

**Universidad Católica de Santa María**  
**Facultad de Medicina Humana**  
**Escuela Profesional de Medicina Humana**



**Niveles de autoestima y su asociación con el síndrome de FOMO en  
adolescentes del Colegio Alexander Fleming, Arequipa, enero 2025.**

Tesis presentada por la Bachiller:

**Palomino de la Torre, Medalit Dayanna**

**ORCID: 0009-0003-2686-0068**

para optar el Título Profesional de Médico Cirujano

Asesor:

**Dr. Luza Casaverde, Edwin Wilder**

**ORCID: 0009-0007-6879-3800**

Arequipa – Perú

2025

UCSM-ERP

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA**

**MEDICINA HUMANA**

**TITULACIÓN CON TESIS**

**DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR**

Arequipa, 03 de Marzo del 2025

**Dictamen: 013410-C-EPMH-2025**

Visto el borrador del expediente 013410, presentado por:

**2017810112 - PALOMINO DE LA TORRE MEDALIT DAYANNA**

Titulado:

**NIVELES DE AUTOESTIMA Y SU ASOCIACIÓN CON EL SÍNDROME DE FOMO EN ADOLESCENTES  
DEL COLEGIO ALEXANDER FLEMING, AREQUIPA, ENERO 2025.**

Nuestro dictamen es:

**APROBADO**

Título Profesional/Título de Segunda Especialidad/Grado Académico a optar:

**MEDICO CIRUJANO**

**29719524 - VARGAS OLIVERA GERMAN AUGUSTO  
DICTAMINADOR**



**29481945 - YUCRA SEVILLANO SANDRA  
DICTAMINADOR**



**29420612 - MANRIQUE SAM MARIA CECILIA  
DICTAMINADOR**



# Niveles de autoestima y su asociación con el síndrome de FOMO en adolescentes del Colegio Alexander Fleming, Arequipa, enero 2025.

## INFORME DE ORIGINALIDAD

16%

INDICE DE SIMILITUD

15%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Católica de Santa María	3%
	Trabajo del estudiante	
2	tesis.ucsm.edu.pe	2%
	Fuente de Internet	
3	www.coursehero.com	2%
	Fuente de Internet	
4	hdl.handle.net	1%
	Fuente de Internet	
5	www.researchgate.net	1%
	Fuente de Internet	
6	repositorio.ucsm.edu.pe	<1%
	Fuente de Internet	
7	renati.sunedu.gob.pe	<1%
	Fuente de Internet	
8	1library.co	<1%
	Fuente de Internet	

## DEDICATORIA

A Dios por ser mi guía y luz que ilumina mi camino por el sendero correcto,  
por su protección y su infinita bondad.

A mis padres, David y Vilma por enseñarme la resiliencia y la constancia,  
estar siempre apoyándome en todo momento de mi carrera, por motivarme  
cada día a seguir adelante y por la confianza depositada en mí.

A mi abuela, Mónica quien desde pequeña me cuidó, me apoyó en toda mi  
carrera y por brindarme sus sabios consejos.

A mi tía, Caridad por brindarme su ayuda cuando lo necesité y por transmitirme  
alegría hasta en los malos momentos.



## AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por darme la fortaleza de seguir adelante y por su protección en todo momento, doy gracias a mi familia por confiar en mí y en mis aptitudes, por los valores que me inculcaron y por estar a mi lado apoyando cada decisión que tomaba; finalmente agradezco a los docentes por sus enseñanzas brindadas a lo largo de toda la carrera y a la Universidad Católica de Santa María por ser la casa de estudios que me permitió mi formación profesional



## RESUMEN

Este estudio se orientó primordialmente hacia el objetivo principal de determinar la asociación entre los niveles de autoestima y el síndrome de FOMO (miedo a perderse eventos) en adolescentes del Colegio Alexander Fleming, Arequipa, enero, 2025. La investigación fue de tipo descriptivo correlacional y transversal, con una muestra de 111 estudiantes seleccionados mediante muestreo probabilístico. Para el recojo de datos se emplearon el Test de Autoestima de Rosenberg y el Test FOMO, ambos adaptados para esta investigación. Los resultados revelaron que el 48.65% de los miembros de la muestra presentó un nivel medio de autoestima, mientras que el 27.03% y el 24.32% mostraron niveles altos y bajos, respectivamente. En cuanto al FOMO, el 81.98% presentó un nivel moderado, seguido de un 13.51% con bajo nivel y un 4.5% con nivel alto.

El análisis de correlación y el coeficiente de Spearman evidenció una relación negativa moderada ( $Rho = -0.414$ ) entre los niveles de autoestima y el síndrome de FOMO. Esto indica que los adolescentes con menor autoestima tienen mayor tendencia a experimentar FOMO, lo cual coincide con investigaciones realizadas a nivel local, nacional e internacional. Se destacó además la importancia de intervenir en el desarrollo de la autoestima, dado su papel protector frente a trastornos emocionales asociados al uso excesivo de redes sociales.

Finalmente, este estudio refuerza la necesidad de implementar estrategias educativas y emocionales que fomenten la autoestima y un uso consciente de las redes sociales en adolescentes, previniendo así consecuencias negativas en su desarrollo integral. Entre las recomendaciones destacan el diseño de talleres para el fortalecimiento de la autoestima, la promoción de un uso saludable de las plataformas digitales y la capacitación de docentes y padres en el acompañamiento emocional de los jóvenes.

**Palabras clave:** autoestima, síndrome de FOMO, adolescentes, redes sociales.

## ABSTRACT

The present study aimed to determine the association between self-esteem levels and FOMO (Fear of Missing Out) syndrome in adolescents from the Alexander Fleming School, Arequipa, in January 2025. The research was descriptive, correlational, and cross-sectional, with a sample of 111 students selected through probabilistic sampling. Data collection employed the Rosenberg Self-Esteem Scale and the FOMO Test, both adapted for this study. Results revealed that 48.65% of adolescents showed a medium level of self-esteem, while 27.03% and 24.32% presented high and low levels, respectively. Regarding FOMO, 81.98% demonstrated a moderate level, followed by 13.51% with a low level and 4.5% with a high level.

