

Salud mental de adolescentes: Adicción a redes sociales Adolescent mental health: Addiction to social networks

Yovera Quintana Ana Lucia^{1,*}

¹ Facultad Ciencias de la Salud, Universidad Católica de Trujillo, Av. Panamericana Nte. 555, Moche 13006, Perú.

* Autor correspondiente: A. Yovera [0073638264@uct.edu.pe]

Fecha de recepción: 15 05 2023

Fecha de aceptación: 26 06 2023

DOI: <https://doi.org/10.46363/jnph.v3i3.2>

Resumen

El uso incontrolado de la tecnología en la actualidad, siendo whatsapp, facebook o instagram, entre otras; se manifiesta cuando se vuelve una dependencia social y emocional para la persona, es ahí donde; se pierde el control de su uso y sobre todo se empieza a evadir de las responsabilidades; asimismo, ocasionando problemas psicológicos y emocionales; es así como, el presente estudio tuvo como objetivo determinar el nivel de adicción a redes sociales en estudiantes de una I.E de Catacaos, la investigación. Es un estudio de descriptivo, para ello tuvo como población a las alumnas del quinto grado del nivel secundario de la I.E Juan de Mori, siendo la muestra 75 estudiantes; para la recolección de datos se trabajó como instrumento la técnica de la encuesta lo cual fue el cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) de Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas, compuesto de 24 ítems. Se obtuvo como resultado que el (34,7%) de la muestra tiene un nivel moderado al uso de las redes sociales, mientras que el (33,3%) tienen un nivel muy alto de adicción a redes sociales, el nivel bajo tiene un (21,3%) y finalmente el nivel de adicción a redes sociales alto cuenta con el (10,7%). Se concluye que el 34,7% de los estudiantes presentan un nivel moderado de adicción a las redes sociales, el 33,3% presenta un nivel muy alto, el 21,3% un nivel bajo con y 1,7% presenta un nivel mnivel alto de adicción a redes sociales.

Palabras clave: adicción; adolescentes; redes sociales.

Abstract

The uncontrolled use of technology today, being whatsapp, facebook or instagram, among others; It manifests itself when it becomes a social and emotional dependency for the person, that is where; control of its use is lost and, above all, responsibilities begin to be evaded; likewise, causing psychological and emotional problems; This is how, the present study had the objective of determining the level of addiction to social networks in students of an I.E of Catacaos, the investigation. It is a descriptive study, for which the population was the fifth grade students of the secondary level of the I.E Juan de Mori, with the sample being 75 students; For data collection, the survey technique was used as an instrument, which was the social network addiction questionnaire (ARS) by Miguel Escurra Mayaute and Edwin Salas Blas, composed of 24 items. It was obtained as a result that (34.7%) of the sample has a moderate level of use of social networks, while (33.3%) have a very high level of addiction to social networks, the low level has a (21.3%) and finally the level of addiction to high social networks has (10.7%). It is concluded that 34.7% of the students present a moderate level of addiction to social networks, 33.3% present a very high level, 21.3% a low level with and 1.7% present a level High level of addiction to social networks.

Keywords: addiction; teenagers; social networks.

Introducción

El internet es una creación del siglo del milenio el cual ha dejado una gran marca entre el pasado y el presente, ya que; vino a transformar nuestras vidas, para los humanos la tecnología se ha convertido en una herramienta indispensable siendo utilizada para todas nuestras actividades diarias, dejando de lado el lapicero y papel, actualmente el internet se utiliza como un medio de comunicación ya sea con nuestros familiares y amigos es por ello que pasamos más tiempo en las redes sociales volviéndonos unos adictos a estos aparatos tecnológicos (Ynquillay, 2019).

Las famosas tecnologías de la información y comunicación, más conocidas como las (TIC) hoy en día nos favorecen o deterioran nuestra vida, perjudicando especialmente a los niños y personas de distinta edad. Las redes sociales llegan a cambiar nuestro entorno de manera positiva y negativa trayendo en muchos casos consecuencias muy dañinas. Es aquí donde los jóvenes se obsesionan por estar a la moda adquiriendo el último aparato tecnológico, es aquí donde pierden el control de sí mismo y se vuelven personas vulnerables.

De esta manera, las plataformas digitales absorben la vida de los jóvenes ya que viven en un ambiente fantasma donde crean una identidad falsa y empiezan alejarse de su entorno social es decir de sus familiares y amigos (Echeburúa, 2018).

