



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, PIURA 2025**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL

AUTOR
NAVARRO RAMOS, JERRY ARMANDO
ORCID:0009-0008-4780-7908

ASESOR
VALLE RIOS, SERGIO ENRIQUE
ORCID:0000-0003-0878-6397

CHIMBOTE-PERÚ
2025



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA

ACTA N° 0294-121-2026 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **09:40** horas del día **27** de **Mayo** del **2026** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **PSICOLOGÍA**, conformado por:

GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR Presidente
ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN Miembro
ABAD NUÑEZ CELIA MARGARITA Miembro
Mgtr. VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, PIURA 2025**

Presentada Por :
(0823142006) **NAVARRO RAMOS JERRY ARMANDO**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **13**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciado en Psicología**.

Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:

GARCIA GARCIA TERESA DEL PILAR
Presidente

ALVARADO GARCIA PAUL ALAN ARKIN
Miembro

ABAD NUÑEZ CELIA MARGARITA
Miembro

Mgtr. VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, PIURA 2025 Del (de la) estudiante NAVARRO RAMOS JERRY ARMANDO, asesorado por VALLE RIOS SERGIO ENRIQUE se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 0% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

Por lo tanto, dichas coincidencias detectadas no constituyen plagio y la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Cabe resaltar que el turnitin brinda información referencial sobre el porcentaje de similitud, más no es objeto oficial para determinar copia o plagio, si sucediera toda la responsabilidad recaerá en el estudiante.

Chimbote, 03 de Setiembre del 2026



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

Con todo mi amor, dedico este trabajo a mi esposa Yanira Navarro Paico, y a mi hijo Omer Efrén Navarro Navarro. Su apoyo incondicional ha sido el faro que ha guiado cada paso de este viaje. Su paciencia, su comprensión y cada uno de sus sacrificios no han pasado desapercibidos, sino que han sido la motivación que me ha impulsado en cada momento de duda y desafío. Su amor ha sido el motor que ha hecho posible este logro, y esta tesis es una prueba de que, juntos, podemos alcanzar cualquier meta. A mi familia en general, gracias por estar siempre a mi lado, celebrando mis triunfos y sosteniéndome en los momentos difíciles. Este logro es tan suyo como mío.

Agradecimiento

Expreso mi más sincero agradecimiento a las autoridades y al alumnado de la I.E que me brindaron su confianza y apoyo, al asesor Mg. Sergio Enrique Valle Ríos, cuyo liderazgo intelectual, orientación incisiva y paciencia inquebrantable fueron fundamentales para la culminación de esta tesis. Su experiencia y retroalimentación crítica no solo mejoraron la calidad de mi investigación, sino que también enriquecieron mi comprensión del tema. Estoy profundamente en deuda por el tiempo y el esfuerzo que invirtió en mi desarrollo académico. Su mentoría ha sido un privilegio y un pilar fundamental en mi crecimiento profesional.

Índice General

Dedicatoria	IV
Agradecimiento	V
Índice General	VI
Lista de Tablas	VIII
Resumen.....	IX
Abstract.....	X
I. Planteamiento del problema.....	1
II. Marco teórico.....	6
2.1. Antecedentes.....	6
2.2. Bases teóricas Adicción a las Redes Sociales	8
III. Metodología.....	12
3.1. Tipo, nivel y diseño de investigación.....	12
3.2. Población	12
3.3. Operacionalización de Variables	14
3.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos	15
3.5. Método de análisis de datos.....	16
3.6. Aspectos éticos	17
IV. Resultados	19
V. Discusión	21
VI. Conclusiones	23
VII. Recomendaciones.....	24
Referencias bibliográficas.....	25

ANEXO	27
Anexo 1. Documento de autorización para el desarrollo de la investigación (Ley N°29733)	27
Anexo 2. Carta de recojo de datos	28
Anexo 3. Matriz de consistencia y operacionalización.....	29
Anexo 4. Ficha técnica de los instrumentos.....	30
Anexo 5. Formato de consentimiento informado u otros que corresponda a la investigación	32

Lista de Tablas

Tabla 01: <i>Matriz de operacionalización de variable</i>	14
Tabla 02: <i>Nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Piura 2025</i>	19
Tabla 03: <i>Dimensión de obsesión por las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Piura, 2025</i>	20
Tabla 04: <i>Dimensión de falta de control personal en el uso de las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Piura, 2025</i>	20
Tabla 05: <i>Dimensión de uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Piura, 2025</i>	21

Resumen

La presente investigación se llevó a cabo con el propósito de describir el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Piura, 2025. Se utilizó una metodología descriptiva, cuantitativa, no experimental y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 100 estudiantes de ambos sexos, pertenecientes a los grados cuarto y quinto de educación básica, con edades comprendidas entre los 15 y 18 años ($M=16$) los cuales cumplieron con los criterios de inclusión para ser considerados dentro de la población de estudio. Para la recolección de los datos se utilizó el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS). Los resultados confirmaron que el 42.14% de la población evaluada presenta un nivel medio de adicción a las redes sociales, respecto a las dimensiones, 45.92% de los estudiantes presenta un nivel medio en la dimensión de obsesión por las redes sociales, de manera similar un 45.83% presenta un nivel medio en la dimensión de falta de control en el uso de redes sociales y en la dimensión de uso excesivo de las redes sociales el 42.86% de los estudiantes muestra un nivel medio. Se concluye que la mayor parte de los estudiantes evaluados presentan un nivel medio de adicción a las redes sociales y en cada una de sus dimensiones.

Palabras clave: Adicción, redes sociales, estudiantes.

Abstract

The present research was conducted with the purpose of describing the level of social media addiction among high school students from a public educational institution in Piura, 2025. A descriptive, quantitative, non-experimental, and cross-sectional methodology was used. The sample consisted of 100 students of both sexes, belonging to the fourth and fifth grades of basic education, aged between 15 and 18 years ($M = 16$), who met the inclusion criteria to be considered within the study population. For data collection, the Social Media Addiction Questionnaire (ARS) was applied. The results confirmed that 42.14% of the evaluated population presented a medium level of social media addiction. Regarding the dimensions, 45.92% of the students showed a medium level in the dimension of social media obsession; similarly, 45.83% presented a medium level in the dimension of lack of control in the use of social media, and in the dimension of excessive use of social media, 42.86% of the students showed a medium level. It is concluded that most of the students evaluated have a medium level of addiction to social media, and in each of its dimensions.

Keywords: Addiction, social media, students.

I. Planteamiento del problema

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha destacado un aumento preocupante en el uso problemático de las redes sociales entre los adolescentes, advirtiendo sobre sus consecuencias para la salud mental y el bienestar. Según un informe de la OMS en 2024, el porcentaje de jóvenes afectados pasó del 7% en 2018 al 11% en 2022, con una mayor prevalencia entre las chicas. Este fenómeno se observa en varios países, destacando a Rumanía con un 22%, mientras que en España la cifra se sitúa en un 10%. El uso problemático se define como un comportamiento adictivo, caracterizado por la incapacidad para controlar el uso, el aislamiento social y las consecuencias negativas en la vida diaria, como el descuido de otras actividades. La OMS también recomienda intervenciones específicas, como la promoción de la salud en los entornos escolares y el refuerzo de servicios de salud mental, para mitigar los efectos negativos de este fenómeno (Organización Mundial de la Salud, 2024).

