



UNIVERSIDAD JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

**DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES Y
AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE QUINTO
GRADO DE SECUNDARIA DE LA I.E.E. SIMÓN
BOLÍVAR DE MOQUEGUA, 2024**

PRESENTADO POR

BACH. JIMENA FERNANDA LAUREANO GARCIA

ASESOR

DR. ARELIZ IRMA COLQUE JARA

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

MOQUEGUA- PERÚ

2024



Universidad José Carlos Mariátegui

CERTIFICADO DE ORIGINALIDAD

El que suscribe, en calidad de Jefe de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias, certifica que el trabajo de investigación () / Tesis (**X**) / Trabajo de suficiencia profesional () / Trabajo académico (), titulado "**DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DE LA I.E.E. SIMÓN BOLIVAR DE MOQUEGUA, 2024**" presentado por el(la) Bachiller **JIMENA FERNANDA LAUREANO GARCIA**, para obtener el grado académico () o Título profesional (**X**) o Título de segunda especialidad () de: **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**, y asesorado por el(la) **DRA. ARELIZ IRMA COLQUE JARA**, designado como asesor con RESOLUCIÓN DE DECANATO No 0203-2024-RD/FACISA-UJCM, fue sometido a revisión de similitud textual con el software TURNITIN, conforme a lo dispuesto en la normativa interna aplicable en la UJCM.

En tal sentido, se emite el presente certificado de originalidad, de acuerdo al siguiente detalle:

Programa académico	Aspirante(s)	Trabajo de investigación	Porcentaje de similitud
Psicología	JIMENA FERNANDA LAUREANO GARCIA	DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DE LA I.E.E. SIMÓN BOLIVAR DE MOQUEGUA, 2024	36 % (02 de diciembre de 2024)

El porcentaje de similitud del Trabajo de investigación es del **36 %**, que está por debajo del límite **PERMITIDO** por la UJCM, por lo que se considera apto para su publicación en el Repositorio Institucional de la UJCM.

Se emite el presente certificado con fines de continuar con los trámites respectivos para la obtención de grado académico o título profesional o título de segunda especialidad.

Moquegua, 02 de diciembre de 2024



UNIVERSIDAD JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI
FACULTAD DE CIENCIAS

Dr. JAVIER PEDRO FLORES AROCUTIPA
Jefe de la Unidad de Investigación

ÍNDICE DE CONTENIDO

PÁGINA DE JURADO	i
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE DE CONTENIDO.....	v
ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS	viii
RESUMEN.....	x
ABSTRACT	xi
INTRODUCCIÓN	xii
CAPÍTULO I EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN	1
1.1 Descripción de la Realidad Problemática.....	1
1.2. Definición del Problema.	3
1.2.1 Problema general.	3
1.2.2 Problema específico.	3
1.3. Objetivos de la Investigación.....	4
1.3.1. Objetivo general.	4
1.3.2 Objetivos específicos.....	4
1.4. Justificación y limitaciones de la Investigación.....	4
1.5 Variables	6
1.5.1 Operacionalización.....	7
1.6 Hipótesis de la Investigación	8
1.6.1 Hipótesis general.	8

1.6.2. Hipótesis específica.....	8
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	9
2.1 Antecedentes de la Investigación	9
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	9
2.1.2. Antecedentes nacionales.	13
2.2. Bases Teóricas.....	15
2.2.1 Definición de dependencia de las redes sociales.....	15
2.1.1.1 Dimensiones de la dependencia de las redes sociales	16
2.1.1.2 Efectos de la adicción a redes sociales.	17
2.1.1.3 Modelos teóricos de la dependencia a las redes sociales:	18
2.2.2 Autoestima.....	19
2.2.2.1. Definiciones de autoestima.....	19
2.2.2.2. : Modelos Teóricos de autoestima.....	20
2.2.2.3. : Dimensiones de autoestima.....	21
2.3. Marco Conceptual	22
CAPITULO III: MÉTODO.....	26
3.1. Tipo de investigación.....	26
3.2. Diseño de investigación	26
3.3. Población y muestra	27
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	28
3.5. Técnica de procesamiento y análisis de datos.....	31
CAPITULO IV: PRESENTACIÓN Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS.....	33
4.1. Presentación de resultados por variables.....	33
4.2. Contrastación de hipótesis	43

4.3. Discusión de resultados.....	49
CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	52
5.1. Conclusiones	52
5.2. Recomendaciones.....	54
BIBLIOGRAFIA	56
ANEXOS	61
ANEXO N °1 Matriz de consistencia.....	61
ANEXO N °2 Cuestionario dependencia a las redes sociales	62

ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Operacionalización de las Variables</i>	7
Tabla 2 <i>Fiabilidad de la dependencia a las redes sociales</i>	29
Tabla 3 <i>Fiabilidad de autoestima</i>	30
Tabla 4 <i>Dependencia a las redes sociales</i>	33
Tabla 5 <i>Dimensión 1 obsesión por las redes sociales</i>	35
Tabla 6 <i>Dimensión 2 falta de control personal</i>	36
Tabla 7 <i>Dimensión 3 Uso excesivo de las redes</i>	38
Tabla 8 <i>Variable 2 autoestima</i>	39
Tabla 9 <i>Dimensión 1 perspectiva de autoestima positiva</i>	40
Tabla 10 <i>Perspectiva de autoestima negativa</i>	41
Tabla 11 <i>Prueba de normalidad</i>	43
Tabla 12 <i>Relación entre la dependencia a las redes sociales y a la autoestima</i>	44
Tabla 13 <i>Correlación entre la obsesión por las redes y la autoestima</i>	45
Tabla 14 <i>Correlación de la falta de control personal y la autoestima</i>	47
Tabla 15 <i>Correlación entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima</i>	48

INDICE DE FIGURAS

Figura 1 <i>Dependencia a las redes sociales</i>	34
Figura 2 <i>Dimensión 1 obsesión por las redes sociales</i>	35
Figura 3 <i>Dimensión 2 falta de control personal</i>	37
Figura 4 <i>Dimensión 3 Uso excesivo de las redes</i>	38
Figura 5 <i>Variable 2 autoestima</i>	39
Figura 6 <i>Dimensión 1 perspectiva de autoestima positiva</i>	40
Figura 7 <i>Perspectiva de autoestima negativa</i>	42

RESUMEN

Este estudio se centró en explorar la relación entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua en 2024, empleando un enfoque metodológico básico de diseño no experimental y nivel descriptivo correlacional. La muestra consistió en 136 estudiantes a quienes se les administraron pruebas para evaluar su dependencia a las redes sociales y su nivel de autoestima. Los resultados obtenidos revelaron una correlación significativa y positiva ($\rho = 0.220$, $p = 0.010$) entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima, indicando que a medida que aumenta la dependencia a las redes sociales, también tiende a incrementarse la autoestima en estos estudiantes, aunque la relación observada fue de moderada magnitud.

Este hallazgo subraya la influencia potencial que las interacciones en redes sociales tienen sobre la percepción personal de los adolescentes. Además, destaca la importancia de abordar de manera proactiva el uso de las redes sociales en entornos educativos, promoviendo estrategias que fomenten un uso equilibrado y saludable de estas plataformas. Estas conclusiones proporcionan insights relevantes para comprender cómo las dinámicas digitales impactan en el bienestar emocional y psicosocial de los estudiantes, destacando la necesidad de políticas y programas educativos que apoyen un desarrollo positivo de la autoestima en el contexto de la era digital actual.

Palabras claves: Dependencia a las redes sociales, Autoestima, falta de personalidad.

ABSTRACT

This study focused on exploring the relationship between dependence on social networks and self-esteem in fifth grade high school students at the I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua in 2024, using a basic methodological approach of non-experimental design and correlational descriptive level. The sample consisted of 136 students who were administered tests to evaluate their dependence on social networks and their level of self-esteem. The results obtained revealed a significant and positive correlation ($r = 0.220$, $p = 0.010$) between dependence on social networks and self-esteem, indicating that as dependence on social networks increases, self-esteem also tends to increase in these students, although the observed relationship was of moderate magnitude.

This finding highlights the potential influence that social media interactions have on adolescents' personal perception. Furthermore, it highlights the importance of proactively addressing the use of social networks in educational environments, promoting strategies that encourage balanced and healthy use of these platforms. These conclusions provide relevant insights to understand how digital dynamics impact the emotional and psychosocial well-being of students, highlighting the need for educational policies and programs that support a positive development of self-esteem in the context of the current digital era.

Keywords: Dependence on social networks, Self-esteem, lack of personality.

INTRODUCCIÓN

En la era digital actual, las redes sociales han transformado significativamente la forma en que los adolescentes interactúan y se perciben a sí mismos. Este estudio se enfoca en explorar la relación entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua en el año 2024. Este problema de investigación surge ante la creciente preocupación sobre cómo el uso intensivo de plataformas digitales puede influir en el bienestar psicológico de los adolescentes, particularmente en su autoestima.

El capítulo I de este trabajo presenta la contextualización del problema, destacando la importancia de entender cómo las interacciones en redes sociales pueden afectar la percepción de uno mismo en una etapa crucial del desarrollo adolescente. Se discutirá la relevancia y las implicaciones de investigar esta relación en el contexto educativo de la I.E.E. Simón Bolívar, proporcionando un marco para comprender los desafíos y las oportunidades que surgen en este entorno.

El capítulo II aborda el marco teórico que sustenta esta investigación, explorando conceptos clave como la autoestima, la dependencia a las redes sociales y las teorías psicológicas que explican cómo estas variables pueden estar interrelacionadas. Se revisará la literatura relevante para fundamentar la hipótesis de que existe una correlación entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima, proporcionando un contexto teórico robusto que guía la formulación de las preguntas de investigación.

El capítulo III detalla el método utilizado en este estudio, que sigue un diseño no experimental de tipo descriptivo correlacional. Se describirá la muestra seleccionada, los instrumentos de medición utilizados para evaluar la dependencia a las redes sociales y la autoestima, así como los procedimientos de recolección y análisis de datos aplicados. Este capítulo proporciona una guía metodológica clara que asegura la validez y fiabilidad de los resultados obtenidos.

En el capítulo IV se presentan los resultados obtenidos de la investigación, analizando la relación estadística entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima a partir de los datos recolectados en la muestra estudiantil. Se discuten los hallazgos significativos, incluyendo la fuerza y la dirección de la correlación encontrada, así como cualquier variación observada en función de variables demográficas u otros factores relevantes.