Las tecnologías de la información ofrecen un enfoque estratégico para la reducción de costos. En el caso de las redes sociales se debe tener en cuenta que conllevan ciertos peligros, para lo cual es esencial comprender los beneficios asociados con una forma de orientar adecuadamente a nuestros hijos y saber utilizar al límite dichas aplicaciones, algunos de los que tienen mayor relevancia y consideración, es que nos muestra la posibilidad de una comunicación más rápida y sin barreras, la capacidad de difundir denuncias sociales de manera amplia, además de aumentar una mayor transparencia en el entorno profesional, brindar oportunidades de conversión que sean potenciales así como ofrecer un entorno propicio para atender de una manera más cordial cliente, promover una mayor visión de la marca y reducir la necesidad de relacionarnos de forma presencial, lo que beneficiará a ambas tanto en tiempo como eficacia

Lo cual resulta muy útil de manera empresarial y social (Aguirre et al, 2019). Según (Velásquez, 2019) se sabe que la tecnología nos brinda ventajas trayendo consigo una gran ayuda y a la misma vez nos muestra innumerables desventajas, hoy en día se está viendo que los adolescentes dedican su mayor tiempo posible a estar conectados a las redes sociales o a los videojuegos, donde pierden el control del momento, ocasionándose distintos daños ya sean enfermedades patológicas como físicas, siendo así que se está observando que descuidan sus responsabilidades tanto personales, académicas como familiares, por lo tanto, debemos cuestionar dichos actos, para que esto no siga afectando la salud mental de los adolescentes.

La tecnología puede tener sus pros y sus contras, es decir, nos favorecen en nuestra vida cotidiana, pero si les damos una mala función nos puede perjudicar convirtiéndose en un grave peligro. Las personas se interesan más por pasar mayor tiempo conectados a las redes sociales despreocupándose de sus otros deberes (académicos, laborales, personales y social). Este problema aumenta con el paso de los días, queriendo obtener más horas disponibles en las redes sociales para saciar su necesidad, es aquí donde la persona adicta busca beneficiarse ingresando más tiempo en las redes sociales, olvidando el impacto desfavorable que se ocasionara el mismo en su conducta (Espinoza, 2019).

De igual manera, encontramos problemas de adicción que se está incrementando en los jóvenes, la primera condición se vincula a la pérdida del sueño ya que por pasar mayores horas en las redes sociales perjudicamos nuestro cerebro haciendo que funcione por más tiempo es ahí donde tenemos posibilidades de aumento de riesgo de enfermedades; la segunda condición es bajar el rendimiento por nuestras labores donde perjudicamos nuestro trabajo académico, doméstico y laboral; como tercer punto encontramos la falta de dominio en limitar el tiempo de uso de las redes sociales y como último problema encontramos el alejamiento hacia el entorno social ya sea familia o amistades conllevando a ser una persona aislada de la sociedad (Gavilanes, 2015).

En la categoría internacional de personas adictas a las plataformas digitales, encontramos que América Latina está ubicada en la cuarta posición. En el país de Colombia se asigna mayormente cinco horas y 25 minutos diarias de uso a las redes sociales, este tiempo es el más superable y alto en Latinoamérica ocupando también el segundo puesto en posición mundial. Calificando en el puesto tres encontramos al país de Brasil donde ocupa cuatro horas diariamente en las plataformas digitales; el país de México utiliza casi tres horas y media; sin embargo, en Argentina los usuarios usan dos horas en las redes (Pasquali, 2020).

Según Alvino (2021), a nivel internacional los países de Argentina, Chile y Perú mostraron que

en ellos existe una alta demanda de uso de las redes sociales es aquí donde Perú obtuvo una mayor cantidad de uso hacia las plataformas digitales ya que existe un porcentaje de aumento es aquí donde este país se sitúa por arriba de los otros dos.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019), es importante tener en cuenta el impacto que la tecnología puede ocasionar en los menores, ya que ellos se encuentran en una etapa de desarrollo físico y mental. La OMS señala que dos de cada cinco adolescentes sufren de problemas de personalidad. Es por ello que, con una evaluación psicológica se puede diagnosticar enfermedades como TDAH, baja autoestima, situaciones depresivas y adicción. De igual forma, se detectan trastornos alimenticios e insomnios; así mismo es primordial que los familiares brinden ayuda y acompañamiento hacia el enfermo porque éste puede tener reaccionar de una manera agresiva, tener ansiedad, entrando a lapsos de abstinencia, presentando dependencia hacia las redes.

Además, según Florencia (2020) en su investigación concluye que las mujeres presentan más cantidad de adicción a la tecnología que los hombres, de igual forma se observó que las mujeres superaron el puntaje de la dimensión de obsesión a los varones. Así mismo Cassia (2019), } desarrollo una investigación de estudio cuantitativo, se llegó a tener como resultados que las personas que tienen menor adicción a redes sociales son las que tiene autoestima alta, se diferenció que los adultos mayores tienen mayor autoestima que los jóvenes, de igual modo, se identificó que mientras la persona avanza de edad el nivel de falta de control y el excesivo uso de la tecnología va disminuyendo, de la misma manera, se resaltó que los jóvenes cuentan con la autoestima baja y son más débiles a usar con frecuencia las redes sociales.

