

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN CARLOS

FACULTAD DE CIENCIAS

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



TESIS

**RIESGO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA NUESTRA SEÑORA DEL CARMEN,**

ILAVE - 2025

PRESENTADA POR:

YENI LUZMERY CCALLATA ATENCIO

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

PUNO – PERÚ

2026



Repositorio Institucional ALCIRA by [Universidad Privada San Carlos](https://www.upsc.edu.pe/) is licensed under a [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)



3.25%

SIMILARITY OVERALL

SCANNED ON: 5 MAY 2026, 5:06 PM

Originality & Authorship Report

Your text is highlighted according to the matched content in the results above.

● IDENTICAL 0.35% ● CHANGED TEXT 2.9%

Report #32899645

YENI LUZMERY CCALLATA ATENCIO// RIESGO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA NUESTRA SEÑORA DEL CARMEN, ILAVE - 2025 RESUMEN Las redes sociales se han consolidado como herramientas fundamentales para la comunicación, socialización y acceso a la información; no obstante, su uso inadecuado puede afectar la salud mental, especialmente en adolescentes. En este contexto, el estudio tuvo como objetivo determinar el nivel de riesgo de adicción a redes sociales en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, Ilave – 2025. 1 2 4 5 7 13 17 18 26 La investigación adoptó un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, con diseño no experimental y corte transversal. La población estuvo conformada por 248 estudiantes de quinto año de secundaria de una institución estatal de Ilave, cuyas familias se dedican principalmente al comercio, agricultura y ganadería. Para la recolección de datos se empleó el cuestionario de Adicción a Redes Sociales de Escurra y Salas, instrumento validado y ampliamente utilizado en población adolescente. Los resultados evidenciaron que el nivel predominante fue el riesgo leve, tanto a nivel global como en las dimensiones de obsesión, control personal y frecuencia de uso, seguido del riesgo moderado. Un grupo reducido no presentó riesgo y solo un porcentaje mínimo se ubicó en riesgo alto. Estos hallazgos reflejan la presencia de conductas iniciales de riesgo

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN CARLOS

FACULTAD DE CIENCIAS

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

TESIS

RIESGO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA NUESTRA SEÑORA DEL CARMEN,
ILAVE – 2025

PRESENTADA POR:

YENI LUZMERY CCALLATA ATENCIO

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

APROBADA POR EL SIGUIENTE JURADO:

PRESIDENTE

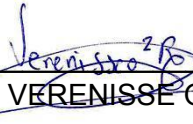
:



Mtra. MARITZA KARINA HERRERA PEREIRA

PRIMER MIEMBRO

:



Dra. CELIA VERENISSE ORTIZ DE ORUE ROJAS

SEGUNDO MIEMBRO

:



M.Sc. KORINA ASQUI GOMEZ

ASESOR DE TESIS

:



Mg. LUIS ALBERTH ROSSEL BERNEDO

Área: Ciencias Médicas y de Salud

Sub área: Ciencias de la salud

Líneas de Investigación: Salud Pública

Puno, 15 de mayo del 2026

DEDICATORIA

A Dios por haber permitido hasta este punto y haberme dado salud para lograr mis objetivos, además de su infinita bondad y amor. A mí madre Elsa Atencio, más que dedicarte este trabajo, te lo entrego, esto es tuyo, esto es tu obra, gracias a tú temple, gracias a tú lucha gracias a no dejarme nunca es que hemos logrado esto, esto te lo has ganado con tus traspasos, con tus lágrimas votadas ante la lejanía, con tus preguntas, con tú cara de ponchada cada vez que me oías enojada y lo peor tratando de entenderme por toda mami, por poner en mí toda su fé y su confianza de ver este sueño hecho realidad eres grande. A mí padre preciado Lucio Ccallata por los ejemplos de perseverancia y constancia que lo caracterizan y que me han influenciado siempre por el valor mostrado para salir adelante. Sé que estás orgulloso, aquí estoy, no me arrepiento de la carrera que escogí, me siento feliz por lo que soy, está gran persona que soy te lo debo a ti, cada una de tus palabras me hacen más fuerte. A mí hermano William Ccallata y a mi hermana Mishell Ccallata; por su apoyo, por estar en cada momento, por darme sus positivos consejos, por su confianza, por ser los hermanos y amigos que son y por eso y más, infinitas gracias y por sus regaños, opiniones y comentarios que me sirvieron para cumplir un paso más en mi vida gracias por recorrer juntos a mí. A la Universidad Privada San Carlos por permitirme lograr un paso más hacia el éxito. Por convertirme en una profesional competitiva llena de conocimientos y expectativas.

YENI LUZMERY

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por darme la fuerza y la sabiduría para completar este trabajo. A mis padres y hermanos por su amor y apoyo incondicional . Toda mi gratitud al asesor de tesis y a los miembros del jurado por su guía y orientación. Con todo el amor y el cariño que se merecen.

YENI LUZMERY

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
DEDICATORIA	1
AGRADECIMIENTO	2
ÍNDICE GENERAL	3
ÍNDICE DE TABLAS	5
ÍNDICE DE FIGURAS	6
ÍNDICE DE ANEXOS	7
RESUMEN	8
ABSTRACT	9
INTRODUCCIÓN	10

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA, ANTECEDENTES Y OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	12
1.1.1. PROBLEMA GENERAL	14
1.1.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS	15
1.2. ANTECEDENTES	15
1.2.1. NIVEL INTERNACIONAL	15
1.2.2. NIVEL NACIONAL	17
1.2.3. NIVEL LOCAL	20
1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	20
1.3.1. OBJETIVO GENERAL.	20
1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	21

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO, CONCEPTUAL E HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. MARCO TEÓRICO	22
2.1.1. REDES SOCIALES	22

2.2. MARCO CONCEPTUAL	28
2.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN	29
CAPÍTULO III	
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN	
3.1. ZONA DE ESTUDIO	30
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA	31
3.2.1. POBLACIÓN	31
3.2.2. MUESTRA	31
3.2.3. CRITERIO DE INCLUSIÓN	31
3.2.4. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN	32
3.3. MÉTODOS Y TÉCNICAS	32
3.3.1. MÉTODO	32
3.3.2. DISEÑO	32
3.3.3. TÉCNICA	32
3.3.4. INSTRUMENTO	32
3.4. IDENTIFICACIÓN DE VARIABLES	34
3.5. MÉTODO O DISEÑO ESTADÍSTICO	36
CAPÍTULO IV	
EXPOSICION Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS	
4.1. RESULTADOS DEL OBJETIVO GENERAL	37
4.2. RESULTADOS DE LOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS	40
CONCLUSIONES	48
RECOMENDACIONES	50
BIBLIOGRAFÍA	51
ANEXOS	56

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 01: Riesgo de adicción a redes sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, Ilave -2025	37
Tabla 02: Riesgo de adicción a redes sociales en la dimensión de obsesión en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, Ilave -2025	40
Tabla 03: Nivel de control personal en el uso de las redes sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen Ilave -2025	42
Tabla 04: Niveles de frecuencia de uso de las redes sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora de la Merced Ilave -2025	45

ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 01: Ubicación del Colegio Nuestra Señora del Carmen	30
Figura 02: Institución Educativa	62
Figura 03: Dando a conocer sobre la investigación	62
Figura 04: Aplicando el instrumento	63
Figura 05: Explicando la aplicación del instrumento	63

ÍNDICE DE ANEXOS

	Pág.
Anexo 01: Matriz de consistencia:	57
Anexo 02: Cuestionario de uso de redes sociales (ARS)	58
Anexo 03: Asentimiento informado	61
Anexo 04: Evidencia fotográfica	62

RESUMEN

Las redes sociales se han consolidado como herramientas fundamentales para la comunicación, socialización y acceso a la información; no obstante, su uso inadecuado puede afectar la salud mental, especialmente en adolescentes. En este contexto, el estudio tuvo como objetivo determinar el nivel de riesgo de adicción a redes sociales en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, Ilave – 2025. La investigación adoptó un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, con diseño no experimental y corte transversal. La población estuvo conformada por 248 estudiantes de quinto año de secundaria de una institución estatal de Ilave, cuyas familias se dedican principalmente al comercio, agricultura y ganadería. Para la recolección de datos se empleó el cuestionario de Adicción a Redes Sociales de Ecurra y Salas, instrumento validado y ampliamente utilizado en población adolescente. Los resultados evidenciaron que el nivel predominante fue el riesgo leve, tanto a nivel global como en las dimensiones de obsesión, control personal y frecuencia de uso, seguido del riesgo moderado. Un grupo reducido no presentó riesgo y solo un porcentaje mínimo se ubicó en riesgo alto. Estos hallazgos reflejan la presencia de conductas iniciales de riesgo que, si bien no constituyen adicción severa, representan una señal de alerta. En conclusión, existe una alta exposición a factores de riesgo, lo que demanda implementar estrategias preventivas desde el ámbito educativo y familiar para promover el uso responsable de las redes sociales y fortalecer la autorregulación en los adolescentes.

Palabras clave: Adicción, Estudiante, Obsesión, Redes sociales, Riesgo.

ABSTRACT

Social media has become a key tool for communication, social interaction, and access to information; however, its inappropriate use may negatively affect mental health, particularly among adolescents. In this context, the present study aimed to determine the level of risk of social media addiction among students of the “Nuestra Señora del Carmen” Secondary School, Ilave – 2025. The research followed a quantitative, descriptive approach, with a non-experimental and cross-sectional design. The population consisted of 248 fifth-year secondary students from a public institution in Ilave, whose families are mainly engaged in commerce, agriculture, and livestock activities. Data were collected using the Social Media Addiction Questionnaire developed by Escurra and Salas, a validated instrument widely used in adolescent populations. The results showed that the predominant level was low risk, both globally and across the dimensions of obsession, personal control, and frequency of use, followed by moderate risk. A small proportion of students presented no risk, while only a minimal percentage was classified as high risk. These findings indicate the presence of early risk behaviors which, although not yet representing severe addiction, constitute a preventive warning sign. In conclusion, there is a high exposure to risk factors, highlighting the need to implement preventive strategies from both educational and family settings to promote responsible use of social media and strengthen adolescents’ self-regulation

Keywords: Addiction, Student, Obsession, Social Networks, Risk.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el desarrollo acelerado de las tecnologías de la información y comunicación ha transformado profundamente las formas de interacción social, especialmente a través del uso de redes sociales digitales. Estas plataformas se han convertido en herramientas fundamentales para la comunicación, el intercambio de información y la construcción de identidad, particularmente en la población adolescente. No obstante, su uso excesivo o inadecuado ha generado preocupación en el ámbito de la salud pública, debido a su asociación con diversos problemas psicológicos, conductuales y sociales.