The correlation analysis using Spearman's coefficient revealed a moderate negative relationship ( $Rho = -0.414$ ) between self-esteem levels and FOMO syndrome. This indicates that adolescents with lower self-esteem are more likely to experience FOMO, aligning with previous studies conducted locally, nationally, and internationally. Moreover, the importance of fostering self-esteem was emphasized, given its protective role against emotional disorders associated with excessive social media use.

In conclusion, this study highlights the need to implement educational and emotional strategies that promote self-esteem and a conscious use of social media among adolescents, thus preventing negative consequences in their overall development. Recommendations include designing workshops to strengthen self-esteem, encouraging healthy use of digital platforms, and training teachers and parents to provide emotional support for young people.

**Keywords:** self-esteem, FOMO syndrome, adolescents, social media.

## ÍNDICE

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN ..... 1

CAPITULO I PLANTEAMIENTO TEÓRICO:..... 3

1. PLANTEAMIENTO DE INVESTIGACIÓN..... 3

1.1. Determinación del problema..... 3

1.2. Enunciado del problema..... 4

1.3. Descripción del problema ..... 4

1.4. Justificación ..... 7

2. OBJETIVOS..... 9

2.1. Objetivo general..... 9

2.2. Objetivos específicos ..... 9

3. MARCO TEÓRICO..... 10

3.1. Conceptos básicos..... 10

3.2. Antecedentes investigativos..... 22

4. HIPÓTESIS ..... 25

CAPITULO II PLANTEAMIENTO OPERACIONAL ..... 27

1. TÉCNICA, INSTRUMENTOS Y MATERIALES DE VERIFICACIÓN..... 27

1.1. Técnica..... 27

1.2. Instrumentos..... 27

1.3. Materiales..... 28

2. CAMPO DE VERIFICACIÓN .....	28
2.1.  Ámbito espacial .....	28
2.2.  Temporalidad .....	28
2.3.  Unidades de estudio .....	28
3.  ESTRATEGIA DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	29
3.1.  Organización .....	29
3.2.  Recursos .....	30
CAPÍTULO III RESULTADOS .....	31
DISCUSIÓN.....	38
CONCLUSIONES .....	43
RECOMENDACIONES .....	45
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:.....	46
ANEXOS.....	53

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Operacionalización de variables.....	4
Tabla 2 Adolescentes encuestados del Colegio Alexander Fleming según edad, sexo y grado de estudios .....	31
Tabla 3 Adolescentes encuestados del Colegio Alexander Fleming según personas con que vive, antecedentes de diagnóstico y tratamiento farmacológico psiquiátrico y si posee discapacidad. ....	32
Tabla 4 Niveles de autoestima en adolescentes encuestados del Colegio Alexander Fleming	33
Tabla 5 Niveles de FOMO en adolescentes encuestados del Colegio Alexander Fleming .....	34
Tabla 6 Niveles de FOMO en adolescentes encuestados del Colegio Alexander Fleming por dimensiones .....	34
Tabla 7 Correlación Rho de Spearman entre las variables Autoestima y Síndrome de FOMO .....	36

## INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una de las etapas más esenciales para el desarrollo emocional y social de una persona. Factores como la autoestima son críticos en la construcción de una identidad y bienestar psicológico (1). La baja autoestima durante esta etapa puede dar inicio a muchas dificultades que impactan las relaciones interpersonales, el rendimiento escolar, la estabilidad emocional, entre otros (2). Además, la baja autoestima puede ser un problema subyacente de algunos otros problemas psicosociales, tales como ansiedad, depresión, y la necesidad insaciable de buscar aprobación (3).

Hoy en día, la tecnología y las redes sociales son la parte central de la vida de los adolescentes, quienes ven en estas plataformas un espacio donde pueden relacionarse y compararse con su entorno (4). Esta realidad ha propiciado la aparición de un fenómeno llamado FOMO que es el miedo a quedarse fuera, el cual se presenta con la ansiedad de estar ausente de alguna actividad social significativa (5). Los adolescentes con FOMO tienden a tener una necesidad de conectarse y saber que está sucediendo el mundo en todo momento y eso afecta la autoestima, el bienestar emocional y las relaciones interpersonales en el adolescente (6).

Establecer y abordar el vínculo entre la autoestima y el síndrome FOMO entre los adolescentes es crucial para desarrollar estrategias de intervención que fomenten un desarrollo psicosocial saludable (7). Las escuelas primarias y las instituciones de salud son probablemente fundamentales para identificar estos problemas y proporcionar consejería tanto a los adolescentes como a sus familias (8). Es imperativo que los progenitores, educadores y especialistas en salud profundicen su entendimiento acerca del impacto de las redes sociales en la autoestima de los adolescentes y las repercusiones del síndrome FOMO en su bienestar social y psicológico (9). El propósito de este estudio es investigar la correlación entre la autoestima y el FOMO en adolescentes con el fin de entender las repercusiones psicosociales y formular

intervenciones potenciales que puedan mitigar los efectos perjudiciales de dicha interacción en su desarrollo. El objetivo principal de esta investigación es establecer la correlación entre la autoestima y el FOMO entre adolescentes de escuela secundaria.



## CAPITULO I PLANTEAMIENTO TEÓRICO

### 1. PLANTEAMIENTO DE INVESTIGACIÓN

#### 1.1. Determinación del problema

El desarrollo social, emocional y académico, particularmente en el contexto del desarrollo adolescente, ha merecido la atención de la investigación psicológica, especialmente en relación con los niveles de autoestima. Actualmente, las redes sociales representan un componente esencial en la existencia de los adolescentes, dado que desempeñan un papel crucial en su desarrollo personal, les permiten interactuar socialmente, pero también los pone en riesgo del FOMO (miedo a perderse algo). Implica la aprensión generalizada de que uno podría estar perdiéndose actividades entretenidas en las que otros están participando, lo que conduce a una mayor ansiedad y a una dependencia excesiva de la tecnología.

En el contexto de la relación entre FOMO y la autoestima, la investigación educativa es crítica porque sus consecuencias afectan el rendimiento del adolescente en la escuela, en las relaciones interpersonales y su salud mental en general. La importancia de abordar estos problemas está en consonancia con los objetivos universitarios de generar, difundir y fomentar el conocimiento orientado al avance social y académico de las comunidades locales. Por lo tanto, el estudio de la relación entre la autoestima y el FOMO y la atención que se le presta ayudan a diseñar programas de tratamiento educativo y psicológico para adolescentes.

