



**Universidad
Norbert Wiener**

Powered by **Arizona State University**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD PROGRAMA
ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**

Tesis

Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025

**Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología**

Presentado por:

Autora: Estrada Herrera, Leyla Celene

Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-2458-087X>

Asesor: Mg. Valenzuela Moreno, Erick Jesús

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7485-9593>

Lima – Perú

2025

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo, Leyla Celene Estrada Herrera egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Escuela Académica Profesional de **Psicología** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación “ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE SAN JUAN DE MIRAFLORES, LIMA – 2025” Asesorado por el docente: MG. VALENZUELA MORENO, ERICK JESÚS DNI 47171615 ORCID 0000-0002-7485-9593 tiene un índice de similitud de **24 (veinticuatro) %** con código oid:14912:479769400 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.

.....



Firma de autor 1
 Nombres y apellidos del Egresado
 DNI:

.....
 Firma de autor 2
 Nombres y apellidos del Egresado
 DNI:



.....
 Firma
 Mg. Erick Valenzuela Moreno
 Nombres y apellidos del Asesor
 DNI: 47171615

Lima, 08 de 08 de 2025

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01

En caso se supere el porcentaje de similitud máximo establecido (mayor a 20%), tanto general como por fuente primaria, afirmo que dicho excedente corresponde al marco metodológico del documento. Procedo a detallar y justificar del mismo:

<p>El % toma en cuenta títulos y nombres de los instrumentos y plantillas del formato. Solicito la exoneración de similitud.</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
--

Dedicatoria

A Dios por haberme permitido llegar a este punto y haberme dado la vida para lograr mis objetivos

A mis padres por creer en mí, por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos, sus valores, por la motivación constante que me ha permitido ser una persona de bien para salir adelante y poder cumplir mis objetivos, pero más que nada por su amor incondicional.

Agradecimiento

A los docentes de la Universidad Norbert Wiener, por brindarme su apoyo constante mediante sus conocimientos y por la paciencia en todo el proceso con el fin de una máxima excelencia educativa para así cumplir con la culminación de mi tesis.

Índice general

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Índice general	v
Índice de tablas	vii
Resumen	viii
Abstract	ix
INTRODUCCIÓN	x
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA	1
1.1 Planteamiento del problema	1
1.2 Formulación del problema	3
1.2.1 Problema general	3
1.2.2 Problema específicos	4
1.3 Objetivos de la investigación	4
1.3.1 Objetivo general	4
1.3.2 Objetivos específicos	4
1.4 Justificación de la investigación	5
1.4.1 Teórica	5
1.4.2 Metodológica	5
1.4.3 Práctica	6
1.5 Limitaciones de la investigación	6
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	7
2.1 Antecedentes	7
2.2 Bases Teóricas	12
2.3 Formulación de hipótesis	18

2.3.1. Hipótesis general	18
2.3.2. Hipótesis específicas	18
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	19
3.1 Método de la investigación	19
3.2 Enfoque de la investigación	19
3.3 Tipo de investigación	20
3.4 Diseño de la investigación	20
3.5. Población, muestra y muestreo	20
3.6. Variables y operacionalización	22
3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	24
3.7.1 Técnica	24
3.7.2 Descripción de instrumentos	24
3.7.3 Validación	25
3.7.4 Confiabilidad	27
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos	28
3.9. Aspectos éticos	28
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	30
4.1. Resultados	30
4.1.1 Análisis descriptivo de resultados	30
4.1.2 Prueba de hipótesis	33
4.1.3 Discusión de resultados	37
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	42
5.1. Conclusiones	42
5.2. Recomendaciones	43
REFERENCIAS	44

Índice de tablas

Tabla 1	Matriz de operacionalización de variables	22
Tabla 2	Baremos del Cuestionario de adicción a las redes sociales	24
Tabla 3	Baremos del Inventario de autoestima de Coopersmith	25
Tabla 4	Descripción de las variables demográficas	30
Tabla 5	Descripción de la adicción a las redes sociales	31
Tabla 6	Descripción de la autoestima	31
Tabla 7	Prueba de ajuste de normalidad de Kolmogorov-Smirnov	32
Tabla 8	Correlación entre la adicción a las redes sociales y autoestima	33
Tabla 9	Correlación entre la obsesión por las redes sociales y autoestima	34
Tabla 10	Correlación entre la falta de control personal y autoestima	35
Tabla 11	Correlación entre el uso excesivo de las redes sociales y autoestima	36

Resumen

Esta investigación tuvo como objetivo evaluar la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores. Para ello, se adoptó un enfoque cuantitativo con un método hipotético-deductivo, clasificándose como una investigación de tipo básico, con un diseño no experimental y un nivel correlacional. La muestra estuvo conformada por 236 alumnos de 1° a 5° de secundaria varones o mujeres, con edades comprendidas entre los 12 y 17 años, quienes fueron evaluados mediante el Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) y el Inventario de autoestima de Coopersmith. Los resultados evidenciaron una correlación significativa entre la adicción a las redes sociales y la autoestima ($\rho=-0.39$; $p<0.05$); asimismo, se identificó que la autoestima se asocia con las dimensiones de obsesión por las redes sociales ($\rho=-0.22$; $p<0.05$), falta de control personal ($\rho=-0.32$; $p<0.05$) y uso excesivo de las redes sociales ($\rho=-0.28$; $p<0.05$). Se concluyó que, si los estudiantes adolescentes evidencian una elevada adicción a las redes sociales, su autoestima disminuirá.

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

Abstract

This research aimed to evaluate the relationship between social media addiction and self-esteem in high school students from a public educational institution in San Juan de Miraflores. To do so, a quantitative approach was adopted with a hypothetical-deductive method, classified as a basic type of research, with a non-experimental design and a correlational level. The sample consisted of 236 male or female students from 1st to 5th grade of high school, between the ages of 12 and 17, who were evaluated using the Social Media Addiction Questionnaire (ARS) and the Coopersmith Self-Esteem Inventory. The results showed a significant correlation between social media addiction and self-esteem ($\rho=-0.39$; $p<0.05$); Likewise, self-esteem was found to be associated with the dimensions of social media obsession ($\rho=-0.22$; $p<0.05$), lack of personal control ($\rho=-0.32$; $p<0.05$), and excessive social media use ($\rho=-0.28$; $p<0.05$). It was concluded that if adolescent students show a high level of social media addiction, their self-esteem will decrease.

Keywords: addiction, social media, self-esteem, adolescents.

INTRODUCCIÓN

La adicción a las redes sociales en adolescentes peruanos afecta su autoestima, ya que la búsqueda de validación y la comparación social pueden generar inseguridad y una percepción distorsionada de sí mismos. El uso excesivo de plataformas como Instagram y TikTok se ha relacionado con bajos niveles de autoestima y problemas emocionales como ansiedad y estrés; por ello, es crucial fomentar un uso equilibrado de estas plataformas y estrategias que fortalezcan el bienestar emocional de los jóvenes. De ahí que se plantea los siguientes capítulos:

El primer capítulo expone la problemática desde un enfoque global, nacional y local, describiendo la formulación del problema, los objetivos y las limitaciones del estudio.

El segundo capítulo presenta los antecedentes tanto nacionales como internacionales, junto con los fundamentos teóricos de las variables investigadas, concluyendo con la exposición de las hipótesis.

En el tercer capítulo se detallan los aspectos metodológicos, especificando el método, enfoque, tipo, diseño, nivel y corte del estudio; además, se describen los instrumentos de medición a través de fichas técnicas, se analizan sus propiedades psicométricas y se exponen el procedimiento del estudio, el análisis estadístico y los criterios éticos adoptados.

El cuarto capítulo muestra los resultados estadísticos e inferenciales, acompañados de la discusión de los hallazgos.

Finalmente, el quinto capítulo presenta las conclusiones y recomendaciones, las cuales sirven para cerrar el estudio y orientar futuras investigaciones.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

En la actualidad, la población adolescente atraviesa un boom tecnológico producto de la globalización y el avance de las redes sociales, a causa de ello aspectos cognitivos, emocionales y conductuales se han visto alterados en gran medida negativamente (Acevedo, 2024). Esto se refleja en lo señalado por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia ([UNICEF], 2024), respecto a que las redes sociales constituyen un problema de origen tecnológico que afecta al 68% de los adolescentes en todo el mundo, infringiendo un malestar emocional debido al desarrollo de problemas de autoestima (34%), ansiedad (23%) y dependencia (45%). Del mismo modo, en un informe realizado por la UNICEF (2020) derivó en la conclusión que las redes sociales pueden afectar el desarrollo educativo y socioemocional, debido a que se evidenció que la autoestima disminuía en los adolescentes que las usaban más de 10 horas al día, al igual que incrementaba el estrés.

En un plano más cercano, en Perú, según la Defensoría del Pueblo (2024), durante el año escolar 2023 se registró que el 31.7% de los estudiantes adolescentes han sido víctimas de bullying mediante redes sociales, siendo la principal causa el acoso mediante mensajes y comentarios. Por su parte, el Ministerio de Salud (2024) también hace un

llamado a las autoridades y los padres de familia a realizar un adecuado monitoreo hacia sus hijos destacando que el consumo excesivo puede llevar a disminución del rendimiento académico y problemas socioemocionales. Esto se puede observar en la investigación de Maguiña y Chávez (2024) evidenciando que la presencia de una elevada adicción a las redes sociales (81%) impactaba directamente en el desarrollo de problemas emocionales: baja autoestima (38%), ansiedad (24%) y aislamiento social (22%).

En este sentido, el uso excesivo de las redes sociales impacta significativamente la autoestima de los adolescentes, ya que estas plataformas, creadas para fomentar la interacción, tienden a intensificar las comparaciones sociales y el deseo de aprobación externa (Cervilla, 2024). Al exponerse continuamente a imágenes idealizadas y logros aparentemente perfectos, los adolescentes pueden experimentar sentimientos de insuficiencia y una presión constante por alcanzar metas inalcanzables, debilitando su autovaloración (Valencia et al., 2021). Por otro lado, el proceso de publicar y esperar "me gusta" fomenta una dependencia emocional que asocia la autoestima con la validación digital, desplazando el desarrollo de una autoestima interna sólida (Bastidas, 2023).

En relación a ello, diversos estudios han investigado esta problemática, en México, Amador (2021), evaluó la prevalencia de la adicción a las redes sociales en un grupo de adolescentes, hallando que el 6% presentó una elevada adicción, seguido del 36% que evidenció una adicción moderada con tendencia a la severidad. Esto se replicó en el estudio de Zavaleta (2021) llevado a cabo en estudiantes de Lima, demostrando que el 5% de los estudiantes manifestaron una adicción elevada y el 37.3% un nivel moderado; además, se evidenció que el 31% presentó una obsesión por usar las redes sociales, el 45.3% demostró una falta de control al utilizarlas y el 36.3% utilizó las redes de manera excesiva.

Por otro lado, la baja autoestima también constituye un grave problema, tal como

lo refleja la investigación de Castañeda y Pérez (2024) en un grupo de estudiantes escolares de Panamá, en la que se encontró que el 10.9% no se encuentra satisfecho con su persona, el 14% posee pensamientos negativos sobre sí mismo y el 42.1% no es capaz de entender sus sentimientos. Del mismo modo, en el estudio de Gamboa (2024), llevado a cabo en estudiantes de Lima, al manifestarse que el 29% de los adolescentes manifestaron un problema de baja autoestima y el 48% una autoestima promedio baja.

Al respecto, la adicción a las redes sociales y la autoestima en la adolescencia mantienen una relación entre sí, ya que el uso excesivo de estas plataformas puede afectar negativamente la percepción que los adolescentes tienen de sí mismos, al involucrarse en comparaciones sociales constantes y buscar validación a través de “me gusta” y comentarios (Amirthalingam y Khera, 2024). Esta dinámica puede generar adolescentes con una autoestima baja son más propensos a desarrollar una dependencia emocional hacia las redes sociales como mecanismo de escape o compensación (Laureano, 2024). Así, se forma un círculo vicioso en el que la adicción digital y la baja autoestima se alimentan mutuamente, afectando su bienestar psicológico y desarrollo emocional (Klimenko et al., 2024).