De igual forma, Loja (2020), indica que los jóvenes deben de realizar distintas actividades en su tiempo libre como escuchar música, realizar algún deporte, leer algún libro, ya que los adolescentes de 15 años representan adicción al internet, se destacó que las jóvenes presentaron problemas con el tiempo que invierten en el uso de las redes, es por ello que finalmente se definió que las adolescentes no presentaron adicción pero si un mal uso del tiempo en las redes sociales donde fue necesario brindarles una guía de prevención para evitar una posible adicción.

Gutiérrez y Noriega (2020), nos señala que en los jóvenes de 20 a 25 años se logró determinar que efectivamente los usuarios que padecen de un excesivo uso de redes sociales si sufren conflictividad con el entorno social. Asimismo, se supo que la mayoría de personas que tienen adicción a las redes conviven mayor tiempo del día con amistades virtuales y se alejan de la comunicación de manera presencial lo cual es lo más esencial. Finalmente, Barahona et al (2019), determina que la proporción de adicción a redes sociales no es tan baja ya que más de la mitad de la población padecen de adicción y solo un 6% se encuentra en un nivel severo, es por ello que se tiene que trabajar en las personas para evitar una excesiva adicción.

A nivel nacional; la investigación realizada por Chira (2020), obtuvo como resultado que la adicción a la tecnología está asociada a la facilidad en la comunicación; así mismo, se encontró tres elementos relacionados en donde los participantes que sufren de obsesión por la tecnología padecen de interacción familiar, mantienen una irresponsabilidad en el ámbito académico, en la cual, pierden el control en el tiempo limitado del uso de la tecnología. De igual forma, Correa y Diaz (2020), realizaron este trabajo en Cajamarca, donde resulto que los adolescentes que tienen baja autoestima son los más propensos a padecer de adicción y mantienen el riesgo de tener conductas de riesgos pasando mayor tiempo en las plataformas digitales, alejándose del mundo real y de su entorno familiar dejando la comunicación a un lado. Cruz (2019) realizó una investigación en Tarapoto, donde se identificó que existe una relación entre la adicción a la tecnología y habilidades sociales en los alumnos teniendo una correlación alta entre las variables asimismo existe una relación entre adicción a las redes sociales y la autoexpresión de situaciones sociales en los estudiantes siendo una correlación moderada entre las variables, finalmente existe una relación entre adicción a las redes sociales e iniciar interacciones positivas siendo una correlación moderada entre las variables.

Mohanna y Romero (2019), define que existe una relación entre adicción ya que se muestra con resultados positivos, y una forma moderada de ansiedad, eso quiere decir que mientras exista adicción de igual forma existe ansiedad, en donde es considerado como una enfermedad temporal de síndrome de abstinencia. Asimismo, se puede citar la investigación de Salcedo (2016), señaló que existe una correlación entre redes sociales y autoestima, saliendo con un nivel negativo o inversa, ya que los resultados presentan una relación negativa entre las variables, así como sus componentes o dimensiones así mismo se observa diferencia significativa en los puntajes obtenidos a favor de las mujeres. De igual forma contamos con antecedentes a nivel local como es el trabajo realizado por Pinto (2021) ejecutada en Piura, los

resultados pusieron en evidencia que se estableció la relación entre la adicción a redes sociales con la procrastinación donde se obtuvo una correlación positiva, de igual forma se estableció relación entre adicción a redes sociales y la dimensión autorregular académica en la cual se obtuvo una relación negativa, finalmente existe una correlación entre adicción a redes sociales y la disposición comportamental de actividades donde se obtuvo una relación positiva de efecto mediano y significativo. Finalmente, Hernández (2021) efectuó una investigación en Piura, llegando a los resultados que el avance de la tecnología y uso de las redes es un factor que en tiempo corta está mermando la salud mental de los estudiantes que tienen predisposición psicológica de estrés o ansiedad lo cual los lleva a desertar por los estudios académicos. El problema se establece de la manera de cómo poder determinarse que las redes sociales son usadas de forma adecuada en las jóvenes de la institución educación, para así poder verificar si las alumnas padecen de adicciones a las redes teniendo un desempeño académico deficiente, alejamiento social y familiar. Donde descienden individuos con características de riesgo como baja autoestima, personas tímidas, extrovertidas e introvertidas. Por lo expuesto, se formuló como problema general de investigación identificar el nivel de adicción a las redes sociales en las alumnas de secundaria de la institución educativa Juan de Mori del distrito de Catacaos-2022. Se plantea como objetivo general para esta investigación determinar el nivel de adicción a las redes sociales en las alumnas de secundaria de la I.E Juan de Mori, Catacaos-2022 y en los objetivos específicos debemos identificar el nivel de obsesión, especificar la falta de control personal, analizar el nivel de uso excesivo de las redes sociales en las escolares de la institución educativa Juan de Mori-catacaos,2022. Por todo lo mencionado podemos verificar la importancia de llevar a cabo esta investigación, con el objetivo de estudiar la adicción a redes sociales, ejecutándose en estudiantes de la institución educativa Juan de Mori, del distrito de Catacaos-2022, siendo los adolescentes considerados como un grupo de riesgo por muchos autores, y más ahora que como consecuencia de la enfermedad del coronavirus es mucho más riesgosa ya que por las clases virtuales los adolescentes pasan mayor tiempo en los aparatos tecnológicos.

