



“Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana”

Chota, 03 de marzo del 2025.

C.O. N° 015-2025-UI-FCCSS

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El que suscribe, Jefe de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, hace constar que el Informe Final de Tesis titulado: **“ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DEL COLEGIO SECUNDARIO NACIONAL SAN JUAN, CHOTA 2024”** elaborado por las **Bachilleres en Enfermería: María Rocio Vásquez Vásquez y Marisol Cayatopa Delgado**, para optar el Título Profesional de Licenciada (o) en Enfermería, presenta un índice de similitud de 23%, sin incluir, citas, referencias bibliográficas, fuentes con menos de 20 palabras y depósitos de trabajos de estudiantes [desde el resumen hasta las recomendaciones]; por lo tanto, cumple con los criterios de evaluación de originalidad establecidos en el Reglamento Específico de Grados y títulos de la Facultad de Ciencias de la Salud, aprobado mediante Resolución de Facultad N° 075-2023-FCCSS-UNACH /C.

Se expide la presente, en conformidad a la directiva antes mencionada, para los fines que estime pertinentes.

Atentamente,




HERNÁN TAFUR CORONEL
COORDINADOR DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE CHOTA

C.c.
Archivo
JUHO/J-UI-FCCSS
03/2025



Unidad de Investigación
Facultad en Ciencias de la
Salud
UNACH

MARÍA ROCÍO VÁSQUEZ VÁSQUEZ

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DEL COLEGIO NACIONAL ...

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DE SECUNDARIA DEL COLEGIO NACIONAL SAN JUAN, CHOTA 2024

ASESORÍA JURADO

Universidad Nacional Autónoma de Chota

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::1:3113439625

Fecha de entrega

12 dic 2024, 10:12 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

12 dic 2024, 10:14 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

IFT_CAYATOPA-VÁSQUEZ_1_docx

Tamaño de archivo

85.5 KB

42 Páginas

10,836 Palabras

56,140 Caracteres




23% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado

Fuentes principales

- 23%  Fuentes de Internet
- 7%  Publicaciones
- 0%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

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

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 23% Fuentes de Internet
- 7% Publicaciones
- 0% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

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

| | | | |
|-----------|----------|-----------------------------|----|
| 1 | Internet | hdl.handle.net | 5% |
| 2 | Internet | repositorio.unach.edu.pe | 2% |
| 3 | Internet | repositorio.upsjb.edu.pe | 1% |
| 4 | Internet | repositorio.unc.edu.pe | 1% |
| 5 | Internet | repositorio.ucv.edu.pe | 1% |
| 6 | Internet | repositorio.unife.edu.pe | 1% |
| 7 | Internet | repositorio.uss.edu.pe | 1% |
| 8 | Internet | www.topdoctors.es | 1% |
| 9 | Internet | revista.uct.edu.pe | 1% |
| 10 | Internet | alejandria.poligran.edu.co | 1% |
| 11 | Internet | encuentros.virtualeduca.red | 1% |

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE
CHOTA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE
QUINTO GRADO DEL COLEGIO SECUNDARIO NACIONAL SAN
JUAN, CHOTA 2024**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

AUTORES

Bach. MARISOL CAYATOPA DELGADO

Bach. MARÍA ROCÍO VÁSQUEZ VÁSQUEZ

ASESOR

Dr. ANÍBAL OBLITAS GONZALES

CHOTA – PERÚ

2025



Acta de sustentación: Informe final de tesis

Siendo las 15 horas del día 18 de FEBRERO del año 2025, se reunieron en la Sala de Sustentaciones de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, el Jurado Evaluador presidido por Dr. José Uberli Herrera Ortiz, el secretario Dra. Rosario del Socorro Avellaneda Yajahuanca y como vocal Dr. Richard Williams Hernández Fiestas, como asesor de Tesis el (la) Dr. Anibal Oblitas Gonzales.

De acuerdo al Reglamento Específico de la Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, se dio inicio a la Sustentación del Informe Final de la Tesis "Adicción a las redes sociales en estudiantes de quinto grado de secundaria del Colegio Nacional San Juan, Chota 2024" presentado por el (la/los/las) bachiller (es) Marisol Cayatopa Delgado y María Rocío Vásquez Vásquez de la Escuela Profesional de Enfermería.

Luego de la sustentación, deliberación y consenso de los integrantes del Jurado Evaluador se acordó aprobar la Tesis con aprobado con la calificación de 14 centésimas; por lo tanto el(los) bachiller(es) puede proseguir con trámites posteriores.

En señal de conformidad, firman los presentes a horas 16:30pm del 18 de FEBRERO del 2025.

| DOCENTE | FIRMA |
|---|-------|
| Presidente Jurado evaluador: - Dr. José Uberli Herrera Ortiz | |
| Secretario Jurado evaluador: - Dra. Rosario del Socorro Avellaneda Yajahuanca | |
| Vocal Jurado evaluador: - Dr. Richard Williams Hernández Fiestas | |
| Asesor de Tesis: - Dr. Anibal Oblitas Gonzales | |



AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Nacional Autónoma de Chota, quien nos dio la oportunidad de conocer, explorar e incrementar nuestros conocimientos, competencias y herramientas necesarias para la formación de profesionales competentes.

A nuestros padres, cuyo amor y educación nos han conducida hasta este camino de lograr nuestras metas.

A nuestros docentes, por sus enseñanzas y orientaciones, por siempre estar pendientes de nuestro aprendizaje y por habernos mostrado el camino de la justicia, la responsabilidad, el respeto mutuo y el profesionalismo.

De igual manera, valoramos ampliamente el papel de nuestro asesor, quien nos ha escuchado, aconsejado y guiado durante el proceso de investigación, lectura, análisis, opinión y escritura del presente trabajo. Este trabajo de tesis es resultado de largas horas de trabajo. No hubiéramos recorrido todo ese camino de no ser por la guía intelectual del Dr. Anibal Oblitas Gonzales.

A:

Nuestros padres quienes nos apoyaron y contuvieron los buenos y malos. Gracias por enseñarnos a afrontar las dificultades que se han presentado a lo largo de nuestras vidas con perseverancia. Nos enseñaron a ser las personas que somos hoy, con principios y valores. Con el enorme amor que tienen los padres a sus hijos sin pedir nada a cambio.

Marisol y Rocio.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

| | Pág. |
|---|-------------|
| RESUMEN | Ix |
| ABSTRACT | X |
| CAPÍTULO I | |
| INTRODUCCIÓN | 1 |
| CAPÍTULO II | |
| MARCO TEÓRICO | |
| 2.1. Antecedentes del estudio | 7 |
| 2.2. Bases conceptuales | 9 |
| 2.2.1. Adicción a las redes sociales | 11 |
| 2.3. Definición de términos básicos | 18 |
| CAPÍTULO III | |
| MARCO METODOLÓGICO | |
| 3.1. Ámbito de estudio | 20 |
| 3.2. Diseño de investigación | 20 |
| 3.3. Población y muestra | 21 |
| 3.4. Operacionalización de variables | 23 |
| 3.5. Descripción de la metodología | 24 |
| 3.6. Procesamiento y análisis de datos | 26 |
| 3.7. Aspectos éticos y rigor científico | 26 |
| CAPÍTULO IV | |
| RESULTADOS Y DISCUSIÓN | |
| 4.1. Características sociales de los estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024. | 28 |
| 4.2. Adicción de las redes sociales según dimensiones en los estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024. | 32 |
| 4.3. Nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de quinto grado de | 36 |

secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

| | |
|-----------------------------------|-----------|
| 5.1. Conclusiones | 39 |
| 5.2. Recomendaciones | 40 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 41 |
| ANEXOS | 51 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | Pág. |
|---|-------------|
| Tabla 1. Características sociales de los estudiantes de quinto grado del colegio secundario Nacional San Juan, Chota 2024. | 27 |
| Tabla 2. Adicción de las redes sociales según dimensiones en los estudiantes de quinto grado del colegio secundario Nacional San Juan, Chota 2024. | 31 |
| Tabla 3. Nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de quinto grado del colegio secundario Nacional San Juan, Chota 2024. | 35 |

ÍNDICE DE ABREVIACIONES

| | |
|--------|--|
| ASAM | : Sociedad Americana de Medicina de Adicción |
| INEI | : Instituto Nacional de Estadística e Informática |
| LA | : Latinoamérica |
| MINEDU | : Ministerio de Educación |
| MINSA | : Ministerio de Salud |
| NTIC | : Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación |
| OMS | : Organización Mundial de la Salud |
| OPS | : Organización Panamericana de la Salud |
| RS | : Redes sociales |
| UNICEF | : Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia |

RESUMEN

El estudio tuvo como objetivo determinar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024; estudio de enfoque cuantitativo, observacional, prospectivo, realizado en una muestra de 300 adolescentes del quinto grado; se utilizó como técnicas la encuesta autoadministrada y como instrumento un cuestionario que permitió evaluar la adicción a redes sociales. Resultados: La edad media de los adolescentes participantes fue de 16,5 años; 82% tenía 16 años; en cuanto al género 52% son varones y 48% son mujeres; en procedencia, 75,7% proceden de la zona urbana y 24,3% de la zona rural; en relación con la adicción a las redes sociales, en general fue baja en 53,2% de varones y 49,3% de mujeres, el nivel medio fue 46,2% de los varones y 46,5% de mujeres. Según dimensiones, en la dimensión obsesión por las redes sociales, 63,5% de varones y 66% de mujeres presentaron obsesión baja; en la dimensión falta de control personal a las redes sociales 54,5% de varones y 50% de mujeres tuvieron una falta de control bajo medio; en la dimensión uso excesivo de las redes sociales, 51,3% de varones y 46,5% de mujeres evidenciaron un nivel bajo. Conclusión: Existe adicción a las redes sociales de nivel medio y bajo, tanto en varones como mujeres, con un ligero predominio en el sexo masculino.

Palabras clave: Adicción, adolescentes, redes sociales, Facebook, WhatsApp

ABSTRACT

The objective of the study was to determine the level of addiction to social networks in fifth grade high school students of the San Juan National School, Chota 2024; a quantitative, observational, prospective study conducted on a sample of 300 fifth grade adolescents; the techniques used were a self-administered survey and the instrument used were a questionnaire to evaluate addiction to social networks. Results: The mean age of the participating adolescents was 16.5 years; 82% of the adolescents were 16 years old; in terms of gender, 52% they are men and 48% they are women; in terms of origin, 75.7% were from the urban area and 24.3% from the rural area; in relation to addiction to social networks, in general it was low in 53.2% of males and 49.3% of females, the average level was 46.2% of males and 46.5% of females. According to dimensions, in the dimension obsession with social networks, 63.5% of men and 66% of women presented low obsession; in the dimension lack of personal control over social networks, 54.5% of men and 50% of women had a lack of control; in the dimension excessive use of social networks, 51.3% of men and 46.5% of women showed a low level. Conclusion: There is and low level addiction to social networks in both men and women, with a slight predominance in the male sex.

Keywords: Addiction, teenagers, social networking, Facebook, WhatsApp

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) citado por Arteaga HJ. et al. [1], la adicción a las redes sociales es el desarrollo de comportamientos repetitivos que hace referencia a un “uso problemático de internet”, debido al placer extraordinario que se siente, desde el primer momento en que se conectan a una red social, se vuelve rutinaria con motivación incontrolable asociada a altos niveles de ansiedad, esto provoca problemas en las relaciones familiares, laborales y de estudio.

Una red social se define como un conjunto de herramientas que permite a los individuos, construir un perfil público o semipúblico en la que comparten información a través del texto, imágenes, videos u audios, dentro de un método definido que permite crear una lista de otros usuarios con los que comparte la conexión; una de las adicciones con más incidencia en estos tiempos es la adicción a las redes sociales (RS) [2].