Por lo mencionado en párrafo anteriores, esta investigación radica su importancia en investigar como el uso excesivo de las redes sociales evidencia un problema en la autoestima, de ahí que el interés de evaluar cómo se relacionan entre sí en la población adolescente.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cómo se relacionan la adicción a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025?

1.2.2 Problema específicos

1. ¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025?
2. ¿Cuál es el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025?
3. ¿Cómo se relacionan la obsesión por las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025?
4. ¿Cómo se relacionan la falta de control personal y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025?
5. ¿Cómo se relacionan el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

Evaluar la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

1.3.2 Objetivos específicos

1. Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.
2. Identificar el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.
3. Analizar cómo se relaciona la obsesión por las redes sociales y la autoestima en

estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.

4. Analizar cómo se relaciona la falta de control personal y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.
5. Analizar cómo se relaciona el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.

1.4 Justificación de la investigación

1.4.1 Teórica

Este estudio encontró su justificación en el apartado teórico, en primer lugar, al basarse en una revisión bibliográfica previa, identificándose estudios que avalaron el desarrollo de esta investigación. En segundo lugar, su justificación se sustentó en la comprobación de la relevancia de los enfoques teóricos seleccionados, siendo estos la Teoría Neurobiológica de la Adicción de Koob y Le Moal (1997) y el Modelo de Autoestima de Coopersmith (1967), los cuales mantuvieron su vigencia hasta la fecha del estudio.

1.4.2 Metodológica

En cuanto a la justificación metodológica, se emplearon instrumentos psicométricos confiables con propiedades psicométricas adecuadas y evidencias de adaptación a la población adolescente. Dichos instrumentos fueron el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) elaborado por Ecurra y Salas (2014) y el Inventario de Autoestima de Coopersmith (1995), validados por Torres (2021) e Hiyo (2018). Asimismo, en esta investigación se buscó comprobar dichas propiedades para un mejor ajuste a la población adolescente.

1.4.3 Práctica

Se visibilizó un claro problema de adicción a las redes sociales y baja autoestima en los adolescentes. En este sentido, a partir de los resultados obtenidos, se diseñarán y ejecutarán talleres de reforzamiento enfocados en incrementar la autoestima, fortaleciendo el autoconcepto y el valor personal. Por otro lado, se pueden implementar programas de sensibilización sobre las consecuencias negativas de esta práctica en la población adolescente, con el apoyo de entidades como el Ministerio de Educación y psicólogos especializados.

1.5 Limitaciones de la investigación

En este estudio, una de las principales limitaciones radicó en el tamaño y la representatividad de la muestra, lo que restringió la extrapolación de los resultados a otras poblaciones. Asimismo, la naturaleza transversal del estudio, impidió establecer relaciones de causalidad entre las variables analizadas; y factores externos como el contexto sociocultural y las condiciones individuales de los participantes pudieron haber influido en los resultados.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

Internacionales

En Ecuador, Soria y Villegas (2024), se propusieron estudiar cómo se relaciona la adicción a las redes sociales y la autoestima en un conjunto de estudiantes de Cuenca. Se planteó que la investigación fuera cuantitativa, no experimental, transversal y correlacional; para lo cual se estimó una muestra de 280 estudiantes de la Unidad Educativa “San Luis Gonzaga”, siendo encuestados mediante el Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Fue así que se evidenció que el 40.6% de los participantes manifestó una adicción moderada y el

28.9% una autoestima baja; asimismo, se encontró que la autoestima se correlacionó con la obsesión por las redes sociales de manera significativa ($r=-0.11$; $p<0.01$), pero no con la falta de control personal ($r=-0.75$; $p>0.05$) y uso excesivo de las redes sociales ($r=-0.65$; $p>0.05$). De esta manera, se concluyó que en caso los estudiantes presenten una mayor obsesión a las redes sociales disminuirá su autoestima de manera proporcional.

En España, Frias y Serrano (2024), se propusieron estudiar cómo se relaciona la dependencia hacia las redes sociales y la autoestima en estudiantes de la ciudad de Andalucía. Se planteó que la investigación fuera cuantitativa, no experimental, transversal y correlacional; para lo cual se estimó una muestra de 152 estudiantes de un centro educativo Andaluz, siendo encuestados a través de la “Social Media Disorder (SMD) y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Se evidenció que la autoestima se correlacionó con la adicción a las redes sociales de manera inversa baja significativa ($r=-0.17$; $p<0.05$). De esta manera, se concluyó que en caso los alumnos presenten una elevada adicción disminuirá su autoestima de manera proporcional.

En Ecuador, Collantes y Tobar (2023), se propusieron estudiar cómo se relaciona la adicción a las redes sociales y la autoestima en un conjunto de alumnos de la ciudad de Ambato. Se planteó que la investigación fuera cuantitativa, no experimental, transversal y correlacional; para lo cual se estimó una muestra de 280 estudiantes, siendo encuestados a través de la Social Media Addiction Scale (SMAS) y la Escala de Autoestima de Rosenberg. Fue así que se evidenció que el 37% de los participantes manifestó una adicción moderada y el 82.5% una autoestima baja; asimismo, se encontró que la autoestima se correlacionó con la adicción a las redes sociales de manera inversa baja significativa ($\rho=-0.28$; $p<0.01$). De esta manera, se concluyó que en caso los estudiantes presenten una mayor adicción disminuirá su autoestima de manera proporcional.

En Venezuela, Marín y González (2023), se propusieron estudiar cómo se

relaciona la adicción a las redes sociales y la autoestima en un conjunto de alumnos adolescentes en Boconó. Se planteó que la investigación fuera cuantitativa, no experimental, transversal y correlacional; para lo cual se estimó una muestra de 30 estudiantes de la Unidad Educativa “Nuestra Señora del Rosario de Fátima” Boconó, siendo encuestados a través de la Escala de autoestima de Rosenberg y un Cuestionario de adicción a las redes sociales ad hoc. Fue así que se evidenció que la autoestima se correlacionó con la adicción a las redes sociales de manera inversa baja significativa ($X^2=4.89$; $p<0.05$). De esta manera, se concluyó que en caso los alumnos presenten una mayor adicción esto impactará en su autoestima disminuyéndola.

En España, González y López (2022), se propusieron estudiar la influencia de las redes sociales en la autoestima en un conjunto de adolescentes en la ciudad de La Laguna. Se planteó que la investigación fuera cuantitativa, no experimental, transversal y correlacional; para lo cual se estimó una muestra de 170 adolescentes de bachillerato, a quienes se les encuestó mediante la Escala de autoestima de Rosenberg y la Escala de Adicciones a las redes sociales. Fue así que se evidenció que la autoestima se correlacionó con la adicción a las redes sociales significativamente ($r=-0.39$; $p<0.05$); de igual forma, la autoestima se correlacionó con la obsesión por las redes sociales ($r=-0.43$; $p<0.05$), satisfacción por estar conectado ($r=-0.20$; $p<0.05$) y necesidad de estar conectado ($r=-0.27$; $p<0.05$). De esta manera, se concluyó que en caso los alumnos presenten una mayor adicción a las redes sociales esto impactará en su autoestima disminuyéndola.

Nacionales

En Lima, Rossini y Cardenas (2024), se propusieron estudiar cómo se relaciona la adicción a las redes sociales y la autoestima en un conjunto de estudiantes de diversos colegios de Lima. Se planteó que la investigación fuera cuantitativa, no experimental, transversal y correlacional; para lo cual se estimó a 218 estudiantes de secundaria de la

I.E. Fe y Alegría y la I.E. Virgo Potens, siendo encuestados a través de la Escala de autoestima de Rosenberg y el Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS). Fue así que se evidenció que el 91.7% manifestó un grado de adicción alto y el 53.2% una autoestima baja; asimismo, se encontró que la autoestima se correlacionó con la adicción a las redes sociales de manera inversa baja significativa ($\rho=-0.27$; $p<0.05$); en este mismo sentido, la autoestima evidenció una correlación significativa con la obsesión por las redes sociales ($\rho=-0.33$; $p<0.05$), falta de control personal ($\rho=-0.18$; $p<0.05$) y uso excesivo de las redes sociales ($\rho=-0.26$; $p<0.05$). De esta manera, se concluyó que en caso los estudiantes presenten una mayor adicción a las redes sociales esto impactará negativamente en su autoestima.

En Trujillo, Pulache (2024), se propuso estudiar cómo se relaciona la adicción a las redes sociales y la autoestima en un conjunto de estudiantes adolescentes en la ciudad de Sullana. Se planteó que la investigación fuera cuantitativa, no experimental, transversal y correlacional; para lo cual se estimó a 206 estudiantes de secundaria, siendo encuestados a través del Inventario de autoestima de Coopersmith y el Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS). Fue así que se evidenció que el 59.5% manifestó un grado de adicción bajo y el 97.1% un autoestima promedio; asimismo, se encontró que la autoestima no se correlacionó con la adicción a las redes sociales de manera significativa ($\rho=0.07$; $p>0.05$). De esta manera, se concluyó que en caso los estudiantes presenten una mayor adicción a las redes sociales esto no impactará negativamente en su autoestima.

En Piura, Chapilliquen y Puemape (2023), se propuso estudiar cómo se relaciona la adicción a las redes sociales y la autoestima en un conjunto de adolescentes en La Unión. Se planteó que la investigación fuera cuantitativa, no experimental, transversal y correlacional; para lo cual se estimó a 341 estudiantes de secundaria de un colegio estatal,

a quienes se les encuestó mediante la Escala de autoestima de Rosenberg y el Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS). Fue así que se evidenció que el 51.3% manifestó un grado de adicción promedio y el 41.1% un autoestima bajo; asimismo, se encontró que la autoestima se correlacionó con la adicción a las redes sociales de manera inversa moderada significativa ($\rho=-0.56$; $p<0.05$); en este mismo sentido, la autoestima evidenció una correlación significativa con la obsesión por las redes sociales ($\rho=-0.55$; $p<0.05$), falta de control personal ($\rho=-0.44$; $p<0.05$) y uso excesivo de las redes sociales ($\rho=-0.53$; $p<0.05$). De esta manera, se concluyó que en caso los estudiantes presenten una mayor adicción a las redes sociales esto impactará negativamente en su autoestima.

En Ayacucho, Bellido (2023), se propuso estudiar cómo se relaciona la adicción a las redes sociales y la autoestima en un conjunto de estudiantes adolescentes en la ciudad de Huamanga. Se planteó que la investigación fuera cuantitativa, no experimental, transversal y correlacional; para lo cual se estimó a 212 estudiantes de secundaria de un colegio estatal, siendo encuestados a través del Inventario de autoestima de Coopersmith y el Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS). Fue así que se evidenció que el 63.2% manifestó un grado de adicción medio y el 61.3% un autoestima promedio; asimismo, se encontró que la autoestima se correlacionó con la adicción a las redes sociales de manera inversa baja significativa ($\rho=-0.25$; $p<0.05$); en este mismo sentido, la autoestima evidenció una correlación significativa con la obsesión por las redes sociales ($\rho=-0.23$; $p<0.05$), falta de control personal ($\rho=-0.21$; $p<0.05$) y uso excesivo de las redes sociales ($\rho=-0.26$; $p<0.05$). De esta manera, se concluyó que en caso los alumnos presenten una mayor adicción esto impactará en su autoestima disminuyéndola.

En Lima, Guerra (2022), se propuso estudiar cómo se relaciona la adicción a las redes sociales y la autoestima en un conjunto de adolescentes en la ciudad de Lima. Se planteó que la investigación fuera cuantitativa, no experimental, transversal y

correlacional; para lo cual se estimó a 209 estudiantes de secundaria de un colegio privado, siendo encuestados a través del Cuestionario de autoestima de Herrera (CA-14) y el Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS). Fue así que se evidenció que la autoestima se correlacionó con la adicción a las redes sociales de manera inversa baja significativa ($X^2=7.32$; $p<0.05$); en este mismo sentido, la autoestima evidenció una correlación significativa con la obsesión por las redes sociales ($X^2=6.482$; $p<0.05$), falta de control personal ($X^2=7.25$; $p<0.05$) y uso excesivo de las redes sociales ($X^2=7.89$; $p<0.05$). De esta manera, se concluyó que en caso los estudiantes presenten una mayor adicción a las redes sociales esto impactará en su autoestima disminuyéndola.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1. Adicción a las redes sociales

Definición

En primer lugar, es necesario definir el termino adicción, conceptualizado como un trastorno persistente y repetitivo, definido por el deseo y la utilización incontrolada de una sustancia o actividad, incluso cuando conlleva efectos adversos (Trujillo, 2019). Asimismo, Méndez et al. (2017), refiere que se trata de una enfermedad que conlleva la incapacidad de controlar el consumo de una sustancia o la ejecución de una conducta, generando una dependencia en la que la persona siente un impulso compulsivo que afecta su desempeño en su entorno social, laboral o académico.

