esperada ($1-\beta > 0.8$). Esto quiere decir que ante un mayor grado de adicción a las redes sociales el nivel de

autoestima tendrá a disminuir y viceversa.

Tabla 9

Correlación entre las dimensiones de adicción a las redes sociales y la autoestima

Dimensiones	Autoestima		
	r_s	p	r^2
Obsesión por las redes sociales	-.357**	.000	-.127
Falta de control personal	-.362**	.000	-.131
Uso excesivo de las redes Sociales	-.454**	.000	-.206

Nota. ** Correlación es significativa al .001

En la tabla 9 se muestra que la adicción a las redes sociales se correlaciona de manera significativa e inversa con la variable autoestima, a un nivel moderado con la dimensión uso excesivo de las redes ($r_s = -.454^{**}$) que según Cohen (1988) se puede interpretar como un tamaño del efecto mediano ($r^2 > 0.10$). Esto quiere decir que, ante la dificultad para controlar el uso de las redes, el nivel de autoestima tenderá a disminuir y viceversa. Por otro lado, la obsesión por las redes sociales se correlaciona de manera inversa a nivel medio débil con la autoestima ($r_s = -.357^{**}$).

Tabla 10

Correlación entre las dimensiones de la autoestima y la adicción a las redes sociales

Variable/Dimensiones	Adicción a las redes sociales		
	r_s	p	r^2
Familia	-.400**	.000	-.160
Identidad personal	-.374**	.000	-.139
Autonomía	-.223**	.000	-.049
Emociones	-.382**	.000	-.145
Motivación	-.317**	.000	-.100
Socialización	-.164*	.000	-.026

Nota. ** Correlación es significativa al .001

En la tabla 10 se muestra que existe una correlación significativa de forma inversa entre las variables autoestima y adicción a las redes sociales. Dicha correlación se da a una magnitud moderada con las dimensiones familia y emociones

($r_s = -.400^{**}$ y $r_s = -.382^{**}$, respectivamente) evidenciando que ante un menor grado emocional y familiar la adicción a las redes sociales tendrá a aumentar. Adicionalmente, se observa una correlación muy débil entre adicción a las redes sociales y la dimensión socialización. Según Cohen (1988) los tamaños del efecto varían de pequeños a medianos.

Tabla 11

Comparación de la variable adicción a las redes sociales según edad y sexo

Variables	Categorías	Rango	<i>n</i>	Prueba
Edad	15 años	92.05	66	H de Kruskal Wallis
	16 años	78.98	63	$X^2 = 31.932$; $gl = 2$
	17 años	118.81	67	$p = .001$
Sexo	Hombre	97.86	110	U de Mann Whitney
	Mujer	99.40	86	$U = 4300.0$; $p = 0.340$

En la tabla 11 se observa que los resultados obtenidos de la prueba de Kruskal-Wallis señalan que la adicción a las redes sociales difiere de manera significativa según la edad de los estudiantes ($p \leq 0.05$); de modo, los que tienen de 17 años, perciben una mayor adicción hacia las redes sociales que los de menor edad. Por otro lado, la prueba de Mann Whitney nos indica que no existen diferencias significativas según el sexo ($p > 0.05$).

Tabla 12

Comparación de la variable autoestima según edad y sexo

Variables	Categorías	Rango	<i>n</i>	Prueba
Edad	15 años	98.75	66	H de Kruskal Wallis
	16 años	100.33	63	$X^2 = 1.283$; $gl = 2$
	17 años	96.84	67	$p = .526$
Sexo	Hombre	99.78	110	U de Mann Whitney
	Mujer	96.73	86	$U = 4716.0$; $p = .970$

En la tabla 12 se observa que en la prueba de Kruskal-Wallis indica que no existen diferencias significativas entre la autoestima y la edad de los participantes ($p > 0.05$). De igual manera, los resultados son equivalentes en relación con la autoestima y el sexo de los estudiantes.

CAPÍTULO V
DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y
RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones

El objetivo de la presente investigación fue comprobar si existe una relación significativa e inversa entre las variables de estudio adicción a las redes sociales y autoestima en los adolescentes de una institución educativa del distrito de Magdalena del Mar. Para ello, se aplicó el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y el Test de Autoestima para escolares en una muestra de 197 estudiantes.

Mediante los resultados obtenidos de la investigación se encontró que las variables de estudio se correlacionaron de manera significativa e inversa y con una intensidad moderada ($r_s = -.506^{**}$), lo cual significó que afectó las relaciones familiares de los adolescentes. Es decir, a más tiempo los adolescentes incurrieron en un uso desmedido de redes sociales, el nivel de autoestima fue menor y viceversa. Este resultado concuerda con lo encontrado por Pillaca (2019) quien halló una relación inversa entre la adicción general a las redes sociales y la autoestima general. Por el contrario, Sahagún et al. (2015) no encontraron una relación entre dichas variables de estudio. Los resultados también corroboraron la teoría de Echeburúa y Corral del año 1994, la cual concluyó que cualquier actividad que se realice en forma desproporcionada acabará en una adicción, ocasionando en el caso de los adolescentes la pérdida y la falta de interés por otras actividades como los estudios, la interacción personal con amigos y familiares, la cual termina afectando la autoestima.

En referencia al primer objetivo específico, las dimensiones obsesión por las redes sociales y el uso excesivo de las redes sociales de la variable adicción se encuentran en las categorías medio y alto respectivamente; mientras que la *adicción general* se ubica entre las categorías antes mencionadas. Huancapaza y Huanca en el 2018 hallaron resultados similares en Arequipa donde obsesión por las redes y uso excesivo de las redes predominan en un nivel alto en el 59.1%, y 60.9% de los adolescentes arequipeños.