Esta investigación busca explicar el problema desde una perspectiva integradora que ayude a avanzar en el conocimiento en el campo de la salud

mental. También se anticipa que los hallazgos de este estudio se conviertan en parte de las contribuciones científicas disponibles en repositorios institucionales, fomentando la innovación y mejorando las estrategias de intervención para adolescentes. Por lo tanto, el estudio aspira a convertirse en una herramienta esencial de gestión académica e investigación en salud mental adolescente, que potencie la contribución de las universidades para abordar cuestiones críticas de la sociedad.

## 1.2. Enunciado del problema

Niveles de autoestima y su asociación con el síndrome de FOMO en adolescentes del Colegio Alexander Fleming, Arequipa, enero 2025.

## 1.3. Descripción del problema

### 1.3.1. Área de conocimiento

Área general: Ciencias de la salud

Área específica: Medicina Humana

Especialidad: Psiquiatría

Línea: Psiquiatría del niño y del adolescente

### 1.3.2. Operacionalización de variables:

Tabla 1 Operacionalización de variables

Variable	Dimensiones	Indicadores	Instrumento de medición	Escala de medición
Edad	No aplica	Años cumplidos	Ficha de recolección de datos	Numérica discreta

Género	No aplica	Masculino Femenino	Ficha de recolección de datos	Nominal dicotómica
Grado de Estudios	Nivel educativo	Grado en curso	Ficha de recolección de datos	Nominal ordinal
Procedencia	Área de residencia	Rural Urbano	Ficha de recolección de datos	Nominal dicotómica
Personas con las que vive	Composición del hogar	Número de personas con las que vive	Ficha de recolección de datos	Numérica discreta
<b>Variable Independiente: Autoestima</b>	Autoaceptación	Aceptación de sí mismo/a (Items 1 y 6)	Cuestionario de Rosenberg sobre autoestima o escala adaptada  Mide nivel de autoestima	Baremos:  • Autoestima alta: 40-50 puntos.  • Autoestima media: 30-39 puntos.  • Autoestima Baja: 10-29 puntos
		Resistencia a la validación externa (Item 8)		
		Satisfacción con el propio valor personal (Items 3, 5 y 7)		
	Autoconfianza y Competencia Personal	Seguridad en habilidades y competencias personales (Item 4)		
	Regulación Emocional y Resiliencia	Resiliencia frente a la exclusión de eventos sociales (Items 2, 9 y 10)		
	Ansiedad por perderse eventos sociales	Intensidad de la preocupación por no participar en actividades sociales (Item 3)		
<b>Variable Dependiente: Síndrome de FOMO</b>		Frecuencia de pensamientos sobre la exclusión en eventos sociales (Item 2)	Cuestionario adaptado del FoMO Scale o versión abreviada para adolescentes	Baremos:  • FOMO Alto: 40-50 puntos.
	Uso compulsivo de redes sociales	Nivel de necesidad de revisar constantemente redes sociales (Item 4)	Mide nivel de FOMO	

	Dificultad para reducir el tiempo en redes sociales (Item 6)	• FOMO Moderado: 20-39 puntos.
Miedo a la exclusión	Sensación de exclusión en interacciones grupales (Item 5)	• FOMO Bajo: 10-19 puntos.
	Preocupación constante por no ser incluido en planes grupales (Item 9)	
Necesidad de validación externa	Dependencia de reacciones sociales en publicaciones (likes, comentarios) (Items 7 y 8)	
	Grado de insatisfacción sin validación social en redes (Items 1 y 10)	

### 1.3.3. Interrogantes del problema

#### Interrogante general:

¿Cuál será la asociación entre los niveles de autoestima y el síndrome de FOMO en adolescentes del colegio Alexander Fleming, – Arequipa - enero 2025?

#### Interrogantes específicas:

¿Cuáles son los niveles de autoestima en adolescentes del colegio Alexander Fleming, – Arequipa - enero 2025?

¿Cuáles son los niveles de síndrome de FOMO en adolescentes del colegio Alexander Fleming, – Arequipa - enero 2025?

¿Cuál será el grado de asociación entre el nivel de autoestima con el nivel del síndrome de FOMO en adolescentes del colegio Alexander Fleming, – Arequipa - enero 2025?

#### **1.3.4. Tipo de Investigación**

Investigación de campo

#### **1.3.5. Nivel de Investigación**

De asociación simple

#### **1.3.6. Diseño de Investigación**

- Observacional
- Estudio de campo
- Transversal

### **1.4. Justificación**

#### **Científica:**

El aumento del uso de redes sociales y dispositivos electrónicos ha expuesto a los adolescentes a nuevas dinámicas sociales que influyen en su salud mental. El síndrome de FOMO, caracterizado por la ansiedad de perderse experiencias sociales, ha mostrado tener un impacto significativo en la autoestima, especialmente en adolescentes que están en una etapa de desarrollo emocional (4). Al estudiar la relación entre el FOMO y la autoestima, este trabajo proporcionará datos útiles para la comunidad científica, permitiendo un mejor entendimiento de cómo las nuevas

tecnologías afectan el bienestar psicológico de los adolescentes. Los resultados podrán ser utilizados para diseñar programas preventivos en el ámbito de la atención primaria de salud mental y educativa (7).

**Originalidad:**

A pesar de que las redes sociales continúan siendo ampliamente adoptadas entre los adolescentes, el impacto interseccional de FOMO y la autoestima para esta población sigue sin ser suficientemente estudiado. Este estudio es el primero en investigar esta relación en el contexto de la región, lo que contribuye significativamente a la comprensión de la salud mental de los adolescentes y sus posibles intervenciones (2).

**Social:**

Ahora más que nunca, los adolescentes pasan tiempo en redes sociales y esto puede afectar su bienestar emocional. Las cuestiones vinculadas con la baja autoestima y el síndrome de la clase baja o FOMO (temor a perderse algo), puede conllevar a problemas de ansiedad, depresión e incluso de aislamiento social (1). Este estudio será de utilidad para detectar estos riesgos y proporcionará insumos a los padres y profesores y profesionales de la salud, para que se planteen acciones educativas, de prevención e intervención a temprana edad para fomentar un uso más responsable de la tecnología (3).