Las RS se han convertido en parte del día a día de las personas en todo el mundo, ya que ofrece oportunidades de comunicación instantánea que si no son debidamente empleadas pueden generar la ruptura de muchos hábitos positivos de vida que pueden dar inicio al uso frecuente de las redes debido a múltiples factores de riesgo; así mismo, aspectos como la vulnerabilidad familiar, vulnerabilidad psicoemocional, influencia del entorno social, el contexto, el despuente de “influencers”, baja autoestima, hasta la falta de afecto o atención, son los principales factores que influyen en la adicción a las RS, también según el estudio, ingresar al medio de las RS es querer relacionarse e incrementar el círculo social [3].

A nivel mundial, de acuerdo con el último informe realizado por la We Are Social Spain, más de 5 mil millones de personas (64,4%) a nivel mundial tienen acceso al internet, resaltando países como Emiratos Árabes Unidos, Noruega, Irlanda y Arabia Saudita, Suiza y Dinamarca con más del 98% de personas con uso de

redes sociales, Corea del Sur, Hong Kong, Países Bajos y Canadá superan el 85% de su población con uso y acceso a las redes sociales. Si se compara los continentes, Europa con 97,4% lidera el acceso a RS, seguido por Europa occidental, con 93,5% y Norteamérica, con 92% [4].

El informe Impacto de la tecnología en la adolescencia, relaciones, riesgo y oportunidades realizado por el Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas (UNICEF) [5], muestra interesantes datos sobre la relación que los adolescentes tienen con sus móviles, donde poco más del 98,5% tienen usuarios en alguna de las diferentes redes sociales; 57,5% de los alumnos llevan su teléfono celular a la clase casi todos los días, cerca de un 60% duermen junto a algún dispositivo electrónico; casi el 50% aproximadamente tienen acceso al internet en promedio de 5 horas y cerca de un tercio de la población estudiada tiene acceso por más de 5 horas. Estas cifras indican que la tecnología es parte de la vida de los adolescentes y que utilizan mucho las redes sociales, lo que significa que los adolescentes tienen un acceso constante a las redes sociales.

En Latinoamérica, según datos reportados por Statista [6], la utilización de las plataformas sociales y otras herramientas de comunicación instantánea son los principales motores para la ruptura de la barrera digital; simultáneamente al acceso a la red, el empleo de redes sociales en la zona urbana ha experimentado un crecimiento constante en los últimos años, ya que a finales de enero del 2022 la mayor parte de las naciones de la región presentaba un porcentaje de usuarios que superaba el 60%, siendo los países que más lo utilizan, Chile (92,8%), Uruguay (90,2%), Argentina (86,3%), Perú (83,8%), Colombia (81,3%), siendo el facebook, whatsApp, youtube, e Instagram las más utilizadas.

A nivel nacional, el aumento del uso de las redes sociales viene siendo descontrolado, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) [7], en el año 2022 reveló que el avance de internet alcanzó un 73%, superando en 5,1 puntos porcentuales a la registrada en 2021 y en 17,7 puntos porcentuales a la del 2019; estos números evidencian un aumento constante en el uso de internet. En este contexto, el teléfono móvil se consolida como el dispositivo predilecto

para conectarse, siendo utilizado por el 66,7% de los usuarios; para el año 2021 los mayores crecimientos porcentuales se dieron en la población de 6 a 11 años con 59,7%, de 12 a 18 años con 85,8%, y de 19 a 24 años con el 92,8%. Respecto al uso de internet es similares entre hombres y mujeres.

Según el INEI [8], en el 2023 el mayor crecimiento de la población usuaria de internet se dio en Lima Metropolitana aumentando 2,3 puntos porcentuales pasando de 85,2% a 87,5%, mientras que en las zonas urbanas creció en un punto porcentual de 76,9% a 77,9%; cabe mencionar que en la zona rural aumento en poco más de 4 puntos porcentuales, pasando de 41,2% a 45,4% en el periodo estudiado. Las RS y el acceso a internet en la actualidad forman parte importante de la comunicación social; sin embargo, a pesar de que ya estamos en la era del 5G. Todavía existe una gran brecha entre el uso urbano y rural de las redes sociales, en cuanto al crecimiento rural actualmente es mayor que el crecimiento urbano [9].

La consecuencia de que los estudiantes se vuelvan adictos al uso excesivo inadecuado de las RS es un bajo rendimiento académico, comportamiento compulsivo, ansiedad y alteración de los hábitos de sueño y descanso. Terán en el año 2019 [10], explicó que el uso excesivo o la dependencia de las NTIC (Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación) como las RS provocarán varios cambios en el comportamiento de las personas, especialmente de niños, adolescentes y jóvenes y se convertirán en el centro de sus actividades de vida, dificultando las relaciones familiares y sociales. A sí mismo, el descontrol sobre el tiempo de uso puede provocar cambios permanentes en la forma de pensar sobre cuestiones relacionadas con estas tecnologías, fundamentalmente en las RS, ocasionando dificultades en el desempeño y aptitud académica de los estudiantes.

Estudios realizados refieren que la comunicación por internet en la actualidad es la más utilizada por los estudiantes. Según un estudio de UNICEF [11], casi todos los adolescentes (90%) se conectan a internet a diario y lo asocian con emociones positivas como alegría, relajación y diversión. Sin embargo, el

informe advierte que un tercio de ellos presenta un uso problemático de la red y las redes sociales, y uno de cada cinco muestra cierta adicción a los videojuegos. Asimismo, Correa en el 2020 [12], identificó un alto porcentaje de adicción de las RS en adolescentes mujeres (65%), las cuales necesitan estar pendientes de estas por miedo a perder algo y quieren saber en todo momento que hacen los demás en comparación con los varones (91%).

Una de las estrategias ejecutadas por el Ministerio Nacional de Educación (MINEDU) [13], sostiene que se debe brindar pautas a los padres o tutores de los estudiantes para establecer limitación respecto al uso del teléfono o cualquier otro equipo móvil, donde no permitan estar todo el día conectados y definan un horario para su uso, orientarlos a invertir su tiempo en actividades recreativas, que tengan acceso a su teléfono y revisen las redes sociales o páginas que más utilizan; además, señala la importancia de respetar la privacidad al publicar fotos de sus hijos en las redes sociales, evitando exponer datos e identidad personal. De la misma manera, los estudiantes que tengan un control de conexión a su dispositivo y no compartir información personal con desconocidos.

El MINEDU [14], asimismo para evitar el uso de celulares en las instituciones educativas propone la Ley N° 5532, que prohíbe el uso e ingreso de celulares en instituciones públicas y privadas durante el horario de clase con la finalidad de fomentar la mejora de la atención y rendimiento escolar. De igual forma, el Ministerio de Salud recomienda que el acceso a internet no debe superar las 4 horas al día como máximo para evitar algún grado de adicción [15].

Las RS, el internet, la adicción a estas y los avances tecnológicos con diferentes aplicaciones que se han venido creando en los últimos años están originando cambios significativos en los adolescentes por ser más vulnerables y les resulta difícil controlarse, en la actualidad los estudiantes prefieren interactuar por una red social como Facebook, WhatsApp, TikTok, entre otras, donde tienen la necesidad de tener una influencia social amplia y expansiva o buscan la popularidad de tener más seguidores o tener más “like” subiendo contenido, llevándolos a estar constantemente conectados. Según statista 2023 [16], el 86%

de los encuestados afirmó usar las redes sociales de aplicaciones de mensajería instantánea, como WhatsApp, Facebook Instagram, Messenger, Instagram y TikTok.

Considerando las altas frecuencias de adicción reportadas en los distintos niveles y contextos sociodemográficos; además de haberse identificado que el grupo de edad más afectado por el abuso en las redes sociales son los adolescentes, el presente estudio se plantea como interrogante: ¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio nacional San Juan, Chota 2024?

Como objetivo general se planteó Determinar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024; asimismo, como objetivos específicos se buscó: Caracterizar a los estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024. Identificar la adicción a las redes según género y dimensiones de obsesión; control personal y uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024.

Los resultados de la investigación revelaron una edad promedio de los participantes de 16,5 años; en cuanto al género, se observó una ligera predominancia masculina (52%); respecto a la procedencia, el 75,7% de los participantes provenían de zonas urbanas; en relación a las dimensiones evaluadas, se encontró que un porcentaje significativamente mayor de varones (66,7%) presentó altos niveles de obsesión por las redes sociales, sin embargo, no se hallaron diferencias significativas entre géneros en cuanto a la falta de control personal; en la dimensión de uso excesivo, ambos géneros presentaron porcentajes similares de altos niveles; por último, se observó una tendencia hacia mayores niveles de adicción a las redes sociales en mujeres (85,7%), en comparación con los hombres (14,3%). En conclusión, los resultados sugieren que, si bien ambos géneros presentan niveles de adicción, las mujeres muestran una mayor prevalencia.

Este estudio se desarrolla en cinco etapas. La primera establece el problema de investigación y los objetivos a alcanzar; la segunda profundiza en los fundamentos teóricos que sustentan el estudio; la tercera detalla el proceso metodológico seguido para llevar a cabo la investigación; la cuarta presenta y analiza los datos obtenidos, comparándolos con los hallazgos de otros estudios; por último, la quinta etapa sintetiza las conclusiones más importantes y plantea recomendaciones para futuras investigaciones.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del estudio

En Colombia, en el 2022 Olaya HA. et al. [18], realizaron un estudio con la finalidad de instituir la relación entre el uso desmedido de las redes sociales e internet en el rendimiento académico de los adolescentes, tuvieron como objetivo mostrar el vínculo entre el uso excesivo de las redes sociales y el uso de Internet y el rendimiento académico de los adolescentes. Estudio de enfoque cuantitativo, nivel relacional, diseño no experimental y corte transversal; desarrollado con la participación de 30 estudiantes. Obtuvieron como resultados que 16 % presentó riesgo de adicción a las redes sociales en internet.

En México, en el 2021 Ortiz CMA. [19], realizó un estudio con el fin de examinar la asociación de adicción a las redes sociales y la desaprobación en alumnos universitarios. Estudio enfoque de cuantitativo, descriptivo, no experimental. Con una muestra de 539 estudiantes. Los resultados fueron estudiantes con adicción baja 57%, media 36 % y alta 7%. Se concluyó que el porcentaje es bajo en los estudiantes que presentaron adicción alta a las redes sociales.

En Perú, en el 2021 Carrasco y Pinto [20], realizaron un estudio con la finalidad de determinar el grado de adicción a las redes sociales de un grupo de tercero y cuarto grado de secundaria de las ciudades de Lima y Arequipa. Un estudio cuantitativo, descriptivo de tipo no experimental. La muestra estuvo compuesta por 967 adolescentes. Como resultados obtuvieron que el 46,8% de estudiantes tenía alto nivel de adicción a las redes sociales, 35,2% presentaron nivel medio y el 17,9% mostraron nivel bajo en adicción a las redes sociales. En conclusión, se analizó que los adolescentes de la ciudad de Lima presentaron un nivel alto de 46,8% de adicción a las redes sociales.

En Perú, en el 2021 Yovera AL. [21], realizó un estudio cuyo objetivo fue evaluar el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de una institución educativa de Catacaos evaluar si había niveles de adicción a las redes sociales. Tipo de estudio cuantitativo, descriptivo, no experimental. La muestra fue con 75 estudiantes. El estudio reveló que un tercio de los estudiantes (33,3%) presentó un nivel muy alto de adicción a las redes sociales, 34,7% mostró un uso moderado de estas plataformas, mientras que 21,3% exhibió un nivel bajo; un porcentaje menor (10,7%) presentó el grado más elevado de adicción. En conclusión, es preocupante el alto nivel de adicción en una proporción considerable de los estudiantes.