La adolescencia es una etapa caracterizada por cambios emocionales, cognitivos y sociales, en la que los individuos buscan aceptación, pertenencia y reconocimiento. En este contexto, las redes sociales pueden influir significativamente en el comportamiento de los adolescentes, favoreciendo, en algunos casos, el desarrollo de conductas adictivas. Estas se manifiestan mediante la pérdida de control en el tiempo de uso, la necesidad constante de conexión y la interferencia con actividades académicas, familiares y sociales, lo que compromete su bienestar integral.

En ese sentido, el presente estudio tuvo como objetivo determinar el nivel de riesgo de adicción a redes sociales en los estudiantes de dicha institución durante el año 2025, mediante un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, con diseño no experimental y corte transversal.

Finalmente, el trabajo se estructura en capítulos

Capítulo I, Contiene el planteamiento del problema, la cual se sintetiza el estado del arte de la variable de estudio, y al finalizar se considera el planteamiento empírico, de otro lado se presenta la justificación del estudio, los antecedentes a nivel mundial, nacional y regional en último término se describen los objetivos de la investigación.

Capítulo II, Se considera el marco teórico, marco conceptual y la hipótesis de la investigación.

Capítulo III, Se consideran los aspectos metodológicos del estudio, consignando la zona de estudio, población, el tamaño de la muestra, la técnica del estudio y los instrumentos utilizados, además de señalar el diseño estadístico y la operacionalización de variables.

Capítulo IV, Se considera los resultados de la investigación, seguido de su análisis crítico.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA, ANTECEDENTES Y OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad, los cambios en los estilos de vida han transformado la manera en que las personas se relacionan, estudian y acceden a la información. Uno de los aspectos más notables ha sido el uso intensivo de dispositivos electrónicos como smartphones, tablets, laptops o computadoras, los cuales permiten la conexión a internet y el acceso constante a diversas redes sociales. Aunque la tecnología ha facilitado la comunicación y el acceso al conocimiento, su uso excesivo o inadecuado puede acarrear consecuencias negativas en el comportamiento humano, especialmente en los más jóvenes (1).

Plataformas como WhatsApp, Facebook, Twitter, TikTok e Instagram se han posicionado como los principales medios de interacción social. Estas aplicaciones permiten compartir contenido, formar grupos de interés, establecer vínculos personales y laborales, e incluso iniciar relaciones sentimentales. No obstante, el uso prolongado de estas redes, sin control ni orientación, puede generar aislamiento social, descuido de responsabilidades académicas y familiares, así como alteraciones emocionales como ansiedad o estrés (2).

En este contexto, los adolescentes del nivel secundario constituyen uno de los grupos más expuestos, al ser usuarios frecuentes y activos de estas plataformas. Su cercanía constante con las redes sociales los convierte en una población vulnerable, ya que la dependencia a estas herramientas digitales puede desencadenar consecuencias médicas, psicológicas y sociales que afectan su bienestar integral y su desarrollo personal (3).

La Organización Mundial de la Salud (2010) define la adicción como una condición médica y psicológica caracterizada por una dependencia persistente hacia determinadas actividades o relaciones, no limitándose únicamente al consumo de sustancias como las drogas. Esta conceptualización incluye comportamientos repetitivos y compulsivos que interfieren con el funcionamiento cotidiano de la persona (4).

En el contexto europeo, datos provenientes de España revelan una problemática creciente entre los adolescentes: más de 50,000 jóvenes manifiestan patrones de conducta adictiva al uso de internet. De ellos, un 32.5% permanece conectado por más de tres horas al día, el 53% ha interactuado con desconocidos a través de la red, el 46% llegó a concretar encuentros en persona con esas personas y, preocupantemente, el 21% ha sido víctima de ciberacoso, siendo que el 20% de estos casos no se reportan, ya que los adolescentes lo viven en silencio (5)

América Latina alberga a algunos de los usuarios de redes más activos a nivel mundial. Los jóvenes entre 16 y 24 años pasan un promedio de 175 minutos diarios conectados, mientras que Argentina presenta el mayor promedio global, con 257 minutos diarios (6). El estudio muestra que los adolescentes hacen uso prolongado de las redes sociales y tienden a experimentar menor nivel de felicidad, y este tipo de comportamiento puede derivar en consecuencias graves como trastornos depresivos, accidentes e incluso riesgo de muerte.

En el Perú, se estima que aproximadamente 13.2 millones de personas, lo que equivale al 78% de la población, son usuarios activos de redes sociales. Desde la perspectiva psicológica, Sánchez Cárdenas, del Centro de Salud Mental Comunitario Honorio Delgado, señala que el uso excesivo de redes podría estar vinculado a una baja autoestima y a deficiencias en las habilidades sociales (7). Aunque el uso de redes sociales se ha naturalizado como un medio de interacción cotidiana, un uso inadecuado puede conducir al aislamiento del entorno físico. La interacción excesiva en plataformas como Facebook o Instagram debería constituir una señal de alerta para padres y

cuidadores, quienes tienen un rol fundamental en la protección de la salud mental de los adolescentes.

En la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, ubicada en la ciudad de Ilave, se ha identificado una situación preocupante en el comportamiento digital de las estudiantes del 5to de secundaria. A pesar de disponer de acceso a internet mediante datos móviles, megas o redes Wi-Fi, muchas de ellas no participan en las actividades académicas propuestas por los docentes a través de plataformas virtuales. En cambio, manifiestan una clara preferencia por el uso de redes sociales en horarios diversos, informando a sus padres que el uso del teléfono móvil está destinado a fines escolares.

Las observaciones realizadas y corroboradas por entrevistas realizadas con los estudiantes manifiestan que utilizan plataformas como Facebook, Instagram, TikTok y WhatsApp para realizar publicaciones constantes, participar en desafíos virales, compartir fotografías de sus actividades diarias, establecer conversaciones prolongadas con sus pares e incluso con personas desconocidas. Se ha detectado, además, que algunas menores alteran datos personales como su nombre y edad con el fin de interactuar en línea con adultos, tanto conocidos como extraños.

Por otro lado, los padres de familia señalan que cuando se intenta restringir el uso del celular o se solicita la devolución del mismo, ciertos estudiantes presentan reacciones negativas como irritabilidad, hostilidad o actitudes defensivas, lo que podría sugerir un patrón de dependencia conductual. Estas evidencias han generado inquietudes legítimas en la comunidad educativa respecto a la posibilidad de que un grupo de estudiantes esté desarrollando un nivel de riesgo de adicción a las redes sociales, situación que amerita ser investigada desde un enfoque preventivo y formativo.

En vista de la situación expuesta, se plantea la siguiente interrogante:

1.1.1. PROBLEMA GENERAL

¿Cuál es el nivel de riesgo de adicción a redes sociales que tienen los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, Ilave - 2025?

1.1.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS

- ¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en la dimensión obsesión de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, Ilave - 2025?
- ¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en la dimensión control personal de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, Ilave - 2025?
- ¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en la dimensión de frecuencia de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, Ilave - 2025?

1.2. ANTECEDENTES

1.2.1. NIVEL INTERNACIONAL

Sahagún et al. (2021) llevaron a cabo una investigación sobre la adicción a las redes sociales y su relación con los problemas de autoestima en adolescentes de 15 a 19 años, pertenecientes a la población derechohabiente del Instituto Mexicano del Seguro Social. El objetivo principal del estudio fue determinar la relación entre estas dos variables. La muestra estuvo conformada por 171 participantes, a quienes se les aplicó la Escala de Adicción a Internet para clasificar a los adolescentes en dos grupos: con adicción y sin adicción. Para evaluar la autoestima, se utilizó el t-score de la escala de Rosenberg. Los resultados indicaron que el 66.6% de los participantes presentaba conductas adictivas a Internet, mientras que el 33.2% no mostró indicadores de adicción. Asimismo, se halló que el 62.6% de los adolescentes evaluados experimentaba algún nivel de dificultad relacionada con la autoestima. A pesar de ello, no se encontró una asociación estadísticamente significativa entre ambas variables, obteniéndose un OR = 1.282, IC 95% (0.551 -- 2.897), con un valor de $p = .908$. Esto sugiere que, en esta muestra, la adicción a las redes sociales no tuvo una relación directa con los niveles de autoestima, aunque la literatura especializada indica que el uso excesivo de plataformas digitales puede desencadenar alteraciones de tipo conductual y psicológico en poblaciones vulnerables como la adolescente (8).

Ulloa (2020) realizó un estudio con el objetivo de determinar la asociación entre las variables tiempo libre y adicción a redes sociales virtuales en una población adolescente.

La muestra estuvo compuesta por 91 estudiantes entre 14 y 19 años de edad. Para la recolección de datos se emplearon tres instrumentos: el cuestionario de uso del tiempo libre, el Internet Addiction Test (IAT) y el Social Network Addiction Test (SNA). Los resultados mostraron que el 7.6% de los participantes presentaba indicios de adicción a las redes sociales. En relación con el uso de internet, solo un estudiante que equivale al 1.0% de la muestra cumplía con los criterios clínicos de adicción a Internet, según el IAT. Asimismo, el 32.9% de los adolescentes manifestó dificultades asociadas al uso problemático de esta tecnología. Estos hallazgos evidencian una baja prevalencia de adicción diagnosticada, pero un porcentaje considerable de adolescentes con signos de riesgo, lo que resalta la necesidad de evaluar el manejo del tiempo libre como un factor relevante en la prevención de conductas adictivas relacionadas con las redes sociales (9).

Argueta (2020) desarrolló un estudio con el objetivo de determinar el nivel de adicción al uso de Internet en estudiantes de cuarto año de secundaria de un colegio ubicado en la capital. La muestra estuvo conformada por 30 participantes, de los cuales 26 eran mujeres y 4 varones, cuyas edades oscilaban entre los 16 y 18 años. Para evaluar el grado de adicción, se aplicó el Test de Adicción a Internet propuesto por la Dra. Kimberly Young, instrumento ampliamente utilizado en estudios relacionados con conductas adictivas tecnológicas. Los resultados mostraron que el 73.9% de los encuestados no presentaba signos de adicción al uso de Internet, mientras que el 22.9% sí evidenció patrones de conducta compatibles con una posible adicción. Este hallazgo sugiere que, si bien la mayoría de estudiantes mantiene una relación funcional con las tecnologías de la información, existe una proporción significativa que requiere mayor atención y acompañamiento, especialmente considerando las características propias de la adolescencia como etapa de alta vulnerabilidad emocional y conductual (10).