Con respecto al segundo objetivo específico, los niveles porcentuales de la variable *autoestima* se encontraron por debajo de lo esperado, en donde las variables *familia* y *emociones* (62.8% y 53% respectivamente) en los adolescentes son las que

se ven más afectadas a causa de la adicción general y por los problemas que vienen atravesando por presentar conductas violentas y desafiantes con su entorno familiar (Bohórquez y Cárdenas, 2015). Según Tierno (1995) el desarrollo de la identidad personal, principalmente en la adolescencia, procede de los valores inculcados en el seno familiar, en especial por los padres, ya que desde niños imitan lo que observan y escuchan de sus familiares. La autoestima de los adolescentes se ve afectada positiva o negativamente de acuerdo a los comportamientos de las personas que ven a su alrededor, por ejemplo, sus profesores, amigos y principalmente sus progenitores. Es importante también mencionar que en el 2015 Bohórquez y Cárdenas concluyeron que las familias también le dan demasiado interés al uso de la tecnología, dejando de lado la interacción con los jóvenes y concentrándose en el uso de los medios tecnológicos y redes sociales. En estas familias, tanto padres como hijos se mantienen distantes unos de otros, situación que los llevara a aislarse y desconectarse de la realidad; los adolescentes, en particular, mostrarán actitudes agresivas y optarán por alejarse de las personas que los rodean.

En cuanto al tercer objetivo específico, se encontró una correlación significativa e inversa entre la variable adicción a las redes sociales con las dimensiones familia y emociones, siendo estas las que evidencian una mayor significancia en relación con las otras dimensiones restantes de la autoestima, similar a lo hallado por Rojas en el año 2019. Esto implica que el adolescente tuvo una menor interacción con su familia, lo que aumenta el riesgo a la adicción a las redes. Cuando el adolescente no encuentra estima y aceptación dentro de la familia y escuela, se ve forzado a buscarlas entre los contactos en la red, quienes le proveen el cariño que no recibe. Muchos de los estados que estos adolescentes publican en los muros de sus redes sociales pertenecen a personas que tienen perfiles con indicadores depresivos y de inseguridad. Dichas publicaciones ayudan a estos adolescentes día a día a liberarse de sus preocupaciones y a sentirse libres emocionalmente, pues aislándose del mundo físico crean uno virtual que se acomoda a su realidad (González et al., 2009).

Con respecto al cuarto objetivo específico, se encontró una correlación significativa e inversa entre la variable autoestima con las dimensiones falta de control personal y uso excesivo de la variable adicción. El placer que experimentan los adolescentes que no son adictos a internet ni a las redes sociales se diferencia de

aquellos que presentan una conducta adictiva, ya que son estos últimos quienes encuentran alivio a su malestar emocional cuando utilizan las redes sociales, cuestión que a su vez está asociada con problemas como la impulsividad, la ansiedad y el sentirse solo y aburrido (Echeburúa y Corral, 2010).

En relación al quinto objetivo específico, se buscó comparar la variable adicción a las redes sociales, primero con la edad y luego con el sexo de los adolescentes. En la primera comparación se encontró que el grupo de 17 años presentó una mayor adicción a las redes en relación a los de menor de edad, mientras que en la segunda comparación no se encontraron diferencias significativas en relación al sexo de los participantes. Esto quiere decir que la adicción estuvo presente tanto en hombres como mujeres. En el año 2019, Rojas encontró los mismos resultados en relación a la variable adicción y edad; no obstante, el sexo de los participantes si determinó una diferencia significativa, siendo los hombres quienes presentaron un mayor riesgo a desarrollar adicción a las redes, afectando significativamente su convivencia tanto a nivel familiar como social.

En relación al sexto objetivo específico, no se encontraron diferencias significativas en la variable autoestima según sexo y edad. Esto quiere decir que el sexo no influye en los niveles de la autoestima en hombres y mujeres, y que la edad no fue un factor determinante para su presencia. Por otro lado, Valdez en el año 2018 encontró diferencias en relación al sexo y la autoestima donde las mujeres presentaron la tendencia a una menor autoestima que los hombres. Por el contrario, Pillaca en el 2019 encontró diferencias significativas en su población de estudio con respecto a la edad, siendo para éste un factor determinante en el desarrollo de la autoestima.

Prieto y Moreno (2015) concluyeron que los factores desencadenantes de la adicción a las redes sociales son equivalentes a la agrupación de un conjunto de diferentes elementos en el desarrollo de la misma, como, por ejemplo, el sentir un bienestar al estar conectados, ya que los adolescentes ven en las plataformas virtuales medios versátiles y atractivos para establecer conversaciones instantáneas en línea con otros usuarios, a pesar de que estos resulten ser desconocidos. A todo esto, le sigue el mecanismo de recompensa inmediata que surge como resultado del

uso de estas.

Los adolescentes que mantengan un uso controlado y supervisado del internet verán en ello un efecto positivo, ya que las ventajas que ofrecen las plataformas virtuales estimulan la creatividad (creación de vídeos, blogs y páginas web, por ejemplo), lo cual contribuye en la formación de las habilidades profesionales de aquellos que encuentran un buen uso en los dispositivos digitales; además, estimula la instrucción académica (nivel cognitivo), la educación sexual y la prevención en salud (tabaco, alcohol, drogas, hábitos alimentarios, conductas sexuales). Todo esto se puede lograr, pero sin llegar al exceso en el número de horas de conectividad a la red; de este modo el adolescente no descuida sus responsabilidades diarias, ni los aspectos significativos de su vida, como, por ejemplo, el aprendizaje de cómo tomar sus propias decisiones a fin de afrontar de manera eficaz sus propios problemas (Arab y Diaz, 2015).