**Factibilidad:**

Este estudio requiere recursos materiales fácilmente obtenibles, como encuestas y entrevistas, y puede llevarse a cabo con adolescentes en entornos escolares. Se espera que la participación sea alta porque los adolescentes están interesados en las redes sociales y su vida cotidiana hace que el tema sea

relevante. Los padres y las instituciones educativas que se preocupan por el bienestar de los niños también apoyarán el estudio (9).

### **Interés personal:**

A lo largo de mi formación académica, me ha interesado en particular el uso de las tecnologías y el impacto de las redes sociales en la salud emocional de los adolescentes. Durante estos meses, el estudio de la autoestima y el FOMO se hace necesario en un contexto en el que el adolescente está supeditado a la comparación social y al gap de validación. Este trabajo contribuirá a dotarse de recursos para afrontar esta problemática en la atención primaria, en el contexto docente o en otros contextos educativos de salud.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1. Objetivo general**

Determinar la asociación entre los niveles de autoestima y el síndrome de FOMO en adolescentes del colegio Alexander Fleming, – Arequipa - enero 2025

### **2.2. Objetivos específicos**

- Identificar los niveles de autoestima en adolescentes del colegio Alexander Fleming, – Arequipa - enero 2025.
- Determinar los niveles de síndrome de FOMO en adolescentes del colegio Alexander Fleming, – Arequipa - enero 2025.
- Establecer el grado de asociación entre el nivel de autoestima con el nivel del síndrome de FOMO en adolescentes del colegio Alexander Fleming, – Arequipa - enero 2025.

### 3. MARCO TEÓRICO

#### 3.1. Conceptos básicos

##### 3.1.1. Definición de la autoestima

La autoestima sigue siendo un concepto importante y práctico que se relaciona con el desarrollo de los adolescentes, describiéndolo ampliamente como el juicio que cada persona tiene sobre sí mismo y que se basa en su vivencia y en lo que considera de su contexto social inmediato y ampliado. Esta autoevaluación se realiza a nivel cognitivo y afectivo y tiene un importante impacto en cómo los adolescentes comprenden y viven su realidad. (11) Relacionado con lo expuesto, la autoestima parece tener muchos años y a lo largo de estos explicar en profundidad una gran cantidad de áreas de bienestar psico-emocional y comportamiento social, la interacción y el uso de la energía por parte del adolescente, así como la motivación del ciclo vital. El recorrido más reciente (12) trae nuevos datos que limpian la certeza que existe alrededor de la autoestima, esa que connotamos como estática construida en la niñez, y abren la discusión siempre presente sobre el establecimiento en movimiento de la adolescencia y la juventud y en interacción con el notorio entorno social.

La autoestima tiene relaciones complejas y multifacéticas con el nivel de disparidad entre el 'yo real' y el 'yo ideal'. Esto sigue siendo significativo hoy en día en términos de la comprensión de la psicología adolescente moderna. El psicólogo estadounidense Carl Rogers ('13') desarrolló completamente la 'teoría del yo' como parte

del movimiento de la psicología humanista, que se centra en gran medida en el alcance de la autoestima. La investigación contemporánea ha ampliado enormemente esta noción tradicional al establecer vínculos importantes entre la autoestima y los procesos de autoevaluación que tienen lugar en entornos sociales convencionales y cada vez más importantes en entornos digitalizados (14). Este fenómeno se vuelve especialmente importante cuando los adolescentes enfrentan una amplia brecha entre su autoimagen y sus objetivos personales, una brecha que se intensifica enormemente por muchos contextos sociales contemporáneos que se han vuelto no solo predominantes, sino casi instantáneos en sus comparaciones sociales con sus pares (15). La abundancia de redes sociales y plataformas de interacción digital ha hecho que este problema sea en gran medida inevitable.

### **3.1.2. Componentes de la Autoestima**

La autoestima se considera hoy en día un constructo de gran complejidad y multidimensional, que no solo involucra la autoevaluación que se tiene del sí mismo, sino también el sistema de relaciones que rodea y determina dicha percepción (16). Esta multifacética percepción reconoce la interacción de los componentes internos de la autovaloración con el contexto de la autovaloración, así como la atención que los elementos contextuales le prestan a la autovaloración. Hace poco, se conoció la profundización realizada por las investigaciones más recientes (17) en la comprensión de cómo lo global de la autoestima se relaciona con la estabilidad

emocional y el bienestar psíquico en general, destacando relaciones que son relevantes al desarrollo sano de la personalidad. Al mismo tiempo, tienen un especial aprecio en este enfoque diverso (18) que por una parte ha intentado analizar la importancia de la autoestima específica, que por su parte es la forma que asume cada persona para valorar diferentes ámbitos o dominios de su vida, sabiendo que esta valoración puede ser muy distinta en función del contexto y del área de funcionamiento personal.

### **3.1.3. Teorías sobre el Desarrollo de la Autoestima**

La autoestima sigue desarrollándose como un factor fundamental y nuclear dentro de la comprensión del progreso del ser humano, lo cual se observa día a día gracias a la nueva y extensa base de estudios modernos que abordan dicho aspecto de forma mucho más proactiva y evolutiva. La actividad científica vigente sobre el tema ha permitido definir con mayor profundidad y precisión los procesos de desarrollo y cambios de la autoestima a lo largo del ciclo vital, subrayando de manera especial su etapa crucial y metamorfósica durante la adolescencia, donde la autoestima cambia de maneras profundas y decisivas. Los datos más recientes le dan más solidez y amplitud a la idea planteada anteriormente respecto a la autoestima como necesidad psicológica básica y soslayable, mostrando de manera rotunda no solo la importancia que tiene en el proceso de alcanzar la plena autorrealización, sino también en el sostener un estado de bienestar psicológico óptimo y durable en el tiempo.