Moral y Fernández (2020) realizaron un estudio con el objetivo de investigar el uso problemático de Internet en adolescentes españoles y su relación con la autoestima y la impulsividad. Asimismo, exploraron la asociación entre el uso inadecuado de esta

tecnología y diversos factores de riesgo, así como las diferencias en los conflictos intra e interpersonales en función del sexo y la edad. La muestra estuvo compuesta por 240 adolescentes y jóvenes, con edades comprendidas entre los 15 y 22 años. Los hallazgos revelaron que el 11.2% de los participantes presentaba un uso problemático de Internet, mientras que el 88.7% utilizaba esta herramienta de forma responsable. En cuanto a las diferencias según sexo, se encontró una puntuación $t = 0.217$ con un valor de $p > 0.05$, lo cual indica que no existieron diferencias significativas. Del mismo modo, los conflictos intrapersonales presentaron un valor de $t = 0.371$ con $p > 0.05$, tampoco siendo estadísticamente relevantes, al igual que las diferencias relacionadas con la edad. Estos resultados reflejan que, si bien el porcentaje de uso inadecuado es relativamente bajo, no hay evidencia concluyente de que el género o la edad influyan significativamente en la aparición de conflictos asociados al uso de Internet en esta muestra (11).

1.2.2. NIVEL NACIONAL

Mendoza y Vargas (2020) realizaron un estudio con el objetivo de comparar la adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria del Colegio Particular Simón Bolívar y de la Institución Educativa Ofelia Velásquez, ambas ubicadas en la ciudad de Tarapoto. Para ello, trabajaron con una muestra total de 400 estudiantes, distribuidos equitativamente entre ambas instituciones educativas (200 participantes por centro). La muestra incluyó a estudiantes de ambos sexos, y el instrumento utilizado fue el Cuestionario de Medición de Redes Sociales (MEYVA), diseñado y validado por los propios autores. Los resultados obtenidos permitieron concluir que existían diferencias significativas en los niveles de adicción a las redes sociales entre los estudiantes de las dos instituciones evaluadas. Este hallazgo resalta la influencia de factores contextuales y escolares en la conducta digital de los adolescentes, y refuerza la necesidad de implementar intervenciones diferenciadas según la realidad de cada entorno educativo (12).

Apaza (2023) en su investigación titulada “Funcionalidad familiar y conductas de riesgo de adicción a las redes sociales e internet en adolescentes de Tacna – Perú” tuvo como objetivo determinar la relación entre la funcionalidad familiar y las conductas de riesgo de

adicción a las redes sociales e internet en estudiantes de nivel secundario. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con diseño correlacional simple y estrategia asociativa. La muestra estuvo conformada por 386 estudiantes adolescentes, con edades entre 12 y 18 años. Para la recolección de datos se utilizaron la escala FACES III de Olson para medir la funcionalidad familiar y la escala ERA-RSI de Peris para evaluar las conductas de riesgo de adicción a redes sociales e internet. Los resultados evidenciaron que no existe una relación significativa entre la funcionalidad familiar y las conductas de riesgo de adicción a redes sociales e internet en la mayoría de sus dimensiones. Sin embargo, se hallaron relaciones negativas de baja magnitud entre la cohesión familiar y la nomofobia, así como entre la adaptabilidad familiar y la nomofobia. En conclusión, no se encontró evidencia suficiente para afirmar que la funcionalidad familiar sea un factor determinante en el desarrollo de conductas de riesgo de adicción a redes sociales e internet en adolescentes. No obstante, se reconoce que ciertos componentes familiares, como la cohesión y adaptabilidad, pueden influir de manera limitada, sugiriendo la necesidad de considerar otros factores psicosociales en futuras investigaciones.(1)

Príncipe y Flores (2019) desarrollaron una investigación con el objetivo de determinar el nivel de uso de las redes sociales entre los estudiantes de cuarto y quinto año de secundaria de la Institución Educativa Libertador José de Martín, ubicada en el distrito de Oyón. La tesis, presentada para optar al título profesional de Licenciatura en Trabajo Social, fue de tipo básica y contó con la participación de 136 estudiantes. El instrumento utilizado fue un cuestionario diseñado para evaluar la frecuencia, motivaciones y contexto del uso de redes sociales entre los adolescentes. Los resultados permitieron concluir que los estudiantes presentan un nivel moderado de uso de redes sociales, el cual se ve influenciado principalmente por la necesidad de fortalecer las relaciones con sus compañeros, evitar el rechazo social y responder a la presión grupal. Estos factores reflejan la importancia del componente psicosocial en el uso de las plataformas digitales en adolescentes que se encuentran en una etapa de afirmación identitaria y búsqueda de pertenencia (14).

Castillo y Capani (2024) en su tesis titulada: realizaron un estudio titulado “Habilidades sociales y adicción a las redes sociales en adolescentes de la Institución Educativa Convenio Andrés Bello - Huancayo”, con el objetivo de determinar la relación entre ambas variables. La investigación fue de enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, transversal y correlacional, aplicada a una muestra de 116 estudiantes de secundaria. Para la recolección de datos se utilizaron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein. Los resultados evidenciaron que la mayoría de los adolescentes presenta un buen nivel de habilidades sociales (61%) y niveles medio (48,3%) y bajo (47,4%) de adicción a redes sociales. Asimismo, mediante la prueba Rho de Spearman se determinó una relación inversa y de baja magnitud entre las variables ($\rho = -0,23$). Se concluye que un mayor nivel de adicción a redes sociales se asocia con menores habilidades sociales en los adolescentes.(2)

Torres y Apaza (2024) realizaron la investigación titulada “Adicción a las redes sociales y conducta agresiva en adolescentes de Lima Este, 2022”, con el objetivo de determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la conducta agresiva en adolescentes. El estudio fue de enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, de tipo correlacional y corte transversal, aplicado a una muestra de 300 adolescentes de 12 a 17 años, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la recolección de datos se emplearon el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y el Cuestionario de Agresión (AQ). Los resultados evidenciaron una correlación directa, moderada y significativa entre la adicción a redes sociales y la agresividad ($\rho = 0,291$; $p < 0,01$), así como relaciones significativas con sus dimensiones de obsesión, falta de control y uso excesivo. Se concluye que, a mayor nivel de adicción a redes sociales, mayor es la presencia de conductas agresivas en los adolescentes. (3)

Rimari (2024) desarrolló la investigación orientada a analizar la relación entre la adicción a redes sociales y las habilidades sociales en estudiantes de nivel secundario. El estudio se enmarcó en un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, de corte transversal

y nivel correlacional. La muestra estuvo conformada por estudiantes de educación secundaria, a quienes se les aplicaron instrumentos para medir tanto la adicción a redes sociales como las habilidades sociales. Los resultados evidenciaron la existencia de una relación significativa entre ambas variables, determinándose que los estudiantes con mayores niveles de habilidades sociales presentan menores niveles de adicción a redes sociales. Asimismo, se identificó relación entre la adicción y dimensiones como la obsesión y el manejo del estrés. Se concluye que las habilidades sociales y emocionales actúan como factores protectores frente al uso excesivo de redes sociales, destacando la importancia de promover estas competencias para prevenir conductas adictivas. (4)

1.2.3. NIVEL LOCAL

Quijandria y Munaylla (2023) en su investigación titulada *“Habilidades sociales y adicción a redes sociales en estudiantes”*, tuvo como objetivo determinar la relación entre ambas variables. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, de corte transversal y nivel correlacional. Para la recolección de datos se emplearon instrumentos validados aplicados a estudiantes, que permitieron medir las habilidades sociales y la adicción a redes sociales. Los resultados evidenciaron la existencia de una relación estadísticamente significativa entre las variables, indicando que el uso de redes sociales influye en el desarrollo de habilidades sociales. Asimismo, se determinó que el género no presenta diferencias significativas en relación con las variables estudiadas. Se concluye que la adicción a redes sociales se encuentra asociada con las habilidades sociales en los estudiantes, lo que evidencia la necesidad de implementar estrategias preventivas en el ámbito educativo. (5)

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. OBJETIVO GENERAL.

Determinar el nivel de riesgo de adicción a redes sociales que tienen los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, Ilave – 2025

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en la dimensión obsesión de los estudiantes la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, Ilave - 2025
- Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en la dimensión control personal de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, Ilave - 2025
- Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en la dimensión de frecuencia de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, Ilave - 2025

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO, CONCEPTUAL E HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. MARCO TEÓRICO

2.1.1. REDES SOCIALES

Las redes sociales constituyen medios digitales que posibilitan la creación de vínculos diversos entre personas u organizaciones, basados en múltiples criterios como afinidad ideológica, intereses comunes, relaciones familiares, profesionales, religiosas o de amistad. Este tipo de estructura digital opera como una representación simbólica de las relaciones sociales en la vida real, ya que reproduce conexiones que existen o se construyen en función de objetivos compartidos (18)

El concepto de red social tiene sus raíces en los aportes de los primeros sociólogos como Durkheim, Tönnies y Simmel, quienes abordaron las dinámicas relacionales en el ámbito social. No obstante, fue a partir de la década de 1950 cuando la antropología británica comenzó a utilizar el enfoque de redes para analizar fenómenos sociales complejos, tales como las dinámicas familiares, los vínculos políticos y su capacidad para influir en decisiones colectivas o establecer agendas públicas. En este contexto, las redes sociales han adquirido una función estratégica al permitir el análisis del capital social, entendido como el conjunto de recursos disponibles para una persona a través de sus conexiones sociales (18)

Por su parte, Castañeda, sostiene que las redes sociales son herramientas telemáticas fundamentadas en plataformas web, organizadas en torno a perfiles digitales de tipo personal o profesional. Estas plataformas permiten la interconexión de usuarios mediante categorías, etiquetas, intereses o grupos afines, facilitando la interacción secuencial entre

personas con características o preferencias similares. Su diseño favorece la construcción de comunidades virtuales dinámicas, donde los usuarios no solo consumen información, sino que también generan contenido e identidad digital (19).

En la actualidad, las redes sociales digitales han trascendido su uso recreativo para convertirse en espacios de socialización, expresión, aprendizaje y, en algunos casos, de riesgo conductual, especialmente entre adolescentes. El uso excesivo o problemático de estas plataformas puede generar patrones de dependencia que afectan el bienestar emocional, la calidad de las relaciones interpersonales y el rendimiento académico, aspectos que han motivado el interés de múltiples disciplinas, incluida la enfermería, para su análisis e intervención (20)

2.1.1.1. Clasificación de las redes sociales

Las redes sociales pueden agruparse en dos grandes tipos: redes sociales horizontales y redes sociales verticales, dependiendo de su estructura, propósito y tipo de público al que se dirigen.