En relación a las redes sociales, en palabras de Sánchez et al. (2008) la adicción a las redes sociales se define como un estado compulsivo en el que el individuo tiene una necesidad excesiva de utilizar las redes sociales afectando su vida a nivel personal, laboral y familiar. Por su parte, Echeburúa y De Corral (2010) añaden que se refiere a una condición psicológica que conlleva a la persona a desarrollar una dependencia hacia las redes sociales, teniendo la necesidad persistente de ingresar a estas plataformas debido a

que recibe estímulos que percibe como agradables. Además, Eскурra y Salas (2014) manifiestan que la adicción a las redes sociales se puede entender como un trastorno neuropsicológico que afecta el comportamiento de los individuos llevándolos a desarrollar conductas obsesivas y compulsivas.

Por otro lado, Estrada y Gallegos (2020) indican que se trata de una conducta adictiva que presenta características y consecuencias equiparables con la dependencia a sustancias, ocasionando que el individuo desarrolle cualquier conducta que los lleve a ingresar a redes sociales para buscar reducir el malestar cuando no las usa. Asimismo, Klimenko et al. (2021), aseveran que en los últimos años la adicción a las redes sociales se ha convertido en un problema de salud pública que provoca diversos problemas emocionales como ansiedad, estrés, depresión y disminución de la autoestima.

Dimensiones

Como parte del estudio, se empleará el Cuestionario de adicción a las redes sociales de Eскурra y Salas (2014) como instrumento de medición, precisamente la validación realizada por Torres (2021), misma que presenta las siguientes dimensiones:

1. **Obsesión por las redes sociales:** se entiende como una tendencia persistente y repetitiva a pensar constantemente en la necesidad de acceder, interactuar y participar en plataformas sociales, lo que termina afectando negativamente las actividades cotidianas, las relaciones interpersonales y el bienestar emocional de la personal.
2. **Falta de control:** se presenta cuando una persona no logra gestionar adecuadamente el tiempo y la frecuencia de uso, a pesar de ser consciente de los efectos negativos que este comportamiento puede tener en su vida, tales como el trastorno de sus responsabilidades diarias o el deterioro de su salud mental.
3. **Uso excesivo de redes sociales:** se refiere al hábito de dedicar un tiempo excesivo

a interactuar en plataformas digitales, sobrepasando los límites recomendados para un uso saludable, lo que tiene consecuencias adversas en el desempeño académico, laboral y en las relaciones interpersonales, reflejando un patrón de dependencia tecnológica.

Teoría neurobiológica de la adicción de Koob y Le Moal

Esta teoría fue desarrollada por George Koob y Michel Le Moal en 1997, proporcionando una visión completa del proceso adictivo, dividiéndolo en tres fases sucesivas, vinculadas a alteraciones concretas en el funcionamiento cerebral, lo que permite entender cómo progresa la adicción desde el consumo inicial hasta la dependencia a largo plazo.

Según estos autores, la adicción se considera un trastorno neurobiológico persistente y recurrente que conlleva alteraciones duraderas en el cerebro, especialmente en los sistemas de recompensa, estrés y control ejecutivo. Señalan que la adicción no se reduce simplemente a un impulso compulsivo por consumir sustancias, sino que es un proceso complejo que evoluciona con el tiempo y se ve afectado por factores biológicos, psicológicos y sociales. Esta teoría señala la presencia de tres factores en el ciclo de adicción:

1. **Intoxicación:** en la fase inicial, el consumo de sustancias o la participación en conductas adictivas, provoca una fuerte activación del sistema de recompensa cerebral, principalmente a través de la liberación de dopamina en el núcleo accumbens. Esta liberación de dopamina genera las sensaciones placenteras asociadas al consumo, lo que refuerza el comportamiento y motiva al individuo a repetirlo.
2. **Retirada:** con el aumento en la frecuencia de consumo, el cerebro se adapta a la sustancia, y al disminuir o cesar su uso, el individuo experimenta síntomas de

abstinencia, incluyendo malestar físico y emocional. Esta etapa se caracteriza por una reducción en la actividad del sistema de recompensa y una activación de los sistemas de estrés cerebral, como el eje hipotalámico-hipofisario-adrenal (HHA) y la amígdala, lo que lleva a sentimientos de ansiedad, disforia e irritabilidad.

3. Preocupación: con el tiempo, el consumo compulsivo se arraiga, y el individuo desarrolla una intensa preocupación o anticipación hacia la sustancia, incluso cuando no está disponible. Esta etapa se caracteriza por una disfunción en el control ejecutivo del cerebro, especialmente en la corteza prefrontal, que es responsable de la toma de decisiones, el autocontrol y la regulación de impulsos.

La teoría de Koob y Le Moal se puede aplicar a la adicción a las redes sociales, describiendo cómo el uso excesivo de estas plataformas sigue un patrón adictivo similar. En la fase de intoxicación, los usuarios sienten placer inmediato al recibir interacciones como "me gusta" o comentarios, lo que activa el sistema de recompensa cerebral. En la fase de retirada, la falta de acceso a las redes sociales genera ansiedad, irritabilidad y un vacío emocional, motivando a los usuarios a regresar para aliviar el malestar. Finalizando con la fase de preocupación, los usuarios sienten una necesidad constante de revisar sus dispositivos, anticipando nuevas interacciones, lo que refleja una pérdida de control y una dependencia compulsiva, perpetuando un ciclo de uso excesivo y dependencia emocional.

2.2.2. Autoestima

Definición

La autoestima constituye uno de los pilares de la personalidad de un individuo, indica la estabilidad emocional y la apreciación propia de la persona sobre sí mismo y sus recursos, por lo que se enmarca dentro del estudio del desarrollo personal (Loayza y Olarte, 2022). En palabras de Coopersmith (1965), se define como la forma en la que un individuo percibe su propia existencia comprendiendo de lo que es capaz y cuáles son sus

limitaciones impactando en su conducta. Por su lado, Branden (1995) indica que se trata de la valoración subjetiva que las personas realizan de su propia valía, buscando ser un individuo que se conduce de manera adecuada basándose en la autoaceptación, el autoconocimiento y la presencia de un estado emocional adecuado.

Por otro lado, Naranjo (2007) indica que la autoestima es un constructo global que tiene su base en la formación de la personalidad reflejando un grado de satisfacción o insatisfacción con su propio desarrollo, lo cual afecta su desarrollo social. Finalmente, Núñez y Peguero (2009) la describen como la autovaloración que las personas realizan acerca de su propia capacidad de desarrollo personal, basándose en que son capaces de conocerse, comprender sus emociones y entender su propia realización.

Dimensiones

Como parte del estudio, se empleará el Inventario de autoestima de Coopersmith (1995) como instrumento de medición, precisamente la validación realizada por Hiyo (2018), misma que presenta las siguientes dimensiones:

1. **Sí mismo:** abarca la forma en que las personas perciben su propio valor y sus habilidades personales, incluyendo una valoración de sus capacidades, cualidades y competencias internas, lo que influye significativamente en su confianza personal y en la construcción de su identidad.
2. **Social:** se centra en la manera en que las personas valoran su importancia dentro de sus relaciones interpersonales, analizando su capacidad para interactuar, formar lazos, y ser aceptados por sus compañeros, lo cual repercute en su integración social y en la satisfacción personal que experimentan.
3. **Escolar:** es el autoconcepto que el individuo desarrolla en relación con sus habilidades, desempeño y aceptación dentro del ámbito académico, influenciado por las experiencias educativas, el reconocimiento de los docentes y la interacción

con sus compañeros, lo cual impacta su motivación y éxito escolar.

4. **Hogar:** se refiere a la percepción que las personas tienen de su rendimiento y habilidades en el ámbito educativo, evaluando su capacidad para responder a las demandas académicas, lo que afecta su motivación, logros académicos y sentido de pertenencia en el entorno escolar.

Modelo de autoestima de Coopersmith

El modelo de autoestima de Coopersmith, una de las teorías más influyentes en el campo de la autoestima, fue desarrollado por Stanley Coopersmith en su obra clave "The Antecedents of Self-Esteem" de 1967. Este modelo define la autoestima como una autoevaluación que las personas realizan sobre sí mismas, pudiendo ser positiva o negativa, y que se basa en la percepción de su propio valor y capacidad. Según Coopersmith, la autoestima se estructura en tres dimensiones esenciales:

- **Auto-valoración:** Se refiere a la capacidad de un individuo para evaluarse positivamente, reconociendo sus logros, cualidades y capacidades. Una alta auto-valoración implica que el individuo se siente valioso y competente.
- **Auto-eficacia:** Implica la percepción de control sobre la propia vida, es decir, la creencia en la propia capacidad para influir en los eventos y lograr los resultados deseados. Las personas con alta auto-eficacia sienten que tienen un control significativo sobre sus acciones y resultados.
- **Auto-aceptación:** Consiste en aceptar y respetar a uno mismo tal como se es, incluyendo la aceptación de limitaciones y defectos personales. La auto-aceptación es esencial para mantener una autoestima equilibrada y evitar el auto-rechazo.

El modelo propuesto por Coopersmith resalta la relevancia del entorno social en el desarrollo de la autoestima, señalando que factores como la aceptación o el rechazo

experimentados, las expectativas sobre el éxito o el fracaso, y el apoyo social son esenciales en la formación de la autoestima durante la infancia y adolescencia. Además, Coopersmith subraya la importancia de las experiencias positivas y el reconocimiento por parte de otros como elementos que fortalecen la autoestima.

2.3 Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

2.3.2. Hipótesis específicas

1. Existe relación significativa entre la obsesión por las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.
2. Existe relación significativa entre la falta de control personal y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.
3. Existe relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1 Método de la investigación

El método elegido en esta investigación, fue hipotético-deductivo, el cual es definido como una forma de investigar que emplea la propuesta de una hipótesis, que posteriormente será comprobado o rechazado utilizando un procedimiento científico que sigue las normativas éticas (Tarrillo et al., 2024).

3.2 Enfoque de la investigación

La presente investigación fue cuantitativa, el cual se caracteriza por poseer un dirección numérica en su proceder, empleando herramientas de recolección de datos e instrumentos de procesamiento estadístico (Sánchez et al., 2023).

3.3 Tipo de investigación

El presente estudio fue básico en función a su tipo, estas investigaciones también se denominan puras debido a que buscan describir el estado de una variable o fenómeno en su estado natural mas no realizar una aplicación práctica (Haro et al, 2024).

3.4 Diseño de la investigación

En relación a su diseño, fue no experimental, debido a que este tipo de estudios se enfocan en observar el desarrollo de un constructo en la realidad mas no busca alterar o modificar como afecta en la población (Sánchez et al., 2023). Por su parte, fue de nivel correlacional, dado que este tipo de estudios se enfocan en evaluar como una relación se presentan entre dos o más variables sin establecer una causa (Cueva et al., 2024). Asimismo, el corte de la investigación fue transversal, debido a que el estudio se realizará en un momento determinado del tiempo, previamente seleccionado (Haro et al, 2024).

3.5. Población, muestra y muestreo

Población

Se define como el grupo de elementos que forman parte de una investigación, ya que comparten característica en común y son parte de un espacio geográfico específico (Gallardo et al., 2017). En este estudio, la población estuvo compuesta de 600 alumnos de 1° a 5° de secundaria varones o mujeres de una institución educativa estatal, distribuyéndose de la siguiente forma:

Muestra

Por su lado, la muestra se define como una parte cuidadosamente seleccionada de la población que comparte las características y que se considera representativa para ser parte de una investigación (Gallardo et al., 2017). En este estudio, la muestra estuvo compuesta de 236 alumnos de 1° a 5° de secundaria varones o mujeres de una institución educativa estatal, hallados de la siguiente manera:

$$n = \frac{NZ^2pq}{e^2(N-1) + Z^2pq}$$

$$n=236$$

Muestreo.