Considerando todo lo dicho anteriormente, se concluye que las conductas adictivas son más evidentes en estos tiempos, ya que han venido creciendo paulatinamente de la mano con los últimos avances tecnológicos, desencadenando problemas como la autoestima baja, falta de respeto hacia la familia, conductas antisociales, inestabilidad emocional, y problemas psicosociales, los cuales son causantes directos de la dependencia originada por el uso excesivo e irresponsable de las redes. Además, es necesario resaltar la necesidad que algunos espacios y contenidos dentro de la red tengan que ser regulados por los padres, tanto en su uso como en su acceso. Es decir, los progenitores tienen que estar más informados y atentos en cuanto a que tipo de problemas sus hijos adolescentes son vulnerables por un uso inadecuado del internet. La red es un potente medio de desarrollo académico y profesional; así pues, tanto padres, como maestros y también los profesionales de la salud mental tienen que estimular este recurso, de modo que sea utilizado para los fines positivos mencionados y evitar que se vuelva fuente de problemas sociales y psicológicos.

5.2. Conclusiones

1. Los alumnos del centro educativo bajo el cual se llevó la investigación demuestran una tendencia baja hacia la autoestima, así como la inmadurez emocional y un alto nivel de ansiedad al presentar una mayor adicción hacia las redes sociales.
2. La dimensión falta de control personal en redes sociales fue la que más se percibió con un 65%, la cual se manifiesta con un estado de preocupación por no poder acceder a las redes o por ser interrumpido durante su uso. Por otra parte, el uso excesivo de las redes sociales alcanzó un 60%, lo cual evidencia una vulnerabilidad para controlar la cantidad de horas de conexión a las redes. Adicional a todo esto, se observa que la dimensión de adicción general se encuentra preponderantemente en los niveles medio y alto.
3. La dimensión emociones es la más percibida por el 63% de los adolescentes, indicándonos una falta de control en las emociones y gestión de sentimientos negativos hacia su entorno, los cuales los llevan a desarrollar una falta de empatía, dificultando la resolución de problemas de forma asertiva. Además, el 53% de los estudiantes estrecha la comunicación afectiva, la cual la genera desvalorización familiar al sentir incompreensión y fastidio por parte de ellos.
4. La falta de control personal, es la dimensión de la adicción hacia las redes sociales que influye más en el desarrollo de una autoestima disminuida en los adolescentes de la muestra analizada. Por lo que se genera una mayor ansiedad ante la preocupación de mantener el uso de las redes sociales y de no ser interrumpido.
5. Los adolescentes reflejan dificultades en las dimensiones de la autoestima; como la familia, las emociones y la identidad personal principalmente cuando hay una sobre exposición hacia las redes sociales, interfiriendo en la convivencia diaria con los miembros de su familia, ocasionando desestabilidad emocional temprana y reforzando un autoconcepto negativo de sí mismo.
6. La adicción hacia las redes sociales es mayor en los adolescentes de 17 años de

ambos sexos, indicándonos un desarrollo significativo por la obsesión hacia las redes sociales, manifestando conductas antisociales, impulsivas y falta de empatía dentro y fuera del hogar. La autoestima no implica diferencias en su desarrollo dependiendo de la edad y sexo de los estudiantes.

5.3. Recomendaciones

1. Implementar programas en temas relacionados al buen uso de las redes sociales para prevenir la adicción en los estudiantes de la institución educativa.
2. Renovar los talleres de autoestima donde el objetivo sea ayudar a los adolescentes a desarrollar y fortalecer su autoconcepto, inclusive hacer seguimiento a aquellos alumnos que presenten dificultades en sus conductas.
3. Implementar talleres para padres, donde aprendan a interactuar con sus hijos, fijar establecimiento de límites y así mismo capacitarlos en la detección temprana de los cambios de conducta que la adicción a las redes sociales está produciendo en sus hijos.
4. Seguir estimulando el deporte y las actividades de competencias como medio para prevenir los problemas de conducta adictiva en los jóvenes, de tal modo que les permita desarrollar hábitos para llevar un estilo de vida saludable.