Metodología

El diseño de investigación utilizado es descriptivo ya que define características específicas de una problemática que es estudiada en una determinada población mediante el recojo de información de manera independiente. (Hernández, 2014)

Para la presente investigación se utilizó la población de las alumnas de quinto año de la I.E Juan de Mori-Catacaos, estando conformada por 185 alumnas. Se utilizó un muestreo probabilístico el cual es una técnica de muestreo donde las personas que conforman la población son seleccionados de una forma aleatoria, todos tienen la misma posibilidad de ser elegidos y formar parte de la muestra a investigar. Este tipo de muestreo es muy beneficioso ya que ayuda a los investigadores a hacer más eficaz y específica la investigación. (Parra y Vázquez, 2017), para ello; se utilizó el muestreo estratificado, el cual consiste cuando una población ya tiene subgrupos, o segmentos los cuales presentan características de la problemática a investigar. Aquí la muestra depende del tipo de análisis de datos que utilice el investigador. (Parra y Vázquez, 2017).

Criterios de inclusión: estudiantes con edades de 15 a 18 años, estudiantes que asisten de manera regular a clases.

Para los criterios de exclusión: estudiantes con asistencia regular, estudiantes con cuestionarios incompletos, estudiantes que no desearon formar parte del estudio.

Instrumentos de recojo de datos

El instrumento utilizado para medir la variable adicción a las redes sociales fue el cuestionario del uso de redes sociales (ARS), cuyos autores son Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas, y fue adaptado con una confiabilidad.

Tabla 1

Análisis de confiabilidad para el cuestionario del uso de redes sociales.

ESTADÍSTICAS DE FIABILIDAD	
ALFA DE CRONBACH	N de elementos
,924	24

Como se aprecia en la tabla 1 se presenta la confiabilidad para la muestra de la presente investigación, donde el instrumento tiene una Alfa de Cronbach $\alpha = 0,924$, lo que califica al instrumento con una confiabilidad elevada.

Técnicas de procesamiento y análisis de la información

El proceso de datos se realizó con el programa estadístico SPSS versión 24, el ingreso de los datos se hizo de manera minuciosa asegurándose de que toda la información se encuentre registrada. Para el análisis de datos se utilizó gráficos, tablas de frecuencia y porcentaje para la variable adicción a redes sociales y sus respectivas dimensiones obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales, como la utilización de tablas cruzadas y graficas para el análisis de la variable adicción a redes sociales con sexo, adicción a redes sociales con edad y adicción a redes sociales con grado.