En Perú, en el 2021 Trinidad y Varillas [22], realizaron la investigación, con el objetivo de “asociar la adicción a redes sociales y la ansiedad en adolescentes”. De diseño no experimental, correlacional, transversal; con una muestra de 215 estudiantes de primero a quinto de secundaria. Los resultados fueron que 27,4% presentó nivel alto de adicción a las redes sociales y 16,7% nivel bajo. Concluyen que 30% de estudiantes presentó nivel alto de adicción a las RS.

En Perú, en el 2021 Donayre BP. [23], realizó un estudio que tuvo como finalidad “determinar la relación entre las redes sociales y el rendimiento académico en estudiantes de cuarto grado de secundaria de la institución educativa Loreto 2022”. El estudio fue básico, no experimental, correlacional y corte transversal, la muestra fue integrada por 109 estudiantes. Los resultados demostraron que 57% presentaron un nivel alto de adicción hacia las RS, 41% presentaron nivel medio y solo 2% presentó un nivel bajo. Se concluye que existe un nivel alto de adicción en los estudiantes.

En Perú, en el 2022 Salazar RP. [24], efectuó un estudio con el objetivo de “determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de la I.E. Monsefú”. La investigación fue cuantitativo, descriptivo - correlacional, no experimental,

su población fue 240 estudiantes. Los resultados fueron que el índice más alto de estudiantes con adicción es 39,2%. Concluyendo que casi el 40% de los estudiantes presentaron adicción.

En Perú, en el 2022 Tenorio JN. [25], realizó un estudio cuyo objetivo fue determinar el nivel de adicción a las redes en los estudiantes de una I.E de Ayacucho; estudio cuantitativo, diseño no experimental, transversal y descriptivo; la muestra fue con 175 alumnos. El estudio reveló que el 52% de los estudiantes presenta un nivel moderado de adicción a las redes sociales. Al analizar los resultados por género, se observó que los varones exhiben un nivel de adicción ligeramente superior al de las mujeres, con un 50%. En cuanto a la edad, los adolescentes de 16 y 17 años mostraron un nivel de adicción medio, similar al promedio general. En conclusión, el nivel de adicción a las redes sociales se ubicó en un rango moderado en la muestra estudiada, sin diferencias significativas por género o edad.

En Perú, en el 2021 Moso CV. [26], realizó un estudio que tuvo como propósito determinar el rango de adicción a redes sociales y sus dimensiones en estudiantes de 4to y 5to de secundaria. Estudio de enfoque cuantitativo, de tipo básica, de nivel descriptivo. La muestra estaba conformada por 175 alumnos. Los resultados mostraron que 43,0% presentaron adicción en un nivel bajo; mientras que el 57,0% padecen nivel medio. En relación con la dimensión obsesión a RS, el 68% de los estudiantes se encontró en nivel bajo. La dimensión falta de control a RS, el 49,7% se sitúan en un nivel moderado. La dimensión uso excesivo a RS, el 50% se ubican en nivel medio o moderado. Se concluye que 57,0% tuvieron nivel medio de adicción a las RS.

En Perú, en el 2021 Calderón A. [27], realizó un estudio con el fin de conocer la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y el desempeño académico de los estudiantes de la Institución Educativa José Carlos Mariátegui (Cutervo). Estudio descriptivo - correlacional, de tipo no experimental. Como resultados se obtuvo que 52,6% de estudiantes se

encontraron en nivel alto de adicción, 36,5% en nivel medio y solo 10,9% presentaron nivel bajo de adicción. Conclusión: El 52% de estudiantes se encontraron en nivel de inicio en relación al rendimiento académico y solo 10% se encontraron en un nivel de logro esperado.

2.2. Bases conceptuales

2.2.1. Bases teóricas

El presente estudio se sustenta en la Teoría cognitivo-conductual propuesta por Keegan E. [28], donde advierten que las adicciones deben ser analizadas a través de una perspectiva biopsicosocial. Asimismo, refieren que los jóvenes entre 14 y 19 años se encuentran vulnerables a la adicción a las RS debido a múltiples factores relacionadas con la soledad, baja autoestima, disfuncionalidad familiar, frustración, síntomas depresivos, narcisismo, bajo autocontrol. Para prevenir el desarrollo de adicciones a las tecnologías digitales en niños y adolescentes, es necesario promover un entorno familiar seguro y afectivo; los padres deben establecer normas claras y consistentes en cuanto al uso de dispositivos electrónicos y supervisar de cerca las actividades en línea de sus hijos.

En la perspectiva conductivo conductual los individuos no nacen adictos, sino que uno de los factores que incide en su desarrollo ha sido por la exposición en la niñez o adolescencia al uso de las RS por parte de su círculo social, por tanto, tienen mayor riesgo a ser una persona adicta, donde los adolescentes al colgar una foto obtienen como recompensa likes o comentarios en el cual su cerebro libera más dopamina que es un neurotransmisor relacionado con las sensaciones de placer, siendo el que controla los impulsos, el pensamiento racional que les genera una sensación placentera.

La relación con el estudio planteado se basan en que se intenta ayudar a los pacientes a desarrollar estrategias adecuadas para la habilidad emocional, donde el lenguaje conductual se adquiera a través de la observación, imitación y repetición de una conducta basada en los

comportamientos humanos que ocasiona sensaciones agradables o la reducción de sensaciones desagradables, pero sin las consecuencias graves que tiene el abuso a las redes sociales, esta visión debe dar lugar a una noción del caso; el cómo y por qué esa persona en particular ha llegado a esta adicción y qué factores propios y del entorno están manteniendo el problema.

En el caso de la adicción a las redes sociales, esta teoría sugiere que los pensamientos negativos, las distorsiones cognitivas y los patrones de comportamiento reforzantes son los principales factores que contribuyen a esta problemática. En tal sentido, la implementación inicia por realizar una evaluación individualizada donde se realice un análisis funcional y se identifiquen las creencias irracionales; luego se enfatice en la educación sobre la adicción a las redes sociales brindando una información clara y precisa; seguidamente, modificar el pensamiento mediante técnicas que logren la reestructuración cognitiva y entrenamiento en resolución de problemas; del mismo modo, la modificación de la conducta, mediante la gestión adecuada del tiempo, entrenamiento de habilidades sociales y prevención de recaídas; finalmente el fortalecimiento de habilidades mediante técnicas de mindfulness para aumentar la conciencia del momento presente, reducir la impulsividad e incrementar la comunicación asertiva [27].

Las técnicas específicas basadas en la Teoría Cognitivo-Conductual consiste en registrar los pensamientos, emociones y conductas para identificar patrones relacionados al uso de las RS; entrenamiento en auto instrucciones que permitan enseñar al individuo a utilizar afirmaciones positivas para desafiar las situaciones que desencadenan el deseo de usar las redes sociales, mientras practican nuevas habilidades de afrontamiento y refuerzo positivo, que se da al recompensar los logros y los avances del individuo para motivarlo a continuar con el tratamiento [27,28].

2.2.2. Adicción

A. Definición

Es la ansiedad recurrente hacia una sustancia o actividad, la Sociedad Americana de Medicina de Adicción (ASAM) [30], precisa a la adicción como un padecimiento crónico y tratable donde se implica complejas relaciones que penetran los circuitos cerebrales, genética, entorno y experiencias de una persona. Los individuos con adicción consumen sustancias o adoptan conductas que los vuelven impulsivos, que con frecuencia continúan haciéndolo pese a sus efectos perjudiciales.

B. Tipos de adicción

1. **Adicción a sustancias:** Las adicciones a sustancias como el alcohol y otras drogas (cocaína, marihuana, heroína, tabaco) se caracterizan por un patrón compulsivo de consumo que puede llevar a graves consecuencias para la salud física y mental. Entre los trastornos más comunes asociados a estas adicciones se encuentran las enfermedades cardiovasculares, los trastornos psiquiátricos y los trastornos del sueño [30, 31].

2. **Adicción a comportamientos:** Estas adicciones se producen cuando una persona tiene una necesidad compulsiva de realizar una actividad, como el juego, videojuegos, navegación por internet, el sexo o el trabajo, redes sociales: Facebook, whatsapp, instragram, tik tok, siendo este grupo etario los que presentan mayor vulnerabilidad a caer a este tipo de adicción ya que ellos tienen la libertad de acceder a cualquier momento sin supervisión de los padres y lo usan sin tiempo limitado. Estas adicciones pueden afectar la capacidad de las personas para llevar a cabo actividades importantes en su vida y pueden tener un impacto negativo en sus relaciones personales y en su salud mental [31].

3. **Adicción a ciertas actividades:** Algunas actividades como el ejercicio físico o la alimentación pueden convertirse en adicciones cuando se realizan de manera compulsiva. Aunque estas actividades suelen ser beneficiosas para la salud, un exceso o una obsesión por ellas puede generar consecuencias negativas [31].

2.2.3. Adicción a las redes sociales

A. Definición

Desarrollo de comportamientos repetitivos que hace referencia a un “uso problemático de internet”, debido al placer extraordinario que se siente desde un primer momento que se conectan a una red, convirtiéndose en una rutina manifestado por impulsividad incontrolado asociado con altos niveles de ansiedad que causa problemas en el hogar, el trabajo y la escuela [1].

B. Factores de riesgo de la adicción a las redes sociales

Los estados emocionales en estudiantes, así como la falta de tolerancia, conllevan al acto de hacer uso excesivo de las redes sociales, del mismo modo, ingresar al medio de las redes sociales es el querer relacionarse y ampliar el círculo social, pero también existen factores de riesgo, como la vulnerabilidad psicológica, el estrés, las familias disfuncionales, la presión social, la falta de comunicación, la baja autoestima, la depresión o hiperactividad e incluso la falta de afecto o atención [3].

C. Síntomas

Los síntomas de las adicciones a las redes sociales se dan cuando las personas inician a tener dependencia de estas tecnologías online, que pueden provocar depresión, ansiedad al no estar conectado a alguna red social, cansancio, aislamiento de su entorno, dependencia, cefalea, cambios en el rendimiento académico, también existen manifestaciones de euforia, fluctuaciones entre enojo e ira,

irresponsabilidad, distracciones, descuido personal o exageración del mismo, desconcentración, caminar utilizando las redes sociales, trastornos del sueño esto se debe al agotamiento físico y mental por el insomnio al estar conectado a las redes sociales [32].

D. Consecuencias

La utilización descomedida de las RS puede causar alteraciones de salud mental como: La depresión, baja autoestima, estrés, fatiga, ansiedad, incluso problemas para dormir o cansancio, pérdida de control, aislamiento, irritabilidad, alejamiento de la vida real y de las relaciones familiares, problemas de conducta alimentaria [32].

E. Prevención

Según Hernández y Castañeda [33], existen formas de controlar y prevenir la adicción a las redes sociales; por ello es importante que fluya la comunicación entre padre e hijos, donde establezcan horarios en el cual puedan permanecer con el teléfono, computadora en tiempo limitado y puedan concluir con sus actividades académicas. Así también promover actividades recreativas como el deporte, cine, baile y lectura son de mucha ayuda para evitar el excesivo uso al internet.

Es importante considerar que los padres tienen la responsabilidad, responsabilidad que implica el conocimiento de las tecnologías, el internet y el acceso a las redes sociales, así como de los riesgos y consecuencias que puedan generarse. Es deber de estos, establecer normas de uso de la computadora y teléfono. Para ello se ayudará a priorizar charlas educativas por parte de los docentes y personal de salud sobre el uso adecuado de las redes sociales [33].