Finalmente, el capítulo V contiene las conclusiones derivadas de los resultados obtenidos y ofrece recomendaciones prácticas basadas en los hallazgos. Se discute la relevancia de los resultados para la comunidad educativa, se destacan las implicaciones teóricas y prácticas de la investigación, y se proponen sugerencias para políticas y programas que puedan promover un uso más saludable y equilibrado de las redes sociales entre los adolescentes. Este capítulo cierra el ciclo de investigación al reflexionar sobre las implicaciones más amplias del estudio y ofrecer direcciones futuras para la investigación en este campo en evolución.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

1.1 Descripción de la Realidad Problemática.

El documento internacional de la ONU aborda la problemática del impacto de las redes sociales en la autoestima de los usuarios, reconociendo que estas plataformas pueden generar distorsiones en la percepción de uno mismo y en la comparación con los demás, lo que resulta en una disminución del autoconcepto y la autoestima. Desde la perspectiva de los derechos humanos, se plantea que cualquier intento de regular los contenidos en línea para abordar este problema conlleva riesgos significativos, incluida la posibilidad de censura y violaciones de derechos. Se subraya la importancia de una evaluación cuidadosa del impacto de las redes sociales en la autoestima de los usuarios a nivel internacional, así como la necesidad de implementar medidas que promuevan una cultura en línea saludable, fomentando la autoaceptación y la autovaloración independientemente de las comparaciones con otros usuarios en estas plataformas (ONU, 2019).

La situación en Perú respecto al uso de redes sociales y autoestima se ha visto afectada durante la pandemia, donde niños y jóvenes han dependido en gran medida de Internet para actividades educativas y sociales. Sin embargo, esta dependencia ha incrementado riesgos como la exposición a contenido perjudicial, ciberacoso y desinformación. El aumento significativo en el uso de Internet, especialmente entre niños y adolescentes, ha generado preocupación por el impacto en su bienestar mental y físico. El acceso a dispositivos móviles también ha crecido, exponiéndolos aún más a los riesgos asociados con el uso de tecnología. Para abordar esta problemática, es crucial trabajar en colaboración con el gobierno, la industria tecnológica y otros sectores para garantizar medidas de seguridad en línea, promover la educación sobre riesgos digitales, fortalecer los servicios de salud mental y protección infantil, y brindar apoyo a padres y cuidadores en la supervisión del uso de Internet. Es fundamental que se implementen estrategias en las escuelas para apoyar la salud mental de los niños, ofreciendo orientación tanto presencial como virtual, y estableciendo políticas que protejan a los menores en el entorno digital. Por último, se destaca la importancia de que los propios niños y adolescentes aprendan a equilibrar su tiempo en línea con actividades del mundo real, fomentando relaciones saludables y buscando ayuda cuando sea necesario para enfrentar los desafíos que puedan surgir.(UNICEF, 2021).

En el año 2024, la Institución Educativa Simón Bolívar de Moquegua enfrenta una preocupante situación relacionada con la dependencia a las redes sociales y su impacto en la autoestima de los estudiantes de quinto grado de secundaria. La creciente influencia de las redes sociales ha llevado a que estos estudiantes pasen gran parte de su tiempo libre en línea, lo que ha generado una preocupante dependencia digital. Esta dependencia ha exacerbado distintas percepciones de los docentes en apreciar problemas de autoestima entre los estudiantes, quienes constantemente se comparan con los estándares de belleza y éxito ficticios presentados en las redes sociales. La presión por obtener likes,

seguidores y comentarios positivos ha llevado que se pueda apreciar una disminución en la confianza en sí mismos y en su percepción de su propio valor. Esta problemática local requiere una intervención urgente por parte de la institución educativa, los padres de familia y la comunidad en general, con el fin de promover un uso saludable de las redes sociales y fomentar una autoestima positiva entre los estudiantes. Es por ello que con esta investigación se pretende corroborar si efectivamente las redes sociales afectan de forma significativa o no significativa a la autoestima de los estudiantes de la Institución Educativa Simón Bolívar de Moquegua.

1.2. Definición del Problema.

1.2.1 Problema general.

¿Qué relación existe entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024?

1.2.2 Problema específico.

- ¿Qué relación existe entre la obsesión por las redes y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024?

- ¿Qué relación existe entre la falta de control personal y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024?

- ¿Qué relación existe entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024?

1.3. Objetivos de la Investigación

1.3.1. Objetivo general.

Determinar la relación que existe entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.

1.3.2 Objetivos específicos.

- Determinar la relación que existe entre la obsesión por las redes y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.
- Determinar la relación que existe entre la falta de control personal y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.
- Determinar la relación que existe entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.

1.4. Justificación y limitaciones de la Investigación

Justificación teórica se justifica en la necesidad de comprender y abordar los efectos psicosociales del uso intensivo de las redes sociales en una etapa crucial del desarrollo adolescente. La adolescencia es un periodo caracterizado por la búsqueda de identidad y la formación de la autoestima, y el uso excesivo de las redes sociales puede influir significativamente en estos procesos. Desde una perspectiva teórica, esta investigación se sustenta en modelos psicológicos que sugieren que la exposición constante a las redes sociales puede contribuir a la comparación social, la búsqueda de validación externa y la autoevaluación basada en criterios superficiales, lo que a su vez puede afectar negativamente la

autoestima de los adolescentes. Además, investigaciones previas han demostrado la existencia de una relación bidireccional entre el uso de las redes sociales y la autoestima, donde una baja autoestima puede predisponer a un mayor uso de estas plataformas, creando un ciclo potencialmente perjudicial. En este contexto, esta investigación busca aportar conocimiento empírico que permita comprender mejor los mecanismos subyacentes de esta relación en el contexto específico de los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Simón Bolívar de Moquegua, proporcionando así información relevante para el diseño de intervenciones y programas de prevención que promuevan un uso saludable de las redes sociales y fomenten una autoestima positiva en esta población.

Justificación metodológica: para esta investigación básica, de tipo correlacional descriptiva y no experimental, radica en la necesidad de explorar la relación entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Simón Bolívar de Moquegua en el año 2024. Este enfoque permite examinar esta relación sin manipular las variables ni intervenir en el entorno natural de los participantes, lo que resulta esencial para comprender fenómenos complejos como el impacto del uso de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes. La elección de un diseño correlacional descriptivo se justifica por la naturaleza exploratoria de la investigación, que busca establecer patrones y tendencias en los datos recopilados, sin pretender explicar la causalidad. Además, la naturaleza no experimental del estudio se basa en la imposibilidad o falta de conveniencia de manipular las variables independientes o introducir condiciones controladas en el entorno natural de los participantes. En conjunto, este enfoque metodológico proporcionará una comprensión inicial de la relación entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en los estudiantes de quinto grado de secundaria, sentando las bases para futuras investigaciones y posibles intervenciones en este ámbito.

Justificación práctica: para llevar a cabo esta investigación sobre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Simón Bolívar de Moquegua en el año 2024 se fundamenta en la necesidad de identificar y comprender los posibles efectos negativos del uso excesivo de las redes sociales en el bienestar emocional de los adolescentes. Dado el creciente uso de estas plataformas por parte de los jóvenes y su impacto potencial en la autoestima, es crucial para los educadores, padres y profesionales de la salud mental comprender mejor esta relación. Los hallazgos de esta investigación podrían proporcionar información valiosa para desarrollar estrategias de prevención y programas de intervención dirigidos a promover un uso más saludable de las redes sociales y fomentar una autoestima positiva entre los estudiantes de quinto grado de secundaria, contribuyendo así a su bienestar general y su desarrollo académico y personal.

1.5 Variables

➤ **V1: DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES**

Dimensiones:

- ✓ Obsesión por las redes sociales
- ✓ Falta de control personal
- ✓ Uso excesivo de las redes sociales

➤ **V2: AUTOESTIMA**

Dimensiones:

- ✓ Perspectiva de autoestima positiva
- ✓ Perspectiva de autoestima negativa

1.5.1 Operacionalización

Tabla 1

Operacionalización de las Variables

VARIABLE	DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES
Variable 1: Dependencia a las redes sociales	Este patrón de conducta desadaptativa se caracteriza por la repetición constante de acciones que ocasionan un deterioro significativo o malestar clínicamente relevante. (M. Ecurra & Salas, 2015)	Obsesión por las redes sociales	Tiempo de conectividad, estado anímico y relación interpersonal.
		Falta de control personal	Control de temporalidad de conexión, intensidad de conectividad, frecuencia de conectividad
		Uso excesivo de las redes sociales	Necesidad de conectividad, cantidad de veces de conectividad.
Variable 2: Autoestima	Se trata de una evaluación tanto positiva como negativa que el individuo realiza sobre sí mismo, influenciada por factores afectivos y cognitivos. Esta autoevaluación se forma a partir de la opinión que la persona tiene acerca de su propia identidad y características (Rosemberg, 1996).	Perspectiva de autoestima positiva	Satisfacción de uno mismo,
		Perspectiva de autoestima negativa.	Devaluación de uno mismo.

Nota: Diseñado por el autor intelectual de esta investigación

1.6 Hipótesis de la Investigación

1.6.1 Hipótesis general.

H₁ Existe relación entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.

H₀ No existe relación entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.

1.6.2. Hipótesis específicas.

- HE₁ Existe relación entre la obsesión por las redes y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.

- HE₂ Existe relación entre la falta de control personal y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.

- HE₃ Existe relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la Investigación

2.1.1. Antecedentes internacionales.

(Frieiro et al., 2022), estado del arte recopilado de la base de datos Scopus como artículo internacional indican que los trastornos alimentarios son enfermedades mentales influenciadas por una variedad de factores individuales, familiares y sociales. El objetivo de este estudio es examinar cómo la autoestima y la interacción en las redes sociales afectan los comportamientos relacionados con los trastornos alimentarios durante la adolescencia. La muestra consistió en 721 estudiantes (49,1% chicas) con edades entre 12 y 18 años (media = 13,89, desviación estándar = 1,37). Los participantes completaron el Test de Actitudes Alimentarias-26 (EAT-26) para evaluar actitudes y conductas alimentarias, la escala de autoestima de Rosenberg y la escala ESOC-39 que mide la interacción en redes sociales, además de una breve encuesta sociodemográfica inicial. Se realizaron análisis descriptivos y multivariantes con MANOVA.

Se encontró que la baja autoestima se asociaba globalmente con comportamientos relacionados con los trastornos alimentarios, al igual que una alta interacción en redes sociales se correlacionaba con un aumento en los trastornos alimentarios durante la adolescencia. Estos hallazgos respaldan la necesidad de desarrollar estrategias preventivas que aborden la mejora de la autoestima y una interacción adecuada en redes sociales durante la adolescencia. El desarrollo de intervenciones efectivas en esta área podría ser útil para abordar los comportamientos y actitudes observadas en los trastornos alimentarios.

(Costantini et al., 2022), estado del arte recopilado de la base de datos Scopus como artículo internacional indican que el estudio aborda ciertas lagunas en la comprensión actual del Uso Problemático Social (PSNSU), investigando el papel de la crianza como precursor, y la desregulación y la autoestima como posibles mediadores. La muestra consiste en 148 progenitores (15% padres) y sus hijos adolescentes (23% padres). Los adolescentes son del 23% varones, con edades entre 14 y 18 años, con una media de 15,96 años y una desviación estándar de 1,36. Los padres reportaron estilos parentales positivos/negativos, así como el PSNSU y la autoestima de los adolescentes. En relación con la parentalidad positiva, las mediaciones paralelas simples fueron plenamente confirmadas: La crianza positiva se correlacionó con una menor desregulación y una mayor autoestima, y ambas condiciones predijeron de manera independiente el PSNSU de los adolescentes. Además, se confirmó un modelo de mediación en serie, sugiriendo que la parentalidad positiva se asocia con un menor PSNSU a través del efecto secuencial de la desregulación sobre la autoestima. En cuanto a la crianza negativa, los resultados solo respaldan una mediación simple: la crianza negativa predijo el PSNSU a través de la desregulación. La autoestima no se vio afectada por la crianza negativa, interrumpiendo las vías indirectas. Sin embargo, el efecto directo de la

crianza negativa sobre el PSNSU fue significativo, indicando una mediación parcial. Estos hallazgos profundizan en la comprensión actual del PSNSU en los adolescentes y resaltan la importancia de centrarse en la crianza al implementar intervenciones para prevenir y tratar el PSNSU.