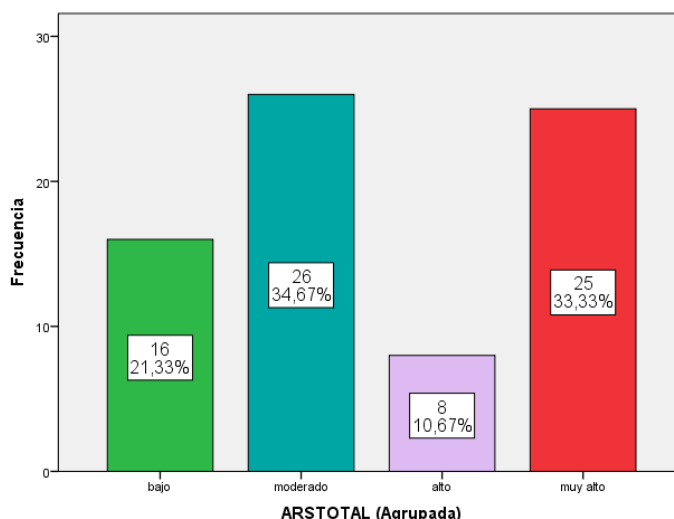
Aspectos éticos en investigación

La ética en relación a los participantes de la investigación, para el estudio se utilizó una muestra de 75 alumnas las cuales sus datos personales quedan guardados bajo el anonimato, no hubo coacción en los participantes ya que colaboraron de manera libre y voluntaria, se informó previamente a cada participantes que los datos recogidos tendrían como fin ser revelados para una investigación saliendo los datos manera genérica es decir en grupo y al finalizar el informe de dicha investigación existe el compromiso de entregar los resultados a la I.E Juan de Mori. En relación a los datos de la investigación, la información que hay dentro de los resultados es real, no se omitido ni se ha modificado se ha respetado su originalidad de datos, los resultados que se pretenden llevar a esta investigación se darán a conocer a toda la comunidad científica de la universidad católica de Trujillo al igual que a otras universidades, la citación de las fuentes que se menciona dentro de la base teórica es que esta investigación a sido citada de forma correcta y adecuada siguiendo las reglas de Normas APA y existe un cuidado de los datos originales dentro de la investigación.

Resultados y discusión

La finalidad de la presente investigación fue comprobar si existe adicción al uso de las redes sociales en las adolescentes del quinto grado de la I.E Juan de Mori del distrito de Catacaos. Es por eso que se aplicó el cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) a 75 escolares de dicha institución.

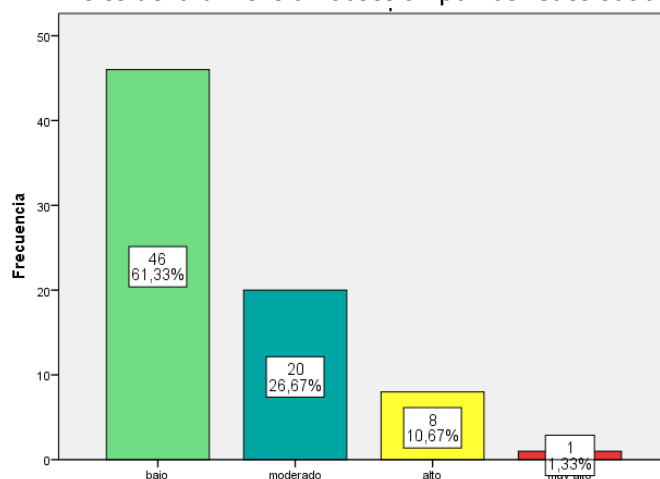
Figura 1:
Niveles de adicción a las redes sociales



En la figura 1 se observa que existe una mayor tendencia en el nivel moderado de adicción a redes sociales con un 34,7%, seguido del nivel muy alto con un 33,3%, asimismo continua el nivel bajo con un 21,3% y finalmente el nivel de adicción a redes sociales alto con 10,7%. Al describir los niveles del uso de redes sociales en las estudiantes de secundaria se identificó que las alumnas presentan un nivel de moderado al uso de las redes sociales con un promedio de 34,7% y 44% presenta nivel de alto a muy alto. Por lo podemos decir que es una realidad

preocupante, si los gobiernos, las instituciones no actúan rápidamente para poder controlar estos indicadores, se suma un problema más de salud pública. Según, Vu Anh Trong et al, (2023), en su investigación reclutaron 1891 participantes, de los cuales el 98,4 % tenía acceso a las redes sociales. Se estudio factores: "puntuación PHQ-9", El "uso problemático de Internet" y el "tiempo promedio de uso de las redes sociales por día". Teniendo como resultado que estos se asociaron negativamente con el índice EQ5D5L. Se destaco en sus resultados la existencia de una relación entre la puntuación FOMO y el deterioro de la calidad de vida general, el aumento de los síntomas depresivos, y una asociación entre el estrés relacionado con el rechazo negativo y la puntuación FOMO. En este contexto, Mohanna y Romero (2019), en su investigación de relación entre adicción y ansiedad, muestra resultados positivos, encontrando moderada de ansiedad, eso quiere decir que mientras exista adicción de igual forma existe ansiedad, en donde es considerado como una enfermedad temporal de síndrome de abstinencia. En la figura 2 se aprecia que en la dimensión de obsesión por las redes sociales el nivel bajo tiene mayor cantidad de casos con un 61,3%, seguido del nivel moderado con un 26,7%, asimismo el nivel alto con un 10,7% y finalmente el nivel muy alto se registra con el 1,3% el cual equivale a una sola persona de la muestra.

Figura 2:
Niveles de la dimensión obsesión por las redes sociales.