Las dimensiones

Según Anaya, Huapaya, y Lugo (2014) [34], mencionan tres dimensiones con las cuales miden la adicción a las RS y están constituidas por: obsesión, falta de control personal y el uso excesivo de las RS.

1. Obsesión por las redes sociales

Esto se debe a la implicación mental de los estudiantes, lo que lleva al constante manejo y uso excesivo de las redes sociales, el conocimiento o imposibilidad de utilizarlas de manera continua en cualquier momento del día, lo que lleva a que los adolescentes estén conectados las 24 horas del día, lo cual es relacionado con la causa. Síntomas de falta de acceso y ansiedad, que además empeoran su relación con el entorno inmediato [34].

2. Falta de control personal

Esto se basa en que los estudiantes no controlan cuánto tiempo pasan en redes sociales como WhatsApp, Facebook, Instagram, TikTok, etc. Cuando dejan de lado sus responsabilidades porque su capacidad para decir no es limitada, sólo responden a los incentivos en esas áreas como recompensas [34].

3. Uso excesivo de las redes sociales

Relacionada cuando el estudiante tiene dificultad para controlar el tiempo y uso del WhatsApp, Facebook, Instagram TikTok, etc. Los errores en la toma de decisiones a la hora de utilizar o suspender el uso de Internet están asociados a una inversión descontrolada de tiempo en entretenimiento fuera de las actividades diarias [34].

Niveles de adicción

Según el instrumento elaborado por Ecurra y Salas [35], determina la escala de valoración global en tres niveles:

- A. Nivel bajo.** Cuando el adolescente presenta adicción al uso de las redes sociales que se caracteriza por tener puntuación que oscila entre de 24 a 56 puntos, lo cual significa que los adolescentes emplean las redes sociales por un cierto momento.

- B. Nivel medio.** Cuando los adolescentes presentan dependencia al

uso de redes sociales, considerando algunos que lograron un puntaje de 57 a 89 puntos, lo cual significa que los adolescentes utilizan las redes sociales con mucha más frecuencia.

- C. Nivel alto.** Cuando los adolescentes dependen de las redes sociales, con una puntuación de 90 a 120 puntos, lo cual significa que los adolescentes tienen dependencia total de las redes sociales.

2.2.4. Redes sociales

A. Definición

Serie de plataformas digitales y aplicaciones que sirven como herramienta de comunicación permitiendo a los usuarios la conexión e interacción entre sí, donde pueden compartir, publicar contenidos digitales, intercambio de información, de tal modo que los jóvenes dedican gran parte de su tiempo conectados a estas aplicaciones. Gallego, citado por Pedreschi y Nieto [36], las define como un grupo de personas que se encuentran vinculados entre sí, que pueden ser de muy diversa índole y van desde los negocios hasta la amistad.

B. Tipos de redes sociales

1) Redes sociales horizontal

Se orientan a cualquier público donde el usuario decide cómo quiere utilizarlas, donde elige el tipo de argumento y temas que sean de su utilidad, como Facebook, Instagram, WhatsApp, TikTok, Twitter. También abarca un gran número de características como la mensajería, contenidos multimedia, juegos, porque la cantidad de tiempo que los grupos invierten en construir relaciones sociales y encontrar oportunidades interpersonales a través del contenido generado por los usuarios es incontrolable [37].

2) Redes sociales verticales

Se dirigen a un público determinado, conocidas como redes sociales especializadas, este tipo de red se centran en una temática en las cuales se logra cambiar ideas y contenidos de diferentes argumentos. Son plataformas en las que se pueden crear conexiones con personas que tienen el mismo interés como una red de música, cocina, decoración, negocios [37].

3) Redes sociales profesionales

En este tipo de red los participantes son profesionales que interactúan con objetivos laborales y a menudo se utilizan para encontrar trabajo, establecer contactos, atraer clientes y distribuir contenido profesional, todo se debe a las grandes probabilidades de contribuir al mejoramiento laboral que te da la plataforma, donde también puedes conectar con individuos de tu mismo campo o área de trabajo, además puedes apreciar propuestas laborales que se ajusten a tu perfil [37].

4) Redes sociales de ocio

La temática de este tipo de red social vertical gira en torno a diferentes temas de entretenimiento que permita a los creadores y receptores de contenido disfruten de deportes, música, videojuegos, humor y más de diversas formas. Cuantas más personas compartan un interés común en el entretenimiento, más popular será cada red [37].

5) Redes o contenido compartido

La red social para compartir contenido permite a los usuarios crear, compartir y consumir contenido multimedia. Para que los consumidores presenten sus propios argumentos, también pueden conectarse a través del espacio de perspectiva que tiene dicho argumento. YouTube es la mejor plataforma en esta categoría [36].

Factores de riesgo y consecuencias de las redes sociales

- **Violación de privacidad:** Es la pérdida o circulación de datos personales y confidenciales mediante el uso de tecnologías de información donde acceda, capture, intercepte, interfiera, reproduzca, modifique, desvíe o elimine cualquier mensaje de datos o señal de transmisión o comunicación ajenos. Cuando esta ocurre puede derivar graves consecuencias como, por ejemplo, daño a la reputación [38].
- **Exposición a contenido ofensivo:** El contenido ofensivo es aquel que provoca de manera razonable que otra persona se enoje de forma extrema, se sienta insultada o considere que le faltaron el respeto, así como contenido que promueva el odio o la violencia contra las personas por su raza, origen étnico, color, religión, edad, sexo, orientación sexual, discapacidad. Del mismo modo, no puedes compartir contenido que promueva o apoye a organizaciones, personas u otros que fomenten o aprueben comportamientos de odio o discriminación de cualquier forma [38, 39].
- **Ciberbullying:** También llamado acoso virtual, se produce cuando un niño, niña o adolescente es acosado psicológicamente por otro individuo a través de medios digitales, como las redes sociales. Este acoso puede darse de muchas maneras, utilizando todos los medios de comunicación, tales como: teléfonos móviles, computadoras, tabletas, mensajes privados, publicaciones ofensivas o invasión de la privacidad. También se pueden distribuir de esta forma contenidos, imágenes, vídeos o memes para humillar a la víctima [39].

Redes sociales favorita de los usuarios

- **Facebook:** Es una red social más popular en publicación de fotos, videos, la misma que nace con la finalidad de dar a los usuarios el poder de compartir y hacer el mundo más abierto y conectado., los usuarios usan Facebook para mantenerse en contacto con sus amigos y familia, descubrir lo que está pasando

en el mundo, compartir y expresar lo que les importa [40].

- **WhatsApp:** Permite enviar y recibir mensajes instantáneos utilizando un teléfono móvil (celular). El servicio admite no sólo cambios de texto, sino también cambios de audio, vídeo e imágenes [41].
- **Instagram:** Red social muy popular donde los adolescentes pueden publicar fotos y videos de corta duración, aplicarles efectos y también interactuar con las publicaciones de otras personas a través de comentarios o “me gustas” (likes) de tus seguidores [42].
- **TikTok:** Es una red social que facilita crear y difundir videos cortos de fácil y rápida edición con una gran variedad de efectos y sonidos incluidos en su galería del usuario, también es una aplicación de mensajería [43].

2.3. Definición de términos básicos

Adicción: Es la ansiedad hacia una sustancia, actividad o una relación [29].

Red social: Es una plataforma digital y aplicaciones que sirven como herramienta de comunicación permitiendo a los usuarios la conexión e interacción entre sí, en la que publican y comparten todo tipo de información [35].

Estudiante: Es aquel sujeto, ya sea niño, joven o adulto que, dentro del ámbito académico, tiene por ocupación principal estudiar [44].

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1. Ámbito de estudio

La investigación se realizó en el distrito de Chota, ubicada en la parte central de la provincia, en la región andina del norte del Perú. Su capital se encuentra en la meseta de Acunta a 2,388 msnm (metros sobre el nivel del mar), a 150 Km al norte de Cajamarca y a 219 Km al este de Chiclayo, Lambayeque [45].

La provincia y distrito de Chota presenta: Longitud occidental de 78°39'29", latitud de 7°12'05", extensión de 261,75km² que representa el 6,9% del total provincial y un clima templado en la mayor parte de su territorio con una temperatura promedio de 17.8°C. [45]. El territorio del distrito de Chota limita por el norte con los distritos de Chiguirip y Conchán, por el sur con Bambamarca, distrito y capital de Hualgayoc, por el este con el distrito de Chalamarca y por el oeste con el distrito de Lajas" [45].

El colegio Nacional San Juan Chota, se encuentra ubicada en el mismo distrito de Chota, una institución destinada a impartir educación de nivel secundario. Corresponde al sector educativo público, tiene el turno continuo de 7:45 am a 2 pm; pertenece a la Unidad de Gestión Educativa Local (UGEL) Chota. La población de estudiantes es procedente de la zona rural y urbana, la institución ha ido en aumento en los últimos años actualmente cuenta con 83 docentes y 1342 estudiantes distribuidos de primer a quinto grado de nivel secundario. Fue creada por la ley N° 23341 el 15 de mayo de 1816, cuenta con propia infraestructura ubicado en el Jr. Inca Garcilaso de la Vega S/N [46].

3.2. Diseño de investigación

EL presente estudio fue de enfoque cuantitativo (se basó en mediciones numéricas, utilizando la estadística para analizar datos de la población de estudio), observacional (ya que no se manipulo la variable ya que los datos reflejaron de manera natural la evolución de los eventos), prospectivo (la recolección de datos se realizó de fuentes primarias), transversal (la variable se midió en una sola ocasión) y descriptivo (porque cuenta con una sola variable) [47].

3.3. Población, muestra y unidad de estudio

La población se constituyó por 300 estudiantes del quinto grado de la I.E. Colegio Nacional San Juan de Chota, matriculados en el año académico 2024.

La población fue de tipo censal ($N=n$) dado que los sujetos de estudio se encuentran organizados por grados académicos y fueron identificados a través de las nóminas de matrículas de la institución educativa.

Criterios de inclusión:

- Estudiantes matriculados en quinto grado del colegio nacional San Juan durante el año académico 2024.
- Estudiantes que tengan teléfono móvil.
- Estudiantes de ambos géneros.
- Estudiantes del colegio nacional San Juan que previa explicación del estudio firmaron de forma voluntaria el asentimiento informado y, además, contaron con la firma del consentimiento informado por parte de sus padres.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no asistieron a la Institución Educativa en el momento que se realice la encuesta o se encuentren con licencia

médica.

- Traslados en el último año.
- Estudiantes que no desearon participar voluntariamente o no tengan el consentimiento informado de sus padres.
- Estudiantes que no concluyeron la encuesta aplicada.

La unidad de estudio estuvo constituida por cada uno de los alumnos de quinto grado de la Institución Educativa del colegio secundario Nacional San Juan Chota.

3.4. Operacionalización de variables

| Variables | Definición | Dimensiones | Indicadores | Ítems | Valor final | |
|--------------------------------------|---|---|---|--|--|---------------------------------|
| Adicción a las redes sociales | Desarrollo de comportamientos repetitivos que hace referencia a un “uso problemático de internet”, debido al placer extraordinario que se siente desde un primer momento que se conectan a una red, convirtiéndose en una rutina con un cuadro de impulsividad descontrolada asociada con altos niveles de ansiedad, que conlleva a tener problemas en los vínculos familiares, laborales y de estudio [1]. | Obsesión por las redes sociales | - Fantasear con redes sociales - Ansiedad y preocupación | 2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23 | dimensiones 10 - 23 bajo 24 – 37 medio 38 – 50 alto | escala |
| | | Falta de control personal en el uso de las redes sociales | - Preocupación por la falta de control o interrupción en el uso | 4, 11, 12, 14, 20, 24 | 6 – 14 bajo 15 – 23 medio 24 – 30 alto | Bajo: 24 a 56 |
| | | Uso excesivo de las redes sociales. | - Dificultad para controlar el uso de redes sociales - Exceso de tiempo en uso Falta de control | 1, 8, 9, 10,16, 17, 18, 21 | 8 – 19 bajo 20 – 31 medio 32 – 40 alto | Medio:57 a 89 Alto: 90 a 120 |

3.5. Descripción de la metodología

3.5.1. Métodos

La técnica de recopilación de datos que se utilizó en este estudio fue la encuesta que mide la adicción a las redes sociales (ARS). Así mismo se utilizó la encuesta autoadministrada porque fue llenada por el mismo participante y sincrónica porque se llenó en el momento.