(Hai & Yang, 2022), estado del arte recopilado de la base de datos Scopus como artículo internacional indican que la comparación de la apariencia en sitios de redes sociales se refiere a la tendencia de comparar la imagen corporal de uno mismo con la de los demás al utilizar dichas plataformas. Se ha observado que esta práctica está asociada con emociones negativas, como la depresión, especialmente entre las mujeres jóvenes, y esta asociación se ve influenciada por la percepción de la imagen corporal y la autoestima. Sin embargo, la investigación sobre el papel mediador en cadena de la imagen corporal y la autoestima en relación con la ansiedad ha sido limitada. Por lo tanto, el presente estudio examinó el papel mediador en cadena entre la comparación social en sitios de redes sociales y la ansiedad en un grupo de 320 mujeres chinas, utilizando la Escala de Comparación de Apariencia en Sitios de Redes Sociales (SNSACS), el Cuestionario Multidimensional del Yo Corporal (MBSRQ), la Escala de Autoestima (SES) y la subescala de ansiedad de la Escala de Depresión-Ansiedad-Estrés (DASS). Los resultados revelaron que (1) las puntuaciones en SNSACS, SES y ansiedad DASS estaban significativamente correlacionadas entre sí, así como las puntuaciones en dos subescalas del MBSRQ, es decir, satisfacción con el área corporal y preocupación por el sobrepeso, que se correlacionaron significativamente con las puntuaciones en ansiedad SNSACS, SES y DASS; (2) la satisfacción con el área corporal y la autoestima desempeñaron un papel mediador en cadena en el efecto de la comparación social en sitios de redes sociales sobre la ansiedad; (3) la preocupación por el sobrepeso y la autoestima jugaron un papel mediador en cadena en el efecto de la

comparación de la apariencia en sitios de redes sociales sobre la ansiedad. Estos hallazgos pueden proporcionar nuevas perspectivas para comprender cómo la comparación social desencadena la ansiedad y para desarrollar métodos destinados a reducir la ansiedad asociada con la comparación de la apariencia entre mujeres chinas.

(Hai & Yang, 2022), estado del arte recopilado de la base de datos Scopus como artículo internacional indican que la práctica de comparar la apariencia en plataformas de redes sociales se refiere a la tendencia de evaluar la propia imagen corporal en comparación con otros usuarios de dichas redes. Investigaciones han demostrado que esta conducta está asociada con emociones negativas, como la depresión, especialmente entre mujeres jóvenes, y esta asociación está influenciada por la percepción de la imagen corporal y la autoestima. Sin embargo, la investigación sobre el papel mediador en cadena de la imagen corporal y la autoestima en relación con la ansiedad ha sido limitada. Por lo tanto, el estudio actual investigó el papel mediador en cadena entre la comparación de la apariencia en sitios de redes sociales y la ansiedad en un grupo de 320 mujeres chinas. Se utilizaron la Escala de Comparación de Apariencia en Sitios de Redes Sociales (SNSACS), el Cuestionario Multidimensional del Yo Corporal (MBSRQ), la Escala de Autoestima (SES) y la subescala de ansiedad de la Escala de Depresión-Ansiedad-Estrés (DASS). Los resultados revelaron que (1) las puntuaciones en SNSACS, SES y ansiedad DASS estaban significativamente correlacionadas entre sí, así como las puntuaciones en dos subescalas del MBSRQ, a saber, satisfacción con el área corporal y preocupación por el sobrepeso, que se correlacionaron significativamente con las puntuaciones de ansiedad en SNSACS, SES y DASS; (2) la satisfacción con el área corporal y la autoestima desempeñaron un papel mediador en cadena en el efecto de la comparación de la apariencia en sitios de redes sociales sobre la ansiedad; (3) la preocupación por el sobrepeso y

la autoestima jugaron un papel mediador en cadena en el efecto de la comparación de la apariencia en sitios de redes sociales sobre la ansiedad. Estos hallazgos pueden inspirar nuevas ideas para comprender cómo la comparación social desencadena la ansiedad y para desarrollar métodos destinados a reducir la ansiedad asociada con la comparación de la apariencia entre mujeres chinas.

2.1.2. Antecedentes nacionales.

(Mayorca- et al., 2023) , estado del arte recopilado de la base de datos Scopus como artículo nacional el propósito de este estudio fue investigar posibles correlaciones entre el uso de redes sociales, la autoestima, el rendimiento académico y el locus de control en estudiantes universitarios de Ayacucho durante el año 2020. La recolección de datos se llevó a cabo utilizando tres cuestionarios validados: el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS), la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR) y la Prueba del Locus de Control de Rotter. Además, se administró un cuestionario de datos generales y un informe de autoevaluación sobre el promedio ponderado obtenido por los estudiantes. Se aplicaron técnicas estadísticas no paramétricas (ANOVA) utilizando el software estadístico SPSS versión 2.7. Los resultados revelaron una asociación más sólida entre el uso de las redes sociales y la autoestima, mientras que la relación con el locus de control fue más débil. No se encontraron evidencias de una relación significativa con el rendimiento académico.

(Iglesias & Minetto, 2022), se presenta como antecedente una tesis nacional el propósito de este estudio fue examinar la relación entre la dependencia de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una escuela privada en Lima Norte. La metodología utilizada fue de tipo descriptivo-correlacional y no empírica. La muestra consistió

en 216 estudiantes de ambos géneros, con edades comprendidas entre los 12 y los 16 años. Se emplearon dos herramientas de evaluación: el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS-6) y la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR). Los resultados revelaron una correlación inversa y significativa entre la dependencia de las redes sociales y la autoestima ($\rho = -0.228$, $p = 0.001$). Además, se observó que el 64.8% de los participantes tenía un nivel regular de dependencia, mientras que el 18.5% la utilizaba de forma ocasional. Solo un 5.6% mostró un uso problemático, mientras que en cuanto a la autoestima, el 52.7% presentó un nivel moderado, el 30.6% un nivel bajo y el 16.7% un nivel alto. No se encontraron diferencias significativas entre la dependencia de las redes sociales y la autoestima según el sexo ($U = 5581.500$; $p = 0.611$ para la dependencia de las redes sociales; $U = 5135.500$; $p = 0.134$ para la autoestima).

(Bedoya, 2021), se presenta como antecedente una tesis nacional en la actualidad, las plataformas de redes sociales se han convertido en una herramienta vital para la interacción social. Varios estudios sugieren la posibilidad de riesgos asociados con un uso excesivo, que podría llevar a comportamientos adictivos. Este fenómeno podría tener un impacto más significativo en los adolescentes, quienes son más susceptibles a la información que reciben y cómo esta influye en su autoevaluación. Este estudio se centró en investigar la relación entre la autoestima y la adicción a las redes sociales en adolescentes. Utilizando una metodología de revisión y siguiendo algunas directrices de la guía Prisma, se establecieron criterios de inclusión y exclusión para la consulta de la base de datos Scopus y Ebsco. Los resultados revelaron una correlación significativa entre el uso adictivo de las redes sociales y una baja autoestima. Se encontró evidencia que sugiere que una baja autoestima puede explicar el uso adictivo de las redes sociales. Sin embargo, también

se halló que el uso adictivo de las redes puede contribuir a una baja autoestima cuando está mediado por problemas emocionales. Además, se discutieron diversos subtemas que ayudaron a profundizar en la dinámica entre las variables, como el funcionamiento familiar, el conflicto interparental percibido, la soledad, el narcisismo, la esperanza, los problemas emocionales, la inteligencia emocional y la desconexión escolar.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1 Definición de dependencia de las redes sociales

La dependencia a las redes sociales se define como el uso excesivo y descontrolado de plataformas digitales, como Facebook, Instagram o TikTok, que interfiere significativamente en la vida cotidiana de una persona. Este comportamiento compulsivo genera efectos negativos en el bienestar emocional, el rendimiento académico o laboral y las relaciones interpersonales. Según Griffiths y Kuss (2021), la dependencia a las redes sociales comparte características con otras adicciones comportamentales, como la necesidad de un uso creciente para lograr satisfacción, la dificultad para reducir el tiempo de conexión y los síntomas de abstinencia cuando no se accede a ellas.

(Kuss & Griffiths, 2017), la dependencia a las redes sociales se puede definir como un patrón de comportamiento caracterizado por una necesidad compulsiva y persistente de utilizar plataformas de redes sociales, lo que resulta en dificultades para controlar el uso, la preocupación excesiva por las interacciones en línea, y la dedicación excesiva de tiempo a actividades relacionadas con las redes sociales, a menudo en detrimento de otras áreas importantes de la vida.

(Medrano et al., 2017), La dependencia de las redes sociales describe una creciente necesidad psicológica y emocional que una persona desarrolla hacia estas plataformas digitales utilizadas para

interactuar con otros. Aunque esta dependencia no ha sido formalmente catalogada como un trastorno en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM), la adicción al Internet ha sido identificada como un problema de comportamiento significativo, especialmente entre adolescentes y jóvenes, a lo largo de las últimas décadas. Este fenómeno refleja una preocupación creciente en la salud mental y el bienestar de estas poblaciones, destacando la urgencia de abordar las implicaciones sociales y psicológicas asociadas al uso excesivo de las tecnologías digitales.

2.1.1.1 Dimensiones de la dependencia de las redes sociales

- Obsesión por las redes sociales:

(Escurra & Salas, 2014), se refiere a la tendencia de los individuos a experimentar pensamientos, preocupaciones y ansiedades persistentes relacionadas con el uso de las redes sociales. Esto puede manifestarse en una necesidad constante de verificar las actualizaciones, publicaciones o notificaciones en las plataformas de redes sociales, así como en una incapacidad para desconectarse de ellas. Los individuos que muestran esta dimensión tienden a centrar gran parte de su atención y tiempo en las redes sociales, descuidando otras áreas de su vida personal o profesional.

- Falta de control personal:

(Escurra & Salas, 2014), se refiere a la incapacidad o dificultad que experimentan algunos individuos para regular o limitar su tiempo y actividades en las plataformas de redes sociales. Esta falta de control puede manifestarse en una utilización excesiva o compulsiva de las redes sociales, resultando en la dedicación de una cantidad significativa de

tiempo a estas plataformas, a menudo en detrimento de otras responsabilidades o actividades importantes en la vida diaria. Las personas que experimentan esta falta de control pueden sentirse impulsadas a revisar constantemente sus perfiles, publicaciones y notificaciones en las redes sociales, incluso cuando desean reducir su uso o han experimentado consecuencias negativas como resultado de ello.