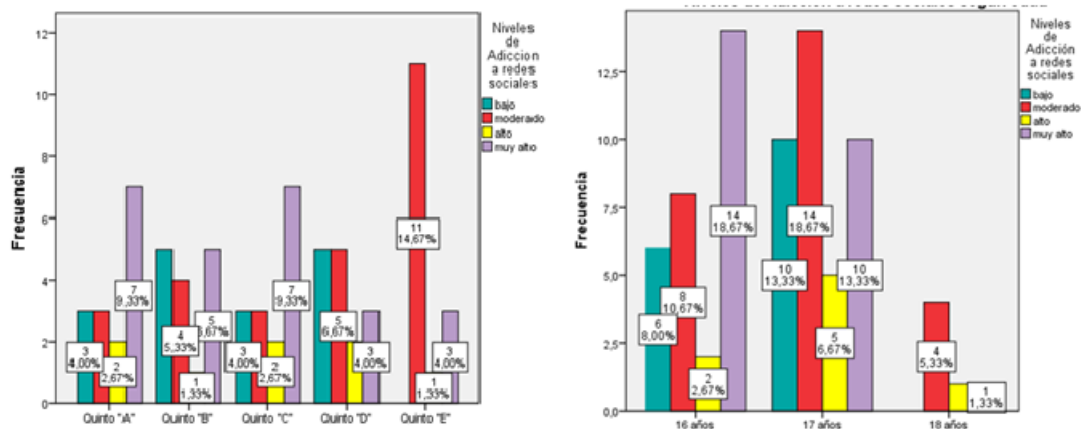
Análisis descriptivo de la variable adicción a redes sociales según grado

En la figura 3(a) se logra visualizar que en el grado de Quinto sección A existe un nivel muy alto de adicción a redes sociales con un 9,3%; asimismo, en la sección B existe un porcentaje equitativo entre el nivel bajo y el muy alto representado por el 6,7%, en la sección C se observa que el nivel muy alto tiene más casos de adicción a redes sociales con un 9,3%, continuando con la sección D existe igualdad entre el nivel bajo y moderado de adicción a redes sociales con un 6,7% y finalmente, en la sección E existe un nivel moderado de adicción a redes sociales con un 14,7%. Así mismos se observa en la figura 3(b) que en las estudiantes de 16 años existe una mayor tendencia en el nivel muy alto de adicción a redes sociales con un 18,7%, seguido el nivel moderado con un 10,7%, asimismo el nivel bajo con el 8% y el nivel alto representado con el 2,7%, de igual forma; en las estudiantes de 17 años existe más casos en el nivel moderado de adicción a redes sociales con un 18,7% , igualmente el nivel bajo y muy alto está representado con un 13,3% y el nivel alto equivale al 6,7%, finalmente las estudiantes de 18 años presentan un nivel moderado con un 5,3%; de igual forma, el nivel alto y muy alto corresponden a 1,3%, asimismo, no se registra personas con el nivel bajo de adicción a redes sociales en esta edad.

Estos resultados coinciden con Loja (2015), las adolescentes de 15 años presentan adicción al internet en un 1,8%, siendo la única edad de la población evaluada que cumple los criterios de una adicción según el test aplicado.

. Gráfico 3:

Niveles de Adicción a redes sociales según grado y edad



(a) Nivel de adicción a redes Sociales (b) Nivel de adicción a redes sociales según edad

Además, destaca el hecho de que el 26,40% de las estudiantes participativas, manifiestan que en las horas que utilizan en las redes y el uso que les dan a estas. Se señala que las escolares no muestran adicción a las plataformas digitales, pero si se comprueba en los resultados del cuestionario que existe un uso problemático ya que el 24,9% de la comunidad presenta puntajes sobre 56 lo que demuestra que estas necesitan que se les proporcione una guía, para prevenir una adicción.

De igual forma, Florencia (2020), pudo deducir que en la edad de 18 a 25 años existe una determinada adicción a redes sociales; a comparación de la población de la IE Juan de Mori las jóvenes de 14 a 16 años muestran un uso moderado de las redes sociales es decir que no se muestra adicción, además, se pudo registrar que las mujeres presentan más cantidad de adicción a la tecnología que los hombres, de igual forma se observó que las mujeres superaron el puntaje de la dimensión de obsesión a los varones, es decir que los resultados encontrados coinciden con lo hallado por Cuyun (2013), llegando a tener como resultados una hipótesis nula ya que no se encontró un porcentaje alto donde los jóvenes entre 14 a 16 años no presentan adicción a redes sociales. Aunque las alumnas presentan distintos comportamientos en relación con las redes sociales tales como: por estar conectados mucho más tiempo empiezan a bajar su rendimiento académico y laboral.