### 3.1.4. Factores que Influyen en la Autoestima

#### **Relaciones familiares y apoyo emocional:**

Los estudios recientes en psicología del desarrollo (22) han mejorado enormemente la comprensión de cómo las interacciones familiares tienen un papel fundamental y determinante en la formación y el desarrollo de la autoestima durante el período más crítico de la adolescencia. Muchos estudios han demostrado una y otra vez que una familia caracterizada por el apoyo emocional, la comunicación efectiva, así como por relaciones afectuosas y nutritivas, es uno de los factores más importantes que afectan positivamente y de manera resiliente la autoestima profundamente arraigada (23). Esto se expresa de diversas maneras de interacción y aprendizaje social en la familia.

#### **Interacción social y aceptación de los pares:**

Los estudios de psicología social (24) enfatizan cómo tanto la aceptación del grupo de pares como la retroalimentación social juegan un papel fundamental en la formación y el sostenimiento de la autoestima durante la adolescencia. La investigación indica que los adolescentes que sufren socialmente por el rechazo y la falta de inclusión con sus pares tienden a mantener y sostener niveles de autoestima significativamente bajos (25), lo que probablemente afecta de manera adversa su desarrollo psicosocial y su bienestar emocional a lo largo del tiempo.

**Apariencia física y autoimagen:**

Las últimas investigaciones sobre la psicología del desarrollo y la imagen corporal (26) siguen demostrando y ampliando cómo la percepción de la apariencia física de una persona es uno de los factores más importantes considerando su impacto en la formación y sostenimiento de la autoestima durante el período crucial de la adolescencia. La investigación ha demostrado consistentemente que la insatisfacción con la imagen corporal puede resultar no solo en un declive dramático de la autoestima, sino también en una serie de consecuencias psicológicas y conductuales más amplias (27) que podrían interferir en varios dominios del desarrollo y funcionamiento adolescente.

**Logros académicos y autoeficacia:**

Los estudios más recientes dentro del ámbito de la psicología educativa (28) han revelado suficientes datos que subrayan el papel significativo del logro académico como un elemento central en la formación y sostenimiento de la autoestima durante la adolescencia. La evidencia de la investigación siempre ha mostrado que un buen rendimiento académico, además de mejorar enormemente la percepción de la competencia propia, también ayuda en gran medida al desarrollo y consolidación de un fuerte sentido de autoeficacia (20), que es importante para el crecimiento personal y académico en el futuro.

### **3.1.5. Autoestima y Contexto Escolar**

La psicología educativa ha estado cambiando en estos últimos años debido a ciertos estudios de caso que han podido revelar las diferentes correlaciones que existen entre el respeto propio y el desempeño escolar de los estudiantes. Más de sus 29 datos demuestran que el respeto propio y el desempeño escolar de los estudiantes se relacionan paralelamente. A partir de 30,76 investigaciones se han realizado donde los alumnos que poseen altos niveles de respeto propio logran tener un desempeño escolar elevado dentro de la educación. Además, se ha profundizado sobre la comprensión de la autoeficacia escolar y su relación donde la construcción y sostenimiento de una buena imagen personal permite lograr controlar las 31 metas. Esto permite tener retroalimentación positiva a nivel personal y académico.

### **3.1.6. Impacto de la Baja Autoestima**

Estudios recientes en el área de la salud mental y el desarrollo psicológico (32) han producido evidencia importante que asocia la baja autoestima con el desarrollo de una variedad de trastornos psicológicos, incluyendo la depresión, la ansiedad y el estrés crónico. La investigación más reciente en este área particular (33) ha buscado iluminarnos al demostrar que aquellos que sufren problemas de autoestima no pueden mantener relaciones emocionales y sociales saludables, lo que puede afectar profundamente su bienestar social y emocional.

### **3.1.7. Autoestima y Salud Mental**

Estudios recientes en el ámbito de la psicología clínica y la salud mental han probado la existencia de una profunda interrelación entre los niveles de autoestima y el estado de la salud mental del individuo. Estudios recientes en esta área han hecho un notable progreso en la diferenciación y comprensión de los varios subtipos de autoestima al distinguir entre autoestima estable y autoestima inestable, demostrando cómo esta última está invariablemente relacionada con altos niveles de malestar emocional y ajuste psicológico problemático.

### **3.1.8. Medición de la Autoestima**

La autoestima ha sido medida por medio de diferentes estudios. Como uno de los más comunes el Cuestionario de Autoestima de Rosenberg, en donde se hace un examen a través de diez ítems, el cual es analizado y validado en diferentes culturas. A pesar del tiempo y la cantidad de exámenes que se le realizan a este instrumento, sigue siendo la herramienta más popular para determinar el grado de autoestima en un individuo.

Añadiendo al planteamiento anterior, Harter, en su estudio sobre adolescentes, evaluó la competencia académica, aceptación social y como atributos personales en la “escala de autoestima”. Estas varianzas se encuentran en la Rosenberg, pero este se limita. Esta escala es particularmente útil en el período de la adolescencia porque permite un análisis encantador y variado de las diferentes partes de la autoestima.

### 3.1.9. Definición de Síndrome de FOMO:

FOMO, un fenómeno mental contemporáneo, se describe con bastante precisión como “una aprehensión generalizada y a menudo muy intensa de que otras personas podrían estar teniendo experiencias gratificantes de las que uno está ausente” (38). Este fenómeno destaca por su creciente y alarmante relevancia dado el actual contexto definido por las redes sociales y la constante conectividad digital (39) donde los adolescentes y jóvenes que están más inmersos en estos contextos digitales y son más propensos a los efectos psicológicos tienden a sufrir la mayor parte de ello.

### 3.1.10. Bases Teóricas del FOMO

El síndrome FOMO se puede abordar y analizar desde diferentes perspectivas teóricas que proporcionan diferentes marcos de interpretación (40). La Teoría Autodeterminista ha sido particularmente útil, ya que ha podido sugerir que el FOMO surge como un resultado de la frustración de necesidades psicológicas básicas que son esenciales para el bienestar humano fundamental (41).

Además, la Teoría de la Comparación Social (42) ha sido útil para explicar cómo las redes sociales sirven como un amplificador de este fenómeno al proporcionar un contexto para la comparación social y la evaluación del estado y las experiencias de uno con las de otras personas.