- Uso excesivo de las redes sociales:

(Escurra & Salas, 2014), se refiere a la práctica de dedicar una cantidad desproporcionada de tiempo y atención a las plataformas de redes sociales. Esto implica involucrarse en actividades en línea de manera repetitiva y prolongada, más allá de lo que se consideraría normal o saludable. Las personas que tienen un uso excesivo de las redes sociales pueden pasar horas navegando por perfiles, publicaciones y contenido en línea, a menudo en detrimento de otras actividades importantes, como el trabajo, el estudio, las relaciones personales cara a cara o el tiempo dedicado a actividades recreativas offline. Este comportamiento puede tener consecuencias negativas para la salud mental, el bienestar emocional y la calidad de vida en general.

2.1.1.2 Efectos de la adicción a redes sociales.

(Kuss & Griffiths, 2017), La adicción a las redes sociales puede tener diversos efectos negativos en la vida de las personas, como el aislamiento social, la disminución del rendimiento académico o laboral, el aumento de la ansiedad y la depresión, problemas de sueño, deterioro de la autoestima y la autoimagen, y la reducción del tiempo dedicado a actividades saludables fuera de línea. Estos efectos pueden ser el resultado

de la priorización excesiva de las interacciones en línea sobre las interacciones cara a cara, la búsqueda constante de validación y aprobación en línea, y la comparación constante con otros en las redes sociales.

2.1.1.3 Modelos teóricos de la dependencia a las redes sociales:

- Modelo de Adicción:

(Griffiths, 2005), este modelo se basa en conceptos de adicción tradicionales y sugiere que el uso excesivo de las redes sociales puede seguir un patrón similar al de otras adicciones, como el abuso de sustancias. Se centra en la idea de que las personas pueden volverse dependientes de las redes sociales debido a la gratificación instantánea que proporcionan, como la validación social y la estimulación emocional.

- Modelo de reemplazo de la realidad:

(Young, 1998), este modelo postula que las personas pueden recurrir a las redes sociales como una forma de escapar de la realidad o de enfrentar dificultades emocionales en su vida cotidiana. Se sugiere que las interacciones en línea pueden ofrecer una forma de evasión de los problemas y preocupaciones del mundo real.

- Modelo de interacción social:

(Boyd, 2008), este modelo se centra en el papel de las interacciones sociales en línea en el desarrollo y mantenimiento de la dependencia de las redes sociales. Sugiere que las personas pueden volverse dependientes de las redes sociales debido a la importancia que otorgan a las conexiones y relaciones en línea, así como a la presión social percibida para participar en estas plataformas.

- Modelo de vulnerabilidad y estrés:

(Andreassen et al., 2017), este modelo incorpora conceptos de vulnerabilidad individual y estrés psicológico como factores que pueden contribuir al desarrollo de la dependencia de las redes sociales. Sugiere que las personas que experimentan altos niveles de estrés o tienen ciertas vulnerabilidades psicológicas pueden ser más propensas a utilizar las redes sociales de manera excesiva como una forma de hacer frente a estos desafíos.

2.2.2 Autoestima

2.2.2.1. Definiciones de autoestima

La autoestima es la valoración subjetiva que una persona tiene sobre sí misma, basada en la percepción de sus propias habilidades, características y el reconocimiento de su propio valor. Se trata de un componente clave en el desarrollo personal y emocional, ya que influye en la manera en que el individuo se relaciona consigo mismo y con los demás. Según Rosenberg (2022), la autoestima es un constructo multidimensional que abarca tanto la autopercepción positiva como la negativa, y está vinculada con el bienestar psicológico y la capacidad de afrontar los desafíos cotidianos.

(Orth & Robins, 2014), enfatizan la autoestima como una percepción subjetiva y evaluación individual del propio valor, dignidad y capacidad. Esta percepción influye en una amplia gama de aspectos de la vida de una persona, incluyendo sus actitudes, emociones y comportamientos. Además, destacan que la autoestima es dinámica y puede desarrollarse a lo largo del tiempo a través de experiencias y relaciones significativas.

(Mruk, 2013), conceptualiza la autoestima como una evaluación global de uno mismo en términos de valía personal y competencia en áreas importantes de la vida. Este enfoque reconoce que la autoestima no se limita a una sola dimensión, sino que abarca múltiples aspectos de la identidad y el rendimiento. Mruk también destaca la importancia de la autoaceptación y la autoafirmación como componentes clave de una autoestima saludable.

(Baumeister et al., 2003), presentan la autoestima como un sistema de creencias cognitivas y afectivas sobre uno mismo. Su definición resalta cómo estas creencias influyen en la forma en que las personas se ven a sí mismas y en su comportamiento. Además, examinan la relación entre la autoestima y resultados importantes, como el rendimiento, el éxito interpersonal, la felicidad y el estilo de vida saludable, lo que sugiere que la autoestima puede tener impactos significativos en múltiples áreas de la vida.

2.2.2.2.: Modelos Teóricos de autoestima

- **Modelo de Autoestima de Rosenberg**

(Rosenberg, 1965), este modelo se basa en la idea de que la autoestima es una evaluación subjetiva y generalizada de la valía personal. Rosenberg sugiere que la autoestima se deriva de la comparación entre el yo real y el yo ideal. Una discrepancia significativa entre estos dos conceptos de sí mismo puede conducir a una autoestima baja. Este modelo ha sido ampliamente utilizado en la investigación psicológica y ha sido fundamental para comprender la autoestima en diversas poblaciones y contextos.

- **Modelo de Autoestima de Branden**

(Branden, 1994), enfoca la autoestima como la evaluación de uno mismo basada en la relación entre el yo real y el yo ideal. Sostiene que una autoestima saludable se fundamenta en la congruencia entre estos dos conceptos de sí mismo, es decir, cuanto más cerca esté el yo real del yo ideal, más alta será la autoestima. Además, Branden destaca la importancia de la autoaceptación, la autoafirmación y la responsabilidad personal en el desarrollo de la autoestima.

- **Modelo de Autoestima Basado en la Teoría de la Autodeterminación**

(Deci & Ryan, 2000), Según la teoría de la autodeterminación, la autoestima se basa en el cumplimiento de tres necesidades psicológicas básicas: la autonomía (sentirse competente y autónomo en la toma de decisiones), la competencia (sentirse eficaz en las actividades que uno realiza) y la relación (sentirse conectado y relacionado con los demás). Cuando estas necesidades son satisfechas, se promueve una autoestima saludable y duradera.

2.2.2.3.: Dimensiones de autoestima

- **Perspectiva de autoestima positiva:**

De acuerdo al instrumento diseñado por Rossemberg, desde una perspectiva de autoestima positiva, una persona tiende a tener una evaluación favorable y constructiva de sí misma. Esto implica sentirse valioso, competente y digno. Según Rosenberg, una autoestima positiva se basa en una percepción de valía

personal y una aceptación positiva del yo. Las personas con una autoestima positiva tienen una visión generalmente optimista de sí mismas y tienden a enfrentar los desafíos de la vida con confianza y resiliencia

- **Perspectiva de autoestima negativa:**

De acuerdo con el instrumento diseñado por Rossemberg, desde una perspectiva de autoestima negativa, una persona puede experimentar una evaluación desfavorable y autocrítica de sí misma. Esto puede incluir sentimientos de inutilidad, inseguridad y autodesprecio. En términos de la teoría de Rosenberg, una autoestima negativa surge cuando hay una discrepancia significativa entre el yo real y el yo ideal, lo que puede llevar a sentimientos de insatisfacción y baja autovaloración. Las personas con una autoestima negativa pueden experimentar dificultades para enfrentar los desafíos de la vida y pueden tener un autocuidado deficiente.

2.3. Marco Conceptual

1. Adolescente:

La etapa de la adolescencia ocurre entre la infancia y la edad adulta, generalmente entre los 10 y los 19 años. A pesar de la dificultad para establecer límites precisos de edad, esta fase es fundamental en términos de adaptación, funcionalidad y toma de decisiones.

2. Autoestima:

La autoestima se describe como la manera en que una persona se ve a sí misma, considerando su valía y habilidades. Esta visión abarca tanto aspectos

favorables como desfavorables de la persona y puede tener un impacto en su salud emocional y mental.

3. Confianza en si mismo:

La confianza en uno mismo y en las propias habilidades es fundamental para enfrentar desafíos emocionales y lograr metas en la vida. Mantener un nivel adecuado de confianza es vital para el bienestar mental y el logro personal, facilitando la toma de decisiones y la capacidad de adaptación. La base de esta confianza radica en la autoconciencia, permitiéndonos explorar y reflexionar incluso sobre nuestras emociones más difíciles.

4. Dependencia:

Se describe la dependencia como una situación en la cual la capacidad funcional o intrínseca de una persona ha disminuido tanto que ya no puede llevar a cabo por sí misma las actividades esenciales de la vida cotidiana.

5. Internet:

Internet es un sistema descentralizado de redes interconectadas mediante un conjunto de protocolos llamado TCP/IP. El concepto de Internet se emplea para describir una red global de computadoras conectadas entre sí con el propósito de compartir información de acceso público. Esta red utiliza un protocolo común para facilitar la comunicación entre los diferentes dispositivos.

6. Redes sociales:

Las redes sociales son plataformas y aplicaciones que funcionan en diferentes niveles, ya sea profesional, interpersonal, entre otros, con el

propósito de facilitar el intercambio de información entre individuos y/o empresas.

7. Riesgos digitales:

Un riesgo digital es cualquier amenaza o peligro potencial que surge en el entorno digital o en el uso de tecnologías digitales. Estos riesgos pueden incluir la exposición a virus informáticos, malware, phishing, robo de identidad, fraudes en línea, suplantación de identidad, ciberacoso, pérdida de datos, entre otros. En resumen, un riesgo digital es cualquier situación que pueda poner en peligro la seguridad, privacidad o integridad de la información o los usuarios en el mundo digital.

8. Salud mental:

La salud mental es una condición vital que capacita a las personas para afrontar el estrés diario, potenciar sus habilidades, desempeñarse eficientemente en el trabajo y el aprendizaje, y contribuir al progreso de su entorno. Es un pilar esencial de la salud y el bienestar, sustentando nuestra capacidad individual y colectiva para tomar decisiones, forjar relaciones y moldear nuestro entorno. Además, es un derecho humano fundamental y un factor crucial en el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico.

9. Seguridad en línea:

La seguridad en línea se refiere a las medidas y prácticas diseñadas para proteger la información, la privacidad y la integridad de los usuarios mientras navegan por Internet o utilizan servicios en línea.

10. Tecnología:

La tecnología comprende un conjunto de conocimientos, herramientas, técnicas y procesos empleados para crear productos, sistemas y servicios con el fin de satisfacer las necesidades humanas y mejorar la calidad de vida. Este término engloba tanto dispositivos físicos como software, así como los métodos y procedimientos utilizados en su diseño, fabricación, implementación y uso. Su alcance abarca diversos campos, desde la informática y la electrónica hasta la biotecnología y la ingeniería, y su aplicación se extiende a áreas como la medicina, la educación, la industria, las comunicaciones y otros aspectos cotidianos.