Las redes sociales horizontales son aquellas plataformas que no se enfocan en una temática específica. Están diseñadas para atender una amplia gama de intereses y son accesibles para cualquier tipo de usuario sin importar su perfil, profesión o preferencias. Su objetivo central es fomentar la interacción social entre personas con o sin vínculos previos, permitiendo la creación de comunidades diversas y abiertas. Un ejemplo claro de este tipo de red es Facebook, la cual ofrece múltiples funciones que promueven el contacto personal, el intercambio de contenido, la formación de grupos y la comunicación en tiempo real entre usuarios de todo el mundo.

Por otro lado, las redes sociales verticales se caracterizan por estar estructuradas en torno a una temática o interés específico, lo cual las convierte en espacios más segmentados. Estas redes son diseñadas para reunir a usuarios con características, actividades o afinidades comunes, tales como profesiones, pasatiempos, identidades culturales o movimientos sociales. En ellas, la interacción gira en torno a un eje temático delimitado, lo cual favorece la especialización del contenido y la pertenencia a

comunidades virtuales con intereses compartidos. Ejemplos de este tipo incluyen plataformas que permiten compartir exclusivamente videos (como YouTube), imágenes (como Pinterest o Instagram), música, documentos, o que agrupan a usuarios con intereses laborales específicos (como LinkedIn) (21).

Este tipo de clasificación resulta útil para analizar los comportamientos digitales de los adolescentes, ya que el tipo de red utilizada puede estar vinculado a las motivaciones del usuario, su identidad en formación, y la forma en que construye sus relaciones sociales. Asimismo, permite comprender por qué ciertas plataformas generan mayor nivel de atracción o riesgo de uso problemático en determinadas poblaciones, como los estudiantes del nivel secundario (21).

2.1.1.2. Adicción a las redes sociales.

La adicción a las redes sociales puede entenderse como una manifestación moderna de modificación de la conducta inducida por la tecnología, en especial por dispositivos móviles como los teléfonos inteligentes. Esta forma de alteración del comportamiento no es absoluta ni uniforme, sino que responde a patrones estadísticos que permiten prever efectos a nivel poblacional, aunque no necesariamente a nivel individual. En otras palabras, aunque es posible observar tendencias generales de dependencia digital, no se puede anticipar con certeza si cada persona desarrollará comportamientos adictivos. Esta característica convierte al ser humano, en cierta medida, en un sujeto de laboratorio dentro de una dinámica conductista contemporánea (22).

El condicionamiento conductual, base de muchas formas de adicción, no es un concepto nuevo. Desde la antigüedad, se ha recurrido a estímulos como la recompensa alimentaria para inducir o reforzar determinados comportamientos. Ivan Pavlov, uno de los pioneros del conductismo, demostró mediante sus experimentos con perros que un estímulo neutro, como el sonido de una campana, podía generar una respuesta condicionada como la salivación, si se asocia repetidamente con la entrega de alimento. Esta lógica se mantiene hoy en día en entornos digitales, donde se emplean estímulos visuales, auditivos y sociales como formas de reforzamiento positivo (23).

Aplicaciones móviles y videojuegos, como Candy Crush, apelan a recompensas simbólicas, colores, sonidos o gráficos llamativos para fomentar el apego al juego. De modo similar, las redes sociales generan un sistema de incentivos sociales inmediatos "likes", comentarios, reacciones que activan los circuitos cerebrales de placer, liberando pequeñas dosis de dopamina. Esta respuesta neurológica puede generar un patrón de comportamiento compulsivo, donde el usuario busca repetidamente la gratificación que ofrece la interacción virtual.

No obstante, la adicción a redes sociales no se basa únicamente en mecanismos de recompensa. También intervienen formas de refuerzo negativo o castigo simbólico. En los laboratorios de psicología conductual, incluso se han utilizado castigos como estímulo correctivo, siendo algunos de ellos reales como descargas eléctricas y otros simbólicos, como la privación de puntos o recompensas. En el entorno de las redes, estas formas de castigo se presentan bajo distintas expresiones: exclusión social, rechazo, indiferencia, interacciones agresivas o presencia de cuentas falsas que afectan la autoestima del usuario.

Así, tanto el refuerzo positivo (recompensas virtuales) como el refuerzo negativo (rechazo o castigo social) configuran un entorno digital propicio para el desarrollo de adicción. Esta condición resulta particularmente preocupante en la adolescencia, etapa de alta sensibilidad emocional y búsqueda de validación externa. La exposición constante a estas dinámicas puede alterar la autorregulación emocional, deteriorar la autoestima y dificultar la construcción de relaciones sociales auténticas fuera del entorno virtual (24).

2.1.1.3. Dimensiones de las redes sociales

De acuerdo con Ecurra y Salas, la adicción a las redes sociales no se manifiesta de manera unidimensional, sino que presenta al menos tres componentes fundamentales que permiten comprender su estructura psicológica y conductual. Entre estas dimensiones destacan la obsesión por las redes sociales, la frecuencia excesiva de uso y los síntomas asociados a la tolerancia y pérdida de control (25).

Obsesión por las redes sociales

En contextos donde se ha debilitado la comunicación interpersonal cara a cara, muchos adolescentes han desplazado sus formas de interacción hacia el entorno digital. Esta preferencia progresiva por el uso de redes como medio principal de comunicación ha derivado, en numerosos casos, en una obsesión por permanecer conectados. En lugar de establecer vínculos presenciales con amigos, compañeros o familiares, optan por la comodidad de los mensajes instantáneos y publicaciones, lo que refleja una necesidad compulsiva de estar presentes en el entorno virtual (26)

Esta obsesión puede traer consigo consecuencias negativas, como dificultades en la concentración, alteraciones del comportamiento y un descenso del rendimiento académico. Por ello, se vuelve imprescindible que tanto padres como docentes ejerzan una supervisión activa, sin caer en el control excesivo, pero estableciendo límites saludables para evitar el desarrollo de una dependencia perjudicial.

Los teléfonos inteligentes y dispositivos móviles han captado la atención casi permanente de los niños y adolescentes del siglo XXI, desplazando actividades fundamentales como el juego al aire libre o la interacción directa con el entorno. Aunque el uso de redes sociales puede tener ciertos beneficios, el peligro radica en su uso desproporcionado, especialmente en una etapa de desarrollo donde la autorregulación aún se encuentra en formación (26).

Frecuencia de uso de redes sociales

Otra dimensión relevante es la frecuencia con la que los adolescentes acceden a sus redes sociales. Un uso excesivo y reiterado puede derivar en una pérdida progresiva de autonomía, dado que el hábito constante de conexión genera una dependencia psicológica difícil de controlar. Según Cia, las redes sociales en sí mismas no son dañinas; sin embargo, su uso compulsivo puede producir efectos indeseables a nivel individual, afectando el comportamiento, la salud emocional y la vida social de los usuarios (27).

El desarrollo de la adicción suele estar marcado por una conducta repetitiva que se vuelve automática, donde la necesidad de revisar notificaciones, responder mensajes o publicar contenidos se impone sobre otras actividades importantes como el estudio, el descanso o la interacción familiar. Esta frecuencia elevada de conexión va acompañada, en muchos casos, de una sensación de urgencia o necesidad que compromete la libertad personal del adolescente (27).

Tolerancia y pérdida de control

Como cualquier otro patrón adictivo, el uso problemático de redes sociales también presenta síntomas relacionados con la tolerancia y la pérdida de control sobre el comportamiento. La tolerancia se manifiesta como un deseo creciente de permanecer conectado durante más tiempo o con mayor intensidad, acompañado por ansiedad o irritabilidad cuando esto no es posible. Esta necesidad compulsiva de mantenerse en línea afecta no solo el bienestar psicológico del adolescente, sino también su capacidad para regular emociones y gestionar el tiempo.

Otros indicadores de esta dimensión incluyen la negación del problema, el desarrollo de mecanismos defensivos ante los cuestionamientos y el abandono paulatino de actividades que antes eran gratificantes o rutinarias. Así, la adicción a redes sociales puede identificarse por la dependencia a estímulos placenteros, la desvalorización de intereses previos y la dificultad para establecer límites en el uso de las plataformas digitales (28).

Control personal

El control personal se refiere a la capacidad de un individuo para regular sus impulsos, emociones y conductas, de modo que estas se ajusten a normas sociales, valores personales y objetivos a largo plazo. La pérdida o deterioro de esta autorregulación puede manifestarse en una serie de conductas compulsivas o impulsivas que, aunque el sujeto reconoce como inapropiadas o incluso dañinas, se siente incapaz de evitar.

Entre estas conductas se encuentran acciones como el robo impulsivo, la piromanía, la tricotilomanía (arrancarse el cabello), el rascado compulsivo, la ingesta excesiva de

alimentos, las compras incontroladas, entre otras. Estos comportamientos se dan de forma reiterada y sin un propósito racional claro, más allá del alivio temporal que producen ante estados emocionales intensos.

Un ejemplo específico de pérdida de control personal es la agresión impulsiva, definida como una respuesta inmediata, desproporcionada y no planificada ante una provocación real o imaginaria. Este tipo de conducta, que puede generar consecuencias peligrosas tanto para el sujeto como para su entorno, es más prevalente en varones y suele estar relacionada con deficiencias en el manejo de la ira y el estrés (29)

2.2. MARCO CONCEPTUAL

Adicción a las redes sociales.

La adicción a las redes sociales puede definirse como un patrón de conducta desadaptativa, caracterizado por el uso constante e incontrolado de estas plataformas, lo cual genera un deterioro significativo en diversas áreas del funcionamiento personal y social, o bien un nivel de malestar clínicamente relevante. Esta conceptualización se encuentra alineada con los criterios del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-IV), el cual establece parámetros clínicos para identificar conductas adictivas no relacionadas a sustancias, también conocidas como adicciones comportamentales (30).