Se utilizó un muestreo es no probabilístico por conveniencia, el cual Gallardo et al. (2017) definen como aquella forma de elegir a los participantes de un estudio en la que los participantes son escogidos mediante un conjunto de criterios seleccionados por el investigador; siendo dichos criterios los siguientes:

Criterios de inclusión:

- Alumnado varón o mujer.
- Alumnado con edades entre 12 y 17 años.
- Alumnado que cursa el nivel secundario de dicho centro educativo.
- Alumnado que brinde su permiso para ser parte del estudio.
- Alumnado que haya obtenido el permiso de sus padres para ser parte del estudio.

Criterios de exclusión:

- Alumnado que no haya completado los cuestionarios de medición.
- Alumnado que no haya asistido el día de recopilación de datos.

3.6. Variables y operacionalización

Tabla 1

Matriz de operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala Valorativa	
Adicción a las redes sociales	Escurra y Salas (2014) manifiestan que se puede entender como un trastorno neuropsicológico que afecta el comportamiento de los individuos llevándolos a desarrollar conductas obsesivas y compulsivas	Se medirá mediante el Cuestionario de adicción a las redes sociales de Escurra y Salas (2014), validado en población adolescente en Perú por Torres (2021)	Obsesión por las redes sociales	<ul style="list-style-type: none"> - Pensamientos recurrentes - Ansiedad persistente - Desinterés por otras actividades 	Ordinal	Bajo: 10 - 23 Promedio: 24 - 36 Alto: 37 a 50	
			Falta de control	<ul style="list-style-type: none"> - Problemas para cerrar las redes sociales - Incapacidad para mantener límites - Poco autocontrol 		Nunca (1) Raras veces (2) Algunas veces (3) Casi siempre (4) Siempre (5)	Bajo: 6 - 13 Promedio: 14 - 22 Alto: 23 - 30
			Uso excesivo de redes sociales	<ul style="list-style-type: none"> - Tiempo excesivo en redes sociales - Desatender tareas cotidianas 		Bajo: 8 - 18 Promedio: 19 - 29 Alto: 30 - 40	

Autoestima	Coopersmith (1965), la define como la forma en la que un individuo percibe su propia existencia comprendiendo de lo que es capaz y cuáles son sus limitaciones impactando en su conducta	Estas variable se medirá mediante el Inventario de autoestima de Coopersmith (1965), validado en población adolescente en Perú por Hiyo (2018)	Sí mismo	<ul style="list-style-type: none"> - Percepción de sí mismo - Autoconfianza - Satisfacción propia 	<p>Bajo: 0 - 10 Promedio: 11 - 19 Alto: 20 – 30</p>
			Social	<ul style="list-style-type: none"> - Capacidad interpersonal - Satisfacción de las interacciones - Percepción por parte del grupo - Sentimiento de pertenencia 	<p>Bajo: 0 - 3 Promedio: 4 - 6 Alto: 7 - 10</p>
			Escolar	<ul style="list-style-type: none"> - Competencia académica - Percepción escolar - Relación con los demás 	<p>Bajo: 0 - 2 Promedio: 3 - 5 Alto: 6 -8</p>
			Hogar	<ul style="list-style-type: none"> - Calidad de las relaciones con los familiares - Percepción de apoyo - Participación de actividades 	

Ordinal
Verdadero
Falso

3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1 Técnica

Se empleó la encuesta como técnica, esta se define como un método de recopilación de datos que se basa en la aplicación de instrumentos estructurados para que el participante pueda llenarlos y así identificar opiniones, pensamientos y conductas (Tarrillo et al., 2024).

3.7.2 Descripción de instrumentos

Variable 1: Adicción a las redes sociales

- **Nombre:** Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)
- **Autor original:** Miguel Ecurra y Luis Salas (2014)
- **Adaptación:** Sadith Torres López (2021)
- **Administración:** individual y colectiva
- **Aplicación:** estudiantes varones y mujeres entre 12 y 18 años
- **Objetivo:** analizar el grado de adicción a las redes sociales del evaluado
- **Descripción:** se compone de 24 reactivos agrupados en 3 componentes: obsesión por las redes sociales (2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23), falta de control personal (4, 11, 12, 14, 20, 24) y uso excesivo de las redes sociales (1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21). Emplea una escala de medición Likert: que va desde nunca (1) hasta siempre (5). Para corregir el instrumento se suma las puntuaciones de los ítems en base a la siguiente escala:

Tabla 2

Baremos del Cuestionario de adicción a las redes sociales

Dimensión / Variable	Baja	Promedio	Alta
Obsesión por las redes sociales	10 - 23	24 - 36	37 - 50
Falta de control personal	6 - 13	14 - 22	23 - 30
Uso excesivo de las redes sociales	8 - 18	19 - 29	30 - 40
Adicción a las redes sociales	24 - 55	56 - 88	89 - 120

Nota: Torres (2021)

Variable 2: Autoestima

- **Nombre:** Inventario de autoestima de Coopersmith
- **Autor original:** Stanley Coopersmith (1995)
- **Adaptación:** Carmen Hiyo Bellido (2018)
- **Administración:** individual y colectiva
- **Aplicación:** estudiantes varones y mujeres entre 12 y 18 años
- **Objetivo:** evaluar el grado de autoestima del escolar
- **Descripción:** se compone de 58 reactivos agrupados en 4 dimensiones: sí mismo (1, 3, 4, 5, 7, 10, 12, 13, 15, 18, 19, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 32, 35, 36, 37, 38, 39, 43, 45, 49, 50, 51, 53, 55, 56), social (8, 14, 21, 31, 34, 40, 41, 48, 52, 58), escolar (2, 17, 23, 33, 42, 46, 54, 57), hogar (6, 9, 11, 16, 20, 22, 29, 44) y posee una escala de mentiras. Emplea una escala de medición dicotómica: verdadero (1) y falso (0). Para corregir el instrumento se suma las puntuaciones de los ítems en base a la siguiente escala:

Tabla 3*Baremos del Inventario de autoestima de Coopersmith*

Dimensión / Variable	Bajo	Promedio	Alto
Sí mismo	0 - 10	11 - 19	20 - 30
Social	0 - 3	4 - 6	7 - 10
Escolar	0 - 2	3 - 5	6 - 8
Hogar	0 - 19	20 - 39	40 - 58

Nota: Hiyo (2018)

3.7.3 Validación

Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)

Este instrumento fue adaptado en la población adolescente limeña por Torres

(2021), iniciando con la validez de contenido por juicio de expertos, en el que se solicitó a 10 psicólogos expertos en la materia la evaluación de los ítems, fue así que se evidenció que todos los reactivos obtuvieron un valor V de Aiken de 1, lo cual se considera adecuado. Posterior a ello, se analizaron los ítems encontrando valores de media entre 2.11 y 2.47, índices de desviación estándar entre 0.85 y 0.95; asimismo, los valores de asimetría y curtosis no superaron el umbral de ± 1.5 , y los ítems superaron el valor mínimo permitido de 0.40 para el índice de homogeneidad corregida. Luego, empleó Análisis Factorial Confirmatorio con el propósito de validar su constructo, manifestando que el modelo original de 3 dimensiones y 24 ítems es adecuado para su aplicación al presentar los siguientes índices de ajuste: $\chi^2/gf=2.09$; GFI=0.90; SRMR=0.02; RMSEA=0.05; CFI=0.96 y TLI=0.96. Finalmente, se empleó la validez concurrente, buscando encontrar una correlación entre el puntaje general del cuestionario con otros dos cuestionarios: escala de autoeficacia académica ($\rho=-0.57$; $p<0.05$) y la Escala de procrastinación académica ($\rho=0.55$; $p<0.05$); se encontraron valores adecuados indicando una adecuada validez.

Asimismo, se analizó la validez de contenido por juicio de expertos (3), analizando la pertinencia, claridad y relevancia de los 24 ítems, obteniendo un coeficiente V de Aiken de 1, lo cual confirma su validez.

Inventario de autoestima de Coopersmith

Este instrumento fue adaptado en la población adolescente limeña por Hiyo (2018), iniciando con la validez de contenido por juicio de expertos, en el que se solicitó a 10 psicólogos expertos en la materia la evaluación de los ítems, fue así que se evidenció que todos los reactivos obtuvieron un valor V de Aiken de 1, excepto el ítem 27 que resultó en 0.89, lo cual también se considera adecuado. Posterior a ello, se empleó la validez concurrente, buscando encontrar una correlación entre el puntaje general del

inventario con otros dos cuestionarios: escala de dependencia emocional ($\rho=0.50$; $p<0.05$) e Inventario de ansiedad de Beck ($\rho=0.48$; $p<0.05$); se encontraron valores adecuados indicando una adecuada validez. Finalmente, Hiyo evaluó la validez de constructo, encontrando una índice KMO de 0.81 con una significancia inferior a 0.05, lo que permitió realizar el Análisis Factorial Exploratorio, evidenciándose que el modelo de 4 factores presentó una varianza de 28.9%.

Asimismo, se analizó la validez de contenido por juicio de expertos (3), analizando la pertinencia, claridad y relevancia de los 58 ítems, obteniendo un coeficiente V de Aiken de 0.99, lo cual confirma su validez.

3.7.4 Confiabilidad

Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)

Este instrumento fue adaptado en la población adolescente limeña por Torres (2021), buscando evaluar su confiabilidad por consistencia interna evidenciando valores alfa de Cronbach y omega Mc Donald: obsesión por las redes sociales ($\alpha=0.90$; $\Omega=0.92$), falta de control personal ($\alpha=0.87$; $\Omega=0.87$) y uso excesivo de las redes sociales ($\alpha=0.92$; $\Omega=0.92$), y para la escala total ($\alpha=0.96$; $\Omega=0.96$). Es así que se considera que el instrumento presenta las propiedades de confiabilidad adecuadas.

Sin embargo, se evaluó la confiabilidad por consistencia interna hallando valores alfa de Cronbach aceptables para las dimensiones: obsesión por las redes sociales (0.75), falta de control personal (0.74) y uso excesivo de las redes sociales (0.76); y para la escala total una valor alfa de 0.82.

Inventario de autoestima de Coopersmith

Este instrumento fue adaptado en la población adolescente limeña por Hiyo (2018), buscando evaluar su confiabilidad se encontraron valores alfa de Cronbach entre 0.39 y 0.61 para los reactivos; además, para la escala total se evidenció un valor alfa de

0.58 y un valor r de Guttman de 0.45, en ambos casos con una significancia inferior a 0.05. Por tal motivo, se considera el instrumento como válido, aunque en esta investigación se buscará incrementar este valor para una mejor representatividad.

Sin embargo, se evaluó la confiabilidad por consistencia interna hallando valores alfa de Cronbach aceptables para las dimensiones: sí mismo (0.84), social (0.74), escolar (0.79) y hogar (0.76); y para la escala total una valor alfa de 0.92.

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

Se inició solicitando la aprobación del título ante el asesor universitario correspondiente; posteriormente, se gestionó la autorización del director del colegio para ejecutar el proyecto de investigación. Una vez obtenida la aprobación del comité de ética de la universidad, se procedió a recopilar los datos de los estudiantes mediante cuestionarios impresos aplicados de manera presencial durante el horario de clases, bajo el permiso de los docentes en turno. Durante la recolección, se proporcionó el asentimiento informado a los estudiantes y el consentimiento informado a los padres, explicando el objetivo, beneficios y riesgos del estudio. Luego de ello, los datos fueron ingresados en el software Excel, eliminando aquellos de los participantes que no completaron los cuestionarios y/o no brindaron su autorización; posteriormente, se trasladaron los datos a una base de datos en el programa estadístico IBM SPSS vs 25.

Asimismo, en relación con el procesamiento estadístico, se establecieron las tablas de frecuencia y porcentaje de las variables de estudio, señalando los niveles de medición. Luego, se ejecutó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para evaluar el ajuste normal, resultando en una ausencia de normalidad, lo que derivó en el uso de la prueba de correlación de Spearman.