CAPÍTULO III: MÉTODO

3.1. Tipo de investigación

(Carrasco, 2009), en el contexto de una tesis, se caracteriza por su enfoque hacia la resolución de problemas prácticos y la generación de soluciones con aplicabilidad directa en la sociedad o en un ámbito específico. A diferencia de la investigación básica, su objetivo principal es abordar desafíos concretos y responder preguntas específicas, utilizando el conocimiento teórico y conceptual para desarrollar intervenciones prácticas y evaluar su efectividad. Este enfoque implica una estrecha colaboración con los interesados relevantes y una atención especial a la evaluación del impacto de las soluciones propuestas, con el fin de garantizar su utilidad y relevancia para aquellos que las utilizarán.

3.2. Diseño de investigación

(Hernandez & Sampieri, 2014); se caracteriza por ser no experimental, correlacional descriptivo y transversal.

En este enfoque, se observan y registran fenómenos en su entorno natural sin intervención del investigador en la manipulación de variables. Se busca examinar las relaciones entre variables sin establecer relaciones causales, describir detalladamente características específicas de la población o fenómeno estudiado y recopilar datos en un solo punto en el tiempo, ofreciendo una instantánea de la situación sin seguimiento a lo largo del tiempo.

3.3. Población y muestra

- **Población:**

(Hernandez & Sampieri, 2014), la población está compuesta por las siete secciones de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Simón Bolívar, donde cada sección consta de 30 estudiantes. Por lo tanto, la población total consiste en todos los estudiantes matriculados en quinto grado de secundaria en dicha institución, incluyendo a los estudiantes de todas las secciones.

- **Muestra:**

(Hernandez & Sampieri, 2014), para determinar la muestra de acuerdo a los 210 estudiantes del quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Simón Bolívar se toma en cuenta la fórmula de muestreo aleatorio simple para las poblaciones finitas siendo la siguiente:

$$n_0 = \frac{Z^2 N \cdot P \cdot Q}{Z^2 P \cdot Q + (N - 1) E^2}$$

Donde:

- Z: Valor crítico de la distribución normal estándar para un nivel de confianza determinado = 1.96
- N: Tamaño de la población = 210
- p: La proporción estimada de la población que tiene la característica de interés = 0.5
- $q = 1-p$
- E: El error de estimación permitido = 0.05

Se reemplazan los datos obtenidos y en la aplicación de la fórmula de una población de 210 estudiantes se obtiene un total de **136** estudiantes para aplicar los instrumentos correspondientes aclarando que los **136** deben ser únicamente estudiantes del quinto grado de secundaria de la I.E. Simón Bolívar y su aplicación deberá de ser de forma aleatoria con el fin de tener un buen nivel de confianza en la obtención de los datos.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

- La técnica de encuesta es un método de recopilación de datos utilizado en investigaciones empíricas que consiste en la obtención sistemática de información a través de la formulación de preguntas a individuos o grupos dentro de una muestra representativa de la población de interés. Esta técnica suele involucrar el uso de cuestionarios estructurados o entrevistas estandarizadas, diseñados para obtener respuestas específicas sobre actitudes, opiniones, comportamientos u otras variables de interés. Las encuestas pueden realizarse de manera presencial, telefónica, por correo electrónico o en línea, y se utilizan para obtener datos cuantitativos que permitan analizar y comprender fenómenos sociales, psicológicos, económicos o de otra índole.
- Para la presente investigación, el instrumento de cuestionario es una herramienta diseñada específicamente para recopilar datos sobre dos variables de interés: la dependencia de las redes sociales y la

autoestima. Un instrumento de cuestionario es un conjunto estructurado de preguntas que se administran de manera estandarizada a los participantes de la investigación con el fin de medir sus actitudes, creencias, comportamientos u otras variables relevantes para el estudio. Este instrumento consta de dos partes distintas, una dirigida a evaluar la dependencia de las redes sociales y otra destinada a medir la autoestima de los participantes. Cada parte del cuestionario incluye preguntas específicas diseñadas para capturar aspectos relevantes de la dependencia de las redes sociales y la autoestima, respectivamente. El instrumento de cuestionario proporciona una manera sistemática y eficaz de recopilar datos sobre estas variables para su posterior análisis e interpretación en el contexto de la investigación.

- Para lo cual es comprobar estadísticamente cada una de las variables utilizadas para esta pesquisa, por lo que fue necesario tener fiabilidad por medio del alfa de Cronbach para la variable dependencia a las redes sociales y para la siguiente variable autoestima ambas variables buscan una relación aplicada a estudiantes del quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar. Es por ello que se muestran las siguientes tablas por cada variable:

- **A. Cronbach dependencia de redes sociales y autoestima**

Tabla 2

Fiabilidad de la dependencia a las redes sociales

Cronbach	Número de elementos
,942	24

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación



La tabla 2 muestra que la fiabilidad de la escala que mide la dependencia de redes sociales es muy alta, con un coeficiente alfa de Cronbach de 0,942. Este valor indica una excelente consistencia interna, lo que significa que las 24 preguntas del cuestionario son altamente coherentes entre sí y miden de manera precisa el mismo constructo, en este caso, la dependencia de redes sociales. Una fiabilidad tan alta sugiere que los resultados obtenidos con esta escala serán consistentes y reproducibles, proporcionando una base sólida para investigaciones o evaluaciones sobre el uso de redes sociales.

Tabla 3
Fiabilidad de autoestima

Cronbach	Número de elementos
,842	10

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación.



La tabla 3 muestra que la fiabilidad de la escala que mide la autoestima tiene un coeficiente alfa de Cronbach de 0,842. Este valor indica una buena consistencia interna, lo que significa que las 10 preguntas del cuestionario están razonablemente correlacionadas entre sí y miden de manera consistente el mismo constructo, en este caso, la autoestima. Una fiabilidad de 0,842 sugiere que los

resultados obtenidos con esta escala son confiables y reproducibles, aunque no tan altos como los valores cercanos a 1, sigue siendo un nivel aceptable para investigaciones o evaluaciones psicológicas

3.5. Técnica de procesamiento y análisis de datos

La técnica de procesamiento y análisis de datos aplicada en esta tesis fue un proceso meticuloso que combinó diversas herramientas tecnológicas para garantizar un análisis exhaustivo y riguroso. En primer lugar, se emplearon software estadístico avanzado para realizar un tratamiento cuantitativo de los datos, permitiendo el uso de métodos estadísticos complejos que ofrecieron un nivel elevado de precisión en la identificación de patrones y tendencias dentro de la información recolectada.

Complementariamente, se utilizaron hojas de cálculo específicas para el entorno fabril, que facilitaron la organización, clasificación y segmentación de los datos de manera estructurada. Estas hojas de cálculo no solo permitieron el manejo eficiente de grandes volúmenes de datos, sino que también soportaron la ejecución de cálculos automatizados y la representación gráfica de los resultados, lo que contribuyó a un análisis más visual y comprensible.

Además, la redacción de los resultados y las interpretaciones fue apoyada por programas de procesamiento de texto, que permitieron una elaboración detallada y coherente de los documentos finales. Este proceso no solo garantizó que las interpretaciones fueran claras y bien fundamentadas, sino que también aseguró que estuvieran alineadas con los objetivos de la investigación y respondieran adecuadamente a las hipótesis planteadas.

La integración de estas herramientas y técnicas permitió no solo el procesamiento eficiente de los datos, sino también la producción de

interpretaciones analíticas profundas y fundamentadas, que aportaron insights significativos a la investigación. Esto subraya la importancia de una metodología robusta en la elaboración de estudios académicos, asegurando que los resultados obtenidos sean fiables, reproducibles y relevantes para el campo de estudio.

**CAPÍTULO IV:
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS**

4.1. Presentación de resultados por variable y dimensiones

Tabla 4

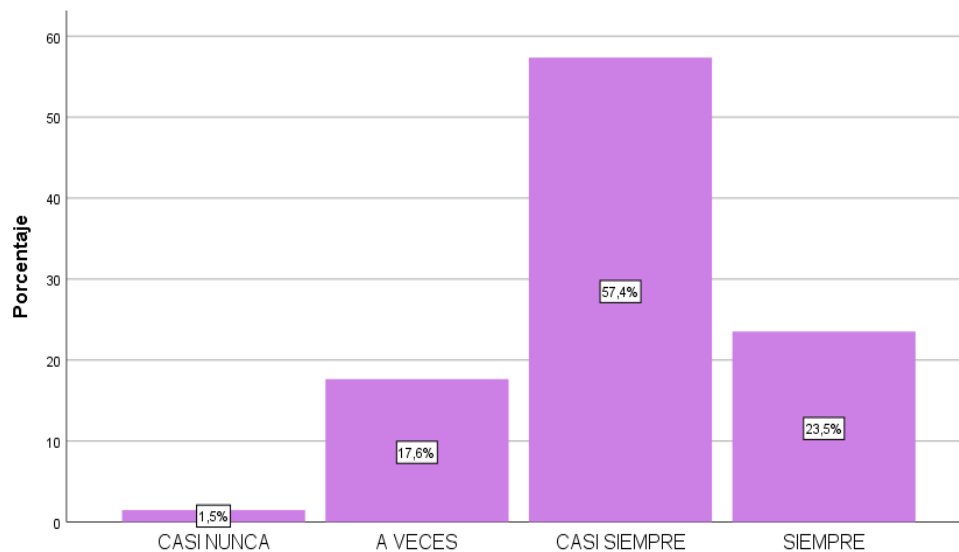
Dependencia a las redes sociales

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	CASI NUNCA	2	1,5	1,5	1,5
	A VECES	24	17,6	17,6	19,1
	CASI SIEMPRE	78	57,4	57,4	76,5
	SIEMPRE	32	23,5	23,5	100,0
	Total	136	100,0	100,0	

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

Figura 1

Dependencia a las redes sociales



Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

La tabla 4 muestra los resultados de un cuestionario sobre la dependencia a las redes sociales aplicado a 136 estudiantes de quinto grado del nivel secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar. De los encuestados, solo el 1,5% (2 estudiantes) reportaron usar las redes sociales "casi nunca", mientras que el 17,6% (24 estudiantes) indicaron usarlas "a veces". La mayoría de los estudiantes, el 57,4% (78 estudiantes), señalaron que usan las redes sociales "casi siempre", y el 23,5% (32 estudiantes) indicaron que las usan "siempre". Estos datos reflejan una alta dependencia a las redes sociales entre los estudiantes, ya que el 80,9% de ellos (sumando las categorías de "casi siempre" y "siempre") utiliza las redes sociales con gran frecuencia.