Concentración:

Es la capacidad cognitiva que permite a una persona enfocar su atención de manera sostenida en una actividad, tarea o estímulo específico, evitando distracciones y manteniendo el procesamiento mental necesario para lograr un objetivo determinado. (28)

Control personal en el uso de las redes sociales

El control personal, también denominado autocontrol, hace referencia a la habilidad del individuo para autorregular sus impulsos, pensamientos y comportamientos frente a estímulos externos. En el contexto del uso de redes sociales, esta capacidad se traduce en el manejo consciente y deliberado del tiempo y la frecuencia de conexión, así como en

la toma de decisiones responsables sobre cuándo y cómo interactuar en el entorno digital (14)

Conexión a redes sociales

Se entiende como el proceso mediante el cual una persona accede, interactúa y se mantiene vinculada a plataformas digitales en línea, utilizando dispositivos tecnológicos (como celulares, computadoras o tablets) e internet, con el fin de comunicarse, compartir información, entretenerse o establecer relaciones sociales en entornos virtuales. (31)

Frecuencia de uso de las redes sociales

La frecuencia de uso de las redes sociales se refiere al tiempo total que un individuo dedica diariamente o semanalmente a interactuar en distintas plataformas digitales, como Facebook, Instagram, TikTok, WhatsApp, entre otras. Este indicador permite evaluar el nivel de exposición del usuario frente a las redes, y constituye un aspecto clave para identificar patrones de uso excesivo o problemático (3).

Obsesión por las redes sociales.

La obsesión por las redes sociales se manifiesta como un estado de compromiso mental excesivo, en el cual el individuo dedica una parte considerable de su tiempo a pensar, imaginar o incluso soñar con dichas plataformas digitales. Este estado no se limita al tiempo de conexión, sino que trasciende al plano cognitivo y emocional, generando una fijación constante hacia las redes sociales (25).

Redes sociales

Son plataformas digitales en línea que permiten a los usuarios crear perfiles, interactuar, comunicarse y compartir información, contenidos o experiencias con otras personas, facilitando la formación de comunidades virtuales y relaciones sociales a través de internet. (32)

2.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

Considerando el tipo de investigación descriptiva por contener una sola variable, este estudio no considera hipótesis de investigación.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. ZONA DE ESTUDIO

El estudio se realizó en la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen de Ilave, el mismo que se encuentra ubicado en el Jr. Santa Barbara 420, la Institución pertenece a la UGEL El Collao, Departamento de Puno, la Institución Educativa presenta turno mañana para sus actividades educativas, la mayoría de los estudiantes provienen de comunidades campesinas aledañas, como son: Comunidad de Camicachi, Comunidad de Farata, Parcialidad de Callata, Parcialidad de Sullcacatura, Parcialidad de Jayujayu, Comunidad de Percatuyo. Los estudiantes mayormente ayudan en las labores de la casa como agricultura y ganadería.

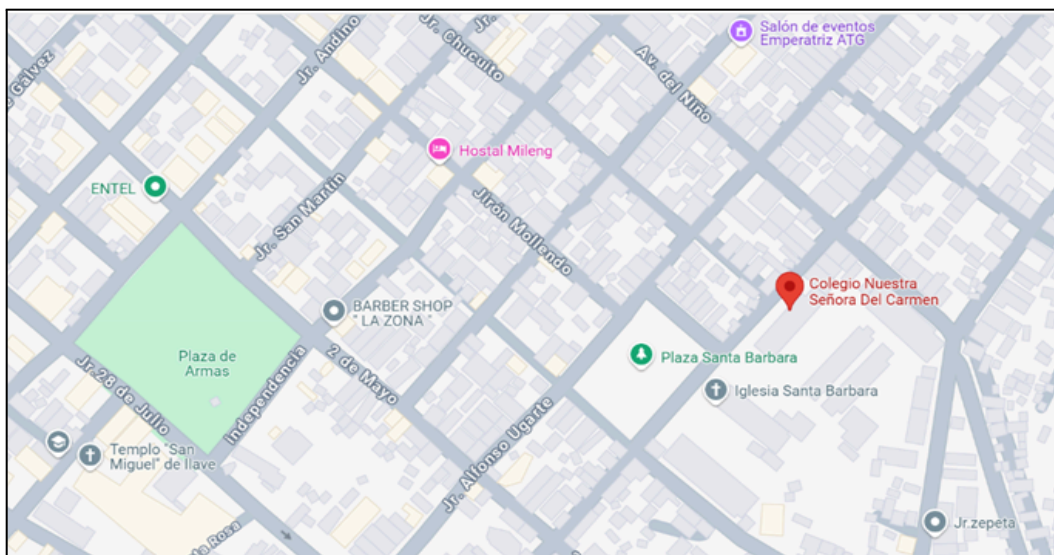


Figura 01: Ubicación del Colegio Nuestra Señora del Carmen

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.2.1. POBLACIÓN

La población del estudio se conformó por los 248 adolescentes que se encuentran en el 5to grado de nivel secundario, debidamente matriculados.

5TO GRADO	
SECCIÓN	ESTUDIANTES
A	20
B	20
C	21
D	20
E	21
F	21
G	22
H	22
I	20
J	22
K	19
L	20
Total	248

Fuente: Nómina de estudiantes matriculados en la IES Nuestra Señora del Carmen

3.2.2. MUESTRA

Debido a la cantidad de estudiantes y considerando la posibilidad de realizar la aplicación de los instrumentos se consideró a la totalidad de la población.

3.2.3. CRITERIO DE INCLUSIÓN

- Estudiantes adolescentes matriculados en el 5to de secundaria.
- Estudiantes adolescentes que se encuentren mentalmente sanos.
- Estudiantes que hayan firmado el consentimiento informado.
- Estudiantes que tengan el asentimiento informado

- Estudiantes que se encuentren en condición de regular

3.2.4. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Estudiantes que presenten algún problema mental
- Estudiantes que no firmen el consentimiento y asentimiento informado

3.3. MÉTODOS Y TÉCNICAS

3.3.1. MÉTODO

El método de la investigación es cuantitativo, al ser un instrumento estructurado, cada una de las respuestas se procedieron a cuantificar

3.3.2. DISEÑO

El diseño de la investigación es no experimental de corte transversal, que implica la recopilación de datos en un momento singular, se emplea para caracterizar la variable investigada y evaluar su prevalencia en ese momento particular (31).

3.3.3. TÉCNICA

La técnica para la aplicación del cuestionario propuesto para el estudio fue la encuesta.

3.3.4. INSTRUMENTO

El instrumento utilizado fue el cuestionario, tomado de otra investigación que se detalla a continuación:

Nombre del instrumento: Cuestionario para la evaluación del riesgo de adicción a redes sociales (ARS)

Autores: Escurra Mayaute, M. & Salas Blas, E.

Lugar y año de origen: Lima, Perú – Año 2014

Proceso de validación y estandarización: La validación psicométrica fue desarrollada por Sandra Raquel Moreno Álvarez en el año 2018.

Población objetivo: Adolescentes y jóvenes en etapa escolar o universitaria.

Finalidad del instrumento: Diseñado tanto para la detección de conductas adictivas relacionadas con el uso de redes sociales como para su aplicación en estudios investigativos.

Dimensiones evaluadas:

El cuestionario contempla tres dimensiones fundamentales:

- Obsesión por las redes sociales (10 ítems)
- Déficit en el autocontrol personal (6 ítems)
- Uso excesivo de plataformas sociales digitales (8 ítems)

En conjunto, el instrumento consta de 24 ítems distribuidos en dichas áreas.

Forma de aplicación: Puede ser administrado de manera individual o en grupo, dependiendo del contexto educativo o clínico.

Sistema de puntuación: La calificación se realiza sumando directamente las respuestas de cada ítem, sin procedimientos complejos.

Interpretación de resultados: Se utilizan baremos normativos que permiten categorizar el nivel de riesgo.

Ámbitos de aplicación: Es apto para ser empleado tanto en contextos clínicos como en espacios educativos, como escuelas o instituciones universitarias.

Entidad de procedencia: Universidad Nacional Mayor de San Marcos y Universidad de San Martín de Porres.

Escala de respuesta: Para la valoración de cada ítem se utilizó una escala tipo Likert de cinco niveles, que varía desde 0 ("nunca") hasta 4 ("siempre"), de acuerdo con la frecuencia del comportamiento reportado.

Normas de corrección: Antes de realizar el análisis interpretativo, es necesario obtener el puntaje total básico sumando los valores asignados a cada ítem, lo que constituye el primer paso del proceso de calificación.

3.4. IDENTIFICACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	CATEGORÍA
Riesgo de adicción a las redes sociales	Obsesión por las redes sociales	Me imagino cosas relacionadas con las redes sociales.	0 – 24 (sin riesgo)
		Cuando no estoy conectado a las redes sociales, pienso en lo que sucede en ellas.	25 – 48 (Riesgo leve)
		Me distraigo de mis obligaciones pensando en las redes sociales.	49 – 72 (Moderado)
		Me cuesta trabajo concentrarme en otras cosas porque estoy pensando en las redes sociales.	73 – 96 (Riesgo alto)
		Me acuerdo de algo que vi en las redes sociales y me dan ganas de conectarme.	
		Sueño o fantaseo con cosas relacionadas con las redes sociales.	
		Pienso en conectarme a las redes sociales aunque esté ocupado.	
		Siento la necesidad de estar en las redes sociales todo el tiempo.	
		Me distraigo fácilmente porque quiero saber si alguien publicó algo nuevo en las redes.	
		Me siento inquieto si no reviso mis redes sociales con frecuencia	

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	CATEGORÍA
Control personal en el uso de las redes sociales		Me doy cuenta que pasó más tiempo de lo que planeaba en redes sociales.	0 – 06 (Sin riesgo)
		Aunque intentó dejar de usar las redes sociales, terminó volviendo a usarlas.	07 – 12 (Riesgo leve)
Frecuencia de uso de las redes sociales		Siento que no tengo control sobre el tiempo que pasó en las redes sociales.	13 – 18 (Moderado)
		Uso redes sociales aunque sé que tengo otras cosas importantes que hacer.	19 – 24 (Riesgo alto)
		Me cuesta organizar mi tiempo porque uso mucho las redes sociales.	
		Me propongo limitar mi uso de redes sociales, pero no lo logré.	
		Uso las redes sociales más de lo que debería.	0 – 08 (Sin riesgo)
		Me conecto a las redes sociales incluso en momentos inadecuados.	09 – 16 (Riesgo leve)
		Paso horas continuas en las redes sociales sin darme cuenta.	17 – 24 (Moderado)
		Revisó redes sociales mientras estoy en clase o trabajando.	25 – 32 (Riesgo alto)
		Dejó de dormir o descansar menos por estar en las redes sociales.	
		Me conecto a redes sociales incluso cuando no tengo ganas, por costumbre.	
		Mi tiempo libre lo dedico mayormente a las redes sociales.	
Uso las redes sociales en todo momento, incluso cuando no es necesario			

3.5. MÉTODO O DISEÑO ESTADÍSTICO

La recolección de la información fue realizada en la hoja de cálculo Excel y para el procesamiento de los datos recogidos se utilizó el paquete estadístico SPSS versión 22, logrando el análisis descriptivo de la variables.