3.9. Aspectos éticos

El estudio se llevó a cabo siguiendo los principios bioéticos delineados en la

Declaración de Helsinki, la cual desarrolló un marco ético esencial que subrayó la importancia de respetar la dignidad humana, los derechos inherentes y el bienestar de los participantes. Estos principios se fundamentaron en pilares éticos clave como la autonomía, que resaltó el derecho de los individuos a tomar decisiones informadas sobre su participación; la justicia, que buscó una distribución equitativa de los beneficios y cargas de la investigación; la no maleficencia, que enfatizó la obligación de no causar daño; y la beneficencia, que promovió la maximización de beneficios y la minimización de riesgos. La adherencia rigurosa a estos principios garantizó que el estudio no solo aportará significativamente al avance del conocimiento científico, sino que también preservará y promoverá los valores éticos esenciales.

Además, se priorizó la obtención de un consentimiento informado que sea libre, consciente y voluntario, asegurando que los participantes comprendan plenamente la naturaleza del estudio y sus implicaciones. Asimismo, se protegió la confidencialidad de la información personal de los participantes, implementando medidas para minimizar cualquier posible riesgo, y se garantizó una selección justa y equitativa de los sujetos de investigación, evitando cualquier forma de discriminación o explotación.

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1 Análisis descriptivo de resultados

Tabla 4

Descripción de las variables demográficas

Variable	<i>f</i>	%
Sexo		
Femenino	112	47.5
Masculino	124	52.5
Edad		
12 años	44	18.6
13 años	58	24.6
14 años	63	26.7
15 años	33	14.0
16 años	35	14.8
17 años	3	1.3
Grado		
Primer grado	46	19.5
Segundo grado	56	23.7
Tercer grado	61	25.8
Cuarto grado	36	15.3
Quinto grado	37	15.7

Se visualiza en la tabla 4, una predominancia de los estudiantes varones (52.5%) sobre las mujeres (47.5%); además, el grupo de 14 años representó el 26.7%, seguido de los estudiantes con 13 años (24.6%) y en tercer lugar aquellos con 12 años (18.6%); asimismo, el grado con mayor predominancia en la muestra fue el tercer grado con el 25.8%, seguido del segundo grado con el 23.7%.

Tabla 5

Descripción de la adicción a las redes sociales

Variable	Bajo		Promedio		Alto	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Obsesión por las redes sociales	13	5.5	214	90.7	9	3.8
Falta de control personal	16	6.8	203	86	17	7.2
Uso excesivo de las redes sociales	17	7.2	199	84.3	20	8.5
Adicción a las redes sociales	4	1.7	224	94.9	8	3.4

Se visualiza en la tabla 5 que, el nivel promedio lideró en todas las dimensiones: obsesión por las redes sociales (90.7%), falta de control personal (86%) y uso excesivo de las redes sociales (84.3%); por otro lado, el 94.9% manifestó un nivel promedio de adicción a las redes sociales, seguido del 3.4% con una adicción alta, y el 1.7% una adicción baja.

Tabla 6

Descripción de la autoestima

Variable	Bajo		Promedio		Alto	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Sí mismo	133	56.4	74	31.4	29	12.3
Social	129	54.7	64	27.1	43	18.2
Escolar	116	49.2	95	40.3	25	10.6
Hogar	129	54.7	61	25.8	46	19.5
Autoestima	141	59.7	70	29.7	25	10.6

Se visualiza en la tabla 6 que, el nivel bajo lideró en todas las dimensiones: sí mismo (56.4%), social (54.7%), escolar (49.2%) y hogar (54.7%); por otro lado, el 59.7% manifestó un nivel bajo de autoestima, seguido del 29.7% con una autoestima promedio, y el 10.6% evidenció una alta autoestima.

Tabla 7

Prueba de ajuste de normalidad de Kolmogorov-Smirnov

Variables	K-S	Sig.
Obsesión por las redes sociales	.067	.012
Falta de control personal	.095	.000
Uso excesivo de las redes sociales	.075	.003
Adicción a las redes sociales	.073	.004
Autoestima	.170	.000

Se visualiza en la tabla 7 que, las dimensiones de adicción a las redes sociales, así como dicha variable y la variable autoestima presentaron un valor de significancia inferior a 0.05, lo que determina que no presentan distribución normal. Es así que para realizar la prueba de hipótesis se empleará estadística no paramétrica, mediante la prueba de correlación de Spearman.

4.1.2 Prueba de hipótesis

Hipótesis general:

Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

Hipótesis estadística

Ho: Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

H1: No existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

Nivel de significancia: $\alpha = 0,05 = 5\%$ de margen máximo de error

Regla de decisión: $p \geq \alpha \rightarrow$ se acepta la hipótesis nula H0

$p < \alpha \rightarrow$ se rechaza la hipótesis nula H0

Tabla 8

Correlación entre la adicción a las redes sociales y autoestima

		Autoestima
Adicción a las redes sociales	rho	-0.39
	Sig.	0.00

Se visualiza en la tabla 8 que, la adicción a las redes sociales se correlacionó de manera inversa débil significativa con la autoestima ($\text{rho}=-0.39$; $p<0.05$). Esto indica que se rechaza la hipótesis nula, por lo que existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores; lo que significa que a mayor adicción a las redes sociales menor autoestima en los estudiantes de secundaria.

Hipótesis específica 1:

Existe relación significativa entre la obsesión por las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

Hipótesis estadística

Ho: Existe relación significativa entre la obsesión por las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

H1: No existe relación significativa entre la obsesión por las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

Nivel de significancia: $\alpha = 0,05 = 5\%$ de margen máximo de error

Regla de decisión: $p \geq \alpha \rightarrow$ se acepta la hipótesis nula H0

$p < \alpha \rightarrow$ se rechaza la hipótesis nula H0

Tabla 9

Correlación entre la obsesión por las redes sociales y autoestima

		Autoestima
Obsesión por las redes sociales	rho	-0.22
	Sig.	0.04

Se visualiza en la tabla 9 que, la obsesión por las redes sociales se correlacionó de manera inversa débil significativa con la autoestima ($\text{rho}=-0.22$; $p<0.05$). Esto indica que se rechaza la hipótesis nula, por lo que existe relación significativa entre la obsesión por las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores; lo que significa que a mayor obsesión por las redes sociales menor autoestima en los estudiantes de secundaria.

Hipótesis específica 2:

Existe relación significativa entre la falta de control personal y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

Hipótesis estadística

Ho: Existe relación significativa entre la falta de control personal y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

H1: No existe relación significativa entre la falta de control personal y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

Nivel de significancia: $\alpha = 0,05 = 5\%$ de margen máximo de error

Regla de decisión: $p \geq \alpha \rightarrow$ se acepta la hipótesis nula H_0

$p < \alpha \rightarrow$ se rechaza la hipótesis nula H_0

Tabla 10

Correlación entre la falta de control personal y autoestima

		Autoestima
Falta de control personal	rho	-0.32
	Sig.	0.01

Se visualiza en la tabla 10 que, la falta de control personal se correlacionó de manera inversa débil significativa con la autoestima ($\rho = -0.32$; $p < 0.05$). Esto indica que se rechaza la hipótesis nula, por lo que existe relación significativa entre la falta de control personal y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores; lo que significa que a mayor falta de control personal menor autoestima en los estudiantes de secundaria.

Hipótesis específica 3:

Existe relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

Hipótesis estadística

Ho: Existe relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

H1: No existe relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.

Nivel de significancia: $\alpha = 0,05 = 5\%$ de margen máximo de error

Regla de decisión: $p \geq \alpha \rightarrow$ se acepta la hipótesis nula H0

$p < \alpha \rightarrow$ se rechaza la hipótesis nula H0

Tabla 11

Correlación entre el uso excesivo de las redes sociales y autoestima

		Autoestima
Uso excesivo de las redes sociales	rho	-0.28
	Sig.	0.00

Se visualiza en la tabla 11 que, el uso excesivo de las redes sociales se correlacionó de manera inversa débil significativa con la autoestima ($\text{rho}=-0.28$; $p<0.05$). Esto indica que se rechaza la hipótesis nula, por lo que existe relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores; lo que significa que a mayor uso excesivo de las redes sociales menor autoestima en los estudiantes de secundaria.

4.1.3 Discusión de resultados

En relación a la hipótesis general, se evidenció que la adicción a las redes sociales se correlacionó de manera inversa débil significativa con la autoestima ($\rho=-0.39$; $p<0.05$); lo que implica que, a mayor adicción a las redes sociales menor autoestima en los estudiantes de secundaria. Al respecto, Escurra y Salas (2014) definen la adicción a las redes sociales como un trastorno neuropsicológico que afecta el comportamiento de los individuos llevándolos a desarrollar conductas obsesivas y compulsivas; además, Coopersmith (1965), indica que la autoestima es la forma en la que un individuo percibe su propia existencia comprendiendo de lo que es capaz y cuáles son sus limitaciones impactando en su conducta.

El resultado anterior es similar a lo hallado por Soria y Villegas (2024) en un grupo de adolescentes de Ecuador, al evidenciarse la presencia de una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la autoestima ($r=-0.17$; $p<0.05$) pero en una intensidad menor; un año antes, Collantes y Tobar (2023) también evidenciaron esta correlación ($\rho=-0.28$; $p<0.01$) pero con una intensidad mayor a la anterior. En contraposición, Pulache (2024), investigó la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en adolescentes de Piura, hallando una ínfima significancia ($\rho=0.07$; $p>0.05$); del mismo modo, Chapilliquen y Puemape (2023), confirmó este hallazgo, encontrando que la autoestima se correlacionó con la adicción a las redes sociales de manera inversa moderada significativa ($\rho=-0.56$; $p>0.05$).

En vista de ello, la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en adolescentes puede explicarse a través del impacto que el uso excesivo de estas plataformas tiene en la percepción de sí mismos, ya que la constante exposición a contenido idealizado y la búsqueda de validación a través de reacciones y comentarios pueden generar una dependencia emocional y afectar su percepción de sí mismo. En este

sentido, una correlación entre ambas variables sugiere que, a mayor adicción a las redes sociales, la autoestima tiende a ser más baja, posiblemente debido a la comparación social negativa, la insatisfacción con la propia imagen y la necesidad de aprobación externa, lo que puede influir en el bienestar psicológico de los adolescentes y su desarrollo emocional.

Respecto a la hipótesis específica 1, se evidenció que la obsesión por las redes sociales se correlacionó de manera inversa débil significativa con la autoestima ($\rho = -0.22$; $p < 0.05$); lo que implica que, a mayor obsesión por ingresar a las redes sociales, los estudiantes verán mermada su autoestima. Al respecto, Escurra y Salas (2014) entienden la obsesión por las redes sociales como una tendencia persistente y repetitiva a pensar constantemente en la necesidad de acceder, interactuar y participar en plataformas sociales.

En función a dicho resultado, este se alinea con lo encontrado por Bellido (2023) en un grupo de adolescentes de Ayacucho, al evidenciarse la presencia de una relación significativa entre la obsesión por las redes sociales y la autoestima ($\rho = -0.23$; $p < 0.05$) en una intensidad similar; un año después, Rossini y Cardenas (2024) también evidenciaron esta correlación ($\rho = -0.33$; $p < 0.01$) pero con una intensidad mayor. Cabe mencionar que no se encontraron estudios que demuestren una ausencia de correlación entre la obsesión por las redes sociales y la autoestima.

A partir de este resultado, se puede indicar que la obsesión por las redes sociales y la autoestima en adolescentes pueden estar relacionadas debido a la constante exposición a contenidos idealizados y la búsqueda de validación a través de interacciones virtuales, lo que puede influir en la percepción de sí mismos. Cuando los adolescentes presentan un adicción a las redes sociales, tienen pensamiento obsesivos y recurrentes sobre utilizar estas herramientas, lo que puede conllevar creencias irracionales centradas

en que sí no ingresan perderán las reacciones y comentarios que tanto los nutren. Esta relación ha sido evidenciada en esta investigación, sugiriendo que la obsesión contaste por ingresar a estas plataformas puede reforzar comparaciones sociales negativas y sentimientos de insuficiencia.

En relación a la hipótesis específica 2, se evidenció que la falta de control personal se correlacionó de manera inversa débil significativa con la autoestima ($\rho=-0.32$; $p<0.05$); lo que implica que, a mayor falta de control personal, los estudiantes verán mermada su autoestima. Al respecto, Escurra y Salas (2014) entienden la falta de control personal se presenta cuando una persona no logra gestionar adecuadamente el tiempo y la frecuencia de uso, a pesar de ser consciente de los efectos negativos que este comportamiento puede tener en su vida.