El uso problemático de las redes sociales se ha convertido en una preocupación importante, ya que puede generar consecuencias negativas en la vida de los adolescentes, como problemas interpersonales y una sensación de pérdida de control. Según un informe de UNICEF (2021), el 98.5% de los adolescentes están registrados en alguna red social, y un 83.5% usa más de tres plataformas. Sin embargo, el término "adicción" no siempre es apropiado para describir este fenómeno, ya que el modelo de adicción, basado en conceptos como tolerancia o abstinencia, no siempre refleja la realidad del uso excesivo. En su lugar, muchos expertos prefieren hablar de "uso problemático", donde las redes sociales afectan negativamente la vida del usuario, generando dependencia emocional y dificultades para la autorregulación. Aunque las cifras varían, un 33% de los adolescentes podría estar haciendo un uso problemático de las redes, lo que resalta la importancia de educar tanto a padres como a adolescentes en el uso responsable de estas plataformas (Machimbarrena et al., 2021).

La adicción a las pantallas en adolescentes está asociada con consecuencias graves para la salud mental, como depresión, ansiedad y autolesiones, según la periodista de la ciudad de Madrid, Gema L. (2025). El uso excesivo de la tecnología se ha convertido en una forma de automedicación emocional, donde los jóvenes recurren a las pantallas como una forma de lidiar con su malestar, evitando métodos más saludables como hablar con sus padres o recibir

terapia psicológica. Lendoiro resalta que, en muchos casos, el uso constante de las redes sociales o los videojuegos puede desencadenar trastornos emocionales, mientras que las autolesiones se presentan como un intento de control en medio de una intensa frustración emocional. Este comportamiento, según la experta, genera una sensación de alivio momentáneo al liberar endorfinas, lo que refuerza la repetición de la conducta, convirtiéndola en un ciclo difícil de romper. La adicción a las pantallas, por tanto, se convierte en un mecanismo de escape que agrava la situación emocional de los adolescentes.

El confinamiento durante la pandemia, según Obregón (2023), tuvo un impacto directo en la salud mental de los adolescentes, exacerbando ciertos comportamientos como la agresividad, un factor que puede relacionarse con el uso problemático de las redes sociales. Durante ese período, los adolescentes pasaron más tiempo frente a las pantallas, lo que aumentó la dependencia digital y, en muchos casos, los niveles de ansiedad, frustración e irritabilidad. Esta hiperconexión a plataformas digitales podría haber afectado las habilidades sociales, provocando un aislamiento aún mayor y dificultando las interacciones cara a cara, esenciales para el desarrollo emocional y social. El estudio subraya que el uso excesivo de tecnología durante el confinamiento, combinado con la falta de interacción física, podría haber desencadenado patrones de comportamiento que aumentan el riesgo de adicción a las redes sociales, destacando la importancia de programas educativos para moderar el tiempo de pantalla y mejorar las habilidades emocionales y sociales de los jóvenes.

El aumento de la agresividad entre los adolescentes, especialmente después de la pandemia, es un fenómeno que no solo afecta sus relaciones interpersonales, sino que también puede estar vinculado con el uso problemático de las redes sociales. Según Tovar (2022), los estudiantes con niveles elevados de agresividad suelen experimentar mayores niveles de frustración y ansiedad, lo que puede llevar a un uso excesivo de las plataformas digitales como una forma de escapar de esas emociones. Esta dependencia emocional hacia las redes sociales puede reforzar el ciclo de agresividad, creando un entorno propenso a la violencia tanto en línea como en el mundo físico. En este sentido, el uso descontrolado de la tecnología no solo agrava las dificultades emocionales, sino que también alimenta comportamientos de hostilidad y estrés, lo que resalta la necesidad de intervenir en estos dos aspectos simultáneamente.

En Chiclayo, se ha observado una creciente preocupación por el uso problemático de las redes sociales entre los adolescentes. Según una investigación realizada en 2024, el 60.2%

de los estudiantes de secundaria mostró un nivel medio de adicción a las redes sociales, mientras que un 28.7% presentó un nivel alto de adicción. Esta dependencia digital se correlaciona significativamente con altos niveles de agresividad, ya que el 84.3% de los adolescentes en el estudio mostró un nivel elevado de agresividad. Los resultados evidencian que, a mayor uso de las plataformas, mayor es la tendencia a comportamientos hostiles y físicos, especialmente entre los adolescentes con un mayor nivel de obsesión por las redes sociales. Estos hallazgos resaltan la necesidad urgente de intervenciones educativas y familiares que promuevan un uso más equilibrado de la tecnología, de manera que se puedan reducir los riesgos de conductas agresivas y mejorar el bienestar emocional de los jóvenes (Sanguinez & Pérez, 2024).

Con base en información confiable obtenida de diversas fuentes, he identificado que la problemática de la adicción a las redes sociales se presenta de manera significativa en la Institución Educativa Federico Villareal, lo que ha generado preocupación tanto en docentes como en padres de familia. El uso excesivo de estas plataformas ha comenzado a afectar aspectos importantes de la vida de los adolescentes, como su rendimiento académico, sus relaciones interpersonales y su bienestar emocional. Esta situación despertó mi interés por investigar la prevalencia de la adicción a las redes sociales en los estudiantes de esta institución, con el objetivo de describir el fenómeno en su contexto específico y proporcionar una visión más clara de su impacto dentro del entorno escolar. La información obtenida permitirá identificar patrones de uso y contribuir al desarrollo de estrategias que fomenten un uso más equilibrado de las redes sociales.

Luego de haber analizado el contexto y la relevancia de la adicción a las redes sociales en adolescentes, me surge la siguiente interrogante: ¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Piura 2025?

Y como objetivo general:

Describir el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Piura 2025.

Y como objetivos específicos:

- Describir la dimensión de obsesión por las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Piura, 2025.

- Describir la dimensión de falta de control personal en el uso de las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Piura, 2025.
- Describir la dimensión de uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Piura, 2025.

La adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria es una problemática creciente que ha generado preocupación tanto a nivel mundial como local. A medida que la tecnología y las plataformas digitales se han integrado más en la vida cotidiana, especialmente en la adolescencia, los efectos sobre la salud mental y social de los jóvenes se hacen cada vez más evidentes. En la región de Piura, específicamente, esta situación ha comenzado a ser más alarmante debido al aumento en el uso excesivo de estas plataformas por parte de los estudiantes, lo que afecta directamente su rendimiento académico, sus relaciones interpersonales y su bienestar emocional.