Tabla 5

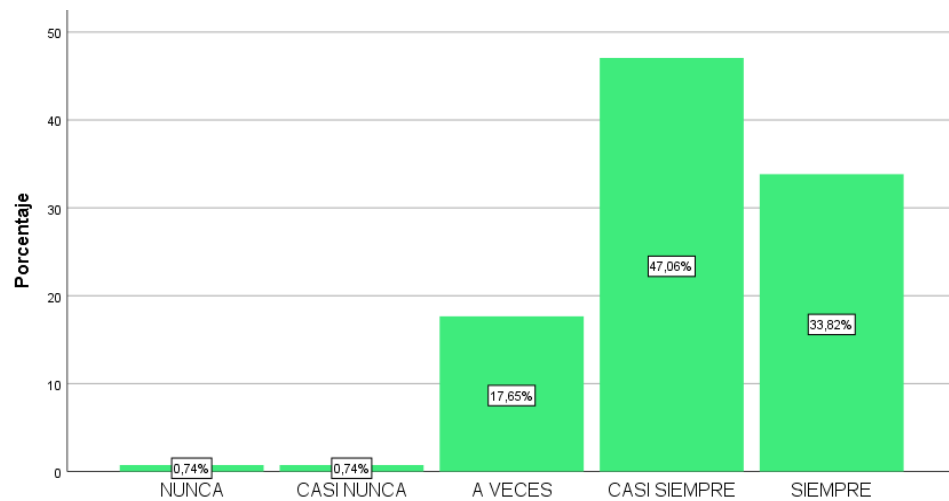
Dimensión 1 obsesión por las redes sociales

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	NUNCA	1	,7	,7	,7
	CASI NUNCA	1	,7	,7	1,5
	A VECES	24	17,6	17,6	19,1
	CASI SIEMPRE	64	47,1	47,1	66,2
	SIEMPRE	46	33,8	33,8	100,0
	Total	136	100,0	100,0	

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

Figura 2

Dimensión 1 obsesión por las redes sociales



Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

La tabla 5 muestra los resultados de la dimensión 1 "obsesión por las redes sociales" de la variable "dependencia a las redes sociales", basada en un cuestionario aplicado a 136 estudiantes. De estos, solo el 0,7% (1 estudiante) indicó "nunca" sentirse obsesionado por las redes sociales, y otro 0,7% (1 estudiante) señaló "casi nunca". El 17,6% (24 estudiantes) mencionó sentirse obsesionado "a veces". La mayor parte de los estudiantes, el 47,1% (64 estudiantes), reportó sentirse obsesionado "casi siempre", mientras que el 33,8% (46 estudiantes) se siente obsesionado "siempre". Esto revela que un 80,9% de los encuestados experimenta una alta frecuencia de obsesión por las redes sociales, lo que indica una significativa dependencia en esta dimensión.

Tabla 6

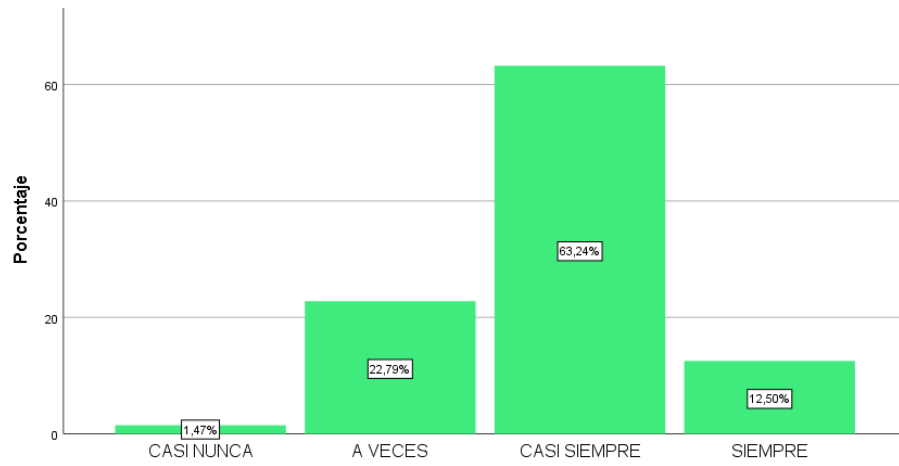
Dimensión 2 falta de control personal

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	CASI NUNCA	2	1,5	1,5	1,5
	A VECES	31	22,8	22,8	24,3
	CASI SIEMPRE	86	63,2	63,2	87,5
	SIEMPRE	17	12,5	12,5	100,0
	Total	136	100,0	100,0	

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

Figura 3

Dimensión 2 falta de control personal



Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

La tabla 6 presenta los resultados de la dimensión 2 "falta de control personal" de la variable "dependencia a las redes sociales", basada en un cuestionario aplicado a 136 estudiantes. De estos, solo el 1,5% (2 estudiantes) indicó experimentar "casi nunca" falta de control personal sobre el uso de las redes sociales, mientras que el 22,8% (31 estudiantes) reportó esta falta de control "a veces". La mayoría de los estudiantes, el 63,2% (86 estudiantes), señaló sentir "casi siempre" falta de control personal, y el 12,5% (17 estudiantes) indicó sentirlo "siempre". Estos resultados reflejan que un 75,7% de los encuestados experimenta una frecuente falta de control personal sobre su uso de las redes sociales, indicando una alta dependencia en esta dimensión.

Tabla 7

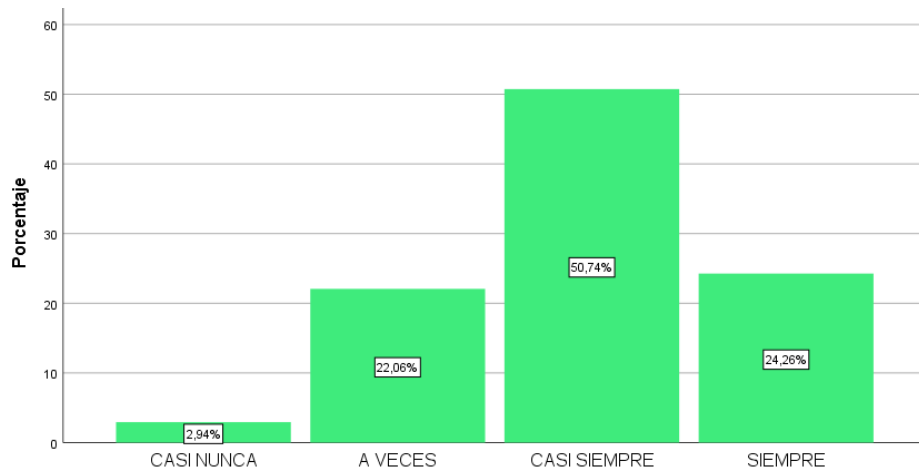
Dimensión 3 Uso excesivo de las redes

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	CASI NUNCA	4	2,9	2,9	2,9
	A VECES	30	22,1	22,1	25,0
	CASI SIEMPRE	69	50,7	50,7	75,7
	SIEMPRE	33	24,3	24,3	100,0
	Total	136	100,0	100,0	

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

Figura 4

Dimensión 3 Uso excesivo de las redes



Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

La tabla 7 presenta los resultados de la dimensión 3 "uso excesivo de las redes" de la variable "dependencia a las redes sociales", basada en un cuestionario aplicado a 136 estudiantes. De estos, el 2,9% (4 estudiantes) indicó usar las redes sociales "casi nunca" de manera excesiva, mientras que el 22,1% (30 estudiantes) reportó hacerlo "a veces". La mayoría de los

estudiantes, el 50,7% (69 estudiantes), señaló usar las redes sociales de manera excesiva "casi siempre", y el 24,3% (33 estudiantes) indicó hacerlo "siempre". Estos resultados revelan que un 75% de los encuestados tiende a usar las redes sociales de forma excesiva con alta frecuencia, lo que indica una notable dependencia en esta dimensión.

Tabla 8

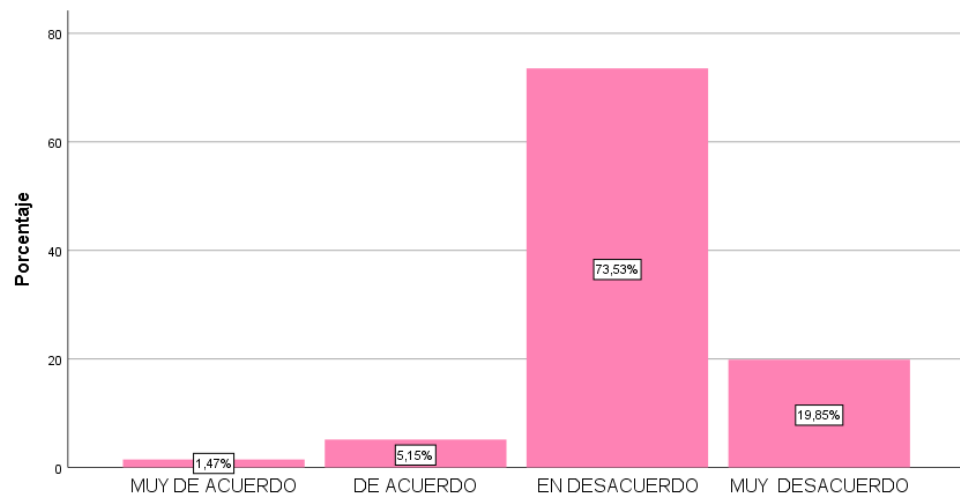
Variable 2 autoestima

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MUY DE ACUERDO	2	1,5	1,5	1,5
	DE ACUERDO	7	5,1	5,1	6,6
	EN DESACUERDO	100	73,5	73,5	80,1
	MUY DESACUERDO	27	19,9	19,9	100,0
	Total	136	100,0	100,0	

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

Figura 5

Variable 2 autoestima



Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

La tabla 8 muestra los resultados de la variable 2 "autoestima" basada en un cuestionario aplicado a 136 estudiantes. De estos, solo el 1,5% (2 estudiantes) se sienten "muy de acuerdo" con tener una alta autoestima, y el 5,1% (7 estudiantes) se sienten "de acuerdo". En contraste, el 73,5% (100 estudiantes) se encuentran "en desacuerdo" con tener una alta autoestima, y el 19,9% (27 estudiantes) se sienten "muy en desacuerdo". Estos resultados indican que una gran mayoría de los encuestados, un 93,4%, tiene una percepción negativa de su autoestima.

Tabla 9

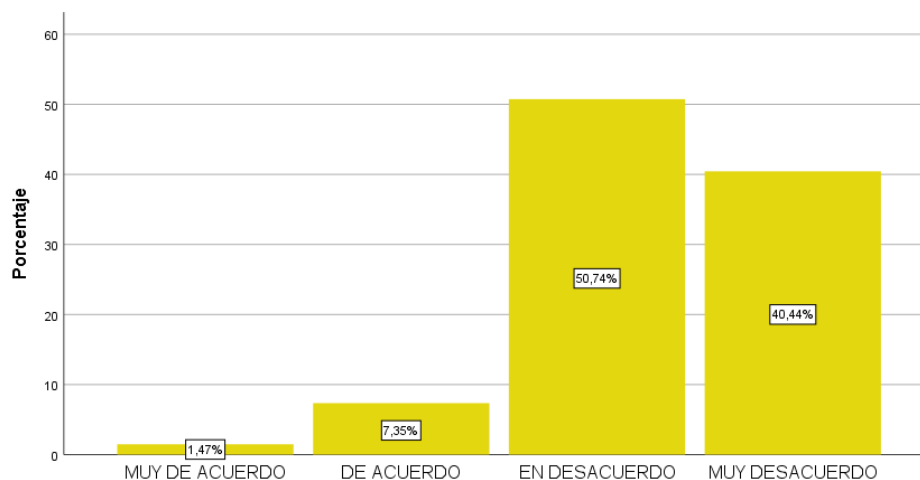
Dimensión 1 perspectiva de autoestima positiva

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MUY DE ACUERDO	2	1,5	1,5	1,5
	DE ACUERDO	10	7,4	7,4	8,8
	EN DESACUERDO	69	50,7	50,7	59,6
	MUY DESACUERDO	55	40,4	40,4	100,0
	Total	136	100,0	100,0	

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

Figura 6

Dimensión 1 perspectiva de autoestima positiva



Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

La tabla 9 muestra la distribución de respuestas de estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar en relación con la Dimensión 1 de la variable autoestima, denominada "Perspectiva de Autoestima Positiva". En total, 136 estudiantes participaron en la encuesta. De estos, el 1.5% estuvo "Muy de acuerdo" con esta perspectiva, mientras que el 7.4% estuvo "De acuerdo". Por otro lado, un considerable 50.7% expresó "En desacuerdo" y un 40.4% indicó "Muy en desacuerdo". Estos porcentajes reflejan las diferentes percepciones y actitudes de los estudiantes de quinto grado hacia la autoestima positiva, sugiriendo una tendencia mayoritaria hacia la desaprobación o negación de esta perspectiva en comparación con la aceptación o acuerdo.