Finalmente, Blanco, E.; Merelle, S.; Papá, A.; Cremas, D.; van den Brand, I.; Van Bergen, D.; Rasing, S.; Mulder, W. (2023). con base en los hallazgos encontrados, recomendaron educación digital de padres de familia, trabajadores de la salud y educadores, con el fin de apoyar y monitorear el uso consciente de las redes sociales en los jóvenes y extendiendo la prevención del ciberacoso. Sugirió para futuras investigaciones examinar cómo las redes sociales virtuales pueden sustentar pensamientos y comportamientos suicidas, y para investigar más a fondo la efectividad de las intervenciones digitales, como el apoyo moderado de pares y el uso de modelos de conducta positivos.

Conclusiones

El nivel de adicción a redes sociales en las estudiantes de la I.E Juan de Mori se presenta en un nivel moderado de adicción a las redes sociales con un 34,7%, Seguido de un nivel muy alto 33,3%, nivel bajo con 21,3% y nivel alto de adicción a redes sociales 10,7.

Asimismo, el nivel de adicción a redes sociales en la dimensión de obsesión por las redes sociales muestra que existe una gran cantidad de nivel bajo con un 61,3%, donde el nivel muy alto se registra con un 1,3%, deduciendo que las estudiantes no muestran obsesión por el uso de las redes sociales.

Además, se encontró en la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales se observa que el nivel moderado está representado con un 52%, mientras que el nivel muy alto tiene un 4% en cual solo identifica a 3 estudiantes de toda la muestra, concluyendo que las estudiantes mantienen un nivel moderado por la falta de control personal en el uso de las redes sociales.

En la dimensión uso excesivo de las redes sociales el nivel con mayores casos es el nivel moderado con un 38,7%, en cambio el nivel muy alto solo obtuvo el 5,3%, determinando que las estudiantes del quinto grado de la I.E no presentan nivel muy alto en el uso excesivo de la, s redes sociales.

Siguiendo, con el nivel de adicción a redes sociales según la variable edad, se encontró

prevalencia en la edad 16 años existiendo una mayor tendencia en el nivel muy alto de adicción a redes sociales con un 18,7%.

Finalmente, en el nivel de adicción a redes sociales según grado y sección, se determinó que en quinto grado secciones A y C presentan un nivel muy alto de adicción a redes sociales con un 9,3%, mientras tanto en la sección E existe un nivel moderado de adicción a redes sociales con un 14,7%, infiriendo que en las secciones A y C existe un nivel muy alto de adicción donde es ahí que se tiene que prevenir que ese porcentaje aumente.

Agradecimientos

Agradezco a mis asesores Izaguirre Torres Delia Margarita y Chang León Silvia, por la comprensión, la paciencia, exigencia y los conocimientos brindados, por sus orientaciones y asesoramientos para la realización de este trabajo de investigación.

Asimismo, agradezco a las autoridades de mi alma mater la I.E Juan de Mori por haberme dado la oportunidad de realizar la investigación en el plantel institucional, donde compartí momentos especiales con cada docente.

Finalmente, muy agradecidos con las alumnas de la institución educativa por su colaboración, apoyo y tiempo disponible en la realización de las encuestas.