CAPÍTULO IV

EXPOSICION Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS

4.1. RESULTADOS DEL OBJETIVO GENERAL

Determinar el nivel de riesgo de adicción a redes sociales que tienen los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen llave-2025

Tabla 01: Riesgo de adicción a redes sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, llave -2025

Riesgo de adicción a redes sociales			
Categorías	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Sin riesgo	52	20.8	20.8
Riesgo leve	133	53.6	74.4
Moderado	62	25.0	99.4
Riesgo alto	1	0.6	100.0
Total	248	100.0	

Fuente: Elaboración propia en base a la información de la IES Nuestra Señora del Carmen

Los resultados muestran que el nivel predominante de riesgo de adicción a redes sociales en los estudiantes evaluados corresponde al riesgo leve, presente en el 53,6% del total, este hallazgo indica que más de la mitad de los adolescentes presenta conductas iniciales de riesgo, caracterizadas por un uso frecuente de las redes sociales que aún no alcanza niveles severos de dependencia. Asimismo, el 25,0% se ubican en el nivel moderado, lo que evidencia la presencia de patrones más persistentes de uso, con

posibles dificultades para regular el tiempo de conexión y una mayor interferencia en actividades académicas, familiares o sociales. Por otro lado, el 20,8% no presentan riesgo de adicción, lo que sugiere que este grupo mantiene un uso funcional y controlado de las redes sociales, integrándolas a su vida cotidiana sin efectos negativos significativos. Finalmente, se identificó que el 0,6% se encuentra en riesgo alto de adicción a redes sociales, lo que evidencia un caso puntual de uso problemático severo, caracterizado por una elevada dependencia y pérdida de control sobre la conducta digital. Los resultados del presente estudio evidencian un predominio del riesgo leve y moderado de adicción a redes sociales, lo cual es consistente con múltiples investigaciones previas realizadas en población adolescente. Sahagún et al. (2021) reportaron una elevada proporción de adolescentes con conductas adictivas a redes sociales; sin embargo, a diferencia del presente estudio, sus hallazgos mostraron una mayor concentración en niveles más severos, diferencia que podría explicarse por el contexto urbano y el mayor acceso tecnológico de su población de estudio. De manera similar, Ulloa (2020) identificó que, aunque la prevalencia de adicción diagnosticada era baja, existía un porcentaje importante de adolescentes con conductas de riesgo, lo cual coincide con el predominio del riesgo leve observado en los estudiantes del colegio Nuestra Señora del Carmen de llave. Asimismo, Moral y Fernández (2020) hallaron que la mayoría de adolescentes presenta un uso no patológico de Internet, aunque con un grupo significativo en niveles intermedios de riesgo, lo que refuerza la tendencia identificada en el presente estudio. Desde un análisis crítico, el predominio del riesgo leve de adicción a redes sociales en los estudiantes de 5.º año de secundaria del colegio estatal Nuestra Señora del Carmen de la provincia de llave puede interpretarse como una consecuencia del rol central que las redes sociales desempeñan en la construcción de vínculos, identidad y capital social en la adolescencia. Tal como señalan los enfoques sociológicos y antropológicos, las redes sociales digitales reproducen y amplifican las relaciones sociales existentes, convirtiéndose en espacios simbólicos donde los adolescentes buscan reconocimiento, pertenencia y validación. Asimismo, desde la perspectiva de Castañeda, las redes

sociales, al estar organizadas en torno a perfiles digitales y comunidades virtuales, facilitan la interacción constante y la producción de identidad digital, lo que puede favorecer un uso intensivo y reiterado. En este sentido, cuando el acceso a estas plataformas no es regulado adecuadamente, se incrementa el riesgo de desarrollar patrones de dependencia, especialmente en contextos donde existen limitaciones en la supervisión parental.

El contexto sociocultural de Ilave, caracterizado por estudiantes provenientes de familias dedicadas al comercio, la agricultura y la ganadería, podría influir en una menor disponibilidad de tiempo de los padres para acompañar el uso de tecnologías, favoreciendo una mayor autonomía digital del adolescente, que no siempre se traduce en autorregulación efectiva. Si bien la baja proporción de riesgo alto indica que la adicción severa no es un problema generalizado, la elevada presencia de riesgo leve y moderado constituye una alerta preventiva, que exige intervenciones tempranas desde el ámbito educativo y familiar.

4.2. RESULTADOS DE LOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS

PRIMER OBJETIVO ESPECÍFICO

Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en la dimensión obsesión de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen Ilave-2025

Tabla 02: Riesgo de adicción a redes sociales en la dimensión de obsesión en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen, Ilave -2025

Riesgo de adicción a redes sociales en la dimensión obsesión			
Categorías	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Sin riesgo	53	21.4	21.4
Riesgo leve	142	57.1	78.5
Moderado	51	20.8	99.3
Riesgo alto	2	0.6	100.0
Total	248	100.0	

Fuente: Elaboración propia en base a la información de la IES Nuestra Señora del Carmen

En la tabla se evidencian que el nivel predominante de nivel de riesgo por obsesión por las redes sociales corresponde al riesgo leve, presente en el 57,1% de los estudiantes, este grupo se caracteriza por pensar ocasionalmente con cierta preocupación cuando no accede a las redes sociales, lo que sugiere una vinculación frecuente pero aún no patológica con dichas plataformas.

Asimismo, el 21,4% no presentan riesgo alguno de obsesión, este resultado muestra que estos estudiantes no piensan constantemente ni experimentan preocupación cuando no acceden a las redes sociales, lo cual refleja un uso más controlado y funcional.

Por otro lado, el 20,8% se ubican en el nivel de riesgo moderado por obsesión, equivalente a lo que permite señalar que una proporción importante de los participantes presenta pensamientos recurrentes y cierta preocupación cuando no puede acceder a las

redes sociales, configurando un patrón de uso que podría evolucionar hacia niveles más problemáticos si no se interviene oportunamente. Finalmente, se identificó que el 0,6%, se encuentran en el nivel de riesgo alto por obsesión por las redes sociales.

Estos resultados guardan similitud con lo reportado por Ulloa (2020), quien identificó que, si bien solo un 7,6% de adolescentes presentaba criterios claros de adicción, un porcentaje considerable manifestaba signos de riesgo y uso problemático, lo cual coincide con el predominio de riesgo leve observado en el presente estudio, de igual modo, Moral y Fernández (2020) encontraron que la mayoría de adolescentes utilizaba Internet de manera no problemática, aunque con un grupo minoritario que presentaba uso inadecuado, reforzando la idea de que el riesgo leve constituye una etapa frecuente en esta población. En el ámbito local, los hallazgos se relacionan con el estudio de Ccopa y Turpo (2019) realizado en Puno, quienes encontraron una proporción relevante de estudiantes con adicción media a las redes sociales (39,1%), así como un grupo con niveles altos asociados a dificultades en habilidades sociales, lo cual coincide con la presencia de riesgo moderado y alto, aunque en menor proporción, en el presente estudio.

En contraste, Sahagún et al. (2021) reportaron una proporción significativamente mayor de conductas adictivas (66,6%), diferencia que podría explicarse por el uso de instrumentos distintos y por tratarse de una población con acceso continuo a tecnologías digitales en un contexto urbano y de mayor conectividad.

El predominio del riesgo leve de las redes sociales en estudiantes del colegio Nuestra Señora del Carmen puede interpretarse como una manifestación de normalización del uso frecuente de redes sociales en la adolescencia, más que como una conducta abiertamente patológica. Este patrón resulta coherente con el contexto sociocultural de Ilay, donde los estudiantes provienen mayoritariamente de familias dedicadas al comercio, la agricultura y la ganadería, actividades que suelen implicar jornadas laborales extensas, lo que podría limitar la supervisión parental directa del uso de tecnologías.

Asimismo, el carácter estatal de la institución y su ubicación en una provincia con características rurales y semiurbanas podría influir en un acceso progresivo, pero no permanente, a dispositivos móviles y conectividad, lo que explicaría la baja prevalencia de riesgo alto y el predominio de niveles leves y moderados. En este sentido, el uso de redes sociales podría estar cumpliendo funciones de socialización, entretenimiento y pertenencia grupal, más que de dependencia psicológica severa.

No obstante, la presencia de un 20,8% de estudiantes en riesgo moderado constituye una señal de alerta, ya que este grupo podría evolucionar hacia niveles más elevados de obsesión si no se implementan estrategias preventivas oportunas desde la escuela y la familia. Tal como señalan estudios nacionales y locales, el uso problemático de redes sociales suele asociarse con dificultades emocionales, académicas y sociales, especialmente cuando no existen espacios de orientación digital ni fortalecimiento de habilidades socioemocionales.

SEGUNDO OBJETIVO ESPECÍFICO

Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en la dimensión control personal de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen Ilave-2025

Tabla 03: Nivel de control personal en el uso de las redes sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen Ilave -2025

Riesgo de adicción a redes sociales en la dimensión Control personal			
Categorías	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Sin riesgo	37	14.9	14.9
Riesgo leve	103	41.7	56.6
Moderado	93	37.5	94.1
Riesgo alto	15	6.0	100.0
Total	248	100.0	

Fuente: Elaboración propia en base a la información de la IES Nuestra Señora del Carmen

La presente tabla evidencia que el nivel predominante en la dimensión control personal en el uso de las redes sociales corresponde al riesgo leve, presente en el 41,7% del total. Este hallazgo indica que una proporción considerable de estudiantes presenta dificultades ocasionales para regular su uso de las redes sociales, aunque aún conserva cierto nivel de autocontrol. Asimismo, el 37,5% se ubican en el nivel moderado, lo que sugiere la existencia de problemas más frecuentes en el control del tiempo, la necesidad de conexión y la dificultad para limitar el uso de las redes, configurando un patrón de riesgo que podría intensificarse si no se adoptan medidas preventivas. Por otro lado, el 14,9% no presentan riesgo, lo que indica que este grupo mantiene un control adecuado sobre el uso de las redes sociales, logrando regular su acceso sin que ello genere interferencias significativas en su vida cotidiana. Finalmente, el 6,0% se encuentran en riesgo alto, evidenciando una marcada dificultad para controlar el uso de las redes sociales, lo cual podría afectar negativamente su desempeño académico, sus relaciones interpersonales y su bienestar emocional.

Los resultados del presente estudio muestran un predominio de niveles de riesgo leve y moderado en el control personal del uso de redes sociales, situación que es congruente con diversos estudios previos realizados en población adolescente. A nivel internacional, investigaciones como las de Moral y Fernández (2020) y Ulloa (2020) reportan que la mayoría de adolescentes no presenta adicción severa, pero sí dificultades progresivas de autocontrol, lo que coincide con el elevado porcentaje de estudiantes en riesgo leve y moderado encontrado en este estudio.