Tabla 10

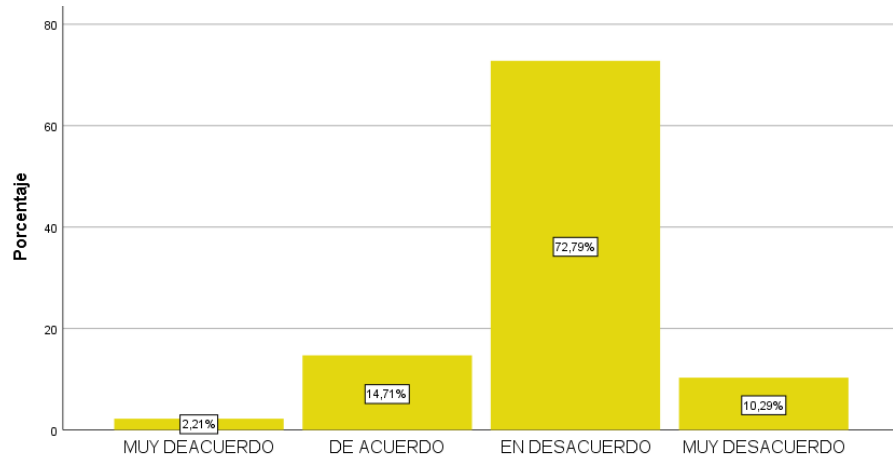
Perspectiva de autoestima negativa

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MUY DEACUERDO	3	2,2	2,2	2,2
	DE ACUERDO	20	14,7	14,7	16,9
	EN DESACUERDO	99	72,8	72,8	89,7
	MUY DESACUERDO	14	10,3	10,3	100,0
	Total	136	100,0	100,0	

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

Figura 7

Perspectiva de autoestima negativa



Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

La tabla 10 representa la distribución de respuestas de estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar en relación con la Dimensión 1 de la variable autoestima, enfocada en la "Perspectiva de Autoestima Negativa". En total, 136 estudiantes participaron en la encuesta. Los resultados muestran que el 2.2% de los estudiantes están "Muy de acuerdo" con esta perspectiva negativa, mientras que el 14.7% están "De acuerdo". Por otro lado, un significativo 72.8% expresó "En desacuerdo" y un 10.3% indicó estar "Muy en desacuerdo". Estos hallazgos sugieren que la mayoría de los estudiantes tienen una postura crítica o negativa hacia la autoestima negativa, con una minoría considerable que la respalda o está de acuerdo con ella.

4.2. Contrastación de hipótesis

La tabla 11 presenta los resultados de las pruebas de normalidad utilizando los estadísticos Kolmogorov-Smirnov y Shapiro-Wilk para las variables "Dependencia a las redes sociales" y "Autoestima". En ambos casos, los estadísticos obtenidos junto con los p-valores indican que los datos no siguen una distribución normal, ya que los p-valores son significativamente menores que cualquier nivel de significancia convencional (0.05). Esto sugiere que tanto la dependencia a las redes sociales como la autoestima entre los estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar no están distribuidas normalmente, lo cual es importante considerar al interpretar cualquier análisis estadístico posterior que asuma normalidad en los datos. A lo que representa utilizar el estadístico de Rho Spearman para hallar las hipótesis planteadas en el desarrollo de esta investigación.

Tabla 11

Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Dependencia a las redes sociales	,292	136	,000	,812	136	,000
Autoestima	,387	136	,000	,671	136	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

4.2.1. Hipótesis General

- **Formulación de hipótesis estadística**

- H_1 Existe relación entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.
- H_0 No existe relación entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.

Tabla 12

Relación entre la dependencia a las redes sociales y a la autoestima

		Dependencia a las redes sociales		
				Autoestima
Rho de Spearman	Dependencia a las redes sociales	Coefficiente de correlación	1,000	,220*
		Sig. (bilateral)	.	,010
		N	136	136
	Autoestima	Coefficiente de correlación	,220*	1,000
		Sig. (bilateral)	,010	.
		N	136	136

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

Basándome en los resultados de la tabla, se observa que hay una correlación significativa y positiva, aunque débil, entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en los estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua en 2024, con un coeficiente de correlación de Spearman de 0.220 y un p-valor de 0.010.

Este hallazgo indica que, en general, a medida que aumenta la dependencia a las redes sociales, también tiende a incrementarse la autoestima entre los estudiantes evaluados. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula (H0), que planteaba la inexistencia de relación entre estas variables, y se acepta la hipótesis alternativa (H1), que sugiere la presencia de una relación entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en este grupo específico de estudiantes.

Hay un 22% de correlación positiva entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima.

La probabilidad de que este resultado sea producto del azar es solo del 1%, lo que respalda la decisión de rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa.

4.2.2. Hipótesis Especifica 1

- H₁ Existe relación entre la obsesión por las redes y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.
- H₀ No existe relación entre la obsesión por las redes y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.

Tabla 13

Correlación entre la obsesión por las redes y la autoestima

		Obsesión por las redes		Autoestima
Rho de Spearman	Obsesión por las redes	Coefficiente de correlación	1,000	,240**
		Sig. (bilateral)	.	,005
		N	136	136

Autoestima	Coefficiente de correlación	,240**	1,000
	Sig. (bilateral)	,005	.
	N	136	136

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

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

Los resultados muestran una correlación significativa y positiva entre la obsesión por las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua en 2024, con un coeficiente de correlación de Spearman de 0.240 y un p-valor de 0.005. Esto indica que conforme aumenta la obsesión por las redes sociales, también tiende a incrementarse la autoestima en estos estudiantes, y viceversa, aunque la fuerza de la relación es moderada. Por lo tanto, los datos proporcionan suficiente evidencia para rechazar la hipótesis nula (H0), que planteaba la ausencia de relación entre estas variables, y apoyar la hipótesis alternativa (H1), que sugiere que sí existe una relación entre la obsesión por las redes sociales y la autoestima en este grupo específico de estudiantes.

4.2.3. Hipótesis Especifica 2

- H₁ Existe relación entre la falta de control personal y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.
- H₀ No Existe relación entre la falta de control personal y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.

Tabla 14

Correlación de la falta de control personal y la autoestima

		Falta de control personal)		Autoestima
Rho de Spearman	Falta de control personal	Coeficiente de correlación	1,000	,189*
		Sig. (bilateral)	.	,027
		N	136	136
	Autoestima	Coeficiente de correlación	,189*	1,000
		Sig. (bilateral)	,027	.
		N	136	136

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

Los resultados muestran una correlación significativa y positiva entre la falta de control personal y la autoestima en estudiantes de quinto grado

de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua en 2024, con un coeficiente de correlación de Spearman de 0.189 y un p-valor de 0.027. Esto indica que a medida que aumenta la percepción de falta de control personal, también tiende a incrementarse la autoestima en estos estudiantes, y viceversa, aunque la fuerza de la relación es leve. Por lo tanto, los datos proporcionan suficiente evidencia para rechazar la hipótesis nula (H0), que sugiere la ausencia de relación entre estas variables, y apoyar la hipótesis alternativa (H1), que indica que sí existe una relación entre la falta de control personal y la autoestima en este grupo específico de estudiantes.

4.2.4. Hipótesis Especifica 3

- H₁ Existe relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.
- H₀ No Existe relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.

Tabla 15

Correlación entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima

	Uso excesivo de las redes sociales	Autoestima

Rho de Spearman	Uso excesivo de las redes sociales	Coeficiente de correlación	1,000	,182*
		Sig. (bilateral)	.	,034
		N	136	136
	Autoestima	Coeficiente de correlación	,182*	1,000
		Sig. (bilateral)	,034	.
		N	136	136

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Nota: Diseñado por la autora intelectual de la investigación

Los resultados muestran una correlación significativa y positiva entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua en 2024, con un coeficiente de correlación de Spearman de 0.182 y un p-valor de 0.034. Esto sugiere que conforme aumenta el uso excesivo de las redes sociales, también tiende a incrementarse la autoestima en estos estudiantes, y viceversa, aunque la magnitud de la relación es leve. Por lo tanto, los datos proporcionan suficiente evidencia para rechazar la hipótesis nula (H0), que planteaba la falta de relación entre estas variables, y respaldar la hipótesis alternativa (H1), que indica que sí existe una relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en este grupo específico de estudiantes.

4.3. Discusión de resultados

La discusión de los resultados basados en los antecedentes proporcionados revela varios aspectos cruciales sobre la relación entre la autoestima, el uso de redes sociales y la salud mental en adolescentes. Los estudios revisados consistentemente destacan que una baja autoestima está asociada con diversas problemáticas, como trastornos alimentarios, ansiedad y uso problemático de redes sociales. Por ejemplo,

Frieiro et al. (2022) identificaron que la baja autoestima contribuye significativamente a comportamientos relacionados con trastornos alimentarios en adolescentes, fenómeno que puede ser exacerbado por una interacción intensa en redes sociales. Este hallazgo sugiere que los adolescentes con baja autoestima pueden recurrir a las redes sociales como un medio para buscar validación externa o compararse con otros, lo que podría aumentar la vulnerabilidad a desarrollar comportamientos desordenados relacionados con la alimentación.

Además, Hai & Yang (2022) y (2022) profundizaron en cómo la comparación de la apariencia en redes sociales puede desencadenar ansiedad entre mujeres jóvenes, mediada por la percepción de la imagen corporal y la autoestima. Estos estudios resaltan que las plataformas de redes sociales no solo son espacios para la interacción social, sino que también actúan como entornos donde se intensifica la comparación social, lo cual puede tener consecuencias negativas para la salud mental, especialmente en adolescentes en desarrollo de la autoimagen y la identidad.

A nivel nacional, Mayorca et al. (2023) y Iglesias & Minetto (2022) exploraron cómo el uso de redes sociales y la autoestima se entrelazan con el rendimiento académico y el locus de control en adolescentes peruanos. Estos estudios sugieren que el uso problemático de redes sociales puede influir negativamente en la autoestima de los adolescentes, lo que a su vez puede afectar su desempeño académico y su capacidad para gestionar el control sobre sus propias vidas.