Esta investigación se justifica porque, a pesar de que existe una abundante literatura sobre los efectos de las redes sociales en la salud de los adolescentes, aún falta información precisa sobre cómo se manifiesta la adicción en los estudiantes de secundaria en el contexto local de Piura. Según estudios previos, la adicción a las redes sociales está asociada con trastornos como la ansiedad, la depresión y la baja autoestima (Organización Mundial de la Salud, 2024; UNICEF, 2021). Sin embargo, estos estudios no abordan de manera específica la situación en instituciones educativas de Piura, donde la realidad socioeconómica y cultural puede influir en el comportamiento digital de los adolescentes.

La relevancia de esta investigación radica en que proporcionará una descripción detallada del nivel de adicción a las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Piura, lo que permitirá comprender mejor el alcance de este fenómeno. Además, los resultados de este estudio servirán como base para futuras intervenciones educativas que busquen mitigar el impacto negativo de las redes sociales en el bienestar de los estudiantes, promoviendo un uso más responsable de la tecnología. En este sentido, la investigación tiene un impacto tanto académico, al aportar datos específicos sobre la realidad local, como social, al contribuir al desarrollo de estrategias que apoyen la salud mental de los jóvenes en el ámbito escolar.

La justificación también se basa en la necesidad de generar conciencia entre padres, educadores y autoridades sobre los peligros asociados con el uso desmedido de las redes sociales. Según Lendoiro (2025), el uso problemático de las plataformas digitales se ha convertido en una forma de "automedicación emocional", lo que resalta la importancia de abordar este problema desde una perspectiva preventiva. Esta investigación, al centrarse en un contexto local, ofrecerá datos que ayudarán a orientar políticas educativas y de salud pública, contribuyendo al bienestar integral de los adolescentes de Piura.

II. Marco teórico

2.1. Antecedentes

El estudio realizado por Posso-Yépez et al. (2024) tuvo como objetivo analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y variables como la ansiedad, el sexo, la edad y la autodefinición étnica de estudiantes de bachillerato en Ecuador. La metodología utilizada fue cuantitativa, de tipo correlacional y predictivo, con un diseño transversal. La muestra estuvo conformada por 2,901 estudiantes de 10 instituciones educativas fiscales, seleccionados de un universo de 3,794 estudiantes. Se emplearon dos instrumentos: el Test Adaptado de Adicción a las Redes Sociales y la Escala de Autoevaluación de la Ansiedad. Los resultados principales mostraron que las dimensiones de la adicción a las redes sociales y el sexo son predictores significativos de la ansiedad en los estudiantes, además de existir diferencias significativas en la adicción a las redes sociales según el género, la edad y la autodefinición étnica. La conclusión principal del estudio fue que una mayor obsesión con las redes sociales y el uso excesivo de estas plataformas son factores clave que contribuyen a un aumento de la ansiedad en los estudiantes de bachillerato.

El estudio de Alarcón C. (2024) tuvo como objetivo determinar la incidencia de las consecuencias psicológicas y el uso excesivo de las redes sociales en los adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa 10 de agosto del Cantón Montalvo. Se empleó una metodología cuantitativa, de tipo correlacional y diseño no experimental. La muestra estuvo compuesta por 92 estudiantes, seleccionados mediante un muestreo probabilístico. Se utilizaron escalas de depresión, ansiedad y estrés (Dass 21) como instrumentos de medición. El principal resultado de la investigación reveló que los adolescentes con mayor uso de redes sociales presentaban mayores niveles de ansiedad, depresión y estrés, afectando su bienestar emocional. La conclusión más relevante fue que el uso excesivo de las redes sociales está estrechamente relacionado con trastornos psicológicos en los estudiantes, lo que sugiere la necesidad de intervenciones educativas para moderar el tiempo de pantalla y promover el bienestar psicológico.

El objetivo del estudio de Torres D. (2022) fue determinar la relación entre la soledad y la adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio público de Huancayo, 2021. La

investigación fue de tipo cuantitativo, básico, y transversal, con un diseño correlacional. La muestra estuvo compuesta por 240 estudiantes de secundaria, seleccionados de una población de 2000. Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron la Escala de Soledad de Jon Gierveld y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS). Los resultados principales indicaron que no existe una relación significativa entre la soledad y la adicción a las redes sociales, ni entre la soledad y la obsesión, el control personal o el uso excesivo de estas plataformas. La conclusión principal fue que, aunque los adolescentes puedan experimentar soledad, esta no está correlacionada de manera directa con su adicción a las redes sociales en el contexto estudiado. Sin embargo, se destacó la importancia de seguir investigando este fenómeno debido a su creciente relevancia.

El estudio realizado por Condori Ramos (2024) tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa pública de la ciudad de Arequipa. La investigación fue de tipo correlacional, con un diseño no experimental transversal y un enfoque cuantitativo. La muestra estuvo compuesta por 210 estudiantes de los grados tercero, cuarto y quinto de secundaria, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se utilizaron dos instrumentos: el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Los resultados indicaron que no hubo una correlación significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en general. Sin embargo, se encontraron relaciones significativas entre algunas dimensiones específicas de ambas variables, como la obsesión por las redes sociales y la postergación de actividades. La conclusión principal fue que la adicción a las redes sociales no influye de manera directa en la procrastinación académica, sugiriendo que otros factores podrían desempeñar un papel más importante en este comportamiento.

El objetivo del estudio realizado por Yovera Q. (2023) fue determinar el nivel de adicción a las redes sociales en los estudiantes de una institución educativa en Catacaos. La investigación fue de tipo descriptivo, con un diseño no experimental. La muestra estuvo conformada por 75 estudiantes de quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Juan de Mori. El instrumento utilizado para la recolección de datos fue el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) de Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas, compuesto por 24 ítems. Los resultados principales del estudio indicaron que un 34.7% de los estudiantes

presentaron un nivel moderado de adicción a las redes sociales, mientras que un 33.3% mostraron un nivel muy alto de adicción. La conclusión principal fue que existe una alta prevalencia de adicción a las redes sociales en los estudiantes, lo que subraya la necesidad urgente de desarrollar programas educativos y estrategias de intervención para mitigar el uso problemático de las redes sociales entre los jóvenes.

El estudio realizado por Coronado G. (2023) tuvo como objetivo establecer la relación entre la adicción a las redes sociales y la estabilidad emocional en estudiantes de secundaria en Piura. La investigación utilizó una metodología cuantitativa, con un diseño no experimental, descriptivo-relacional y transversal. La población estuvo conformada por 69 estudiantes de secundaria, seleccionados mediante muestreo no probabilístico. Para la recolección de datos se utilizaron dos instrumentos: el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y el Cuestionario de Estabilidad Emocional, adaptado de la teoría de los "Cinco Grandes" de la personalidad. Los resultados mostraron que el 69.1% de los estudiantes presentaron un nivel bajo de adicción a las redes sociales, mientras que el 32.9% presentó un nivel promedio de estabilidad emocional. La prueba estadística de Spearman confirmó una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la estabilidad emocional, con una significancia de $p = 0.000$. La conclusión principal del estudio fue que existe una relación positiva entre la adicción a las redes sociales y la estabilidad emocional en los estudiantes de secundaria, lo que subraya la importancia de intervenir para mejorar el bienestar emocional en este contexto.