El resultado anterior se alinea con lo encontrado por Rossini y Cardenas (2024), quienes demostraron la misma relación entre la falta de control personal y la autoestima de estudiantes adolescentes en Lima ($\rho=-0.18$; $p<0.05$), pero en menor intensidad; de igual forma, pero con un resultado más alentador, Chapilliquen y Puemape (2023) estudio a adolescentes peruanos, encontrando una relación moderada inversa ($\rho=-0.44$; $p<0.05$); del mismo modo, años antes, Guerra (2022), estudió a adolescentes limeños, encontrando relación entre falta de control personal y la autoestima ($X^2=7.25$; $p<0.05$). Por el contrario, Soria y Villegas (2024), indicaron que la falta de control personal no presenta correlación alguna con la autoestima de los adolescentes ($r=-0.75$; $p>0.05$).

Sobre lo anterior, es claro señalar que, la falta de control en el uso de las redes sociales y la autoestima en adolescentes pueden estar relacionadas debido a que un uso excesivo y desregulado de estas plataformas puede generar una dependencia digital que influye negativamente en la percepción de sí mismos, especialmente cuando los jóvenes comparan su vida con la imagen idealizada que otros proyectan en línea, lo que puede

provocar sentimientos de insuficiencia, inseguridad y menor autovaloración; además, presentar esta condición de adicción, conlleva una disminución del autocontrol debido a que a menudo son incapaces de dejar el uso de estas redes, evidenciando problemas de organización y gestión de su tiempo, lo que origina problemas en su vida familiar, escolar y personal, erosionando su autoestima.

Por último, en relación a la hipótesis específica 3, se evidenció que el uso excesivo de las redes sociales se correlacionó de manera inversa débil significativa con la autoestima ($\rho=-0.28$; $p<0.05$); lo que implica que, a mayor uso excesivo de las redes sociales, los estudiantes verán mermada su autoestima. Al respecto, Escurra y Salas (2014) definen el uso excesivo de las redes sociales como el hábito de dedicar un tiempo excesivo a interactuar en plataformas digitales, sobrepasando los límites recomendados para un uso saludable.

En este sentido, dicho hallazgo se alinea con lo encontrado por Bellido (2023), quienes demostraron la misma relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima de estudiantes adolescentes en Ayacucho ($\rho=-0.26$; $p<0.05$), en una intensidad similar; de igual forma, Guerra (2022), estudió a adolescentes limeños, encontrando relación dichas variables ($X^2=7.89$; $p<0.05$). Por el contrario, Soria y Villegas (2024), indicaron que el uso excesivo no presenta correlación alguna con la autoestima de los adolescentes ($r=-0.65$; $p>0.05$).

Al respecto, el uso excesivo de las redes sociales puede estar relacionado con la autoestima en adolescentes debido a la constante exposición a estándares idealizados de belleza, éxito y estilos de vida que pueden generar comparaciones sociales y afectar la percepción de sí mismos. Cuando los adolescentes pasan mucho tiempo en plataformas digitales, es más probable que experimenten sentimientos de insuficiencia y mayor vulnerabilidad a críticas o ciberacoso, lo que puede disminuir su autoestima. Además, el

uso prolongado de estas redes puede desplazar actividades esenciales para el bienestar emocional, como la interacción en persona, el ejercicio físico y el descanso adecuado, contribuyendo a un deterioro en la autoimagen y el bienestar psicológico.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Primero. Se encontró correlación significativa entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en intensidad débil negativa significativa ($\rho=-0.39$; $p<0.05$). Esto implica que en caso los estudiantes presenten una alta adicción a las redes sociales, disminuirá su autoestima.

Segundo. Se encontró correlación significativa entre la obsesión por las redes sociales y la autoestima en intensidad débil negativa significativa ($\rho=-0.22$; $p<0.05$). Esto implica que en caso los estudiantes presenten una alta obsesión por las redes sociales, disminuirá su autoestima.

Tercero. Se encontró correlación significativa entre la falta de control personal y la autoestima en intensidad débil negativa significativa ($\rho=-0.32$; $p<0.05$). Esto implica que en caso los estudiantes presenten una elevada falta de control personal, disminuirá su autoestima.

Cuarto. Se encontró correlación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en intensidad débil negativa significativa ($\rho=-0.28$; $p<0.05$). Esto implica que en caso los estudiantes presenten un elevado uso excesivo de las redes sociales, disminuirá su autoestima.

5.2. Recomendaciones

Primero. Para disminuir la adicción a las redes sociales, se recomienda a los profesionales de la psicología que implementen programas psicoeducativos basados en estrategias de autorregulación y manejo del tiempo, combinando terapia cognitivo-conductual con técnicas de mindfulness, para reducir la dependencia de los adolescentes a las redes sociales y fortalecer su capacidad de autocontrol.

Segundo. Para incrementar la autoestima, se sugiere a los psicólogos, docentes y padres que trabajen conjuntamente en la promoción de una autoestima positiva en adolescentes mediante el refuerzo de sus logros, la comunicación asertiva y la creación de espacios de expresión emocional, fomentando un ambiente de apoyo y confianza tanto en el hogar como en la escuela.

Tercero. Para reducir el uso excesivo de redes sociales, se recomienda que los padres y docentes establezcan límites claros y consistentes en el uso de redes sociales, promoviendo actividades recreativas y educativas alternativas; además de fortalecer la supervisión y el diálogo sobre el impacto del uso excesivo de estas plataformas en el bienestar emocional y académico de los adolescentes.

Cuarto. Para futuros investigadores, se sugiere que amplíen el estudio de la relación entre el uso de redes sociales y la autoestima en adolescentes, explorando variables mediadoras como la regulación emocional y la influencia del entorno familiar, a fin de desarrollar estrategias de intervención más específicas y efectivas.

REFERENCIAS

- Acevedo, D. A. (2024). Adolescencia y redes sociales: entre riesgos y oportunidades. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 6241-6257. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/11045/16217>
- Amador, C. M. (2021). Influencia de la adicción a las redes sociales en la reprobación escolar de estudiantes de nivel licenciatura. *CienciaUAT*, 16(1), 62-72. <https://revistaciencia.uat.edu.mx/index.php/CienciaUAT/article/view/1510/845>
- Amirthalingam, J. y Khera, A. (2024). Understanding Social Media Addiction: A Deep Dive. *Cureus*, 16(10), e72499. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11594359/pdf/cureus-0016-00000072499.pdf>
- Bastidas, A. S. (2023). *Autoestima y dependencia emocional en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad privada de Huancayo, 2022* [Tesis de licenciatura en psicología, Universidad Continental]. Repositorio digital Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13934/8/IV_FHU_501_TE_Bastidas_Ramos_2023.pdf
- Bellido, L. E. (2023). *Adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Ayacucho, 2022* [Tesis de licenciatura en psicología, Universidad Continental]. Repositorio digital Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13867/8/IV_FHU_501_TE_Bellido_Quica%C3%B1o_2023.pdf
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Paidós. https://proassetspdlcom.cdnstatics2.com/usuarios/libros_contenido/arxius/50/493

[24 Los seis pilares de la autoestima.pdf](#)

Castañeda, N. y Pérez, A. (2024). Bajo rendimiento académico y su relación con la baja autoestima en estudiantes de octavo grado del Instituto Profesional Omar Torrijos Herrera-Panamá. *Journal Scientific*, 8(3), 4098-4116.
<https://www.investigarmqr.com/ojs/index.php/mqr/article/view/1670/5306>

Cervilla, A. (2024). *Influencia de las redes sociales en el bienestar emocional y rendimiento académico de los adolescentes* [Tesis de licenciatura en psicopedagogía, Pontificia Universidad Católica Argentina]. Repositorio digital Pontificia Universidad Católica Argentina.
<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/19264/1/influencia-redes-sociales.pdf>

Chapilliquen, K. L. y Puemape, L. M. M. (2023). *Adicción a las redes sociales y autoestima en adolescentes de instituciones educativas del distrito de La Unión, 2023* [Tesis de licenciatura en psicología, Universidad César Vallejo]. Repositorio digital Universidad César Vallejo.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/128054/Chapilliquen_LKL-Puemape_RLMM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Collantes, K. D. y Tobar, A. (2023). Adicción a redes sociales y su relación con la autoestima en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 848-860.
<https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/300/297>

Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. Consulting Psychologists Press.

Cueva, T., Jara, O., Arias, J., Flores, F. A. y Balmaceda, C. A. (2023). Métodos mixtos de investigación para principiantes. Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú.

- Frias, A. y Serrano, I. (2024). Nivel de dependencia hacia las redes sociales, autoestima y hábitos de vida saludables en jóvenes en formación. *Journal of Sport and Health Research*, 16(3), 357-372. <https://doi.org/10.58727/jshr.108389>
- Gallardo, E. E. (2017). Metodología de la Investigación: manual autoformativo interactivo. Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/4278/1/DO_UC_EG_MAI_UC0584_2018.pdf
- Gamboa, C. A. (2024). *Autoestima y convivencia escolar en estudiantes de nivel inicial, Santa, 2024* [Tesis de maestría en psicología educativa, Universidad César Vallejo]. Repositorio digital Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/156268/Gamboa_MCA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- González, N. C. y López, P. (2022). *Influencia de las Redes Sociales en la autoestima de dos generaciones diferentes (Generación Z y Millennials)*[Tesis de licenciatura en psicología, Universidad de La Laguna]. Repositorio digital Universidad de La Laguna. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/28381/Influencia%20de%20las%20Redes%20Sociales%20en%20la%20autoestima%20de%20dos%20generaciones%20diferentes%20%28Generacion%20Z%20y%20Millennials%29.pdf?sequence=1>
- Guerra, E. M. (2022). *Adicción a redes sociales y la autoestima en la autonomía del aprendizaje en estudiantes de 5to de secundaria, Lima-2022* [Tesis de doctorado en psicología, Universidad César Vallejo]. Repositorio digital Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/94326/Guerra_DA

[EM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

- Haro, A. F., Chisag, E. R., Ruiz, J. P. y Caicedo, J. E. (2024). Tipos y clasificación de las investigaciones. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), 956-966. <https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/1927/2478>
- Hiyo, C. C. (2018). *Propiedades psicométricas y estandarización del inventario de autoestima de Coopersmith en escolares de secundaria de Lima Sur: Chorrillos, Surco Y Barranco* [Tesis de licenciatura en psicología, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio digital Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/557/CARMEN%20CECILIA%20HIYO%20BELLIDO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Klimenko, O., Cataño, Y., Otálvaro, I. y Úsuga, S. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, 24(4), 123-155. <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>
- Klimenko, O., Hernández, N. E., Carmona, P., Mesa, J. A. y Patiño, J. G. (2024). Riesgo de adicción a redes sociales e internet, habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes de básica secundaria. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (73), 38-71. <https://www.redalyc.org/journal/1942/194278796003/html/>
- Klimenko, O., Hernández, N. E., Carmona, P., Mesa, J. A. y Patiño, J. G. (2024). Riesgo de adicción a redes sociales e internet, habilidades sociales y bienestar psicológico en estudiantes de básica secundaria. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (73), 38-71. <https://www.redalyc.org/journal/1942/194278796003/html/>
- Koob, G. F., y Le Moal, M. (1997). Drug Abuse: Hedonic Homeostatic Dysregulation. *Science*, 278(5335), 52-58. <https://doi.org/10.1126/science.278.5335.52>
- Laureano, J. F. (2024). *Dependencia a las redes sociales y autoestima en estudiantes de*