REFERENCIAS

- Alcaide, M. (2009). Influencia del rendimiento y autoconcepto en hombres y mujeres. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia*, 1(2), 27-44
Recuperado de <https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/reid/article/view/1105>
- Alonso, F. (1996). *Las otras drogas*. Recuperado de <https://www.iberlibro.com/OTRAS-DROGAS-Alonso-Fernandez-Francisco-Temas/20142601103/bd>
- Arab, E. y Diaz, A. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica CONDES*, 26(1), 7-13.
Recuperado de https://ac.els-cdn.com/S0716864015000048/1-s2.0-S0716864015000048-main.pdf?_tid=3d5988c0-5f98-4eac-abea-5ab6bc086ee9&acdnat=1523564913_450223d0e0f3a7d822af974c2284cfd5
- Archer, S. (1989). Gender Differences in identity development: issues of process, domain and timing. *Journal of Adolescence*, 12(2), 117-38. doi: 10.1016/0140-1971(89)90003-1.
- Arias, F. (2012). *El Proyecto de Investigación* (6ª ed.). Recuperado de https://issuu.com/fidiasgerardoarias/docs/fidias_g._arias._el_proyecto_de_inv_896991d0bdcefe
- Armstrong, L., Phillips, J. y Saling, L. (2000). Potential determinants of heavier internet usage. *International Journal of Human-Computer Studies*, 53(4), 537 - 550. doi:10.1006/ijhc.2000.0400.
- Becoña, E. (2006). *Adicción a nuevas tecnologías*. Recuperado de https://www.todostuslibros.com/libros/adiccion-a-nuevas-tecnologias_978-84-85401-15-4
- Bermúdez, J., Pérez, G. y Sanjuán., S. (2003). *Psicología de la Personalidad*. Teoría e Investigación. Recuperado de <https://www.librosuned.com/LU4884/Psicolog%C3%ADa-de-la-personalidad--Vol--I--Teor%C3%ADa-e-investigaci%C3%B3n.aspx>

- Berzonsky, M. (1990). Self-construction on the life-span: A process perspective on identity formation. En G. Neiyemer (Eds), *Advances in personal construct psychology* (pp. 57-80). Greenwich, CT: JAI Press.
- Berzosa, M. (2011). *La familia: un concepto siempre moderno* (Tesis doctoral). Recuperado de <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM007239.pdf>
- Blos, P. (1979). *La Transición Adolescente*. Recuperado de https://www.academia.edu/19745591/Blos_Peter_1979_La_transicion_adolescente.
- Bohórquez, C. y Cárdenas, D. (2015). Percepción de amistad en adolescentes: el papel de las redes sociales. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(4), 325 - 338. Recuperado de <https://www.researchgate.net/deref/http%3A%2F%2Fdx.doi.org%2F10.15446%2Frcp.v23n2.37359>.
- Castillo, G. (2013). Adicciones Tecnológicas: El auge de las redes sociales. *Health and Addictions*, 13(1), 5 – 14. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/839/83928046001.pdf>
- Cava, J. y Musitu, G. (2001). Autoestima y percepción del clima escolar en niños con problemas de integración social en el aula. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 54(2), 297 - 311. Recuperado de https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:0nI6_nSMFkYJ:https://www.uv.es/~lisis/mjesus/7cava.pdf+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=pe.
- Challco, K., Rodríguez, S. y Jaimes, J. (2016). Riesgo de adicción a redes sociales, autoestima y autocontrol en estudiantes de secundaria. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 9(1), 9-15. doi:10.17162/rccs.v9i1.542.

- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioural sciences* (2.^a ed.). Lawrence Erlbaum. Recuperado de <http://www.utstat.toronto.edu/~brunner/oldclass/378f16/readings/CohenPower.pdf>
- Coopersmith, S. (1976). *Estudio sobre la estimación propia. Psicología Contemporánea*. Selections Scientifics American. Madrid: Blume.
- Craig, G. (1998). *Desarrollo Psicológico* (4^a ed.). Recuperado de https://www.academia.edu/26863854/Desarrollo_Psicologico_Grace_Craig_pdf
- Domínguez, J. e Ybañez, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Revista Propósitos y Representaciones*, 4(2), 181 - 230. doi: 10.20511/pyr2016.v4n2.122.
- Echeburúa, E. y Corral, P. (1994). Adicciones psicológicas: más allá de la metáfora. *Revista Clínica y Salud*, 5(3), 251 - 258. Recuperado de <https://journals.copmadrid.org/clysa/art/07e1cd7dca89a1678042477183b7ac3>
- Echeburúa, E. y Corral, P. (2009). Las adicciones con o sin droga: una patología de la libertad. En E. Echeburúa, F.J. Labrador y E. Becoña (eds.), *Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes*, 22(2), 91-96. Recuperado de <https://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/196/186>
- Echeburúa, E. y Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes: guía para educadores*. Recuperado de <http://omextad.salud.gob.mx/contenidos/investigaciones/Guiaparaeducadores>
- Escorra, M. y Salas, E. (2014). Uso de redes sociales entre estudiantes universitarios limeños. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 3(1), 75 - 90. Recuperado de <http://revistas.uigv.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/57>.
- Escorra, M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit*, 20(1), 73-91. Recuperado de

http://revistaliberabit.com/es/revistas/RLE_20_1_construccion-y-validacion-delcuestionario-de-adiccion-a-redes-sociales-ars.pdf.

Fernández, N. (2013). Trastornos de conducta y redes sociales en Internet. *Revista Salud mental*, 36(6), 521-527. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000600010.

García, F., y Musitu, G. (2014). *AF5 Autoconcepto*. Recuperado de http://www.web.teaediciones.com/ejemplos/af-5_manual_2014_extracto.pdf

García, J. (2012). Labilidad de las políticas en materia de drogas. *Salud y Drogas*, 4(2), 3-5. Recuperado de [https://ojs.haaaj.org/?journal=haaj&page=article&op=view&path\[\]=13&path\[\]=13](https://ojs.haaaj.org/?journal=haaj&page=article&op=view&path[]=13&path[]=13)

Galaz, J., Padilla, L., Hernández E. y Villa, A. (2014). El personal académico universitario: Una Exploración Inicial desde la base de datos EXECUM. *Dirección General de Evaluación Institucional-Unam*, 1(12), 32 - 35. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/273634504_El_personal_academico_universitario_Una_exploracion_inicial_desde_la_base_de_datos_EXECUM

García, M., Ibáñez, J. y Alvira, F. (1993). El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación. En M. García (Eds.), *La Encuesta* (123-130). <http://metodo1.sociales.uba.ar/wp-content/uploads/sites/164/2014/10/Garcia-et-al-El-analisis-de-la-realidad-social-metodos-y-tecnicas-de-la-investigacion.pdf>

Gavilanes, M. (2015). *Adicción a las redes sociales y su relación con la Adaptación conductual en los adolescentes* (Tesis de pregrado). Recuperado de <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/1137>.