2.2. Bases teóricas Adicción a las Redes Sociales

Adicción a las Redes Sociales

Definición y conceptualización.

La adicción a las redes sociales se puede entender como un uso excesivo e incontrolado de plataformas digitales, que interfiere con la vida cotidiana de una persona. Este fenómeno no solo implica pasar muchas horas en estas redes, sino que también afecta la capacidad de las personas para controlar el tiempo que dedican a ellas, incluso cuando se dan cuenta de las consecuencias negativas en su bienestar. Según Salas B. y Ecurra M. (2019), la adicción a las redes sociales es un comportamiento donde las personas sienten una necesidad constante de revisar sus redes, lo que les lleva a descuidar actividades importantes como el estudio, el

trabajo y las interacciones sociales reales. Además, este uso excesivo puede tener efectos dañinos en la salud emocional de los usuarios, provocando sentimientos de ansiedad, estrés y aislamiento social. A medida que las personas pierden el control sobre este comportamiento, su relación con la tecnología se convierte en una forma de escape emocional, lo que agrava aún más su bienestar mental y físico.

Modelos teóricos sobre la adicción a las redes sociales.

Existen varios modelos teóricos que intentan explicar cómo y por qué algunas personas se vuelven "adictas" a las redes sociales. Uno de los modelos más conocidos es el modelo de la dependencia. Este modelo sostiene que, al igual que otras formas de adicción, como las drogas o el alcohol, las redes sociales crean una sensación de recompensa en el cerebro. Cada vez que alguien recibe "me gusta", comentarios o notificaciones, su cerebro libera dopamina, una sustancia química que nos hace sentir bien. Esto crea una especie de ciclo en el que las personas se sienten motivadas a seguir usando las redes para experimentar nuevamente esa sensación placentera, perdiendo así el control sobre el tiempo que pasan en ellas.

Otro modelo que ayuda a entender la adicción a las redes sociales es el modelo de la gratificación instantánea. Según este modelo, las redes sociales ofrecen recompensas rápidas y accesibles. Cada vez que una persona publica algo o interactúa con contenido, recibe una gratificación casi inmediata, ya sea en forma de atención, aprobación o interacción. Esto refuerza el comportamiento, haciendo que las personas busquen constantemente esa gratificación, lo que puede llevar a un uso excesivo de las plataformas y a una dependencia emocional. Esta gratificación instantánea puede resultar muy atractiva para los adolescentes, quienes están en una etapa de desarrollo donde buscan afirmación y conexión social.

Ambos modelos ayudan a comprender por qué las redes sociales son tan adictivas y cómo pueden llegar a convertirse en una parte central de la vida de las personas, en especial para los más jóvenes. A medida que las redes sociales siguen evolucionando, también lo hacen las teorías que buscan explicar este fenómeno, lo que subraya la importancia de seguir investigando y comprendiendo sus efectos.

Dimensiones de la Adicción a las Redes Sociales

Obsesión por las redes sociales

La adicción a las redes sociales puede entenderse a través de diferentes dimensiones que describen cómo se manifiesta este comportamiento. Una de las primeras dimensiones es la

obsesión por las redes sociales. Esta dimensión se refiere a la necesidad constante de estar revisando las plataformas, incluso cuando no se está interactuando activamente en ellas. Según Salas B. y Ecurra M. (2019), la obsesión por las redes sociales implica un pensamiento recurrente y persistente sobre lo que ocurre en línea, lo que genera una sensación de urgencia por comprobar las notificaciones, mensajes o publicaciones. Este patrón puede ocupar tanto la mente de la persona que resulta difícil desconectar, afectando su concentración en otras áreas de la vida cotidiana, como los estudios o el trabajo.

Falta de control personal en el uso de las redes sociales

La siguiente dimensión clave es la falta de control personal en el uso de las redes sociales. Esta se manifiesta cuando una persona siente que no puede frenar el tiempo que dedica a las redes, a pesar de ser consciente de los efectos negativos. Según Salas B. y Ecurra M. (2019), la falta de control personal se ve reflejada en la incapacidad de la persona para regular su tiempo en las plataformas, lo que puede llevar a un uso excesivo, incluso cuando hay consecuencias evidentes en su bienestar. Esto crea un ciclo en el que la persona se siente atrapada por el hábito de revisar las redes, aunque haya intentado reducir su tiempo en ellas sin éxito.

Uso excesivo de las redes sociales

Por último, el uso excesivo de las redes sociales es una dimensión crucial. Se refiere a la cantidad de tiempo que una persona dedica a estas plataformas, al punto de que interfiere con otras actividades importantes en su vida. Como mencionan Salas B. y Ecurra M. (2019), el uso excesivo no solo se refiere a la cantidad de horas frente a la pantalla, sino a la frecuencia con que la persona se siente impulsada a revisar las redes, aún cuando no sea necesario. Este uso desmesurado puede llevar a que la persona descuide responsabilidades diarias, como el trabajo, las relaciones personales y el cuidado de su salud, lo que impacta negativamente su bienestar.

Factores Psicopatológicos Relacionados con la Adicción a las Redes Sociales

La adicción a las redes sociales no solo afecta el comportamiento, sino que también tiene implicaciones psicológicas profundas. Uno de los factores más comunes relacionados con este fenómeno son los trastornos de ansiedad y depresión. Según Machimbarrena et al. (2021), el uso excesivo de las redes sociales puede desencadenar o agravar trastornos de ansiedad, especialmente entre los adolescentes. La ansiedad surge porque las personas

comienzan a preocuparse excesivamente por su imagen en línea, por las interacciones sociales virtuales y por la presión constante de estar conectados. Además, la comparación social, que es común en estas plataformas, puede generar una sensación de insuficiencia, lo que alimenta la ansiedad. El miedo a perderse algo importante, también conocido como "FOMO" (Fear of Missing Out), es otro factor que contribuye a la ansiedad, ya que las personas sienten una necesidad constante de estar informadas y conectadas, lo que genera estrés emocional.

Trastornos de ansiedad y depresión.

En cuanto a la depresión, varios estudios, como el de Tovar (2022), han encontrado una relación significativa entre el uso excesivo de las redes sociales y la aparición de síntomas depresivos. El aislamiento social que puede ocurrir al sustituir interacciones cara a cara por interacciones en línea es una de las causas principales de este fenómeno. La interacción digital, aunque constante, no satisface las necesidades emocionales de los individuos de la misma manera que las interacciones físicas, lo que puede llevar a sentimientos de soledad y tristeza. Las redes sociales también contribuyen a la depresión a través de la exposición constante a contenidos que pueden generar sentimientos de frustración o tristeza, como noticias negativas, situaciones de violencia o incluso la comparación con la vida aparentemente perfecta de otros usuarios.

Impacto en el bienestar emocional.