- quinto grado de secundaria de la I.E.E. Simón Bolívar de Moquegua, 2024* [Tesis de licenciatura en psicología, Universidad José Carlos Mariátegui]. Repositorio digital Universidad José Carlos Mariátegui. https://repositorio.ujcm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12819/3098/Jimena_tesis_titulo_2024.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Loayza, J. y Olarte, R. (2022). *Inteligencia emocional y la autoestima en estudiantes de un instituto superior de Andahuaylas, 2022* [Tesis de licenciatura en psicología, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio digital Universidad Autónoma de Ica. <https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/2028/1/OLARTE%20LLOCLLA%20RAUL%20-%20LOAYZA%20YA%C3%91E%20JULIA.pdf>
- Maguiña, A. y Chávez, A. R. (2024). El impacto negativo del uso excesivo de las redes sociales en la salud mental de jóvenes peruanos. *Apuntes Ciencias Sociales*, 12(2), 27-45. <https://journals.continental.edu.pe/index.php/apuntes/article/view/884/806>
- Marín, J. y González, A. (2023). Uso de redes sociales y autoestima de adolescentes en una institución educativa de Boconó, Trujillo, 2023. *Revista GICOS*, 9(1), 112-123. <https://portal.amelica.org/ameli/journal/351/3514889009/3514889009.pdf>
- Méndez, M., Romero, B. M., Cortés, J., Ruíz, A. E. y Próspero, O. (2017). Neurobiología de las adicciones. *Revista de la Facultad de Medicina de la UNAM*, 60(1), 6-16. <https://www.scielo.org.mx/pdf/facmed/v60n1/2448-4865-facmed-60-01-6.pdf>
- Ministerio de Salud. (29 de febrero de 2024). Uso indiscriminado de redes sociales podría generar perjuicios para la salud mental e integridad de niños y adolescentes. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/913714-uso-indiscriminado-de-redes-sociales-podria-generar-perjuicios-para-la-salud-mental-e-integridad-de>

[ninos-y-adolescentes](#)

- Naranjo, M. L. (2007). Autoestima: un factor relevante en la vida de la persona y tema esencial del proceso educativo. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 7(3), 1-29. <https://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>
- Núñez, B. y Peguero, H. (2009). La autovaloración y su papel en el desarrollo profesional. Una experiencia. *Educación Médica Superior*, 23(2), 1-11. <https://www.redalyc.org/pdf/447/44770311.pdf>
- Pulache, B. S. (2024). *Adicción a redes sociales y autoestima en adolescentes de dos instituciones educativas públicas de Sullana, 2022* [Tesis de licenciatura en psicología, Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”]. Repositorio digital Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”. <https://repositorio.uct.edu.pe/server/api/core/bitstreams/8c3b37b2-4620-4614-86de-ff8b7921f066/content>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent selfimage*. Princeton University Press.
- Rossini, A. D. y Cardenas L. A. (2024). *Autoestima y adicción a las redes sociales en adolescentes de quinto año de secundaria de colegios nacionales de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura en psicología, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio digital Universidad San Martín de Porres. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/15364/rossini_vad.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Sánchez, M., Ponce Gea, A. I., Rubio Aparicio, M., Navarro-Mateu, F. y Olmedo Moreno, E. M. (2023). A practical approach to quantitative research designs. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 17(35), 117-132. <https://doi.org/10.25115/ecp.v17i35.9725>
- Sánchez, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamarro, A. y Oberst, U. (2008). La adicción

- a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno? *Adicciones*, 20, 149-160.
- Soria, P. A. y Villegas, N. J. (2023). Adicción a las redes sociales y su relación con la autoestima en adolescentes. *Revista Psicología UNEMI*, 8(14), 19-29. <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/1780/1733>
- Tarrillo, O., Mejía, J., Dávila, J., Pintado, C., Tapia, C., Chilón, W. y Velez, S. (2024). Metodología de la investigación una mirada global Ejemplos prácticos. Centro de Investigación y Desarrollo. <https://biblioteca.ciencialatina.org/wp-content/uploads/2024/07/Metodologia-de-la-investigacion-una-mirada-global.pdf>
- Torres, S. (2021). *Propiedades psicométricas del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) en estudiantes de nivel secundario de Lima norte, 2021* [Tesis de licenciatura en psicología, Universidad César Vallejo]. Repositorio digital Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70513/Torres_LS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Trujillo, M. A. (2019). La adicción y sus diferentes conceptos. *Centro Sur*, 3(2), 1-7. <https://centrosureditorial.com/index.php/revista/article/view/18/17>
- Trujillo, M. A. (2019). La adicción y sus diferentes conceptos. *Centro Sur*, 3(2), 1-7. <https://centrosureditorial.com/index.php/revista/article/view/18/17>
- Valencia, R., Cabero, J., Garay, U. y Fernández, B. (2021). Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes. *Tecnología, Ciencia y Educación*, 18, 99-125. <https://www.tecnologia-ciencia-educacion.com/index.php/TCE/article/view/573/343>
- Zavaleta, R. F. (2021). *La adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio público* [Tesis de doctorado en educación, Universidad César Vallejo].

Repositorio digital Universidad César Vallejo.

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/67857/Zavaleta_V

[RF-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/67857/Zavaleta_V_RF-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

ANEXOS

Anexos 1. Matriz de consistencia

Título: Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DISEÑO METODOLÓGICO
<p>Problema General:</p> <p>¿ se relacionan la adicción a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025?</p>	<p>Objetivo General:</p> <p>Evaluar la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025..</p>	<p>Hipótesis general:</p> <p>Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.</p>		<p>Tipo: Básica, correlacional</p>
<p>Problemas específicos:</p> <p>1. ¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025?</p> <p>2. ¿Cuál es el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025?</p> <p>3. ¿Cómo se relacionan la obsesión por las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025?</p> <p>4. ¿Cómo se relacionan la falta</p>	<p>Objetivos específicos:</p> <p>1. Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.</p> <p>2. Identificar el nivel de autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025.</p> <p>3. Analizar cómo se relaciona la obsesión por las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.</p> <p>4. Analizar cómo se relaciona</p>	<p>Hipótesis específicas:</p> <p>1. Existe relación significativa entre la obsesión por las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.</p> <p>2. Existe relación significativa entre la falta de control personal y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.</p> <p>3. Existe relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa</p>	<p style="text-align: center;">Adicción a las redes sociales</p> <ul style="list-style-type: none"> - Obsesión por las redes sociales - Falta de control personal - Uso excesivo de las redes sociales <p style="text-align: center;">Autoestima</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sí mismo - Social - Escolar - Hogar 	<p>Método: hipotético-deductivo</p> <p>Diseño: no experimental transversal</p> <p>Población: 600 estudiantes</p> <p>Muestra: 236 estudiantes</p> <p>Instrumento 1: Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)</p> <p>Instrumento 2: Inventario de autoestima de Coopersmith</p>

de control personal y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025?

5. ¿Cómo se relacionan el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025?

la falta de control personal y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.

5. Analizar cómo se relaciona el uso excesivo de las redes sociales y la autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.

pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025.

Anexo 2. Instrumentos de medición

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES (ARS)

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las Redes Sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

S= siempre, CS= casi siempre, AV= algunas veces, RV= raras veces, N= nunca

N°	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13.	No puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redessociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22.	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23.	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24.	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH FORMA ESCOLAR

A continuación, hallaras algunas preguntas acerca de las maneras cómo te comportas o te sientes. Después de cada pregunta tú puedes ver que hay dos espacios en blanco, uno pertenece a la columna de “SI” y la otra columna a la de “NO”.

Es decir, que marcarás con una X en el espacio de “SI”, si la pregunta está de acuerdo con la manera en que generalmente actúas o te sientes; y, marcarás con una X el “NO”, cuando la pregunta no diga la manera en que actúas o te sientes.

Ítem	V	F
1. Las cosas generales no me preocupan.		
2. Me resulta muy difícil hablar frente a la clase.		
3. Hay muchas cosas sobre mí mismo (a) que cambiaría si pudiera.		
4. Puedo tomar decisiones sin muchas dificultades.		
5. Soy una persona divertida.		
6. En casa me fastidio fácilmente.		
7. Me toma bastante tiempo acostumbrarme a algo nuevo.		
8. Soy popular entre los chicos (as) de mi edad.		
9. Mis padres generalmente toman en cuenta mis sentimientos.		
10. Me rindo fácilmente.		
11. Mis padres esperan demasiado de mí.		
12. Es bastante difícil ser yo mismo (a).		
13. Mi vida es complicada.		
14. Los (as) chicos (as) generalmente aceptan mis ideas.		
15. Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo (a).		
16. Muchas veces me gustaría irme de casa.		
17. Generalmente me siento aburrido (a) en la escuela.		
18. Físicamente no soy tan simpático (a) como la mayoría de personas.		
19. Si tengo algo que decir, generalmente lo digo.		
20. Mis padres me comprenden.		
21. La mayoría de personas caen mejor de lo que yo caigo.		
22. Generalmente siento que mis padres me estuvieran presionando.		
23. Generalmente me siento desmoralizado (a) en la escuela.		
24. Generalmente desearía ser otra persona.		
25. No se puede confiar en mí.		
26. Nunca me preocupo de nada.		
27. Estoy seguro (a) de mí mismo (a).		

28. Caigo bien fácilmente.		
29. Mis padres y yo nos divertimos mucho juntos.		
30. Paso bastante tiempo soñando despierto (a).		
31. Desearía tener menos edad.		
32. Siempre hago lo correcto.		
33. Estoy orgulloso (a) de mi rendimiento en la escuela.		
34. Alguien siempre debe decirme lo que debo hacer.		
35. Generalmente me arrepiento de las cosas que hago.		
36. Nunca estoy contento (a).		
37. Estoy haciendo lo mejor que puedo.		
38. Generalmente puedo cuidarme solo (a).		
39. Soy bastante feliz.		
40. Preferiría jugar con niños (as) más pequeños (as) que yo.		
41. Me gustan todas las personas que conozco.		
42. Me gusta cuando me llaman a la pizarra.		
43. Me comprendo a mí mismo (a).		
44. Nadie me presta mucha atención en casa.		
45. Nunca me llaman la atención.		
46. No me está yendo tan bien en la escuela como quisiera.		
47. Puedo tomar una decisión y mantenerla.		
48. Realmente no me gusta ser un (a) adolescente.		
49. No me gusta estar con otras personas.		
50. Nunca soy tímido (a).		
51. Generalmente me avergüenzo de mí mismo (a).		
52. Los (as) chicos (as) generalmente se la agarran conmigo.		
53. Siempre digo la verdad.		
54. Mis profesores me hacen sentir que no soy lo suficientemente capaz.		
55. No me importa lo que me pase.		
56. Soy un fracaso.		
57. Me fastidio fácilmente cuando me regañan.		
58. Siempre sé lo que debo decir a las personas.		

Anexo 3: Validación de instrumentos



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO

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

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

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

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

Observaciones: si hay suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable ()

Aplicable después de corregir ()

No aplicable ()

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Yngrid Maricielo Gamarra Arias

DNI: 70650607

Especialidad del validador: Psicología Clínica y Educativa

15 de enero de 2025

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Yngrid Maricielo Gamarra Arias'. Below the signature is a circular stamp containing the text 'PSICOLOGA' and 'C.P.N. N° 26244'.

Mg. Yngrid Maricielo Gamarra Arias

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO

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

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

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

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

Observaciones: si hay suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable (X)

Aplicable después de corregir ()

No aplicable ()

Apellidos y nombres del juez validador: Dra. Silvana Varela Guevara

DNI: 47283514

Especialidad del validador: Psicología Clínica y de la Salud

15 de enero de 2025



Dra. Silvana Varela Guevara

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO

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

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

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

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

Observaciones: si hay suficiencia.