González, V., Merino, L. y Cano, M. (2009). *Las e-adicciones: dependencias en la era*

digital. Ciberjuego, cibersexo, comunidades y redes sociales. Nexus Medica Editores. Recuperado de <https://zagan.unizar.es/record/47760/files/TAZ-TFG-2015-1244.pdf>

Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191 - 197. doi:10.1080/14659890500114359.

Griffiths, M. (2013). Social networking addiction: Emerging themes and issues. *Journal of Addiction Research & Therapy*, 21(4), 118 - 119. doi:10.1155/2017/5931736

Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.* Recuperado de <https://www.ecobook.com/libros/metodologia-de-la-investigacion-las-rutas-cuantitativa-cualitativa-y-mixta/9781456260965/>

Herrera, M., Pacheco, M., Palomar, J. y Zavala, D. (2010). La adicción a Facebook relacionada con la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales. *Psicología Iberoamericana*, 18(1), 6 - 18. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133915936002>

Huancapaza, M. y Huanca, L. (2018). *Habilidades sociales y adicción a las redes sociales en Instituciones Educativas del Distrito de Cayma, 2018* (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/7325>.

Lam, T. (2015). Parental mental health and internet addiction in adolescents. *Addictive Behaviors*, 42(2), 20 – 23. doi:10.1016/j.addbeh.2014.10.033.

Malo, S., Viñas, F. & Perpiñá, M. (2018). Excessive use of social networks: Psychosocial profile of Spanish adolescents. *Grupo Comunicar*, 26(56). doi:10.3916/C56-2018-10.

Marks, I. (1990). Behavioural (non-chemical) addictions. *British Journal of Addiction*, 85(11), 1389-1394. doi:10.1111/j.1360-0443.1990.tb01618.x

- Martínez, B. y Moreno, D. (2017). Dependencia de las redes sociales virtuales y violencia escolar en adolescentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 105 - 114. doi:10.17060/ijodaep.2017.n1.v2.923
- Marcía, J. (1980). Identity in adolescence. En J. Adelson (Ed), *Handbook of adolescent psychology* (2ª ed.). Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/James-Marcia/publication/233896997_Identity_in_adolescence/links/0deec52ea6ae66e0f8000000/Identity-in-adolescence.pdf
- Mejía, A., Pastrana, J. y Mejía, J. (2011). *La autoestima, factor fundamental papel desarrollo de la autonomía personal y profesional* (2ª ed.). Recuperado de: <http://www.cite2011.com/Comunicaciones/A+R/103.pdf>.
- Merino, C. (2013). Comentarios de editores. *Revista Scielo*, 24(3), 2-5. Recuperado de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018130X2013000300014
- Mohanna, G. y Romero, D. (2019). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana, 2019* (Tesis de pregrado). Recuperado de https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/628014/Mohanna_VG.pdf?sequence=3&isAllowed=y.
- Moral, M. y Fernández, S. (2019). Uso problemático de internet en adolescentes españoles y su relación con autoestima e impulsividad. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 37(1), 103 - 119. doi:10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.5029.
- Naranjo, M. (2007). Autoestima: Un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Actualidades Investigativas en Educación*, 7(3), 1-4. Recuperado de <http://revista.inie.ucr.ac.cr>.
- O'Keeffe, G. y Pearson, K. (2011). The impact of social media on children,

adolescents, and families. *Pediatrics*, 127 (4), 800 – 804.
doi:10.1542/peds.2011-0054

Paz, D. (2015). *Relación del clima social familiar y la autoestima en estudiantes de I ciclo de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, filial Piura en el periodo 2015-02* (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/122>

Pillaca, J. (2019). *Adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur* (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/904>

Plataforma Digital Ipsos Perú. (6 de agosto de 2020). *Uso de redes sociales entre peruanos conectados 2020*. Recuperado de <https://www.ipsos.com/es-pe/uso-de-redes-sociales-entre-peruanos-conectados-2020>

Plataforma Digital Verywellmind. (4 de marzo de 2020). *APA Ethics Code Principles and Standards*. Recuperado de <https://www.verywellmind.com/apa-ethical-code-guidelines-4687465#the-apas-code-of-ethics>.

Plataforma Digital We are Social. (7 de Enero de 2019). *Digital in 2019: Essential insights into how people around the world use the Internet, mobile devices, social media, and e-commerce*. Recuperado de <https://wearesocial.com/global-digital-report-2019>

Potenza, M. (2006). Should addictive disorders include non-substance related conditions? *Addiction*, 101(1), 142 - 151. doi:10.1111/j.1360-0443.2006.01591.x

Restrepo, L. y González, J. (2007). De Pearson a Spearman. *Revista Colombiana de Ciencias Pecuarias*, 20(2), 183 - 192. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2950/295023034010>.