El impacto de la adicción a las redes sociales en el bienestar emocional es significativo. El uso excesivo de estas plataformas puede afectar la autoestima de los usuarios, especialmente en adolescentes. Según Obregón (2023), la exposición continua a imágenes editadas y contenido idealizado puede distorsionar la percepción de la realidad, llevando a los usuarios a sentir que sus vidas son menos interesantes o satisfactorias en comparación con lo que ven en línea. Esto puede generar una disminución de la autoestima y un aumento de la inseguridad personal. Además, el impacto emocional no solo se limita a la ansiedad y la depresión, sino que también puede conducir a la aparición de conductas destructivas, como la autolesión, en algunos casos graves.

III. Metodología

3.1. Tipo, nivel y diseño de investigación

En este proyecto de tesis, se llevó a cabo una investigación de tipo descriptiva. La investigación descriptiva se enfoca en detallar de manera precisa y detallada las características de un fenómeno o grupo, sin intervenir en él ni manipular sus variables (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). En este caso, se buscó describir el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria, observando y registrando la información sin influir en el comportamiento de los participantes.

El nivel de la investigación fue cuantitativo, ya que se pretendió medir y analizar las variables relacionadas con la adicción a las redes sociales de manera numérica y objetiva. Según Sampieri, Collado y Lucio (2014), en la investigación cuantitativa, se utilizan herramientas como cuestionarios y encuestas que permiten obtener datos numéricos, lo cual facilita la comparación y el análisis estadístico. Este enfoque es apropiado cuando se busca establecer patrones y generalizar los resultados a una población más amplia.

El diseño de la investigación fue no experimental y de campo. El diseño no experimental implica que no se manipulan las variables del estudio, sino que se observarán tal como ocurren de manera natural (Kerlinger, 2002). En este caso, no se intervino en el comportamiento de los estudiantes; simplemente se analizó la relación entre las variables, como el uso de redes sociales y los niveles de adicción. El diseño de campo, por su parte, indica que la recolección de datos se realizará en el contexto natural de los participantes, en este caso, en una institución educativa pública (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

3.2. Población

La población de este estudio estuvo constituida por los alumnos de una Institución Educativa Pública ubicada en Piura, específicamente aquellos que cursaban el 4to y 5to año de secundaria. En total, se contó con una población de 120 estudiantes que representan el universo de este estudio. Estos estudiantes fueron seleccionados debido a que son los que se encontraban en la etapa de adolescencia, un periodo crítico para el uso de las redes sociales y su posible vinculación con problemas de adicción (González et al., 2020). Es importante

señalar que los participantes fueron adolescentes, un grupo etario particularmente vulnerable al uso problemático de las plataformas digitales, como lo han señalado diversos estudios previos sobre el comportamiento en redes sociales en adolescentes (Machimbarrena et al., 2021).

Criterios de inclusión:

Para ser incluidos en la muestra, los estudiantes cumplieron con las siguientes condiciones:

- Ser alumno de los grados 3ro, 4to o 5to de secundaria de la Institución Educativa seleccionada.
- Estar dispuesto a participar de manera voluntaria en el estudio.
- Firmar el consentimiento informado (o tenerlo firmado por los padres o tutores si son menores de edad).

Criterios de exclusión:

Quedaron excluidos del estudio los estudiantes que:

- No pertenecer a los grados 3ro, 4to o 5to de secundaria.
- No aceptar participar en el estudio o no firmar el consentimiento informado.
- Presentar condiciones psicológicas graves que puedan interferir en la participación adecuada en el estudio, como trastornos conductuales o emocionales graves.

La muestra se seleccionó bajo un muestreo no probabilístico por conveniencia, dado que se buscó trabajar con los estudiantes de la institución educativa que estaban disponibles y dispuestos a participar. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), este tipo de muestreo es útil cuando se dispone de un grupo accesible para estudiar, y permite obtener resultados representativos dentro del contexto seleccionado, aunque no garantiza la representatividad total de toda la población. La muestra fue de 100 estudiantes, que se seleccionaron dentro de los criterios mencionados, asegurando una muestra adecuada para el análisis de la adicción a las redes sociales en este contexto.

3.3. Operacionalización de Variables

Tabla 01: Matriz de operacionalización de variable.

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍAS O VALORACIÓN
Adicción a las redes sociales	La adicción a las redes sociales se refiere al uso excesivo e incontrolado de plataformas digitales que interfiere con las actividades diarias y afecta el bienestar emocional del individuo. Se caracteriza por la obsesión constante con las redes, la dificultad para limitar el tiempo de uso y la dedicación excesiva a estas plataformas (Salas B. & Ecurra M. 2019).	- Obsesión por las redes sociales	- Frecuencia de pensamientos sobre redes sociales	Escala de Likert (1-5)	Siempre S
		- Falta de control personal en el uso	- Dificultad para limitar el tiempo de uso	Escala nominal (hábito diario)	Casi siempre CS
		- Uso excesivo de las redes sociales	- Número de horas diarias dedicadas a las redes sociales		Algunas veces AV
					Rara vez RV
					Nunca N

3.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos

La técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta, que permite obtener información directa de los participantes sobre su comportamiento, percepciones y actitudes respecto al uso de las redes sociales. Las encuestas son ampliamente utilizadas en investigaciones sociales y psicológicas debido a su capacidad para recolectar grandes cantidades de información de manera sistemática y estructurada (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). En este caso, la encuesta se aplicó a los estudiantes de secundaria de la institución educativa seleccionada para evaluar los niveles de adicción a las redes sociales.

Instrumento de recolección de datos

El instrumento utilizado para la recolección de datos fue el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS), desarrollado por Edwin Salas Blas y Miguel Escurra Mayaute (2019). Este cuestionario está diseñado para medir la adicción a las redes sociales, específicamente en adolescentes. Se enfoca en tres dimensiones clave: la obsesión por las redes sociales, la falta de control personal en el uso y el tiempo dedicado al uso excesivo de las plataformas digitales.

El cuestionario consta de 24 ítems, organizados en una escala de Likert de 1 a 5, donde los estudiantes indican su grado de acuerdo con las afirmaciones presentadas. Además, el instrumento incluye una escala nominal para registrar el tiempo diario dedicado a las redes sociales. La aplicación de este cuestionario tiene una duración aproximada de 15 a 20 minutos.

Confiabilidad y validez

El Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) ha sido validado en diversos contextos, lo que le otorga un alto grado de validez en la medición de la adicción a las redes sociales en adolescentes. La validez del instrumento ha sido comprobada mediante estudios previos, donde se ha encontrado que efectivamente mide lo que pretende medir: los niveles de adicción a las redes sociales. Además, la confiabilidad del cuestionario se ha establecido a través de pruebas de consistencia interna, que muestran que las respuestas de los participantes son coherentes y estables a lo largo del tiempo. La alfa de Cronbach del instrumento ha mostrado un valor superior a 0.80, lo que indica una alta confiabilidad en sus mediciones.

La confiabilidad y validez de este instrumento lo convierten en una herramienta eficaz y confiable para evaluar la adicción a las redes sociales en adolescentes, lo cual es fundamental para obtener datos precisos y significativos en esta investigación.