Opinión de aplicabilidad:

Aplicable (X)

Aplicable después de corregir ()

No aplicable ()

Apellidos y nombres del juez validador: Mg. Yngrid Maricielo Gamarra Arias

DNI: 70650607

Especialidad del validador: Psicología Clínica y Educativa

15 de enero de 2025



Mg. Yngrid Maricielo Gamarra Arias
PSICÓLOGA
C.P.N. N° 2044

Mg. Yngrid Maricielo Gamarra Arias

MATRIZ V DE AIKEN

cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)

Ítem	CLARIDAD					PERTINENCIA					RELEVANCIA					V.AIKEN	V.AIKEN GENERAL
	Juicio					Juicio					Juicio						
	J1	J2	J3	S	v. AIKEN	J1	J2	J3	S	V. AIKEN	J1	J2	J3	S	V. AIKEN		
1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	1.00
2	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
3	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
4	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
5	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
6	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
7	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
8	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
9	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
10	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
11	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
12	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
13	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
14	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
15	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
16	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
17	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
18	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
19	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
20	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
21	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
22	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
23	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
24	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	

Inventario de autoestima de Coopersmith

Ítem	CLARIDAD					PERTINENCIA					RELEVANCIA					V.AIKEN	V.AIKEN GENERAL
	Juicio					Juicio					Juicio						
	J1	J2	J3	S	v. AIKEN	J1	J2	J3	S	V. AIKEN	J1	J2	J3	S	V. AIKEN		
1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	1.00
2	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
3	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
4	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
5	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
6	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
7	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
8	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
9	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
10	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
11	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
12	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
13	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
14	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
15	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
16	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
17	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
18	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
19	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
20	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
21	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
22	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
23	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
24	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
25	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
26	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
27	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
28	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
29	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
30	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
31	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
32	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
33	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
34	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
35	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
36	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
37	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
38	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
39	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
40	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
41	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
42	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
43	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
44	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
45	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
46	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
47	1	1	1	3	1	0.00007	1	1	1	3	1	1	1	3	1	0.00	0.00
48	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
49	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
50	1	1	1	3	1	0.00007	1	1	1	3	1	1	1	3	1	0.00	0.00
51	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
52	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
53	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
54	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
55	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
56	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
57	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	
58	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1.00	

Anexo 4: Confiabilidad de los instrumentos

Tabla A1

Confiabilidad del Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)

Variable	N° de ítems	Alfa de Cronbach
Obsesión por las redes sociales	10	0.75
Falta de control personal	6	0.74
Uso excesivo de las redes sociales	8	0.76
Adicción a las redes sociales	24	0.82

Tabla A2

Confiabilidad del Inventario de autoestima de Coopersmith

Dimensiones/Variable	N° de ítems	Alfa de Cronbach
Sí mismo	31	0.84
Social	10	0.74
Escolar	8	0.79
Hogar	8	0.76
Autoestima	58	0.92

Anexo 5: Aprobación del Comité de Ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 10 de Febrero de 2025

Investigador(a)
LEYLA CELENE ESTRADA HERRERA
N°:0234-2025

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética e Integridad Científica de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEIC-UPNW) **evaluó y APROBÓ** los siguientes documentos:

- Protocolo titulado: **"Adición a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima – 2025." Versión 01 con fecha 05/02/2025.**
- Formulario de Consentimiento Informado Versión **01** con fecha **05/02/2025.**

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Leyla Celene Estrada Herrera.

La **APROBACIÓN** comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

1. **La vigencia** de la aprobación es de **dos años** (24 meses) a partir de la emisión de este documento.
2. **El Informe de Avances** se presentará cada 6 meses, y el informe final una vez concluido el estudio.
3. **Toda enmienda o adenda** se deberá presentar al CIEIC-UPNW y no podrá implementarse sin la debida aprobación.
4. Si aplica, **la Renovación** de aprobación del proyecto de investigación deberá iniciarse treinta (30) días antes de la fecha de vencimiento, con su respectivo informe de avance.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,

Raúl Antonio Rojas Ortega
Presidente

Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
UPNW



Anexo 6: Formato de consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Instituciones: Universidad Privada Norbert Wiener

Investigadores: Leyla Celene Estrada Herrera

Título: “Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025”

Propósito del estudio

Se invita a su menor hijo a un estudio llamado: “Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025”, desarrollado por Leyla Celene Estrada Herrera bachiller de la Universidad Privada Norbert Wiener con el propósito de evaluar como la adicción a las redes sociales se relaciona con la autoestima en escolares.

Procedimientos

Si brinda autorización a su menor hijo a participar en este estudio, se le realizará lo siguiente:

- Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)
- Inventario de autoestima de Coopersmith

La encuesta puede demorar unos 40 minutos. Los resultados se almacenarán respetando la confidencialidad y el anonimato de su menor hijo.

Riesgos Su menor hijo no estará expuesto a ningún riesgo

Beneficios Su menor hijo no recibirá ningún beneficio o compensación económica

Costos e incentivos

Usted como padre no deberá pagar nada por la participación. Tampoco recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

Confidencialidad

Se almacenará la información con códigos y no con nombres. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de su menor hijo. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio.

Derechos del participante

Si su menor hijo no se siente incómodo durante la encuesta, podrá retirarse de este en cualquier momento. Si tiene alguna inquietud o molestia, no dude en preguntar al personal del estudio. Puede comunicarse con Leyla Celene Estrada Herrera al número 954 770 418 o al comité que validó el presente estudio, Dr. Rojas Ortega Raúl Antonio, presidente del Comité de Ética para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, tel. +51 924 569 790. E-mail: comite.etica@uwiener.edu.pe

CONSENTIMIENTO

Acepto voluntariamente la participación de mi menor hijo en este estudio. Comprendo qué cosas pueden pasar si participa mi menor hijo en el proyecto. También entiendo que mi menor hijo puede decidir no participar, aunque yo haya aceptado y que puede retirarse del estudio en cualquier momento. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.



Leyla Celene Estrada Herrera
DNI: 60895795

Padre de familia

ASENTIMIENTO INFORMADO

Título de proyecto: Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025

Esta investigación tiene por objetivo evaluar como la adicción a las redes sociales se relaciona con la autoestima en escolares

Hola mi nombre es Leyla Celene Estrada Herrera y soy bachiller de psicología de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW). Actualmente se está realizando un estudio de investigación para conocer acerca de la adicción a las redes sociales se relaciona con la autoestima en escolares de secundaria y para ello queremos pedirte tu participación.

Tu participación en el estudio consistiría en completar los siguientes cuestionarios:

- Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)
- Inventario de autoestima de Coopersmith

Tu participación en el estudio es voluntaria, es decir, aun cuando tus papá o mamá y/o apoderado hayan dicho que puedes participar, si tú no quieres hacerlo puedes decir que no. Es tu decisión si participas o no en el estudio. También es importante que sepas que, si en un momento dado ya no quieres continuar en el estudio, no habrá ningún problema, o si no quieres responder a alguna pregunta en particular, tampoco habrá problema.

Toda la información que nos proporcionas/ las mediciones que realicemos nos ayudarán a conocer más acerca de cómo la adicción a las redes sociales se relaciona con la autoestima en los estudiantes de secundaria.

Esta información será confidencial. Esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas (O RESULTADOS DE MEDICIONES), sólo lo sabrán las personas que forman parte del equipo de este estudio.

Si aceptas participar, te pido que por favor pongas una (✓) en el cuadrito de abajo que dice “Sí quiero participar” y escribe tu nombre.

Si no quieres participar, no pongas ninguna (✓), ni escribas tu nombre.

Sí quiero participar

Nombre del participante:

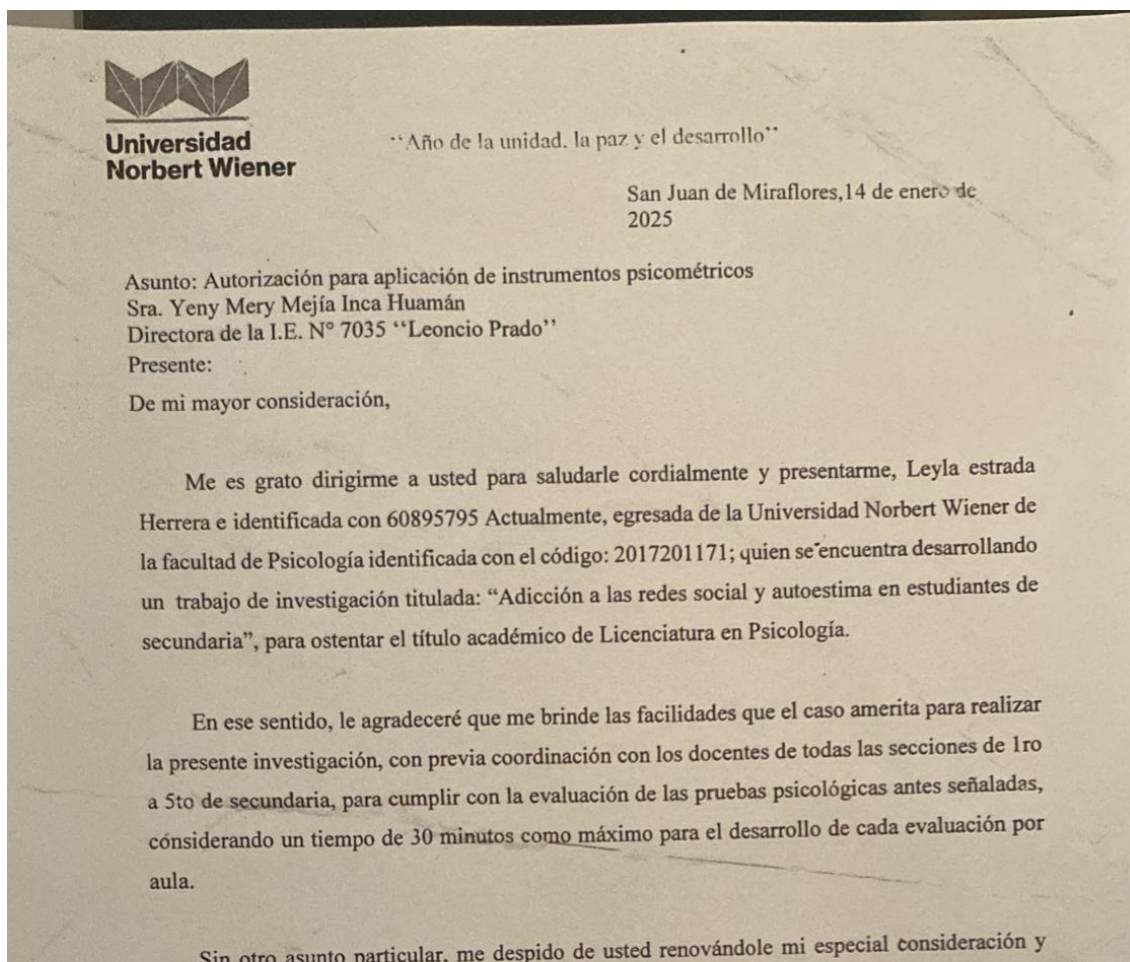
Nombre y firma de la persona/investigador que obtiene el asentimiento:



Leyla Celene Estrada Herrera

Fecha: ... de de 2024

Anexo 7: Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos



San Juan de Miraflores, 14 de enero de 2025

Asunto: Autorización para aplicación de instrumentos psicométricos

Sra. Leyla Estrada Herrera

Presente:

Es para mí un agrado dirigirme a usted en mi calidad de directora de la I.E. N.º 7035 "Leoncio Prado", para brindarle la autorización para realizar la investigación de tesis titulada: "Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Miraflores, Lima - 2025", con el cual busca optar el título académico de Licenciatura en Psicología.

Mediante la presente autorizo a Leyla Estrada Herrera, identificada con DNI 60895795, bachiller de la Universidad Norbert Wiener de la facultad de Psicología identificada con el código universitario A2017201171 ingrese a las instalaciones del centro educativo mencionado para la aplicación de los instrumentos: Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS) e Inventario de autoestima de Coopersmith, teniendo una duración de 30 minutos como máximo por cada aula. Asimismo, le garantizo que se realizaran las coordinaciones necesarias para que usted tenga el acceso a los salones de primero a quinto de secundaria.

Sírvase el presente para lo que requiera.



A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Yeny Mery Mejia Inca Huaman".

Yeny Mery Mejia Inca Huaman

Directora de la I.E. N.º 7035 "Leoncio Prado"

Anexo 8: Informe de Turnitin del Asesor

NOMBRE DEL TRABAJO

Informe final de tesis - Leyla.docx

RECuento DE PALABRAS

15134 Words

RECuento DE CARACTERES

85621 Characters

RECuento DE PÁGINAS

79 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

923.7KB

FECHA DE ENTREGA

May 31, 2025 8:39 AM GMT-5

FECHA DEL INFORME

May 31, 2025 8:40 AM GMT-5

● 19% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 12% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 17% Base de datos de trabajos entregados
- 5% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Material citado
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 12 palabras)

● 24% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 21% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 18% Base de datos de trabajos entregados
- 6% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

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

1	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	12%
2	Universidad Wiener on 2024-11-17 Submitted works	2%
3	repositorio.continental.edu.pe Internet	1%
4	Universidad Alas Peruanas on 2021-04-06 Submitted works	1%
5	Universidad Tecnologica del Peru on 2025-07-27 Submitted works	<1%
6	Universidad Catolica de Trujillo on 2025-07-18 Submitted works	<1%
7	repositorio.ucv.edu.pe Internet	<1%
8	Universidad Catolica de Trujillo on 2025-07-18 Submitted works	<1%