Roa, A. (2013). La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su

importancia en la infancia. *Edetania*, 44(1), 241 - 257. Recuperado de <https://revistas.ucv.es/index.php/Edetania/article/view/210>

Rojas, J. (2019). *Riesgo de adicción a las redes sociales en los adolescentes de 4to y 5to de secundaria de la I.E.P Gustavo Adolfo Bécquer Villa maría del triunfo* (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/6785>.

Sahagún M., Martínez, B. y Delgado, E. (2015). Adicción a redes sociales y su relación con problemas de autoestima en la población de 15 a 19 años en población derechohabiente del Instituto Mexicano del Seguro Social. *Revista Médica MD*. 6(4), 285-289. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=60331>

Sánchez, X. (2008). *La adicción al Internet y al móvil: ¿Moda o Trastorno?* Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122057007.pdf>

Silva, I. (2006). *La adolescencia y su interrelación con el entorno*. Recuperado de http://www.injuve.es/sites/default/files/LA%20ADOLESCENCIA%20y%20%20entorno_completo.pdf

Tamayo, M. (2003). *El proceso de la investigación científica* (4ª ed.). Limusa Noriega Editores. Recuperado de http://www.enfermeriaaps.com/portal/?wpfb_dl=4387

Tonioni, F., Mazza, M., Autullo, G., Cappelluti, R., Catalano, V., Marano, G. & Lai, C. (2014). Is Internet addiction a psychopathological condition distinct from pathological gambling? *Addictive Behaviors*, 39(6), 1052-1056. doi:10.1016/j.addbeh.2014.02.016

Treuer, F., Fabian, Z. & Furedi, J. (2001). Internet addiction associated with features of impulse control-disorder: Is it a real psychiatric disorder? *Journal of Affective Disorders*, 66(2-3), 283. The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. Recuperado de <https://www.researchgate.net/deref/http%3A%2F%2Fdx.doi.org%2F10.1016>

%2FS0165-0327(00)00261-5

Turel, O. & Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *European Journal of Information Systems*, 21(1), 512 – 528. Recuperado de <https://link.springer.com/article/10.1057/ejis.2012.1>

Valderrama, S. (2015). *Pasos para elaborar proyectos de investigación científica*. Recuperado de http://www.editorialsanmarcos.com/index.php?id_product=211&controller=product

Valdez, A. (2018). *Adicción a redes sociales y autoestima en adolescentes de nivel secundario de una institución privada* (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/7785>.

Vilca, L. y Gonzales, A. (2013). *Propiedades psicométricas de la escala de Riesgo de Adicción a Redes Sociales (CARS)* (Tesis de pregrado). Recuperado de <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/615>

Young, K. (1998). The relationships between depression and Internet addiction. *Cyber Psychology and Behavior*, 1(1), 25-28. doi:10.1089/cpb.1998.1.25.

Young, K. (2010). Internet addiction over the decade: a personal look back. *World Psychiatry*, 9(2), 91-93. doi:10.1002/j.2051-5545.2010.tb00279.x

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE MAGDALENA DEL MAR

Problema General:	Objetivo General:	Hipótesis General:	Variables e Indicadores			
¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar?	Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.	Existe relación inversa entre adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.	Dimensiones	Diseño	Población	Instrumentos
	<p>Objetivos Específicos</p> <p>1. Describir los niveles de adicción a las redes sociales y sus dimensiones en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.</p> <p>2. Describir los niveles de la autoestima y sus dimensiones en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.</p> <p>3. Establecer la relación entre la adicción a las redes sociales y las dimensiones de la autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.</p> <p>4. Establecer la relación entre la autoestima y las dimensiones de la adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.</p> <p>5. Comparar la adicción a las redes sociales según la edad y el sexo, en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.</p> <p>6. Comparar la autoestima según la edad y el sexo, en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.</p>	<p>Hipótesis específicas:</p> <p>H1: Existe relación entre la adicción a las redes sociales y las dimensiones de la autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.</p> <p>H2: Existe relación entre la autoestima y las dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.</p> <p>H3: Existen diferencias en la variable adicción a las redes sociales según la edad y el sexo, en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.</p> <p>H4: Existen diferencias en la variable autoestima según la edad y el sexo, en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar.</p>	<p>V1: Adicción a las Redes Sociales.</p> <p>Obsesión por las redes sociales.</p> <p>Falta de control personal en el uso de las redes sociales.</p> <p>Uso excesivo de las redes sociales</p> <p>V2: Autoestima</p> <p>A. Personal</p> <p>A. Familiar</p> <p>A. Sociabilización</p> <p>Emociones</p> <p>Autonomía</p> <p>Motivación</p>	<p>No experimental</p> <p>Transversal</p> <p>Tipo</p> <p>Descriptivo</p> <p>Correlacional</p> <p>Enfoque</p> <p>Cuantitativo</p>	<p>La población estuvo compuesta por 400 estudiantes de 15 a 17 años de una institución educativa del distrito de Magdalena del Mar.</p> <p>Muestra:</p> <p>Estimada en 196 estudiantes</p> <p>Muestreo:</p> <p>No Probabilístico</p>	<p>Los instrumentos en la presente investigación fueron:</p> <p>Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)</p> <p>Escurra y Salas (2014).</p> <p>Cuestionario de autoestima.</p> <p>Cesar Ruiz (2003)</p>
			Estadística a Utilizar			
			<p>Se consideró la estadística descriptiva (frecuencias y porcentajes) e inferencial.</p> <p>Se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov. Para la correlación se usó la Rho de Spearman. Además, se utilizaron la prueba <i>U</i> de Mann-Whitney y la prueba de Kruskal-Wallis, para las comparaciones entre grupos.</p>			

Anexo 2: Instrumentos

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES (ARS)

Autor Ecurra y Salas (2014)

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque con una x en el espacio que corresponde a lo que usted siente, piensa o hace.