3.5. Método de análisis de datos

El método de análisis de datos para este estudio fue de tipo descriptivo. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), la investigación descriptiva se enfoca en detallar las características de un fenómeno, sin intervenir en él ni buscar relaciones causales. En este caso, el objetivo fue describir los niveles de adicción a las redes sociales en los estudiantes de secundaria, utilizando estadísticas descriptivas para organizar y presentar los datos obtenidos de manera clara y comprensible.

Estadísticas descriptivas:

Se utilizaron medidas de tendencia central (como la media, mediana y moda) y medidas de dispersión (como la desviación estándar) para los diferentes ítems del cuestionario. Según Sampieri, Collado y Lucio (2014), las medidas de tendencia central permiten describir cómo se distribuyen los datos alrededor del valor central, mientras que las medidas de dispersión permiten entender cómo se dispersan estos datos respecto al centro. Este enfoque nos proporcionó una visión general de la distribución de los niveles de adicción entre los estudiantes.

Frecuencia y porcentajes:

Las respuestas fueron categorizadas y presentadas en frecuencias y porcentajes para cada ítem del cuestionario. Las frecuencias indican cuántos estudiantes dieron determinada respuesta, y los porcentajes permiten comparar la proporción de respuestas dentro de cada categoría. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), este tipo de análisis facilita la comprensión de las características del fenómeno estudiado, permitiendo identificar los patrones de comportamiento más comunes.

Distribución de respuestas:

Se analizó la distribución de las respuestas para comprender cómo se presentan los niveles de adicción a las redes sociales en los diferentes grupos de estudiantes. De acuerdo con Sampieri, Collado y Lucio (2014), la distribución de respuestas permite identificar la forma en

que los datos se agrupan y cómo se distribuyen entre los participantes. Esto proporciona una visión clara sobre la prevalencia de la adicción en la población estudiada.

Interpretación de los resultados:

Los resultados obtenidos fueron interpretados en función de las características observadas en el cuestionario. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014), la interpretación de los resultados descriptivos busca brindar una comprensión detallada del fenómeno, sin necesidad de hacer comparaciones o inferencias complejas. Las conclusiones derivadas del análisis fueron descriptivas, ofreciendo un panorama sobre los niveles de adicción a las redes sociales y su impacto en el bienestar emocional de los estudiantes.

Este análisis fue realizado utilizando herramientas estadísticas como SPSS o Excel, que son programas ampliamente utilizados para la organización y análisis de datos cuantitativos (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). Dado que el enfoque de esta investigación fue descriptivo, no se realizaron pruebas estadísticas inferenciales, sino que se centró en la presentación y descripción de los datos observados.

3.6. Aspectos éticos

Los principios éticos de la presente investigación se fundamentan en el Reglamento de Integridad científica v002- Ula-dech católica, aprobada por Consejo Universitario el 12 de mayo con Resolución N° 0495-2025.

a) Respeto y protección de los derechos de los intervinientes: su dignidad privacidad y diversidad cultural de los participantes.

b) Cuidado del medio ambiente: respetando el entorno, protección de especies y preservación de la biodiversidad y naturaleza.

c) Libre participación por propia voluntad: Estar informado de los propósitos y finalidades de la investigación para que los estudiantes tengan la opción de acceder o ser parte de esta.

d) Beneficencia, no maleficencia: Puesto que en todo momento se cuidó de lo hacer año y vio para maximizar los beneficios de los estudiantes que participaron del estudio.

e) Integridad y honestidad: En ningún momento durante el desarrollo de la investigación se mostró algún engaño o dificultad, se pudo permitir la objetividad, integridad y transparencia en el desarrollo de la investigación.

f) Justicia: En todo momento se antepuso el bien común antes los estudiantes, tratando de manera equitativa a cada estudiante sin huellas de alguna discriminación hacia cada estudiante.

IV. Resultados

Tabla 02:

Nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Piura 2025.

Niveles	f	%
Alto	32	32.56
Medio	42	42.14
Bajo	26	25.30
Total	100	100.0

Nota: El 42.14% de los estudiantes presenta un nivel medio de adicción a las redes sociales, siendo el porcentaje más alto.

Tabla 03:

Dimensión de obsesión por las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Piura, 2025.

	Niveles	f	%
Obsesión por las redes sociales	Alto	28	28.57
	Medio	45	45.92
	Bajo	27	25.51
	Total	100	100.0

Nota: El 45.92% de los estudiantes presenta un nivel medio de adicción a las redes sociales en la dimensión de obsesión por las redes sociales, siendo el porcentaje más alto.

Tabla 04:

Dimensión de falta de control personal en el uso de las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Piura, 2025.

	Niveles	f	%
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	Alto	35	35.71
	Medio	45	45.83
	Bajo	20	18.46
	Total	100	100.0

Nota: El 45.83% de los estudiantes presenta un nivel medio de adicción a las redes sociales en la dimensión de falta de control personal en el uso de las redes sociales, siendo el porcentaje más alto.

Tabla 05:

Dimensión de uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Piura, 2025.

	Niveles	f	%
Uso excesivo de las redes sociales	Alto	38	38.25
	Medio	42	42.86
	Bajo	20	18.89
	Total	100	100.0

Nota: El 42.86% de los estudiantes presenta un nivel medio de adicción a las redes sociales en la dimensión de uso excesivo de las redes sociales, siendo el porcentaje más alto.

V. Discusión

El objetivo general de esta investigación fue describir el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria, en una institución educativa pública de Piura, 2025. Los resultados obtenidos muestran que el 42.14% de los estudiantes presentan un nivel medio de adicción, mientras que el 32.56% se encuentran en el nivel alto y el 25.30% en el bajo. Estos hallazgos reflejan una tendencia preocupante hacia el uso problemático de las redes sociales, ya que un alto porcentaje de los estudiantes presenta niveles moderados y altos de adicción. En comparación con el estudio de Yovera (2023), que también encontró altos niveles de adicción en estudiantes de secundaria, con un 34.7% de los estudiantes presentando un nivel moderado, los resultados de esta investigación son similares, ya que también muestran una prevalencia importante de uso problemático de las redes. De acuerdo con Salas y Ecurra (2019) señalan que la adicción a las redes sociales se manifiesta cuando el uso excesivo interfiere con las actividades diarias y el bienestar emocional, como ocurre en este estudio. En cuanto al resultado, la mayoría de los estudiantes (42.14%) presentan un nivel medio, lo que sugiere que, aunque no todos están altamente comprometidos con el uso de redes, su interacción con ellas afecta de manera significativa su vida cotidiana.

Continuando con la Tabla 03 sobre la dimensión de "obsesión por las redes sociales", los resultados muestran que el 45.92% de los estudiantes presentan un nivel medio de obsesión, mientras que el 28.57% tienen un nivel alto y el 25.51% un nivel bajo. Estos datos indican que una gran parte de los estudiantes exhibe una obsesión moderada por las redes sociales, mientras que un porcentaje significativo (28.57%) muestra un nivel de obsesión elevado. Este resultado es similar al hallazgo de Posso-Yépez et al. (2024), que reportó que un 33% de los estudiantes de bachillerato en Ecuador presentan altos niveles de obsesión por las redes sociales, lo cual afecta su capacidad para concentrarse en otras actividades. El sustento teórico de Salas y Ecurra (2019) explica que la obsesión por las redes sociales se refiere a la necesidad constante de estar revisando las plataformas, incluso cuando no se está interactuando activamente, lo cual interfiere con otras responsabilidades y genera una dependencia psicológica.