Bedoya (2021) añade otra capa de comprensión al evidenciar una relación bidireccional entre el uso adictivo de redes sociales y la autoestima baja, donde el uso excesivo de las plataformas podría estar

exacerbando sentimientos de inseguridad y baja autovaloración, perpetuando un ciclo que afecta negativamente la salud emocional de los adolescentes.

En conjunto, estos estudios subrayan la importancia crítica de fortalecer la autoestima y fomentar una interacción saludable en redes sociales durante la adolescencia. Las estrategias preventivas y educativas deben abordar no solo la promoción de una autoestima positiva, sino también la enseñanza de habilidades digitales y estrategias para gestionar la comparación social y las presiones en línea. Estas intervenciones podrían tener un impacto significativo en la salud mental y el bienestar general de los adolescentes, ayudándoles a desarrollar una relación más equilibrada y saludable con las tecnologías digitales y consigo mismos.

CAPÍTULO V:

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

- Relación significativa entre dependencia a las redes sociales y autoestima: Los datos revelaron una correlación positiva significativa entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima ($r_s = 0.220$, $p = 0.010$). Este hallazgo indica que a medida que aumenta la dependencia a las redes sociales, también tiende a incrementarse la autoestima entre los estudiantes evaluados.
- Correlación entre obsesión por las redes sociales y autoestima: Se encontró una correlación significativa y positiva entre la obsesión por las redes sociales y la autoestima ($r_s = 0.240$, $p = 0.005$). Esto sugiere que los estudiantes que muestran una mayor obsesión por las redes sociales también tienden a tener una autoestima más elevada, y viceversa, aunque la relación no es extremadamente fuerte.

- Falta de control personal y su relación con la autoestima: Se observó una correlación positiva significativa entre la falta de control personal y la autoestima ($r_s = 0.189$, $p = 0.027$). Esto indica que los estudiantes que perciben una mayor falta de control sobre su vida personal también tienden a tener una autoestima más alta, y viceversa, aunque la asociación es de magnitud leve.
- Uso excesivo de las redes sociales y autoestima: También se encontró una correlación positiva significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima ($r_s = 0.182$, $p = 0.034$). Esto sugiere que los estudiantes que hacen un uso más intenso y prolongado de las redes sociales tienden a tener una autoestima más alta, y viceversa, aunque la relación es leve en términos de magnitud.

5.2. Recomendaciones

- Desarrollo e implementación de talleres focalizados sobre el uso saludable de redes sociales: Los tutores, en coordinación con especialistas en psicopedagogía, deben diseñar y llevar a cabo talleres interactivos dirigidos a los estudiantes, centrados en estrategias concretas para evitar la dependencia de las redes sociales. Estos talleres deben incluir sesiones sobre la identificación de comportamientos problemáticos, técnicas de gestión del tiempo online, y la promoción de actividades alternativas que fomenten el uso crítico y saludable de las plataformas digitales.
- Fortalecimiento integral de la autoestima a través de programas específicos y personalizados: Los orientadores educativos deben coordinar programas de desarrollo personal con actividades detalladas y dirigidas a grupos con diferentes necesidades, como dinámicas de fortalecimiento emocional, técnicas de resolución de conflictos, y ejercicios de autoevaluación positiva. Estos programas deben integrarse de manera continua dentro de las sesiones de tutoría, con un enfoque personalizado para abordar las áreas de baja autoestima en los estudiantes de manera más efectiva.
- Intervenciones preventivas estructuradas por parte del psicólogo educativo: El psicólogo escolar debe establecer un cronograma de evaluaciones individuales y grupales, utilizando herramientas de medición específicas (como encuestas psicológicas y entrevistas personalizadas) para detectar tempranamente signos de dependencia a las redes sociales y niveles bajos de autoestima. En función de los resultados, se deben diseñar planes de intervención preventiva, con sesiones individuales y grupales, para ofrecer un apoyo psicológico continuo que se ajuste a las necesidades detectadas.
- Monitoreo continuo y adaptativo del bienestar estudiantil: Los tutores y psicólogos deben establecer un sistema de seguimiento

detallado y periódico que incluya la recolección de datos sobre el comportamiento en redes sociales y el estado emocional de los estudiantes a través de encuestas, entrevistas y observaciones. Este monitoreo debe estar estructurado para detectar cualquier cambio en la autoestima o la conducta relacionada con las redes sociales, ajustando las estrategias de intervención de manera proactiva y basada en evidencias para mejorar su efectividad.

BIBLIOGRAFÍA

- Andreassen, C., Pallesen, S., & Griffiths, M. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64(4), 293.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Baumeister, R., Campbell, J., Krueger, J., & Vohs, K. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 44(1), 214.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/1529-1006.01431>
- Bedoya, C. (2021). *ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES*. Universidad de Lima.
- Boyd, D. (2008). Taken out of context: American teen sociality in networked publics. *Berkeley, CA: University of California Press*, 8(2), 226.
- Branden, N. (1994). *The six pillars of self-esteem* (Bantam (ed.)).
- Carrasco, J. (2009). *Estadística descriptiva* (McMadrid (ed.); 5ta edición).
- Costantini, A., Semeraro, C., Musso, P., Cassibba, R., & Coppola, G. (2022). The Role of Parenting, Dysregulation and Self-Esteem in Adolescents' Problematic Social Network Site Use: A Test of Parallel and Serial Mediation Models in a Healthy Community Sample. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20).
<https://doi.org/10.3390/ijerph192013154>

- Deci, E., & Ryan, R. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*(4), 227. https://doi.org/https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Escurre, L., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales. *Liberabit. Revista de Psicología, 6*(1), 911. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202023000300509
- Escurre, M., & Salas, E. (2015). onstrucción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales. *Liberabit. Revista de Psicología, 20*(1), 91. <https://www.redalyc.org/pdf/686/68631260007.pdf>
- Frieiro, P., González-Rodríguez, R., & Domínguez-Alonso, J. (2022). Self-esteem and socialisation in social networks as determinants in adolescents’ eating disorders. *Health and Social Care in the Community, 30*(6), e4416–e4424. <https://doi.org/10.1111/hsc.13843>
- Griffiths, M. (2005). A “components” model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use, 10*(4), 191–200. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Griffiths, M. D., & Kuss, D. J. (2021). *Social Networking Addiction: Components Model, Causes, and Consequences*. *Journal of Behavioral Addictions, 10*(2), 234-245.
- Hai, R., & Yang, Y. (2022). Social Network Site Appearance Comparison’s Prediction of Anxiety Among Chinese Females: The Mediation Effect of Body Area Satisfaction, Overweight Preoccupation, and Self-Esteem.

Frontiers in Psychiatry, 13(March), 1–6.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.775782>

Hernandez, F., & Sampieri, H. (2014). *Metodología de la investigación científica* (Mc Graw (ed.); Quinta edi).

Iglesias, A., & Minetto, G. (2022). *ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA DE LIMA NORTE*. Universidad Privada del Norte.

Kuss, D., & Griffiths, M. (2017). Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311.
<https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>

Mayorca-Martínez, Y. G., Valle-Salvatierra, W., Velásquez-Castillo, N. A., Reyna-Márquez, E. E., & Zevallos-Escobar, L. E. (2023). Social Networks, Self-Esteem, Locus of Control, and Academic Performance in University Students From Ayacucho-Peru During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 23(15), 209–214.
<https://doi.org/10.33423/jhetp.v23i15.6435>

Medrano, J., Lopez, L., & Diaz, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica - Psychological Research Records*, 7(3), 2832.
<https://doi.org/https://www.elsevier.es/es-revista-acta-investigacion-psicologica-psychological-111-articulo-conducta-adictiva-redes-sociales-su-S2007471917300546>

- Mruk, C. (2013). Self-esteem research, theory, and practice: Toward a positive. *Psychology of Self-Esteem*, 3(1), 18.
- ONU. (2019). Redes sociales y elecciones. *Cuadernos de Discusión de Comunicación e Información* 14, 27.
- Orth, U., & Robins, R. (2014). The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 381.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0963721414547414>
- Rosenberg, M. (1996). *Counseling The Self* (B. Book (ed.)).
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image* (P. U. Press (ed.)).
- Rosenberg, M. (2022). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- UNICEF. (2021). *Aumenta la preocupación por el bienestar de los niños, niñas y adolescentes ante el incremento del tiempo que pasan frente a las pantallas*. Declaración de Henrietta Fore, Directora Ejecutiva de UNICEF, Con Motivo Del Día Para Una Internet Más Segura.
<https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/preocupación-bienestar-ninos-ninas-adolescentes-tiemp-frente-pantalla-internet-seguro>
- Young, K. (1998). The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237. <https://doi.org/https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

ANEXOS
ANEXO N °1 MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables y dimensiones	Metodología						
<p>Problema general: ¿Qué relación existe entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024?</p>	<p>Objetivo general: Determinar la relación que existe entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.</p>	<p>Hipótesis general: Existe relación entre la dependencia a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024.</p>	<p>V1: DEPENDENCIA A LAS REDES SOCIALES Dimensiones: Obsesión por las redes sociales Falta de control personal Uso excesivo de las redes sociales</p>	<p>Tipo de investigación: básica. Nivel de investigación: Explicativo. Diseño de Investigación: No experimental Población y Muestra</p>						
<p>Problemas específicos:</p> <ol style="list-style-type: none"> ¿Qué relación existe entre la obsesión por las redes y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024? ¿Qué relación existe entre la falta de control personal y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024? ¿Qué relación existe entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024? 	<p>Objetivos específicos:</p> <ol style="list-style-type: none"> Determinar la relación que existe entre la obsesión por las redes y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024. Determinar la relación que existe entre la falta de control personal y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024. Determinar la relación que existe entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024. 	<p>Hipótesis específicas</p> <ol style="list-style-type: none"> Existe relación entre la obsesión por las redes y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024. Existe relación entre la falta de control personal y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024. Existe relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024. 	<p>V2: AUTOESTIMA</p> <p>Dimensiones: Perspectiva de autoestima positiva Perspectiva de autoestima negativa</p>	<p>136 estudiantes de la Institución Educativa Emblemática Simon Bolivar</p> <p style="text-align: center;">Cuadro Resumen.</p> <table border="1" data-bbox="1451 724 1976 837"> <thead> <tr> <th>Grupos de investigación</th> <th>Nº Administrativos</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Estudiantes</td> <td>136</td> </tr> <tr> <td>TOTAL:</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos Las documentales, (las fichas bibliográficas, de resumen, de párrafo). Las no documentadas (las encuestas, entrevistas la observación). Técnicas Estadísticas de Análisis y Procesamiento de Datos Las Medidas de Tendencia Central, de Dispersión y Forma. Las medidas de relación y correlación. La Prueba F y el Análisis de Covarianza. Además, se realizará con el software MS-Excel 2010 y el SPSS V.26 para el procesamiento de datos.</p>	Grupos de investigación	Nº Administrativos	Estudiantes	136	TOTAL:	
Grupos de investigación	Nº Administrativos									
Estudiantes	136									
TOTAL:										