De manera similar, Sahagún et al. (2021) identificaron una alta presencia de conductas adictivas o problemáticas relacionadas con el uso de redes sociales, lo cual guarda relación con los resultados obtenidos, especialmente en los niveles moderado y alto, aunque con diferencias atribuibles al contexto urbano y a un mayor acceso tecnológico en la población estudiada por dichos autores.

En el ámbito local, los resultados guardan coherencia con lo reportado por Ccopa y Turpo (2019) en Puno, quienes identificaron una proporción importante de adolescentes con

adicción media y alta, asociada a dificultades en habilidades sociales, lo que refuerza la evidencia de que el control personal del uso de redes sociales constituye un factor clave en el bienestar psicosocial del adolescente.

Desde una perspectiva crítica, el predominio de riesgo leve y moderado en el control personal del uso de las redes sociales refleja una realidad compleja en los estudiantes de 5.º año de secundaria del colegio estatal Nuestra Señora del Carmen de la provincia de Ilave. El contexto sociocultural de estos adolescentes, provenientes mayoritariamente de familias dedicadas al comercio, la agricultura y la ganadería, puede influir en una supervisión parental limitada, debido a extensas jornadas laborales, favoreciendo un uso menos regulado de las redes sociales.

Asimismo, el acceso creciente a teléfonos móviles e Internet, incluso en contextos rurales y semiurbanos, ha facilitado la incorporación de las redes sociales como un medio central de interacción social, entretenimiento y evasión, lo que podría explicar la dificultad progresiva para ejercer un control adecuado sobre su uso. En este sentido, el riesgo moderado identificado en más de un tercio de los estudiantes constituye una señal de alerta, ya que este grupo podría transitar hacia niveles de riesgo alto si no se implementan estrategias de orientación y acompañamiento oportunas.

TERCER OBJETIVO ESPECÍFICO

Identificar el nivel de adicción a las redes sociales a la dimensión de frecuencia de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen Ilave-2025

Tabla 04: Niveles de frecuencia de uso de las redes sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora de la Merced Ilave -2025

Riesgo de adicción a redes sociales en la dimensión Frecuencia en el uso de las redes sociales			
Categorías	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Sin riesgo	69	28.0	28.0
Riesgo leve	123	49.4	77.4
Moderado	50	20.2	97.6
Riesgo alto	6	2.4	100.0
Total	248	100.0	

Fuente: Elaboración propia en base a la información de la IES Nuestra Señora del Carmen

Los resultados muestran que el nivel predominante en la dimensión frecuencia de uso de las redes sociales corresponde al riesgo leve, presente en el 49,4% del total. Este hallazgo sugiere que casi la mitad de los estudiantes accede a las redes sociales de manera frecuente, aunque sin llegar aún a niveles severos de uso problemático. Asimismo, el 20,2% se ubican en el nivel moderado, evidenciando una frecuencia elevada de conexión, que podría interferir progresivamente con otras actividades importantes como el estudio, el descanso o la convivencia familiar. Por otro lado, el 28,0% no presentan riesgo, lo que indica que este grupo mantiene una frecuencia de uso controlada, accediendo a las redes sociales sin que ello genere dependencia ni afectación significativa en su vida cotidiana. Finalmente, el 2,4% se encuentran en riesgo alto, lo que revela una frecuencia excesiva y reiterada de uso, asociada a una posible pérdida de control y mayor vulnerabilidad al desarrollo de conductas adictivas.

Los hallazgos del presente estudio evidencian que la frecuencia de uso de redes sociales en adolescentes se concentra principalmente en niveles de riesgo leve y moderado, patrón que resulta consistente con diversos estudios previos. Ulloa (2020) reportó que, si bien un porcentaje reducido de adolescentes cumple criterios clínicos de adicción, una proporción considerable presenta uso frecuente y repetitivo, lo cual coincide con el elevado porcentaje de estudiantes en riesgo leve observado en esta investigación. De manera similar, Moral y Fernández (2020) identificaron que la mayoría de adolescentes utiliza Internet de forma responsable, aunque con episodios de conexión reiterada, sin diferencias significativas por edad o sexo, lo que refuerza la idea de que la frecuencia elevada de uso constituye una conducta común en esta etapa del desarrollo. De la misma forma con el estudio de Reyna (2019) y Príncipe y Flores (2019), quienes señalaron que los adolescentes presentan niveles moderados de uso de redes sociales, motivados principalmente por la necesidad de interacción social, aceptación grupal y entretenimiento, factores que también podrían estar influyendo en los estudiantes del colegio Nuestra Señora del Carmen de Ilave.

Desde un enfoque crítico, el predominio de riesgo leve y moderado en la frecuencia de uso de las redes sociales refleja una tendencia a la conexión reiterada y habitual en los adolescentes del 5.º año de secundaria del colegio estatal Nuestra Señora del Carmen de la provincia de Ilave. Tal como señala la teoría, las redes sociales no son perjudiciales en sí mismas; no obstante, la frecuencia excesiva de uso puede generar una pérdida progresiva de autonomía, favoreciendo el desarrollo de dependencia psicológica cuando la conexión se convierte en una conducta automática y compulsiva.

En este contexto, la elevada proporción de estudiantes que accede frecuentemente a las redes sociales podría estar relacionada con la necesidad constante de revisar notificaciones, responder mensajes o mantenerse activos en plataformas digitales, conductas que, de forma gradual, pueden desplazar actividades prioritarias como el estudio, el descanso o la interacción familiar. Esta situación resulta particularmente relevante en adolescentes provenientes de familias dedicadas al comercio, la agricultura

y la ganadería, donde las extensas jornadas laborales de los padres podrían limitar el acompañamiento y la regulación del uso del tiempo libre.

Si bien el porcentaje de estudiantes en riesgo alto es reducido, su presencia indica que existe un grupo vulnerable en el que la frecuencia elevada de conexión ya compromete la libertad personal y el autocontrol, lo que podría repercutir negativamente en su salud emocional y social.

CONCLUSIONES

PRIMERO: Se concluye que los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen de llave presentan, en su mayoría, un nivel de riesgo leve de adicción a las redes sociales, evidenciado en más de la mitad de la población estudiada, seguido de un porcentaje considerable con riesgo moderado, mientras que una proporción menor no presenta riesgo y un porcentaje mínimo se ubica en riesgo alto. Estos resultados indican que, si bien la adicción severa no constituye un problema generalizado, existe una tendencia significativa al uso problemático incipiente, que podría evolucionar hacia niveles más severos si no se implementan acciones preventivas oportunas.

SEGUNDO: En la dimensión obsesión por las redes sociales, predomina el riesgo leve, seguido del riesgo moderado, lo que evidencia que una proporción importante de estudiantes presenta pensamientos recurrentes y preocupación ocasional cuando no accede a las redes sociales. No obstante, la presencia de casos en riesgo alto, aunque mínima, indica que existe un grupo vulnerable que experimenta una preocupación constante, reflejando una relación psicológica más dependiente con las redes sociales.

TERCERO: En la dimensión control personal predomina el riesgo leve y moderado, lo que indica que una parte significativa de los estudiantes presenta dificultades para regular el tiempo y la intensidad del uso de las redes sociales, evidenciando una disminución progresiva del autocontrol. Si bien la mayoría aún conserva cierto nivel de regulación, la presencia de estudiantes en riesgo alto revela una pérdida marcada de control que podría afectar su desempeño académico y bienestar personal.

CUARTO: En la dimensión frecuencia de uso de las redes sociales, predomina el riesgo leve, seguido del riesgo moderado, lo que evidencia que una gran proporción de estudiantes accede a las redes sociales de manera frecuente y reiterada, aunque sin alcanzar, en la mayoría de los casos, niveles severos de uso compulsivo. Sin embargo, la existencia de estudiantes en riesgo alto confirma que una frecuencia excesiva de conexión puede comprometer la autonomía personal y favorecer la dependencia psicológica.

RECOMENDACIONES

PRIMERA. Se recomienda al director de la institución educativa y en coordinación con los servicios de salud y las familias, implementar programas de prevención y educación digital, orientados a promover el uso responsable de las redes sociales, fortalecer la autorregulación y sensibilizar sobre los riesgos del uso excesivo, con especial énfasis en los estudiantes que se encuentran en niveles de riesgo leve y moderado, a fin de evitar la progresión hacia una adicción severa

SEGUNDA. Se recomienda a los docentes de la institución educativa, desarrollar estrategias de orientación psicológica y tutoría escolar que fortalezcan el manejo emocional, la tolerancia a la desconexión y el desarrollo de intereses alternativos (académicos, deportivos y recreativos), con el propósito de reducir la preocupación excesiva y prevenir la consolidación de patrones obsesivos relacionados con el uso de redes sociales.

TERCERA. Se recomienda a los tutores de la institución educativa, promover programas de fortalecimiento del autocontrol y gestión del tiempo, incorporando talleres de habilidades socioemocionales y uso saludable de tecnologías, así como la participación activa de las familias, considerando las dinámicas laborales propias del contexto de llave, para favorecer una supervisión y acompañamiento adecuados del uso de redes sociales.

CUARTA. Se recomienda a los padres de familia, realizar el seguimiento a fin de regular la frecuencia de uso de las redes sociales, promoviendo rutinas equilibradas que integren actividades académicas, familiares y recreativas.