### 3.1.11. Características del FOMO

Las investigaciones sistemáticas realizadas en este campo (43) han descubierto y descrito una serie de componentes primarios que juntos conforman y describen el fenómeno de FOMO:

- Ansiedad que es notable y persistente, relacionada con el posible riesgo de exclusión social o la pérdida de experiencias importantes.
- Patrones de uso compulsivo y excesivo de redes sociales, definidos por una necesidad incesante de estar en línea y mantenerse al tanto de lo que sucede a su alrededor.
- Bajos niveles de satisfacción con la vida reportados por uno mismo, combinados con una fuerte tendencia hacia la comparación social.
- Presión social percibida que es más pronunciada y a menudo conduce a una baja autoestima y bienestar emocional.

### 3.1.12. Factores Asociados al FOMO

Estudios recientes en esta área (44) han podido identificar y analizar una serie de factores que son muy importantes para el desarrollo y sostenimiento del FOMO:

- Factores relacionados con la edad y la pertenencia generacional, que influyen en la susceptibilidad al fenómeno (45)
- Patrones de uso intensivo y frecuente de las redes sociales, que pueden exacerbar los síntomas (39)

- Características específicas de la personalidad que pueden predisponer a los individuos a experimentar FOMO con mayor intensidad.
- La influencia significativa del estado emocional en la manifestación y severidad de los síntomas.

### 3.1.13. Consecuencias del FOMO

El miedo a perderse algo conlleva una serie de repercusiones que afectan negativamente la vida de las personas (46), obstaculizando su bienestar emocional, social y académico:

- **Estrés y Ansiedad:** FOMO está estrechamente asociado con altos niveles de estrés y ansiedad. La necesidad perpetua de estar en línea y el miedo de perderse eventos importantes crea una carga emocional significativa, lo que puede llevar a problemas de salud mental a largo plazo.
- **Problemas de Sueño:** Diferentes investigadores han señalado que las personas que sufren de altos niveles de FOMO a menudo padecen patrones de sueño irregulares o insuficientes. Su constante urgencia por revisar las redes sociales, incluso por la noche, interfiere en su ciclo de sueño y puede incluso llevar a insomnio.
- **Afectación del Rendimiento Académico:** Con FOMO, hay un impacto negativo en el rendimiento académico, ya que aquellos afectados por FOMO a un alto nivel se distraen fácilmente y tienden a desconectarse de su trabajo académico porque necesitan estar constantemente comprometidos con sus dispositivos móviles.

- **Relaciones Interpersonales:** A pesar de que el FOMO deriva de la necesidad de conexión social, puede tener el efecto opuesto en las relaciones interpersonales. Las personas que sufren de FOMO están tan preocupadas por lo que podrían estar perdiendo en línea que descuidan activamente sus interacciones sociales en el mundo físico, lo que puede dañar sus relaciones cercanas.

#### 3.1.14. Intervenciones para Mitigar el FOMO

La investigación realizada en esta área recientemente (47) ha sugerido y evaluado varias estrategias de intervenciones efectivas:

- La implementación sistemática de prácticas de mindfulness y estar presente.
- La planificación para la desconexión del mundo digital, así como la gestión consciente del tiempo pasado en línea.
- El desarrollo intencional y la profundización de relaciones sociales significativas cara a cara.
- La formulación de planes individuales para la gestión del estrés y la ansiedad derivada de la conexión digital.

#### 3.1.15. Relación entre Autoestima y Síndrome de FOMO

La conexión entre la autoestima y el síndrome FOMO (miedo a perderse algo) se ha estudiado en los últimos años, especialmente cómo estas variables interactúan e impactan la salud emocional de los adolescentes. La autoestima, que se refiere a cómo un individuo se evalúa a sí mismo, es crucial para el desarrollo social y emocional

de una persona. La baja autoestima puede predisponer a los adolescentes a buscar validación externa a través de las redes sociales, lo que los hace más vulnerables al síndrome FOMO (48).

El síndrome de FOMO, definido por un miedo incesante a perderse eventos sociales clave, a menudo se correlaciona con una menor autoestima. Estudios recientes muestran que los adolescentes que sufren de baja autoestima son más susceptibles a contraer el virus del FOMO, ya que parecen tener una necesidad más fuerte de validación y aceptación. Esto puede conducir a un ciclo de retroalimentación negativa donde el FOMO, a su vez, deprime la autoestima como resultado de la constante comparación social y la sensación de exclusión social.

Los estudios, por otro lado, sugieren que el uso excesivo de las redes sociales empeora esta relación. Los adolescentes que pasan más tiempo en redes sociales tienden a experimentar un mayor FOMO, lo que tiene un impacto adverso en su autoestima y bienestar psicológico general (51). Además, la exposición a la idealización de las vidas de otras personas en las redes sociales refuerza los sentimientos de insuficiencia personal y exclusión, empeorando tanto el FOMO como la baja autoestima (9).

La relación entre ambas variables subraya la necesidad de diseñar estrategias de intervención que refuercen la autoestima de los adolescentes con el fin de minimizar el impacto negativo del FOMO. En términos de intervenciones educativas y de salud, estos enfoques pueden hacer hincapié en ayudar a las personas a valorarse a sí

mismas de una manera más positiva y en enseñar un uso más responsable de las redes sociales (1).

### 3.2. Antecedentes investigativos

#### A nivel local

**3.2.1. Autor:** Gutiérrez Pérez, Diana Carolina

**Título:** "Relación entre el uso de redes sociales y el desarrollo de la autoestima en adolescentes de nivel secundario"

**Lugar y año de publicación:** Arequipa, 2021

**Resumen:** La investigación se realizó en colegios de Arequipa, con una muestra de 150 alumnos de 3ro y 4to de secundaria. El foco era estudiar el efecto del uso excesivo de redes sociales en la autoestima, revelando que los jóvenes con un mayor consumo de redes sociales tienden a tener una autoestima menor. También se observó que para algunos, el miedo a perderse eventos sociales (FOMO) está asociado a tener una autoestima baja, sobre todo en aquellos que se encuentran conectados por más de 3 horas al día.