ITEMS	DIMENSIONES	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	RV	N
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado (a) a las redes sociales.					
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales					
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado (a) de las redes sociales.					
6	Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11	Pienso en lo que pueda estar pasando en las redes sociales-					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14	Me prepongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					

15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejé de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado (a) a las redes sociales.					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado a las redes sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23	Cuando estoy en clase sin conectarme a las redes sociales, me siento aburrido (a).					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

PRUEBA DE AUTOESTIMA

Autor Cesar Ruiz (2003)

Edad: _____

Sexo: _____

Fecha: _____

Grado de instrucción:

INSTRUCCIONES:

Lee atentamente y marque con un aspa (X) en una de las alternativas la opción que mejor explique su forma de comportarse. Se le pide sinceridad a la hora de responder las preguntas según consideres.

N°	PREGUNTAS DEL CUESTIONARIO	SI	NO
01	Me gustaría nacer de nuevo y ser diferente de como ahora soy.		
02	Me resulta muy difícil hablar frente a un grupo.		
03	Hay muchas cosas dentro de mí que cambiaría si pudiera hacerlo.		
04	Tomar decisiones es algo fácil para mí.		
05	Considero que soy una persona alegre y feliz.		
06	En mi casa me molesto a cada rato.		
07	Me resulta difícil acostumbrarme a algo de mi edad.		
08	Soy una persona popular entre la gente de mi edad.		
09	Mi familia me exige mucho / espera demasiado de mí.		
10	En mi casa se respeta bastante mis sentimientos.		
11	Con mucha facilidad hago lo que mis amigos me mandan hacer.		
12	Muchas veces me tengo rabia / cólera a mí misma		
13	Pienso que mi vida es muy triste.		
14	Los demás hacen caso y consideran mis ideas.		
15	Tengo muy mala opinión de mí mismo (a).		
16	Ha habido muchas ocasiones en las que he deseado irme de casa.		
17	Con frecuencia me siento cansado de todo lo que hago.		
18	Pienso que soy una persona fea comparada con otros.		
19	Si tengo algo que decir a otros, voy sin temor y se lo digo.		
20	Pienso que en mi hogar me comprenden.		
21	Siento que les caigo muy mal a las demás personas.		
22	En mi casa me fastidian demasiado.		

23	Cuando intento hacer algo, muy pronto me desanimo.		
24	Siento que tengo más problemas que otras personas.		
25	Creo que tengo más defectos que cualidades.		

Anexo 3: Formato consentimiento y asentimiento informado

Alumno:

.....

Con el debido respeto me presento a usted, mi nombre es **Martha Nancy Valdez Panduro**, estudiante de psicología de la Universidad Autónoma del Perú – Lima. En la actualidad me encuentro realizando una investigación sobre **“Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar”**, y para ello quisiera contar con su valiosa colaboración. El proceso consiste en la aplicación de dos pruebas psicológicas: **Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y el Cuestionario de Autoestima.**

De aceptar participar en la investigación, afirmo haber sido informado de todos los procedimientos de la investigación. En caso tenga alguna duda con respecto a algunas preguntas se me explicará cada una de ellas.

Gracias por su colaboración

Atte. Martha Nancy Valdez Panduro
ESTUDIANTE DE LA EP DE PSICOLOGÍA
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERU

Yo, _____ con número de DNI: _____ acepto participar en la investigación; **“Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de una institución educativa de Magdalena del Mar”** de la estudiante Martha Nancy Valdez Panduro.

Día:/...../.....

FIRMA

Anexo 4: Prueba Piloto

Escala de Adicción a las Redes Sociales

Tabla 12

Validación de Contenido de la Variable Adicción a las Redes Sociales -V de Aiken

Ítems	CLARIDAD					PERTINENCIA					RELEVANCIA					V.AI KEN GRAL	
	J	J	J	S	v. AIKEN	J	J	J	S	V. AIKEN	J	J	J	S	V.AI KEN EN	AIKEN	GENERAL
1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
2	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
3	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
4	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
5	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
6	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
7	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
8	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
9	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
10	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
11	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
12	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
13	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
14	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
15	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
16	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
17	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
18	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
19	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
20	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
21	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
22	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
23	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	
24	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00	

Tabla 13*Estadísticos de Confiabilidad de Adicción a las Redes Sociales*

<u>Alfa de Cronbach</u>	<u>N de elementos</u>
.905	24

La prueba de alfa de Cronbach aplicada arrojó un resultado $\alpha=.905$, otorgándole confiabilidad al superar el valor mínimo del alfa ($\alpha_{min}= 0.70$).

Tabla 14*Validez de constructo de la variable Adicción a las Redes Sociales*

Ítems	Correlación elemento- total corregida	Ítems	Correlación elemento- total corregida
AR1	.690	AR21	.530
AR2	.484	AR22	.598
AR3	.637	AR23	.674
AR4	.534	AR24	.580
AR5	.425		
AR6	.609		
AR7	.599		
AR8	.479		
AR9	.510		
AR10	.411		
AR11	.558		
AR12	.237		
AR13	-.036		
AR14	.424		
AR15	.560		
AR16	.580		
AR17	.632		
AR18	.568		
AR19	.509		
AR20	.507		

Esta tabla muestra que los valores obtenidos son mayores a .25, lo que significa que los ítems miden realmente la variable.