BIBLIOGRAFÍA

1. Melo Martinez, Heidi Adelaida; Rosario Gonzales, Jaris Pedro; Bennasar Garcia MI. Uso de las TIC y su influencia en estilos de vidas saludables en los estudiantes. Polo del Conoc. 2023;8(5):112–29.
2. Perú C de E del. Normas de gestion de calidad del cuidado de enfermeros 2024 [Internet]. 2024. 6 p. Disponible en: https://www.cep.org.pe/wp-content/uploads/2025/02/LIBRO_PARTE_FINAL_2025.pdf
3. Aspron J, Valerio G. Las Redes sociales como herramienta de comunicacion persuasiva. Las redes sociales como herramienta de comunicación persuasiva. 2020. 453–468 p.
4. Trujillo Segrera MA. La adicción y sus diferentes conceptos. Cent Sur [Internet]. 2019;3(1):15–26. Disponible en: <https://centroseditorial.com/index.php/revista/article/view/18/17>
5. Manjavacas M. Menores adictos a Internet [Internet]. [citado el 16 de julio de 2025]. Disponible en: https://cadenaser.com/ser/2017/02/06/sociedad/1486407540_436962.html
6. Fonseca Matilla OG. Redes sociales y juventud: uso de Facebook por jóvenes de México, Argentina y Colombia [Internet]. Universidad de Malaga. 2015. Disponible en: https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/11548/TD_FONSECA_MANTILA_Oscar.pdf?sequence=1
7. Defensoria del pueblo. Salud Mental y derechos Humanos [Internet]. Vol. 30, Salud Mental. 2009. Disponible en: <https://www.defensoria.gob.pe/wp-content/uploads/2018/05/informe-defensorial-14-0-vf.pdf>
8. Sahagún Cuevas M, Martínez Castillo BA, Delgado Quiñones E, Salamanca Rodriguez CG. Adicción a redes sociales y su relación con problemas de

- autoestima en la población de 15 a 19 años en población derechohabiente del Instituto Mexicano del Seguro Social. Rev Médica MD [Internet]. 2015;6(4):289. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=60331>
9. Ulloa Masache EJ. Uso del tiempo libre y adicción a las Redes sociales en adolescentes de 13 a 19 años [Internet]. 2016. Disponible en: <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/5442/1/11784.pdf>
 10. Argueta Barahona YI. Nivel de adicción de uso de internet en adolescentes de 16 a 18 años [Internet]. Vol. 7, Pakistan Research Journal of Management Sciences. 2018. Disponible en: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Argueta-Yenifer.pdf>
 11. Moral Jiménez M de la V, Fernández Domínguez S. Uso problemático de internet en adolescentes españoles y su relación con autoestima e impulsividad. Av en Psicol Latinoam [Internet]. 2019;37(1):103–19. Disponible en: <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/5029/6684>
 12. Mendoza Salas, Noemi; Vargas Guerrero EE. Adicción a redes sociales en los estudiantes del nivel secundario del Colegio Particular Simón Bolívar e Institución Educativa Ofelia Velásquez de Tarapoto, 2016. [Internet]. Universidad Peruana Unión. 2019. Disponible en: <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/719>https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/719/Noemi_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=5&isAllowed=y[http://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/1437/1/Adicción a la Red Social Facebook y](http://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/1437/1/Adicción%20a%20la%20Red%20Social%20Facebook%20y)
 13. Reyna Saaz RI. Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Oeste. el 1 de diciembre de 2017;
 14. Príncipe Enrique, Telma Veronica; Flores Hurtado SB. Uso de las redes sociales en los estudiantes de cuarto y quinto de secundaria, Institución Educativa Libertador José de San Martín, Oyón, 2018. [Internet]. Vol. 5, Universidad Nacional

- Jose Faustino Sanchez Carrion. 2018. Disponible en:
<https://doi.org/10.1016/j.mfglet.2017.12.003%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.cirpj.2011.06.007%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.procir.2016.02.316%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.procir.2016.02.310%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.jmapro.2018.03.033%0Ahttp://dx.doi.o>
15. Garcia Franco D, Calderon Zecenarro LA. Adicción a las redes sociales, dependencia al móvil y su influencia sobre la Procrastinación académica en una muestra de adolescentes de la ciudad de Juliaca - 2019. Univ Peru Unión Fac [Internet]. 2019; Disponible en:
<https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/52c46cdf-77a0-4ea8-81f1-30932f2e01d4/content>
16. Mohanna Velásquez, Gabriela; Romero Espinoza DV. Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana [Internet]. Repositorio Institucional - USS. 2024. Disponible en:
https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/628014/Mohanna_VG.pdf?sequence=3&isAllowed=y
17. Ccopa Oporto CV, Turpo Coaquira GN. Adición a las redes sociales y habilidades sociales en adolescentes de la institución educativa Politecnico Huascar de Puno-2019 [Internet]. 2019. Disponible en:
<http://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/13628>
18. Manrique Gálvez N. Una alucinación consensual [Internet]. Disponible en:
https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/628014/Mohanna_VG.pdf?sequence=3&isAllowed=y
19. Castañeda Quintero L. Reseña de Aprendizaje con redes sociales: Tejidos educativos para los nuevos entornos. Pixel-Bit Rev Medios y Educ Gutiérrez [Internet]. 2011; Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/368/36818685017.pdf>
20. Ehmke R. Cómo afecta el uso de las redes sociales a adolescentes - Child Mind Institute [Internet]. [citado el 20 de julio de 2025]. Disponible en:

- <https://childmind.org/es/articulo/como-afecta-el-uso-de-las-redes-sociales-los-adolescentes/>
21. Urueña A, Ferrari A, Blanco D, Valdecasa E. Las Redes Sociales en Internet [Internet]. 2011. Disponible en: https://www.ontsi.es/sites/ontsi/files/redes_sociales-documento_0.pdf
 22. Lanier J. Diez razones para borrar tus redes sociales de inmediato. Proc Natl Acad Sci [Internet]. 2015;3(1):1–15. Disponible en: <https://catedradatos.com.ar/media/Lanier-Jaron-Diez-razones-para-borrar-tus-redes-sociales-de-inmediato-XcUiDi-2018.pdf>
 23. Gutierrez G. Ivan Petrovich Pavlov (1849-1936). Rev Latinoam Psicol [Internet]. 1999;43(4):411–4. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80531311.pdf>
 24. Paz de Corral EE. Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. Adicciones. 2010;22:91–6.
 25. Escurra Mayaute M, Salas Blas E. Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales. Liberabit [Internet]. 2014;20(1):73–91. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272014000100007&script=sci_arttext&tlng=pt
 26. Carballeira E. Obsesión en las redes sociales: el nuevo estilo de comunicación Social [Internet]. 2018 [citado el 20 de julio de 2025]. Disponible en: <https://www.aucal.edu/blog/servicios-sociales-comunidad/obsesion-en-las-redes-sociales-en-adolescentes/>
 27. Cía AH. Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. Rev Neuropsiquiatr [Internet]. 2014;76(4):210. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3720/372036946004.pdf>
 28. Araujo Robles ED. De la adicción a la adicción a internet. Rev Psicológica Hered. 2017;10(1–2):47.

29. Medina A, Moreno MJ, Lillo R, Guija JA. Los trastornos del control de los impulsos y las psicopatías [Internet]. 2017. 1–167 p. Disponible en: https://fepsm.org/files/publicaciones/Los_trastornos_del_control_de_los_impulsos_y_las_psicopatias.pdf
30. Ramos F. Autoestima y resiliencia en adolescentes de una institución educativa de San Juan de Miraflores. *Acta Psicológica Perú*. 2021;6(1):30–49.
31. Hernandez Sampieri R, Fernandez Collado C, Baptista Lucio P. Metodología de la investigación. 2014. 1–589 p.

ANEXOS

Anexo 01: Matriz de consistencia:

Riesgo de adicción a redes sociales que tienen los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora Del Carmen , llave 2025				
PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>GENERAL ¿Cuál es el nivel de riesgo de adicción a redes sociales que tienen los estudiantes de la institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen llave 2025?</p> <p>ESPECÍFICO - ¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en la dimensión obsesión de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen llave - 2025?</p> <p>-¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en la dimensión control personal de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen llave -2025?</p> <p>-¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales a la dimensión de frecuencia de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen llave-2025?</p>	<p>GENERAL Determinar el nivel de riesgo de adicción a redes sociales que tienen los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen llave-2025?</p> <p>ESPECÍFICOS - Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en la dimensión obsesión de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen llave-2025?</p> <p>- Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en la dimensión control personal de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen llave-2025?</p> <p>- Identificar el nivel de adicción a las redes sociales a la dimensión de frecuencia de la Institución Educativa Secundaria Nuestra Señora del Carmen llave-2025?</p>	<p>Considerando el tipo de investigación no lleva hipótesis</p>	<p>Riesgo de adicción a redes sociales</p>	<p>Tipo de investigación. Tipo descriptivo y con enfoque cuantitativo El diseño es no experimental, transversal población. Adolescentes de 5to de secundaria. Instrumento cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)”</p>

Anexo 02: Cuestionario de uso de redes sociales (ARS)

(M. EZCURRA, E. SALAS Y OTROS)

Esta encuesta en la que Ud. participa voluntariamente, por lo que le agradezco su sinceridad en las respuestas. Antes de responder al cuestionario le pido que nos menciona los siguientes datos:

Datos Generales

Institución educativa:	
Edad:	
Sexo:	
¿Utiliza redes sociales?	

Si respondió SÍ, indique cuál o cuáles en el cuestionario adjunto.

1. ¿Desde dónde se conecta a las redes sociales? (Puede marcar más de una respuesta):

- a. En mi casa
- b. En mi trabajo
- c. En las cabinas de internet
- d. En las computadoras de la universidad
- e. A través del celular

2. ¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?

- a. Todo el tiempo me encuentro conectado
- b. Una o dos veces al día
- c. Entre siete a doce veces al día
- d. Dos o tres veces por semana
- e. Entre tres a seis veces al día
- f. Una vez por semana

3. De todas las personas que conoces a través de la red, ¿cuántas conoces personalmente?

- a. 10% o menos
- b. Entre 11 y 30%
- c. Entre 31 y 50%
- d. Entre 51 y 70%
- e. Más del 70%

4. ¿Sus cuentas en la red contienen sus datos verdaderos (nombre, edad, género, dirección, etc.)?

- a. Sí
- b. No

5. ¿Qué es lo que más le gusta de las redes sociales?

Instrucciones

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales. Por favor, conteste con sinceridad. No existen respuestas buenas, malas ni incorrectas.

Marque con un aspa (X) en la opción que corresponda a lo que usted siente, piensa o hace:

S = Siempre, CS = Casi Siempre, AV = Algunas Veces, RV = Rara Vez, N = Nunca

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

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

Gracias por su colaboración.

Anexo 03: Asentimiento informado

ASENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES DE INVESTIGACIÓN

La intención de este formulario de asentimiento es proporcionar a los participantes de la investigación una aclaración integral de las características del estudio y su participación como sujetos.

Su cooperación en esta investigación implicará la realización de consultas de encuestas. Esto requerirá alrededor de quince minutos de su tiempo total.

Más allá de esta investigación, la información recopilada permanecerá estrictamente confidencial y no será utilizada para ningún otro objetivo. Mediante un número de identificación, sus respuestas al cuestionario serán codificadas y, como tales, permanecerán anónimas.

Firma del estudiante participante

Anexo 04: Evidencia fotográfica



Figura 02: Institución Educativa



Figura 03: Dando a conocer sobre la investigación



Figura 04: Aplicando el instrumento



Figura 05: Explicando la aplicación del instrumento