Referencias bibliográficas

- Aguirre, D.(2019). Estrategias didácticas que utiliza el docente para la enseñanza del contenido Propiedades de la sustancia (Tesis de pregrado), Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua, Nicaragua.
- Alvino, C. (2021). *Estadísticas de la situación digital de Perú en el 2020-2021*. Perú. <https://branch.com.co/marketing-digital/estadisticas-de-la-situacion-digital-de-peru-en-el-2020-2021/#:~:text=La%20poblaci%C3%B3n%20peruana%20est%C3%A1%20comprendida,superar%20a%20la%20poblaci%C3%B3n%20total>.
- Barahona, A; Lopez, A; Luna, M y Vidal, K. (2019). *Adicción a las redes sociales en jóvenes con edades entre los 18 a 25 años pertenecientes a la tecnología en seguridad y salud en el trabajo del centro agropecuario del sena regional cauca*. (Tesis de pregrado). Institución Universitaria Politécnico GranColombiano. Cauca, Colombia.
- Blanco, E.; Merelle, S.; Papá, A.; Cremas, D.; van den Brand, I. ; Van Bergen, D.; Rasing, S.; Mulder, W. (2023). Social media use of adolescents who died by suicide: lessons from a psychological autopsy study. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 17(1), 48.
- Cassia, F. (2019). *Adicción a las redes sociales y autoestima: un estudio comparativo entre adultos jóvenes y adultos mayores en Buenos Aires* (tesis de pregrado), Universidad Argentina de la empresa (UADE), Autónoma de Buenos Aires, Argentina.
- Chira, F. (2020). *Adicción a las redes sociales en estudiantes de un colegio nacional de Huancavelica* (tesis de pregrado). Universidad San Ignacio de Loyola. Lima, Perú.
- Correa, K. y Diaz, E. (2020). *Adicción a las redes sociales y autoestima en adolescentes de nivel secundario de dos instituciones estatales de Cajamarca* (tesis de pregrado). Universidad privada Antonio Guillermo urrelo. Cajamarca, Perú.
- Cruz, L. (2019). *Adicción a las redes y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa en particular de la ciudad de Tarapoto 2017* (Tesis de pregrado). Universidad señor de Sipán. Chiclayo, Perú.
- Dam, Vu Anh Trong; Dao, Nam Gia; Nguyen, Duy Cao; Vu, Thuc Minh Thi; Boyer, Laurent; Auquier, Pascal Echeburúa, E y Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Editorial Pirámide [Echeburua Enrique - Adicción A Las Redes Sociales Y Nuevas Tecnologías En Niños Y Adolescentes.pdf](#)
- Echeburúa, E. (2010). *Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en nuevo reto*. Universidad del País Vasco. *Adicciones*, 22 (2), 91-96.
- Espinoza, D. (2019). *Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima metropolitana* (Tesis de pregrado). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Lima, Peru.
- Florencia, M. (2020). *Adicción a redes sociales y procrastinación en jóvenes adultos de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires* (Tesis de pregrado). UADE, Autónoma de Buenos Aires, Argentina.
- Flores, J, Moran, J y Rodríguez, J. (2009). Las redes sociales. *Universidad de san Martín de porres (USMP)*. http://files.andresalvarez.webnode.es/200000092-d07c9d2704/redes_sociales.pdf
- Fond, Guillaume; Ho, Roger C.M.; Ho, Cyrus S.H.; Zhang, Melvyn W.B. (2023). Quality of life and mental health of adolescents: Relationships with social media addiction, Fear of Missing out, and stress associated with neglect and negative reactions by online peers. *PLoS ONE* Volume 18 (6). e0286766.
- Gavilanes, G. (2015). *Adicción a las redes sociales y su relación con la adaptación conductual en los adolescentes*. (tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica de Ecuador, Ambato, Ecuador.
- Gutiérrez, C. y Noriega, P. (2020). *Estudio interpretativo del uso excesivo de las redes sociales a través de relatos de vida en jóvenes con edades comprendidas entre los 21 y 23 años (trabajo de pregrado)*. Universidad de Carabobo, Venezuela.

- Hernández, V. (2021). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de 5to de secundaria de piura, 2020* (tesis de maestría), Universidad cesar vallejo, Trujillo, Perú.
<https://es.statista.com/grafico/20744/tiempo-de-uso-de-redes-sociales-por-pais/>
- Lara, P. y Takahashi, H. (1999). ¿Qué es adicción? *Revista LiberAdicctus*.
<http://www.liberaddictus.org/Pdf/0415-35.pdf>
- Loja, A. (2020). *Uso del tiempo libre y adicción a redes sociales en adolescentes de 15 a 18 años* (tesis de pregrado). Universidad de Cuenca, Cuenca, Ecuador.
- Mohanna, G. y Romero, D. (2019). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria e lima metropolitana* (tesis de pregrado). Universidad peruana de ciencias aplicadas, Lima, Perú.
- Nass, I. (2011, septiembre). Las redes sociales. *Revista venezolana de oncología*, 23(3)
- Organización mundial de la salud [OMS]. (2020). *Que es la adolescencia*.
<https://www.unicef.org/uruguay/que-es-la-adolescencia>
- Pasquali, M. (2020). *Los países con los usuarios más adictos a las redes sociales*. Ediciones jurídicas.
- Pinto, G. (2021). *Adicción a redes sociales y la procrastinación académica del primer ciclo 2021 de la escuela de psicología en una universidad de Piura* (tesis de maestría), Universidad cesar vallejo Trujillo, Perú.
- Salcedo, I. (2016). *Relación entre adicción a redes sociales y autoestima en jóvenes universitarios de una universidad particular de Lima* (tesis de maestría). Universidad san Martín de Porres, Lima, Perú.
- Velásquez, G. M. (2019). *Adicción a las Redes Sociales y Ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima*. Lima (Tesis de pregrado). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Lima, Perú.
- Ynquillay, P. I. (2019). *"Uso de redes sociales y agresividad en estudiantes en estudiantes preuniversitarios"* (tesis de pregrado). Universidad Nacional de Lima, Lima, Perú.