Cuestionario de Autoestima

Tabla 16

Validación de Contenido de la Variable Autoestima -V de Aiken

Ítems	CLARIDAD					PERTINENCIA					RELEVANCIA					V.AI KEN GRAL
	J	J	J	S	v. AIKEN	J	J	J	S	V. AIKEN	J	J	J	S	V.AI K EN	AIKEN GENER AL
1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
2	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
3	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
4	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
5	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
6	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
7	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
8	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
9	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
10	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
11	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
12	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
13	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
14	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
15	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
16	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
17	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
18	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
19	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
20	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
21	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
22	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
23	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
24	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00
25	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1,00

Tabla 17*Estadísticos de Confiabilidad de la Autoestima*

Alfa de Cronbach	N de elementos
.713	25

La prueba de alfa de Cronbach aplicada arrojó un resultado $\alpha=.713$, otorgándole confiabilidad al superar el valor mínimo del alfa ($\alpha_{min}= 0.70$).

Tabla 18*Validez de constructo de la variable Autoestima*

Ítems	Correlación elemento-total corregida	Ítems	Correlación elemento-total corregida
A1	.238	A21	.193
A2	.314	A22	.231
A3	.308	A23	.155
A4	.203	A24	.577
A5	-.084	A25	
A6	.357		
A7	.183		
A8	.204		
A9	-.130		
A10	.419		
A11	.213		
A12	.441		
A13	.398		
A14	.319		
A15	.499		
A16	.351		
A17	.156		
A18	.299		
A19	.141		
A20	.194		

Esta tabla muestra que los valores obtenidos son mayores a .25, lo que significa que los ítems miden realmente la variable.

Anexo 5: Informe de turnitin

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS
ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y
AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE MAGDALENA

PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTORA:
MARTHA NANCY VALDEZ PANDURO

ASESOR:
JENNIFER FIORELLA YUCRA CAMPOSANO

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:
ASPECTOS PSICOLÓGICOS VINCULADOS A LA
ACTIVIDAD EDUCATIVA

Revisión Marzo

INFORME DE ORIGINALIDAD

20%	20%	3%	6%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	5%
2	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	1%
	repositorioacademico.unc.edu.pe	1%

Página 79 de 91

Anexo 6: Carta de la escuela (autorización del colegio)

Obtengo los resultados de la presente tesis universitaria que demostró que, si existe relación significativa inversa entre la adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de tercero a quinto de secundaria de la Institución Educativa "San Martín de Porres" del distrito de Magdalena, 2019. Se propone un programa de actividades de capacitación y desarrollo dirigido a los padres de familia que se encuentran laborando en la Institución Educativa, que permitan controlar el uso de las Redes Sociales, y brindarles herramientas que ayuden a administrar el tiempo, fomentar sus relaciones interpersonales y prevenir en sus relaciones interpersonales.

Los Olivos, 25 de noviembre de 2019

CARTA INV.
Sr.
Director Franco Italo Ramos
I.E. SAN MARTIN DE PORRES 072
Av. Sucre 1277 Magdalena del Mar


MINISTERIO DE EDUCACIÓN	
C.N.Mx. N° 72 "San Martín de Porres" UGEL 03	
MESA DE PARTES	
Fecha	25/11/19
Hora	2:39
Exp. N°	
FIRMA	

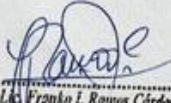
Presente. -


Es grato dirigirme a usted, para expresarle mi cordial saludo, yo, Martha Nancy Valdez Panduro, como bachiller de la carrera de psicología, deseo realizar mi trabajo de investigación realizando la aplicación de dos pruebas psicológicas para fines de mi Licenciatura, para ello solicito su autorización, agradeciendo por antelación me brinde las facilidades del caso, en la entidad que está bajo su dirección.

En esta oportunidad hago propicia la ocasión para expresarle mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,


Martha Nancy Valdez Panduro
DNI: 25852389


Franco I. Ramos Cárdenas
Director


Deborah Cordova
Coo. Dirección

Don facilidades a la practicante para su trabajo preprofesional,

Anexo 7: Otros anexos

Criterio de Jueces

JUEZ 1

Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI HAY Suficiencia

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador, Dr./ Mg:

Camuz Telada YRENEO EUGENIO

DNI: 09946516

Especialidad del validador: DOCTOR EN PSICOLOGIA/PSICOLOGO.

13 de enero del 2019.

- ¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión


Firma del Validador
Dr. Y. EUGENIO Camuz Telada
C.P.S. 2819.

JUEZ 2

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Realizar los cambios mínimos de letras mayúsculas por minúsculas, agregar femenino (s) y si existe suficiencia del instrumento

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dr./ Mg:

Dra. Nancy Mercedes Capacyachi Otárola.

DNI: 97744273

Especialidad del validador: Clínica / Educativa

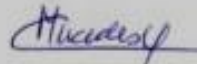
13 de diciembre del 2019

*Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

*Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

*Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Firma del Validador

Nancy Mercedes Capacyachi Otárola
PSICÓLOGA
C.P.S.P. 4126

JUEZ 3

Observaciones (precisar si hay suficiencia): SI HAY SUFICIENCIA

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. Dra ./ Mg:

Dra. Rosa Esther CHIRINOS SUSANO

DNI:08217185

Especialidad del validador: Clínica/Educativa

24 de enero del 2020

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión



Rosa Esther Chirinos Susano

C.Ps.P N° 3090

Firma del Validador