Los procedimientos que se realizaron para recolectar los datos fueron:

- Se solicitó permiso al director de la institución educativa secundario colegio Nacional San Juan, así como la solicitud de autorización se extendió a los docentes que laboran en la institución para ingresar a las aulas y aplicar la escala de adicción a las redes sociales (ARS).
- Se solicitó al director de la institución educativa las nóminas de los estudiantes de quinto grado.
- Se les hizo llegar el consentimiento informado a los estudiantes de quinto grado dos días antes para que puedan hacer llegar a sus padres para su respectiva firma, del mismo modo se les brindó el asentimiento informado a los participantes momento antes de realizarse la encuesta.
- Los estudiantes que contaron con el asentimiento y consentimiento informado con sus firmas y datos correspondientes fueron partícipes del cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS).
- El instrumento se aplicó dentro el horario de clases en el turno mañana, con una duración de 20 a 30 minutos por aula.

3.5.2. Materiales

Se utilizó el instrumento de Ecurra y Salas (2014), a través del cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS), donde cada ítem fue construido y validado teniendo en cuenta la definición de adicción a las redes sociales como uso repetitivo que resulta placentero en un primer momento convirtiéndose como hábitos generando estados de necesidad que se asocia a altos niveles de ansiedad. Para reducir esta ansiedad las personas desarrollan comportamiento adictivo esto se produce ya no tanto x la búsqueda de gratificación (placer), sino para reducir el nivel de ansiedad que les produce el hecho de no ejecutarlo (por evitación). Estos dos mecanismos psicológicos (placer- repetición/ displacer- evitación), nos permite entender que este fenómeno puede ser definido como una adicción en toda regla.

Está constituido por los siguientes aspectos: Nombres y apellidos del participante, edad, sexo, sección, lugar de procedencia, número de teléfono, además por 24 ítems los cuales se midieron en base a una escala Likert que va desde 1 N = Nunca, 2 CN = Casi Nunca, 3 AV = Algunas veces, 4 CS = Casi Siempre, 5 =Siempre. El tiempo de aplicación va desde 20 a 30 minutos. Los valores para cada dimensión son: obsesión por las redes sociales, (bajo 10 - 23, medio 24 - 37 y alto 38 – 50); falta de control personal en el uso de las redes sociales; (bajo 6 - 14, medio 15 - 23 y alto 24 – 30) y uso excesivo de las redes sociales; (bajo 8 - 19, medio 20 - 31, alto 32 – 40). La escala de valoración global es baja de 24 a 56, medio de 57 a 89 y alto de 90 a 120 [35].

Para adaptar los instrumentos al contexto, se ejecutó una prueba piloto en 30 estudiantes de la Institución Educativa Sagrado Corazón de Jesús de Chota, que cuentan con similares características. Demostrando que el instrumento presento claridad, adecuación, pertinencia relevancia y suficiencia, además de buena confiabilidad,

para ello se aplicó el cálculo del coeficiente de confiabilidad de alfa de Crombach, y se consideró aceptable porque su puntaje fue mayor a 0,75. Donde como resultados se obtuvo que el 58,3 % de mujeres y 55,5 de varones presentaron una adicción media a las RS.

Los recursos materiales incluyeron material de escritorio (lapiceros, laptop, celular) y recursos humanos, tales como las investigadoras, asesor, jurados y estudiantes participantes. El estudio fue autofinanciado por las investigadoras.

3.6. Procesamiento y análisis de datos

Luego de la recolección de datos, estos fueron codificados manualmente e ingresados a un programa estadístico utilizando una matriz de datos integrada en el software estadístico SPSS versión 26 para su respectivo análisis estadístico, el cual se realizó mediante estadística descriptiva, donde los resultados se obtuvieron como frecuencias absolutas y relativas, los resultados se muestran a modo de tablas simples.

3.7. Aspectos éticos y rigor científico

En el presente estudio se tuvo en cuenta los principios éticos de autonomía, (porque el participante decide participar de forma voluntaria), beneficencia (se garantizará la privacidad de la información y los datos obtenidos por los participantes), no maleficencia (se protegerá contra daños evitables a los participantes) y justicia (a todos los participantes se les brindara el respeto de la misma manera y tendrán las mismas oportunidades de participar). Se tratará de entablar una relación de confianza con el sujeto en estudio, para puedan apoyarnos al momento de recolectar nuestros datos [49].

Con respecto al rigor científico, las respuestas brindadas por los participantes serán de total, transparencia porque serán precisas, responsabilidad porque será honesto al responder las preguntas y

profesionalismo, para evaluar la credibilidad de las respuestas las investigadoras estarán presente en todo momento para verificar el llenado correcto de la encuesta y para responder cualquier consulta, los resultados reflejarán lo dicho por el participante a través de los porcentajes finales [49].

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Caracterizar a los estudiantes de quinto grado del colegio secundario Nacional San Juan, Chota 2024.

Tabla 1. Características sociales de los estudiantes de quinto grado del colegio secundario Nacional San Juan, Chota 2024.

| Características | N° (300) | % (100,0%) |
|--------------------|---|---------------|
| Edad | M (16,15) DE (0,397) Min. (15) Màx (17) | |
| 15 años | 4 | 1,3 |
| 16 años | 246 | 82,0 |
| 17 años | 50 | 16,7 |
| Género | | |
| Masculino | 156 | 52,0 |
| Femenino | 144 | 48,0 |
| Procedencia | | |
| Urbana | 227 | 75,7 |
| Rural | 73 | 24,3 |

Fuente: Cuestionario Redes Sociales, 2024

La tabla 1 muestra que la población participante tuvo una edad media de 16,5; el 82% de adolescentes tenían 16 años, el 16,7% 17 años y el 1,3% 15 años; en cuanto al género se puede evidenciar que el 52% fueron varones y el 48% mujeres; así mismo el 75,7% son provenientes de la zona urbana y 24,3% zona rural.

La edad de entre 15 y 17 años es un rango que está inmerso dentro de la adolescencia, etapa de la vida marcada por profundos cambios físicos, emocionales y sociales. Durante estos años, los jóvenes buscan construir su identidad, establecer relaciones sociales y explorar su lugar en el mundo, en este contexto, las redes sociales han emergido como una herramienta

fundamental para satisfacer estas necesidades que pueden ser positivas o negativas dependiendo del uso y utilidad [14].

En el ámbito internacional la edad de la población estudiada coincide con los datos encontrados por Olaya [18], donde el promedio de edad de los adolescentes se encuentra entre los 16 años, datos similares a los encontrados en el estudio. La coincidencia en la edad promedio de los adolescentes estudiados en diversos trabajos de investigación, como el de Olaya y el presente estudio, no es casualidad y puede explicarse por varios factores tales como la plasticidad cerebral donde el cerebro de los adolescentes es especialmente sensible a nuevas experiencias y aprendizajes, incluyendo la formación de hábitos como el uso de las redes sociales ; de otro lado, los adolescentes están en una fase de exploración de su identidad y búsqueda de pertenencia a grupos sociales, en la que las redes sociales ofrecen un espacio virtual para conectar con otros, compartir experiencias y construir una identidad digital .

En las últimas décadas, ha habido un aumento exponencial en el acceso a internet y a dispositivos móviles en todo el mundo, facilitando que los adolescentes tengan un contacto constante con las redes sociales, hecho que se ha vuelto cada vez más común y aceptado socialmente, especialmente entre los jóvenes. De otro lado, las redes sociales están diseñadas para maximizar el tiempo de uso y fomentar la interacción constante, las notificaciones, los algoritmos de recomendación y las recompensas sociales contribuyen a crear hábitos de uso intenso [8,33].

Además, las redes sociales ofrecen una amplia variedad de contenidos que pueden resultar muy atractivos para los adolescentes, como música, videos, juegos y la posibilidad de conectarse con personas de todo el mundo; asimismo, los adolescentes suelen ser muy sensibles a la opinión de sus pares y buscan la aprobación social, es en donde las redes sociales ofrecen un espacio para recibir "likes" y comentarios positivos, lo que puede

reforzar conductas adictivas; y finalmente el uso excesivo de las redes sociales puede ser una forma de compensar la falta de conexión social en el mundo real [34].

Por otro lado, existe diferencias en el género ya que, en el estudio planteado por Olaya, el 70% de la población fueron mujeres, siendo diferente al encontrado en la investigación en el Colegio Nacional San Juan en donde existe mayor proporción de varones en quinto grado con 52% frente al 48% de mujeres, sin embargo, estas diferencias encontradas en cuanto al género en el estudio no son significativas y guardan relación con el comportamiento poblacional del país señalado por el INEI donde el 49,6% son varones y 50,4% son mujeres [8].

La procedencia de los estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan de Chota durante el año 2024 fue 75,7% urbano y 24,3% rural. En el plano nacional, la procedencia de los estudiantes es similar a los encontrados por Mozo [26], quien encontró, que los estudiantes en su mayoría proceden de la zona urbana; datos que tienen similitud a los resultados encontrados en la investigación donde la mayoría de los estudiantes proceden de la zona urbana.

Los patrones socioculturales de la población urbana difieren significativamente de la población rural, por ende, los comportamientos y actitudes frente a situaciones como el acceso al internet, la utilización de ello en el desarrollo del entorno familiar [45].

El uso de las redes sociales es influenciado o condicionado por el entorno familiar, escolar y cultural, por lo que el uso de redes sociales en su mayor o menor proporción, así como las consecuencias que trae consigo pueden determinarse por factores sociales como la edad, contexto social, grupo social y cultural, nivel socioeconómico tal como menciona el INEI [7], donde 85,8% de la población entre las edades de 12-18 años utiliza las redes

sociales, así mismo refiere que el mayor uso de redes sociales se dio en población procedente del área urbana (87,5%).

Finalmente, la UNICEF [5], encontró que la relación que los adolescentes tienen con sus móviles es alarmante puesto que el 98,5% están registrados en alguna red social, 57,5% llevan el móvil a clase todos o casi todos los días, 58,4% duermen con el móvil, estos datos nos permiten deducir que los adolescentes presentaran algún tipo de adicción a las RS

4.2. Identificar la adicción a las redes sociales según dimensiones en los estudiantes de quinto grado del colegio secundario Nacional San Juan, Chota 2024.