**3.2.2. Autor:** Ticona Kana, Shirley

**Título:** "Relación entre la autoestima y el rendimiento académico en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Particular Bilingüe 'Señor del Gran Poder' del Distrito de Socabaya - Arequipa 2018"

**Lugar y año de publicación:** Arequipa, 2018

**Resumen:** El propósito de este estudio fue averiguar la correlación entre la autoestima y el rendimiento académico de los estudiantes de secundaria en la escuela bilingüe privada "Señor del Gran Poder"

ubicada en el distrito de Socabaya, Arequipa. Se estudió una muestra de 34 estudiantes utilizando un método descriptivo correlacional. Para la recolección de datos, se utilizó el cuestionario de Coopersmith para medir la autoestima y el rendimiento académico se evaluó a través de registros de notas. Los hallazgos mostraron una relación significativa y directamente proporcional entre la autoestima y el rendimiento académico. En particular, se encontró que los estudiantes tenían niveles normales de autoestima general, social, familiar y académica, con un 94% de autoestima en el dominio académico. (53)

#### **A nivel nacional**

**3.2.3. Autor:** Mamani, L. J.

**Título:** "La relación entre autoestima y habilidades sociales en adolescentes de secundaria de la I.E. Santa Fortunata"

**Lugar y año de publicación:** Moquegua, 2021

**Resumen:** Este estudio busca identificar la relación entre la autoestima y el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes de secundaria. Utilizando una muestra de 100 estudiantes de la I.E. Santa Fortunata, se concluye que existe una correlación significativa entre una autoestima elevada y el fortalecimiento de habilidades sociales como la empatía y la comunicación. Los estudiantes con baja autoestima mostraron mayores dificultades en interacciones grupales. Los hallazgos resaltan la importancia de fomentar una autoestima positiva para el desarrollo integral de los adolescentes. (52)

**3.2.4. Autor:** Castro Alarcón, Julio Enrique

**Título:** "Autoestima y adicción a redes sociales en adolescentes de secundaria en la ciudad de Tacna"

**Lugar y año de publicación:** Tacna, 2020

**Resumen:** Este trabajo analizó la relación entre la autoestima y la adicción a redes sociales en una muestra de 120 adolescentes de colegios públicos en Tacna. Se halló una correlación negativa significativa entre el uso excesivo de redes y los niveles de autoestima, afectando el rendimiento académico y las relaciones sociales. El estudio menciona que el síndrome de FOMO agrava la dependencia a redes sociales, lo que a su vez impacta negativamente la autoestima. (55).

**A nivel internacional****3.2.5. Autor:** Martínez García, Laura

**Título:** "Relación entre el uso de redes sociales, el FOMO y la autoestima en adolescentes"

**Lugar y año de publicación:** Ciudad de México, México, 2021

**Resumen:** Este trabajo analizó el uso excesivo de las redes sociales y su efecto en la autoestima y el síndrome de FOMO en adolescentes de secundaria en la Ciudad de México. El estudio se basó en una muestra de 200 alumnos y encontró que los que pasaban más tiempo en las redes sociales tenían niveles más altos de FOMO, lo cual les perjudicaba su autoestima. El estudio concluye que el FOMO y la aceptación social a través de los 'likes' están asociados con la autopercepción negativa bastante alta. (56)

**3.2.6. Autor:** Fernández Pérez, Camila

**Título:** "Autoestima y miedo a perderse eventos (FOMO) en adolescentes chilenos: un estudio correlacional"

**Lugar y año de publicación:** Santiago, Chile, 2020

**Resumen:** Este estudio tuvo como objetivo explorar la relación entre la autoestima y el FOMO en una muestra de 180 estudiantes de secundaria de Santiago, Chile. Los resultados revelaron que los adolescentes insatisfechos con baja autoestima eran más propensos a experimentar altos niveles de FOMO, lo que exacerbaba su ansiedad social. El estudio también demostró que los adolescentes dependientes de las redes sociales informaron niveles más bajos de autocomplacencia y un mayor miedo a perderse acontecimientos significativos. (57)

**4. HIPÓTESIS**

La autoestima es un factor clave en el desarrollo emocional y social de los adolescentes, y estudios previos han evidenciado que niveles bajos de autoestima están asociados con una mayor susceptibilidad a fenómenos como el síndrome de FOMO. Este síndrome, caracterizado por la preocupación de perderse experiencias sociales significativas, se intensifica en adolescentes con mayor dependencia de la validación externa y uso compulsivo de redes sociales. En el contexto específico de los estudiantes del colegio Alexander Fleming en Arequipa, esta investigación plantea que la relación entre la autoestima y el FOMO es significativa, dado que los adolescentes con menor autoestima son más propensos a buscar aprobación en plataformas digitales y a desarrollar conductas

relacionadas con el FOMO, entonces por lo argumentado planteamos la siguiente hipótesis:

“Dado el nivel de autoestima, es probable que el síndrome de FOMO tenga una asociación significativa en adolescentes del colegio Alexander Fleming, Arequipa, enero 2025.”



## CAPITULO II PLANTEAMIENTO OPERACIONAL

### 1. TÉCNICA, INSTRUMENTOS Y MATERIALES DE VERIFICACIÓN

#### 1.1. Técnica

##### **Ficha de recolección de datos:**

Aspecto epidemiológico, se recolectarán datos relacionados a la edad, sexo, nivel educativo y lugar de residencia del participante.

##### **Cuestionario de Autoestima**

Se utilizará la Escala de Autoestima de Rosenberg adaptada para adolescentes. Esta escala mide el nivel de autoestima a través de 10 ítems, enfocándose en la autoestima general. Cada ítem se puntúa en una escala de Likert de cinco puntos, donde 1 es "totalmente en desacuerdo" y 5 es "totalmente de acuerdo". Los resultados se interpretarán sumando los puntajes obtenidos, clasificándolos en tres categorías: autoestima baja, media o alta, dependiendo del rango de puntuación final alcanzado.

##### **Cuestionario de Síndrome de FOMO**

Se empleará el Fear of Missing Out Scale (FOMO), adaptado al contexto adolescente. Este instrumento consta de 10 ítems que evalúan el grado de preocupación del participante por perderse experiencias sociales, principalmente en redes sociales. Los ítems estarán puntuados en una escala de Likert de 1 (nunca) a 5 (siempre), evaluando la intensidad del FOMO. La suma de los puntajes determinará si el adolescente presenta un nivel bajo, moderado o alto de FOMO.