En cuanto a la Tabla 04, que presenta la dimensión de "falta de control personal en el uso de las redes sociales", los resultados muestran que el 45.83% de los estudiantes presentan

un nivel medio de falta de control, seguido por un 35.71% con un nivel alto y un 18.46% con un nivel bajo. Esto indica que una gran proporción de los estudiantes (45.83%) enfrenta dificultades para regular el tiempo que pasan en las redes sociales, lo que puede afectar otras áreas de su vida, como el rendimiento académico y las relaciones interpersonales. Este resultado se compara con el estudio de Alarcón (2024), quien encontró que los adolescentes con mayor uso de redes sociales presentaban dificultades significativas para controlar su tiempo en línea, lo que contribuye al aumento de la ansiedad y el estrés. Teóricamente, Salas y Escurra (2019), la falta de control personal es una de las características centrales de la adicción a las redes sociales, ya que implica la incapacidad de moderar el uso de las plataformas a pesar de ser consciente de sus efectos negativos.

Respecto a la Tabla 05, que aborda la dimensión de "uso excesivo de las redes sociales", los resultados indican que el 42.86% de los estudiantes presenta un nivel medio de uso excesivo, el 38.25% muestra un nivel alto y el 18.89% tiene un nivel bajo. Este patrón refleja un uso frecuente y a menudo desmesurado de las redes sociales, con un porcentaje significativo de estudiantes (38.25%) dedicando una gran cantidad de tiempo a las plataformas. Este hallazgo coincide con los resultados de Sanguinez y Pérez (2024), quienes reportaron que un 40% de los adolescentes de Chiclayo evidencian un uso excesivo de las redes sociales, lo cual está relacionado con el deterioro de su rendimiento académico y bienestar emocional. De acuerdo con Salas y Escurra (2019) explican que el uso excesivo de las redes sociales se caracteriza por una dedicación desmesurada de tiempo, que reemplaza otras actividades importantes, como el estudio, el deporte o las interacciones cara a cara.

VI. Conclusiones

Los hallazgos de este estudio sugieren que:

La mayoría de los estudiantes (42.14%) presenta un nivel medio de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Piura 2025.

El 45.92% de los estudiantes presenta un nivel medio en la dimensión de obsesión por las redes sociales.

Un 45.83% de los estudiantes presenta un nivel medio en la dimensión de falta de control en el uso de redes sociales.

En la dimensión de uso excesivo de las redes sociales el 42.86% de los estudiantes muestra un nivel medio.

VII. Recomendaciones

Se recomienda promover un uso responsable y equilibrado de las redes sociales.

Se sugiere ofrecer talleres o sesiones de orientación psicológica para estudiantes que presenten niveles altos de adicción, obsesión o falta de control con respecto a las redes sociales.

Se recomienda informar y orientar a los padres sobre los riesgos de la adicción a las redes sociales y cómo apoyar a los adolescentes a gestionar su tiempo digital de manera saludable.

Se recomienda fomentar actividades saludables con los estudiantes para reducir el tiempo que pasan en las redes sociales.

Se recomienda fomentar la participación de los estudiantes en actividades extracurriculares, como deportes, arte o voluntariado, que puedan ofrecer una alternativa atractiva y saludable para el desarrollo personal y social, reduciendo así la dependencia de la tecnología.

Referencias bibliográficas

- Alarcón Chiluiza, P. J. (2024). *Consecuencias psicológicas y el uso excesivo de redes sociales en los adolescentes de bachillerato de la Unidad Educativa 10 de agosto del Cantón Montalvo*.
- Condori R. (2024). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de una Institución Educativa Pública, Arequipa*.
- Coronado G. (2023). *Relación entre adicción a las redes sociales y estabilidad emocional en estudiantes de secundaria. Piura, 2023*.
- Davila G. (2022). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lambayeque*.
- González, R., López, M., & García, S. (2020). *Adicción a las redes sociales en adolescentes: Factores de riesgo y consecuencias*. Revista Latinoamericana de Psicología, 45(2), 123-134.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a ed.). McGraw-Hill.
- Lendoiro, G. (2025). *Depresión, ansiedad y autolesiones: las consecuencias más extremas de la adicción a las pantallas en adolescentes*. El País.
- Machimbarrena, J. et, al. (2021). *¿Son todos los adolescentes adictos a las redes sociales?* The Conversation.
- Obregón, G. (2023). *Habilidades sociales y agresividad en estudiantes de secundaria durante el confinamiento*. Avances en Psicología, 31(1), 2551.

- Obregón, G. (2023). *Impacto de las redes sociales en la salud mental de adolescentes en Piura*. Universidad Nacional de Piura.
- Organización Mundial de la Salud. (2024). *OMS advierte del «fuerte aumento» de uso problemático de redes sociales por adolescentes*. EFE.
- Posso-Yépez, M. et, al. (2024). *Adicción a redes sociales en estudiantes de bachillerato: Relación con ansiedad, sexo, edad y etnia*. Universidad y sociedad, 16(5), 505-514.
- Salas Blas, E., & Ecurra Mayaute, M. (2019). *Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*.
- Sampieri, R., Collado, C., & Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a ed.). McGraw-Hill.
- Sanguinez, M. R., & Pérez, G. L. (2024). *Adicción a las redes sociales y agresividad en adolescentes de una institución educativa de Chiclayo, 2024*. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo.
- Torres J. (2022). *La soledad y la adicción a las redes sociales en adolescentes*.
- Tovar V. (2022). *Niveles de agresividad en estudiantes de una institución pública de nivel secundario de la provincia de Jauja - 2022*. Universidad Peruana Los Andes.
- Yovera Q. (2023). *Salud mental de adolescentes: Adicción a redes sociales*. Journal of Neuroscience and Public Health, 3(3), 409-417.

Anexo

Anexo 1. Documento de autorización para el desarrollo de la investigación (Ley N°29733)



INSTITUCIÓN EDUCATIVA "FEDERICO VILLARREAL"
R.D. N° 0290 del 18 de Noviembre de 1981
ALMA MATER DEL DISTRITO DE CURA MORI

"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA"

Cura Mori, 08 de setiembre de 2025

CARTA N° 006-2025-GOB.REG.P-DREP-UGEL.P-D-I.E. "F.V"-C.M.