Tabla 2. Adicción de las redes sociales según género, obsesión, falta de control, uso excesivo de las redes sociales.

| Dimensiones | Género | | | |
|--|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | Masculino | | Femenino | |
| | Nº (-156) | % (100,0) | Nº (-144) | % (100,0) |
| Obsesión por las redes sociales | | | | |
| Baja | 99 | 63,5 | 95 | 66,0 |
| Media | 55 | 35,2 | 45 | 31,2 |
| Alta | 2 | 1,3 | 4 | 2,8 |
| Falta de control personal en el uso de las redes sociales | | | | |
| Baja | 70 | 44,9 | 68 | 47,2 |
| Media | 85 | 54,5 | 72 | 50,0 |
| Alta | 1 | 0,6 | 4 | 2,8 |
| Uso excesivo de las redes sociales | | | | |
| Baja | 80 | 51,3 | 67 | 46,5 |
| Media | 72 | 46,1 | 73 | 50,7 |
| Alta | 4 | 2,6 | 4 | 2,8 |

Fuente: Cuestionario Redes Sociales, 2024

En la tabla 2 se observa que la dimensión de obsesión por las RS según el género, el nivel de obsesión baja en los varones alcanza el 63,5% y 66% en las mujeres, el nivel de obsesión medio en los varones alcanza 35,2% y al 31,2% en las mujeres; en la dimensión de falta de control personal en el uso de las RS, muestra ligeras diferencias, puesto que en los varones de 54,5% y el 50% en las mujeres presentan un nivel medio; mientras que en la dimensión de uso excesivo de las RS en relación al género, es mayor el nivel bajo en varones que en mujeres 51,3% y 46,5% respectivamente, seguido por 46,1% y 50,7% con nivel medio respectivamente..

Los datos presentados nos ofrecen una visión similar entre hombres y mujeres respecto a su relación con las redes sociales, evaluada a través de tres dimensiones: Obsesión, falta de control personal y uso excesivo. Esto se podría explicar porque tanto hombres como mujeres, en esta muestra, presentan patrones de uso de RS comparables, se concentran mayoritariamente en los niveles medios de obsesión, falta de control y uso excesivo, mostrando un uso moderado de las RS.

En la dimensión de obsesión por las RS, en el estudio se presentó un bajo nivel con un 63,5% en los hombres y 66,0% en las mujeres, estos resultados son idénticos a los datos encontrados por Ortiz [19], donde evidenció que 67% de su población presentó una obsesión baja. Estos datos reflejan que los adolescentes tienden hacer buen uso de estas plataformas; sin embargo, en el presente estudio existe una proporción considerable de estudiantes que evidenciaron una obsesión media, que si no son debidamente empleadas pueden generar la ruptura de muchos hábitos positivos de vida; así mismo, la vulnerabilidad psicológica, el estrés, la baja autoestima, la depresión o hiperactividad, la falta de comunicación e incluso la falta de afecto o atención [3].

La falta de control personal es un aspecto negativo que condiciona el uso de las RS, en esta dimensión, los resultados indican que la falta de control personal es media. Esto quiere decir que el adolescente aun es capaz de

mantener control personal de su comportamiento y conducta incrementando la posibilidad de adicción a las RS. Estos resultados son concordantes con los obtenidos por Carrasco [20], donde su población presentó un mayor control al uso personal de las RS. Esto se puede explicar debido que el uso del internet es limitado por los padres de familia [34].

Con respecto al uso excesivo de las RS, en el estudio se identificó que, el uso excesivamente fue medio en hombres y mujeres, estos resultados coinciden con el estudio de Donayre [23], investigación que demuestra que la mayor parte de su población presenta un nivel medio de uso de las RS, datos que se pueden explicar por qué el estudiante tiene dificultad para controlar el tiempo y uso del WhatsApp, Facebook, Instagram TikTok. Así como también los errores en la toma de decisiones a la hora de utilizar o suspender el uso de Internet [33]; así mismo el porcentaje elevado del uso de las RS se puede respaldar por la UNICE [5] donde menciona que los adolescentes usan más de 5 horas de internet al día, esto trayendo como consecuencias desinterés por las clases y el acoso a través de las RS que pueden sufrir los adolescentes.

La proporción en los niveles de dependencia de las RS son coherentes, puesto que, según los datos, la obsesión por las redes, condicionan al uso excesivo de las mismas y el control personal. Al respecto Cortés [32] recomienda poder instaurar estrategias para disminuir el tiempo de conexión, tales como realizar una comunicación entre padre e hijos, donde se establezcan horarios en el cual puedan permanecer con el teléfono, computadora en tiempo limitado, esto con la finalidad de disminuir las consecuencias que trae el uso excesivo de las RS. Como el bajo rendimiento académico, desinterés por las clases, problemas de acoso a través de las RS.

En este punto, también es importante hacer notar la implementación de actividades como: La práctica de deportes, cine, baile y lectura que son de

mucha ayuda para evitar el excesivo uso de las RS como lo plantearon Hernández y Castañeda [33], la práctica de estas actividades ha demostrado gran efectividad en la prevención del uso excesivo a las RS. Esto contribuye a fomentar y fortalecer las relaciones interpersonales del adolescente, a mejorar el rendimiento académico y fortalecer los lazos sociales con la familia [31]. En tal sentido es importante que se implanten estas estrategias en la institución educativa para disminuir la adicción a las RS.

4.3. Determinar el nivel de adicción a las redes sociales según género de los estudiantes de quinto grado del colegio secundario Nacional San Juan, Chota 2024.

Tabla 3. Nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de quinto grado del colegio secundario Nacional San Juan, Chota 2024.

| Nivel de adicción a la redes sociales | Género | | | |
|---------------------------------------|------------|----------------|------------|----------------|
| | Masculino | | Femenino | |
| | Nº | % | Nº | % |
| | 156 | (100,0) | 144 | (100,0) |
| Baja | 83 | 53,2 | 71 | 49,3 |
| Media | 72 | 46,2 | 67 | 46,5 |
| Alta | 1 | 0,6 | 6 | 4,2 |

Fuente: Cuestionario Redes Sociales, 2024

El nivel de adicción a las redes sociales, según los datos presentados en la tabla 3, es bajo en 53,2% de varones y 49,3% de mujeres; adicción de nivel medio en 46,2% de varones y 46,5% de mujeres, mientras que el nivel alto de adicción a las RS alcanzó a 0,6% de varones y 4,2% de mujeres.

Según los datos expuestos, tanto en hombres como en mujeres, el porcentaje de individuos que reportan un nivel de adicción alto a las redes sociales es relativamente bajo, es decir, en general, la población estudiada mantiene un control sobre su uso de estas plataformas. La mayoría de los participantes, tanto hombres como mujeres, se sitúan en un nivel medio de adicción, dejando inferir que el uso de las RS es una actividad habitual en

sus vidas, pero sin llegar a niveles que puedan considerarse problemáticos. Es importante resaltar que, aunque las diferencias son mínimas, las mujeres presentan un porcentaje ligeramente superior de casos con un nivel alto de adicción, sin embargo, estas diferencias podrían estar inmersas en el margen de error de la muestra.

Los resultados sugieren que, en general, el uso de las redes sociales en estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan de Chota en el año 2024 es moderado, y solo una minoría presenta síntomas de adicción, en los que podrían existir factores psicológicos, sociales o relacionados con el contenido consumido que influyan en esta variable tales como la influencia de los pares, comparación social, necesidad de pertenencia, comunicación deficiente o conflictiva en entorno familiar, estrés académico, normalización del uso de RS, cultura de individualismo, entre otros [33].

Datos que en el ámbito internacional se diferencian a los encontrados por Olaya [18], donde el 16% presentó una adicción baja a las redes sociales. Estas diferencias pueden estar enmarcadas en el contexto actual y el pasado

Este nivel de adicción explica que a las mujeres les gusta recibir mayor número de comentarios muchas veces por el ego y por la presencia de ansiedad, la necesidad de autoaceptación, depresión y el estrés que es mucho mayor que en los hombres; lo que trae como consecuencias el bajo rendimiento académico, comportamiento compulsivo, ansiedad y alteración de los hábitos de sueño y descanso [10]. Estos factores se reflejan en las ligeras diferencias según el género presentadas en el estudio.

Por otro lado, se encontró datos similares en el estudio planteado por Ortiz [19], donde encontró que el 57% de la población estudiada presentó nivel de adicción bajo, demostrando también que esta población tiende a tener mayores problemas con el rendimiento académico, estos son similares a lo

que se obtuvo ya que 57,6%% de los varones y 49,3% de las mujeres estudiantes presentaron nivel bajo de adicción a las Redes Sociales.

Las redes sociales, el internet y los avances tecnológicos con diferentes aplicaciones que se han venido creando en los últimos años están originando cambios significativos en los comportamiento de los adolescentes por ser más vulnerables resultándoles difícil de controlar [16], resaltamos este aspecto ya que los datos encontrados en el estudio demuestran que ya existen niveles altos de adicción a las redes sociales y debido a la tendencia de la globalización y masificación de la tecnología resulta importante considerar la realización de otras actividades como: La práctica de deportes, la buena comunicación entre los integrantes de la familia, los cuales contribuirán a evitar esta problemática [33].

En el ámbito nacional estos resultados difieren ampliamente a los encontrados por Carrasco [20], estudio desarrollado en Lima, el cual identifico que el 46,8% de su población femenina presentó un nivel alto de adicción, estos datos se pueden relacionar a los diferentes factores (disfunción familiar, falta de control de los padres en el uso del internet, etc.), así como menciona la UNICEF [5], el 98,5% están registrados en alguna red social, 57,5% llevan el móvil a clase todos o casi todos los días, 58,4% duermen con el móvil o la Tablet en la habitación todos o casi todos los días, 49,6% usan internet más de 5 horas [11].

Nuestros resultados concuerdan con los de Moso [26], quien halló un mayor uso de las redes sociales en mujeres. Esta tendencia se alinea con otros estudios que señalan que las mujeres suelen ser más activas en estas plataformas. La incapacidad de los adolescentes para controlar el tiempo que dedican a las redes sociales, debido al alivio y relajación que experimentan, puede generar adicción, como lo sugiere [33]. Esta situación puede influir negativamente en las dinámicas familiares, afectando la salud psicológica de los adolescentes y debilitando sus lazos sociales [29].

En la pandemia de COVID -19 se ha transformado radicalmente la forma en que los estudiantes interactúan con el conocimiento y entre sí. Esta transformación ha tenido un impacto significativo en el uso de las redes sociales, generando tanto oportunidades como desafíos, por lo que es importante la orientación y cuidados con los adolescentes, porque, así como es una oportunidad de desarrollo también puede ser un aspecto que influya en el desmedro de la salud psicológica y social de los estudiantes de secundaria (adolescentes).

Existen evidencias científicas de que el uso excesivo de redes sociales puede generar sentimientos de soledad, aislamiento y baja autoestima, especialmente si se comparan las propias vidas con las imágenes idealizadas que se presentan en estas plataformas; la necesidad constante de estar conectados y la exposición a información negativa pueden aumentar los niveles de estrés y ansiedad; la luz emitida por las pantallas de los dispositivos electrónicos puede interferir con los patrones de sueño, lo que a su vez afecta el rendimiento cognitivo y el estado de ánimo; asimismo, la constante notificación y la fragmentación de la atención que provocan las redes sociales pueden dificultar la concentración y el aprendizaje [33, 34].

Por otra parte, es fundamental reconocer que las redes sociales pueden facilitar la interacción positiva con el sexo opuesto. En la actualidad, estas plataformas han potenciado esta habilidad, permitiendo a los adolescentes establecer amistades de manera más sencilla; si bien el uso de las redes sociales presenta desafíos, es innegable que pueden ampliar el círculo social de los estudiantes y fortalecer sus habilidades interpersonales.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. CONCLUSIONES

- Los estudiantes de quinto grado de secundaria del Colegio Nacional San Juan presentaron una edad promedio de 16 años. La edad media estuvo compuesta 5 de cada 10 participantes fueron varones y siete de cada 10 provienen de la zona urbana

- La adicción a las redes sociales (RS) según dimensiones, fue que la obsesión por las redes sociales tanto en hombres como en mujeres fue baja (63,5% y 66%) y medio (35,2% y 31,2%); en la falta de control personal al uso de las RS predominó el nivel medio en varones (54,5%) y en mujeres (50%); del mismo modo, en la dimensión uso excesivo a las RS resalta el nivel bajo con 51,3% en varones y el nivel medio en mujeres con 50,7%. En general, la adicción a las redes sociales (RS) según dimensiones se ubicó en un nivel medio a alto en ambos sexos, con un ligero predominio en las mujeres.

- Existe adicción a las redes sociales de nivel bajo (53,2%; 49,3%) a medio (46,2%; 46,5%) tanto en varones como en mujeres, mientras que, el nivel alto mostró ligero predominio en el sexo masculino (4,2% frente a 0,6%).

5.2. RECOMENDACIONES

A la Universidad Nacional Autónoma de Chota Escuela Profesional de Enfermería

- Implementar talleres preventivos para los estudiantes del nivel secundario sobre el riesgo de adicción a las redes sociales y sus consecuencias.

A los padres de familia

- Incentivar la participación de los hijos en actividades que fortalezcan las relaciones entre miembros de la familia, vigilar el tiempo que pasan en las redes sociales y el contenido que consumen, con la finalidad de evitar el daño que puede ocasionar la adicción las redes sociales.
- Que las redes sociales y el internet se utilicen específicamente como herramienta de enseñanza y aprendizaje, donde se puedan incluir a los padres de familia en temas comunicativos y tanto padres de familia como estudiantes puedan interactuar en ellas.

A la institución educativa Colegio Nacional San Juan- Chota.

- Implementar estrategias como la práctica de actividades deportivas y/o culturales para disminuir la adicción a las redes sociales.
- Seguir permitiendo que se realicen este tipo de investigaciones en otros grados para dar un seguimiento y poder realizar un comparativo con alumnos de otros grados del mismo Colegio.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Arteaga HJ et al. Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la selva peruana. Revista Eugenio Espejo [Internet]. 2022 [consultado 4 de enero 2024];16(3): 2661-6742. Disponible en: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/08/1391291/adiccionaredessocialesyprocrastinacionacademicaenuniversitario_yreC3RI.pdf
2. Acibeiro M. ¿Qué son las redes sociales y para qué sirven? [Internet]. España, España: 2023 [consultado 4 de enero 2024]. Disponible en: <https://es.godaddy.com/blog/que-son-las-redes-sociales-y-para-que-sirven/>
3. Huamán G, Macukachi KN, Perez KI, Velazco JA, Yupanqui AA. La Adicción a las Redes en Adolescentes: Revisión Sistemática. Reflexiones en Trabajo Social [Internet]. 30 de noviembre de 2022 [citado 9 de diciembre de 2024];2(1):46–56. Disponible en: <https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/reflexiones/article/view/1648>
4. We Are Social Spain. Digital report 2022: el informe sobre las tendencias digitales, redes sociales y Mobile [Internet]. Madrid: We Are social; 2022 [consultado 4 de enero 2024]. Disponible en: <https://wearesocial.com/es/blog/2022/01/digital-report-2022-el-informe-sobre-las-tendencias-digitales-redes-sociales-y-mobile/>
5. Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia. Impacto de la tecnología en la adolescencia relaciones, riesgos y oportunidades. [Internet]. Madrid, España: Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia; UNICEF. 2021 [consultado 10 de enero 2024]. Disponible en: https://www.unicef.es/sites/unicef.es/files/comunicacion/Res_Ejec_Impacto_de_la_tecnologia_en_la_adolescencia.pdf

6. Statista. Redes sociales con el mayor porcentaje de usuarios en México en 2022 [Internet]. Mexico, Mexico: Statista; 2022 [Consultado 6 de enero 2024]. Disponible en: <https://es.statista.com/estadisticas/1035031/mexico-porcentaje-de-usuarios-por-red-social/>
7. Instituto Nacional De Estadística E Informática. Teléfono móvil es el principal instrumento de acceso a Internet [Internet]. Lima-Perú: INEI; 2023 [Consultado 6 de enero 2024]. Disponible en: [https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-725-de-la-poblacion-de-6-y-mas-anos-de-edad-del-pais-accedio-a-internet-en-el-primer-trimestre-de-2022-13767/#:~:text=En%20los%20primeros%20tres%20meses,54%2C8%25\)%2C%20respectivamente](https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-725-de-la-poblacion-de-6-y-mas-anos-de-edad-del-pais-accedio-a-internet-en-el-primer-trimestre-de-2022-13767/#:~:text=En%20los%20primeros%20tres%20meses,54%2C8%25)%2C%20respectivamente)
8. Instituto Nacional De Estadística E Informática. El 91,3% de la población de 6 y más años de edad que usa internet accedió a través de un teléfono celular [Internet]. Lima-Perú: INEI; 2023 [Consultado 6 de enero 2024]. Disponible en: <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-913-de-la-poblacion-de-6-y-mas-anos-de-edad-que-usa-internet-accedio-a-traves-de-un-telefono-celular-14458/>
9. El Peruano. La brecha de la conectividad en el Perú [Internet]. Perú: Editora Perú; 2024. [citado el 4 de enero 2024]. Disponible en: <https://elperuano.pe/noticia/160292-la-brecha-de-la-conectividad-en-el-peru>
10. Núñez RL, Cisneros BC. Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios. Nuevas Ideas en Informática Educativa [Internet]. 2019 [consultado 10 de enero 2024]; 15:114-120. Disponible en: https://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE_2019_paper_83.pdf
11. Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia. Impacto de la tecnología en la adolescencia relaciones, riesgos y oportunidades. [Internet]. Madrid, España: Fondo Internacional de

- Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia; 2021 [consultado 10 enero 2024]. Disponible en: https://www.unicef.es/sites/unicef.es/files/comunicacion/Res_Ejec_Impacto_de_la_tecnologia_en_la_adolescencia.pdf
12. Correa KP, Díaz EA. Adicción A Las Redes Sociales Y Autoestima En Adolescentes De Nivel Secundario De Dos Instituciones Estatales DE Cajamarca. [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Cajamarca, Perú: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo; 2020 [consultado 16 de noviembre 2023]. Disponible en: [http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1212/CORREA %20K. Y D%C3%80DAZ E. 2020. - %20 INFORME DE TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1212/CORREA_%20K.%20Y%20D%C3%80DAZ%20E.%202020.%20INFORME%20DE%20TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
13. Plataforma digital del estado peruano. Padres deben orientar a sus hijos sobre los riesgos en internet y las redes sociales. [Internet]. Perú, Lima: Plataforma digital del estado peruano; 2023. [consultado 13 de enero 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/833610-padres-deben-orientar-a-sus-hijos-sobre-los-riesgos-en-internet-y-las-redes-sociales>
14. Congreso de la República. Ley que Prohíbe el uso e ingreso de teléfonos móviles y dispositivos electrónicos a instituciones educativas públicas y privadas durante horario de clases por estudiantes de nivel primaria y secundaria [Internet]. Lima, Perú: Congreso de la República; 2019 [consultado 13 de enero 2024]. Disponible en: https://www.leyes.congreso.gob.pe/Documentos/2016_2021/Proyectos_de_Ley_y_de_Resoluciones_Legislativas/PL0367920181128.pdf
15. Ministerio de Salud. Se recomienda menos de cuatro horas diarias de Internet para evitar adicción en menores de edad [Internet]. Lima, Perú: Ministerio de Salud; 2019 [consultado 13 enero 2024]. Disponible en:

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

16. Statista. Tipos de plataformas de redes sociales más utilizadas en Perú en 2023 [Internet]. Perú, Perú: Statista; 2023 [Consultado 13 de enero 2024]. Disponible en: <https://es.statista.com/previsiones/1412931/principales-tipos-de-redes-sociales-mas-usadas-en-peru#:~:text=Seg%C3%BAn%20una%20encuesta%20realizada%20en,otras%20redes%20tradicionales%20como%20Facebook>
17. Centro de Investigación y Tratamiento de Adicciones. La adicción a las redes sociales [Internet]. Dosrius, Barcelona. [Consultado 20 de enero 2024] Disponible en: <https://clenicascita.com/la-adiccion-a-las-redes-sociales/>
18. Olaya HA, Palencia EP, Prieto EM, et investigación aplicada el impacto del uso Desmedido De Las Redes Sociales E Internet En El Rendimiento Académico De Los Adolescentes Del Liceo Superior De Bogotá. [Proyecto de Practicas] [Internet]. Bogotá, Colombia: Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano;2022 [consultado 20 de enero 2024]. Disponible en: <https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/6870/B01-GRUPO%209-%20FINAL%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
19. Ortíz CMA. Influencia de la adicción a las redes sociales en la reprobación escolar de estudiantes de nivel licenciatura. Ciencia UAT [Internet]. 2021 [consultado 20 de enero 2024]; 16 (1): 62-72. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/4419/441970374004/html/>
20. Carrasco TA, Pinto MN. Adicción a redes sociales en adolescentes de 3ro y 4to de secundaria de Lima y Arequipa. [Tesis de Maestría] [Internet]. Lima, Perú: Universidad Femenina del Sagrado Corazón [consultado 20 de enero 2024]. Disponible en: <https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/handle/20.500.11955/788>

21. Yovera AL. Adicción a redes sociales. Revista Científica [Internet]. 2023 [consultado 20 de enero 2024]; 3 (3). Disponible en: <https://revista.uct.edu.pe/index.php/neuroscience/article/view/446>
22. Trinidad LA. Varillas GV. Adicción a redes sociales y ansiedad estado – rasgo en estudiantes de secundaria del colegio privado Nikola Tesla, Huacho 2021 [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Huacho, Perú: Universidad Cesar vallejo [consultado 23 de enero 2024]. Disponible en: [file:///C:/Users/maris/Downloads/Trinidad_GLA-Varillas_EGV-SD%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/maris/Downloads/Trinidad_GLA-Varillas_EGV-SD%20(2).pdf)
23. Donayre BP. Redes sociales y rendimiento académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Loreto, 2022 [Tesis de maestría] [Internet]. Lima, Perú: Universidad César Vallejo; 2022 [consultado 23 de enero 2024]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/98982/Donayre_LBP-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y
24. Salazar RP. Adicción a las redes sociales y rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario de la I.E. Monsefú – 2022 [Tesis de Maestría] [Internet]. Piura, Perú: Universidad César Vallejo; 2022 [consultado 23 de enero 2024]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/96002/Salazar_DRP%20-%20SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y
25. Tenorio JN. Adicción en redes sociales en adolescentes del 5to de secundaria de una Institución Educativa de Ayacucho – 2022 [Internet] [Tesis de Licenciatura]. [Lima]: Universidad San Juan Bautista; 2023 [citado 9 de diciembre de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/item/c9463ad8-e25d-436a-8825-34cfbed5d9d9>