SEÑORA : MG. ELENA ESTHER REYNA MARQUEZ
COORDINADORA DE GESTION DE INVESTIGACION. ULADECH.
CHIMBOTE.-

.DE MI CONSIDERACION :

Por medio de la presente, me dirijo a Ud. para saludarla muy cordialmente, y a la vez manifestarle que en atención a su carta N° 0000002197-2025-CGI-VI-ULADECH CATOLICA, la Dirección de la Institución Educativa "Federico Villarreal" del distrito de Cura Mori, bajo mi cargo, **AUTORIZA** formalmente a JERRY ARMANDO NAVARRO RAMOS integrante del Programa de Estudio de Psicología con DNI 72781755, para que pueda llevar a cabo la investigación titulada " ADICCION A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA PUBLICA- PIURA 2025 con la Línea de investigación, PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL,, a partir del 05 al 12 de setiembre de 2025.

Sin otro particular, me despido.

Atentamente,



Guadalupe Del Socorro Numara Sánchez
DIRECTORA (e)

Anexo 2. Carta de recojo de datos



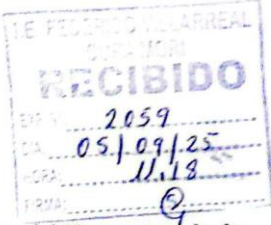
Chimbote, 05 de septiembre del 2025

CARTA N° 0000002197- 2025-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA

Señor/a:

**LUIS ALBERTO HUALPA MIO
FEDERICO VILLARREAL**

Presente.-



A través del presente reciba el cordial saludo a nombre del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, asimismo solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA, PIURA 2025, con la LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: PREVENCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD MENTAL, que involucra la recolección de información/datos en ALUMNOS DE 3RO, 4TO Y 5TO DE SECUNDARIA, a cargo de JERRY ARMANDO NAVARRO RAMOS, perteneciente al PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA, con DNI N° 72781755, durante el período de 05-09-2025 al 12-09-2025.

La investigación se llevará a cabo siguiendo altos estándares éticos y de confidencialidad y todos los datos recopilados serán utilizados únicamente para los fines de la investigación.

Es propicia la oportunidad para reiterarle las muestras de mi especial consideración.

Atentamente.



Mgtr. Elena Esther Reyna Márquez
Coordinadora de Gestión de Investigación

Anexo 3. Matriz de consistencia y operacionalización

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
Problema general: ¿Cuál es el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Piura 2025?	Objetivo general: Describir el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Piura 2025. Objetivos específicos: 1. Analizar los niveles de adicción a las redes sociales según el sexo en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Piura 2025. 2. Describir las dimensiones de la adicción a las redes sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Piura 2025.	No aplica, ya que se trata de una investigación descriptiva.	Variable: Adicción a las redes sociales. Dimensiones: 1. Obsesión por las redes sociales. 2. Falta de control personal en el uso de redes sociales. 3. Uso excesivo de las redes sociales.	Tipo de investigación: Descriptiva. Nivel de investigación: Cuantitativo. Diseño de investigación: No experimental, transversal, descriptivo. Población y muestra: 158 estudiantes de los grados 3ro, 4to y 5to de secundaria. La muestra será de 100 estudiantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Técnica de recolección de datos: Encuesta. Instrumento de recolección de datos: Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Salas B. y Ecurra M. (2019).

Anexo 4. Ficha técnica de los instrumentos

Ficha técnica del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)

Descripción del instrumento:

El Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) es un instrumento diseñado para evaluar el nivel de adicción de los individuos a las redes sociales, adaptado a partir de los criterios del DSM-IV para adicción a sustancias. Este cuestionario se utiliza principalmente en contextos educativos, dirigido a estudiantes universitarios, con el fin de medir tres dimensiones principales:

1. Obsesión por las redes sociales.
2. Falta de control personal en el uso de las redes sociales.
3. Uso excesivo de las redes sociales.

Propiedades métricas:

- **Validez:**

- **Validez de contenido:** El cuestionario fue sometido a evaluación por jueces expertos en el área, quienes coincidieron en que los ítems cubren adecuadamente el contenido del constructo de adicción a las redes sociales.
- **Validez de constructo:** Se aplicó un análisis factorial exploratorio que permitió identificar tres dimensiones latentes, las cuales reflejan el constructo de adicción a redes sociales de manera precisa.
- **Validez concurrente:** Se establecieron relaciones con otros instrumentos relacionados, lo que apoya la validez del ARS para medir el nivel de adicción.

- **Confiabilidad:**

- **Consistencia interna:** El instrumento mostró coeficientes de confiabilidad alfa de Cronbach adecuados para cada una de las dimensiones, lo que indica que los ítems dentro de cada factor están bien correlacionados.

- **Confiabilidad marginal:** El cuestionario alcanzó un valor de confiabilidad marginal de 0.92 para las tres dimensiones evaluadas, lo que sugiere una alta consistencia interna del instrumento.
- **Análisis psicométrico:**
 - **Modelo de Respuesta al Ítem (IRT):** Se utilizó el modelo de Respuesta Graduada de Samejima, que es particularmente adecuado para ítems con más de dos categorías ordinales (como las escalas Likert). Este modelo permitió una evaluación precisa de los parámetros de localización y discriminación de los ítems, revelando que los ítems son más precisos para discriminar individuos con niveles medios y altos de adicción a las redes sociales.
 - **Análisis factorial exploratorio:** Se identificaron tres factores independientes que describen adecuadamente el constructo de adicción a las redes sociales.
- **Evidencia de fiabilidad y validez:**
 - **Ítems:** El cuestionario fue probado en una muestra de 380 estudiantes universitarios. Se identificaron y excluyeron ítems con comportamientos inadecuados, lo que optimizó la estructura del instrumento.
 - **Curvas características de los ítems (CCI):** Los análisis mostraron que la escala tiene buena capacidad para discriminar a individuos con diferentes niveles de adicción en las redes sociales.

Anexo 5. Formato de consentimiento informado u otros que corresponda a la investigación



PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS (CIENCIAS MÉDICAS Y DE LA SALUD)

La finalidad de este protocolo es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula:

_____ y es dirigido por _____,
investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es:

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará _____ minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de _____. Si desea, también podrá escribir al correo _____ para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: _____

Fecha: _____

Correo electrónico: _____

Firma del participante: _____

Firma del investigador (o encargado de recoger información): _____



PROTOCOLO DE ASENTIMIENTO INFORMADO
(Ciencias Médicas y de la Salud)

Mi nombre es Navarro Ramos, Jerry Armando y estoy haciendo mi investigación, la participación de cada uno de ustedes es voluntaria.

A continuación, te presento unos puntos importantes que debes saber antes de aceptar ayudarme:

- Tu participación es totalmente voluntaria. Si en algún momento ya no quieres seguir participando, puedes decírmelo y volverás a tus actividades.
- La conversación que tendremos será de 15 minutos máximos.
- En la investigación no se usará tu nombre, por lo que tu identidad será anónima.
- Tus padres ya han sido informados sobre mi investigación y están de acuerdo con que participes si tú también lo deseas.

Te pido que marques con un aspa (x) en el siguiente enunciado según tu interés o no de participar en mi investigación.

¿Quiero participar en la investigación de Navarro Ramos, Jerry Armando?

Sí No

Fecha: _____