26. Moso CV. Adicción a redes sociales en estudiantes de 4to y 5to de secundaria de una institución educativa de Manchay, 2021 [Tesis de Licenciatura] [Internet]. Huancayo, Perú: Universidad Peruana los Andes; 2021 [consultado 23 de noviembre 2024]. Disponible en: <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2762/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
27. Calderón A. Adicción a las redes sociales y rendimiento académico en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “José Carlos Mariátegui”, Cutervo [Tesis de Maestría] [Internet]. Chiclayo, Perú: Universidad César Vallejo; 2021 [consultado 27 de enero 2024]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/59555/Calderon_CA-SD.pdf?sequence=8&isAllowed=y
28. Keegan E. Perspectiva cognitivo-conductual del abuso de sustancias. Revista Electrónica de la Facultad de Psicología - UBA [Internet]. 2011 [citado 9 de diciembre de 2024];(52). Disponible en: http://intersecciones.psi.uba.ar/index.php?option=com_content&view=article&id=44:perspectiva-cognitivo-conductual-del-abuso-desustancias&catid=9:perspectivas&Itemid=1
29. Pereira MJ. La adicción a redes sociales y videojuegos crea daños irreversibles en el cerebro. [Internet]. ABC de Sevilla. 2019 [Consultado 27 de enero 2024]. Disponible en: https://www.abc.es/sevilla/ciudad/sevi-alfredo-flores-psicologo-adiccion-redes-sociales-y-videojuegos-crea-danos-irreversibles-cerebro-201901200846_noticia_amp.html?fbclid=IwAR3ia4Flehc28nWGAVxO7DYUE8NMgmAwQHx0r9nuyZHdsTHoRa27_TXpvGc
30. American Society of Addiction Medicine. What is the definition of addiction [Internet]. EE. UU: American Society of Addiction Medicine; 2019 [consultado

27 de enero 2024]. Disponible en: <https://www.asam.org/quality-care/definition-of-addiction>

31. Hidalgo F. Las adicciones suelen ser difíciles de superar y pueden requerir tratamiento médico y psicológico. Top Doctors ES. [Internet]. 2023 [Consultado 16 de agosto 2023]; Disponible en: <https://www.topdoctors.es/articulos-medicos/las-adicciones-suelen-ser-dificiles-de-superar-y-pueden-requerir-tratamiento-medico-y-psicologico#>
32. Giftpsicologia.com. Adicción a Internet. [Internet] 2021. [consultado 15 de setiembre 2023]. Disponible en: <https://www.giftpsicologia.com/adiccion-a-internet/#:~:text=Seg%C3%BAn%20la%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de,se%20califica%20ya%20como%20enfermedad>
33. Hernández J, Castañeda A. Una propuesta de prevención e intervención para el trastorno de adicción por internet. Universidad de Guadalajara [Internet].2018 [consultado 04 de febrero 2024];11-19. Disponible en: <https://encuentros.virtualeduca.red/storage/ponencias/argentina2018/vrzQjtYIMl5Z01i79uTCIWk7N7X9EG5pxO8ZoUeM.pdf>
34. Anaya SS, Huapaya KF, Lugo A. Relación de las dimensiones de la adicción a redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de una I. E. de Huaycán en el contexto de pandemia, 2021. [Tesis de licenciatura] [Internet]. Lima, Perú: Universidad Continental; 2022 [consultado 04 de febrero 2024]. Disponible en: https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/12429/2/IV_F_HU_501_TE_Anaya_Rubina_2022.pdf
35. Ecurra M, Salas E. Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). Liberabit [Internet]. 2014 [citado 9 de diciembre de 2024];20(1):73–91. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1729-48272014000100007&lng=es&nrm=iso&tlng=esg

36. Pedreschi RJ, Nieto OM. Las redes sociales como estrategia de marketing en las pequeñas y medianas empresas del distrito de Aguadulce, provincia de Coclé, Panamá. *Visión Antataura* [Internet] 2022. [Consultado 4 de febrero 2024]; 5 (2) Disponible en: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/225/2253026008/html/#:~:text=Las%20redes%20sociales%20seg%C3%BAn%20Gallego,176>
37. Santander. Qué tipos de redes sociales existen. Santander. [Internet] 2023. [Consultado 6 de febrero 2024]. Disponible en: <https://www.becas-santander.com/es/blog/tipos-de-redes-sociales.html>
38. Centro Regional Para el Fomento del Libro en América Latina y el Caribe. Ley Especial Contra los Delitos Informáticos - Capítulo III De los delitos contra la privacidad de las personas y de las comunicaciones [Internet]. EE.UU. CERLALC. [consultado 6 de febrero 2024]. Disponible en: https://cerlalc.org/laws_rules/ley-especial-contra-los-delitos-informaticos/capitulo-iii-de-los-delitos-contra-la-privacidad-de-las-personas-y-de-las-comunicaciones/
39. Plataforma del estado peruano. ¿Qué hacer si eres víctima de ciberbullying? [Internet]. Perú: Plataforma del Estado Peruano; 2024. [consultado 6 de febrero 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/12803-que-hacer-si-eres-victima-de-ciberbullying>
40. Hidalgo K A, Briones YA. Facebook como herramienta de Social Media Marketing en tiempos de Pandemia (Covid-19). *Revista Venezolana de Gerencia* [Internet]. 2021[consultado 13 de febrero 2024] 26(96): 1321-1335. Disponible en: <https://produccioncientificaluz.org/index.php/rvg/article/view/36900/39896>
41. Pérez D, Sánchez F, Cocón J, Zavaleta P. La Influencia del WhatsApp en la Educación Superior de la Unacar. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes*

- [Internet]. 2020 [consultado 13 de febrero 2024]; 9(2): 39-48. Disponible en: <https://ojs.docentes20.com/index.php/revista-docentes20/article/view/143/377>
42. Soto JA. Qué es Instagram y para qué sirve. European Hardware Association [Internet]. 2020 [consultado 13 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.geeknetic.es/Instagram/que-es-y-para-que-sirve>
43. Becerra N, Taype A. TikTok: ¿una nueva herramienta educativa para combatir la COVID-19? Scielo [Internet]. 2020 [consultado 13 de febrero de 2024] 37(2). Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172020000200249
44. Real Academia Española. Estudiante [Internet]. Real Academia Española;2023 [Consultado 20 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://dle.rae.es/estudiante>
45. Municipalidad provincial Chota. Ubicación Geográfica [Internet]. Chota, Perú: Municipalidad provincial Chota; 2019 [Consultado 20 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.munichota.gob.pe/ubicacion-geografica>
46. Ministerio de Educación. Datos informativos de la I E Colegio San Juan [Internet]. Lima, Perú. Ministerio de Educación. [Consultado 27 de febrero de 2024]. Disponible en: <https://www.institucioneducativa.info/dre/dre-cajamarca/colegio-san-juan-45172/>
47. Supo J. Seminarios de investigación científica [Internet]. Arequipa, Perú: Bioestadístico; 2017 [consultado de marzo 2024]. Disponible en: https://kupdf.net/download/investigacion-cientifica-jos-eacute-supopdf_58f42a6adc0d60c24cda983e_pdf

48. Hernández R, Mendoza C. Metodología de la Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. México: McGRAW-HILL Interamericana Editores, S.A. de C. V.; 2018.
49. Sánchez V. Rigor Metodológico. Prezi [Internet]. 2021 [Consultado de Marzo de 2024] Disponible en: <https://prezi.com/p/nlt8l1uq3k3i/rigor-metodologico/#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20es%20el%20rigor%20metodologico,resultados%20propuestos%20en%20una%20investigaci%C3%B3n>

ANEXOS

Anexo 1. Formato de consentimiento informado

Título de la investigación:

“Adición a las redes sociales en estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024”

Objetivo de la investigación:

Determinar el nivel de adición a las redes sociales en estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024.

Yo..... identificado (a) con DNI N°....., mediante la información brindada por las Bachiller de enfermería Cayatopa Delgado Marisol y María Roció Vásquez Vásquez; aceptamos brindar la información solicitada por las investigadoras de manera personal, teniendo en cuenta de que la información obtenida será confidencial y mi identidad no será revelada.

Chota, ...de del 2024.

Firma

Anexo 2. Formato de instrumento de recolección de datos



UNIVERSIDAD NACIONAL

AUTÓNOMA DE CHOTA

de

Profesional

de Enfermería

2024”

“Adicción a las redes sociales

en estudiantes de quinto grado

Escuela Académico

secundaria del colegio Nacional

San Juan, Chota

CUESTIONARIO “REDES SOCIALES”

(Ecurra Y Salas, 2014)

I. PRESENTACIÓN

Un saludo cordial, somos bachilleres en Enfermería de la Universidad Nacional Autónoma de Chota, en esta oportunidad solicitamos su colaboración a fin de conocer aspectos relacionados a la adicción a las redes sociales.

Este cuestionario no contiene preguntas correctas ni incorrectas. Así, que siéntase con total libertad para responderlo con sinceridad. Recuerde que sus datos personales y lo que registre en este cuestionario serán anónimos y confidenciales.

II. DATOS GENERALES DEL ESTUDIANTE

1. Edad:

.....años

2. Sexo:

a) Masculino(M)

b) Femenino(F)

3. Lugar de Procedencia:

.....

4. N° de teléfono:

.....

5. Sección:

a). Sección A.....

c). Sección C.....

e). Sección E.....

g). Sección G.....

b). Sección B.....

d). Sección D.....

f). Sección F.....

III. CUESTIONARIO “REDES SOCIALES”

El siguiente cuestionario presenta 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace: 1 N = Nunca, 2 CN = Casi Nunca, 3 AV = Algunas veces, 4 CS = Casi Siempre, 5 S = Siempre.

| Nº | DESCRIPCIÓN | RESPUESTAS | | | | |
|----|---|------------|----|----|----|---|
| | | N | CN | AV | CS | S |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | Siento que necesito estar conectado(a) a las redes sociales | | | | | |
| 2 | Cada vez necesito más tiempo para dedicarle a las redes sociales | | | | | |
| 3 | El tiempo que antes dedicaba en 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 me olvido del tiempo | | | | | |
| 10 | Permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había pensado | | | | | |

| | | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|--|
| 11 | Siempre pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales. | | | | | |
| 12 | Pienso que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales | | | | | |
| 13 | Puedo desconectarme de las redes sociales sin ningún problema | | | | | |
| 14 | Cada vez que me propongo controlar el tiempo que le dedico a las redes sociales, acabo por no cumplirlo | | | | | |
| 15 | Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales | | | | | |
| 16 | Dedico 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 notificaciones o mensajes 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 clases, me conecto a las redes sociales sin que el profesor se dé cuenta | | | | | |
| 22 | Mis padres, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por dedicarle mucho tiempo a las redes sociales | | | | | |
| 23 | Cuando estoy en clase sin conectarme a las redes sociales, me siento aburrido(a). | | | | | |
| 24 | Creo que es un problema la cantidad de veces que entro a las redes sociales y el tiempo que permanezco en ellas | | | | | |

Fuente: Ecurra y Salas (2014) .

Anexo 3: Matriz de consistencia

| Título | Formulación del problema | Objetivos | Técnicas del Instrumento |
|---|---|---|--|
| Adición a las redes sociales en estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024 | ¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de quinto grado del colegio secundario Nacional San Juan, Chota 2024? | <p>Objetivo general</p> <p>Determinar el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar a los estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024. • Identificar la adicción a las redes sociales según la dimensión obsesión por las redes sociales en los estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024. • Identificar la adicción a las redes sociales según la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales en los estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024. • Identificar la adicción a las redes sociales según la dimensión uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Nacional San Juan, Chota 2024 | <p>Técnica</p> <p>- Encuesta</p> <p>Instrumento</p> <p>- Cuestionario de adicción a las redes sociales</p> |

Anexo 4: Resultados de la prueba piloto

Determinar el nivel de adicción a las redes sociales según género de los estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Sagrado Corazón de Jesús, Chota 2024.

Tabla 1. Nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de quinto grado de secundaria del colegio Sagrado Corazón de Jesús, Chota 2024.

| Nivel de adicción a la redes sociales | Género | | | |
|---------------------------------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| | Masculino | | Femenino | |
| | Nº | % | Nº | % |
| | 18 | (100,0) | 12 | (100,0) |
| Baja | 7 | 38,9 | 5 | 41,7 |
| Media | 10 | 55,5 | 7 | 58,3 |
| Alta | 1 | 5,6 | 0 | 0,0 |

Fuente: Cuestionario Redes Sociales, 2024