#### 1.2. Instrumentos

Ficha de recolección de datos que incluye los cuestionarios de Autoestima de Rosenberg y la FOMO Scale.

### 1.3. Materiales

- Ficha de recolección de datos
- Consentimiento informado
- Asentimiento informado

## 2. CAMPO DE VERIFICACIÓN

### 2.1. Ámbito espacial

El estudio se realizará en la institución educativa de nivel secundario Alexander Fleming, con dirección en Urb. Orquídeas B7 ASVEA, Cercado – Arequipa

### 2.2. Temporalidad

El estudio se realizó entre los meses de octubre 2024 y enero de 2025

### 2.3. Unidades de estudio

2.3.1. **Universo:** Adolescentes de nivel secundario de la institución educativa Alexander Fleming de Arequipa.

#### 2.3.2. Criterios de inclusión:

- Adolescentes entre 11 y 15 años que acuden a una Institución Educativa de Arequipa.
- Adolescentes cuyos padres acepten participar en el estudio.
- Adolescentes que cuenten con dispositivos con acceso a internet.

#### 2.3.3. Criterios de exclusión:

- Adolescentes con diagnósticos previos de trastornos psiquiátricos o psicológicos graves (depresión, ansiedad severa, trastornos de la conducta, etc.).
- Adolescentes en tratamiento psicoterapéutico o farmacológico para el manejo de trastornos emocionales o conductuales en el momento de la recolección de datos.

- Adolescentes con discapacidades cognitivas diagnosticadas que afecten la comprensión o participación en el estudio.

2.3.4. **Población:** Según el sistema de estadística educativa escale, la población de estudiantes de nivel secundaria es de 320.

2.3.5. **Muestra:** Utilizando la formula estadística para obtención de muestra a partir de una población finita:

$$n = \frac{N * z_a^2 p * q}{d^2 * (N - 1) + z_a^2 * p * q}$$

N: 320 adolescentes

Z<sub>a</sub>: 1.96 (Seguridad 95%)

p: 0.05 (proporción esperada)

q: 0.95 (1-p)

d: 3% (precisión)

Se obtuvo un tamaño de muestra de 111 adolescentes

### 3. ESTRATEGIA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

#### 3.1. Organización

- Procedimiento para obtener la autorización de la institución universitaria e institucional educativa para llevar a cabo el estudio.
- Se extenderá una invitación para que los progenitores de los alumnos que asisten a la institución educativa cumplan con los criterios de inclusión establecidos.
- Se explicará que el estudio implica completar de una ficha destinada a la recopilación de datos.
- Se procederá a la obtención de consentimiento informado de los progenitores del participante.
- El asentamiento informado se llevará a cabo con el participante.

- Se procederá a la organización y procesamiento de los datos adquiridos.

### 3.2. Recursos

#### 3.2.1. Humanos:

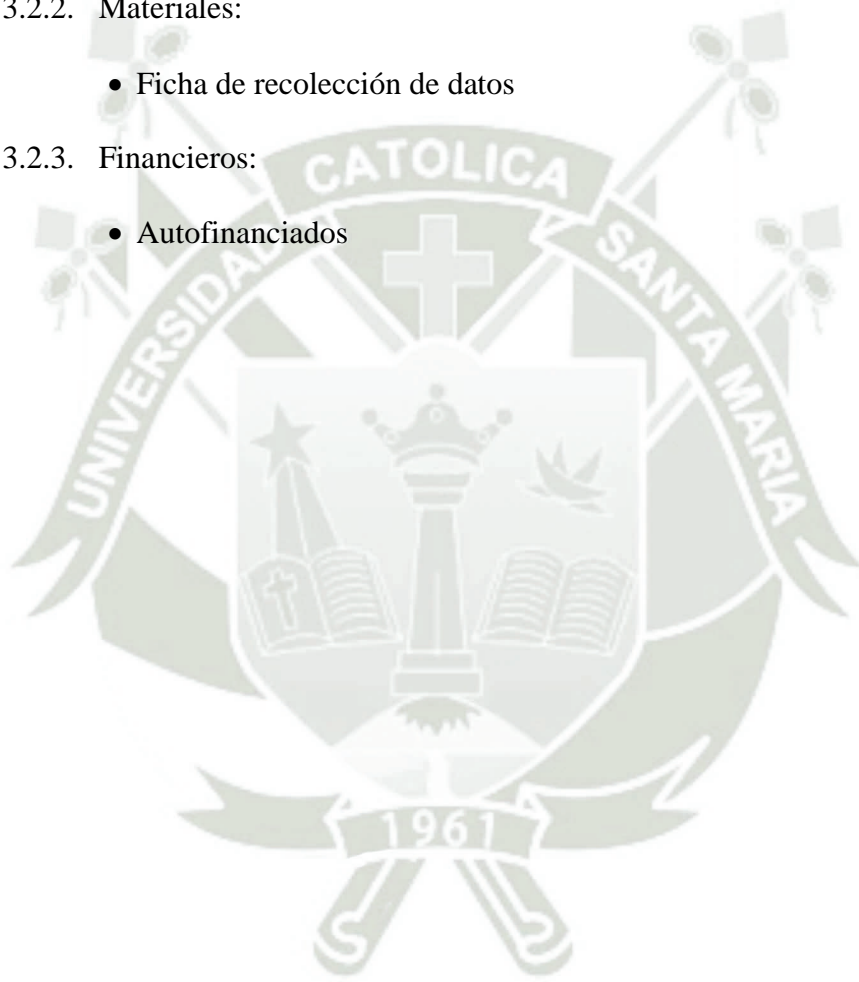
- Investigadora
- Asesora

#### 3.2.2. Materiales:

- Ficha de recolección de datos

#### 3.2.3. Financieros:

- Autofinanciados



## CAPÍTULO III RESULTADOS

Tabla 2 Adolescentes encuestados del Colegio Alexander Fleming según edad, sexo y grado de estudios

<b>Edad</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje %</b>
11	6	5.4
12	29	26.1
13	41	36.9
14	31	27.9
15	4	3.6
<b>Total</b>	<b>111</b>	<b>100</b>
<b>Sexo</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje %</b>
Masculino	53	47.75
Femenino	58	52.25
<b>Total</b>	<b>111</b>	<b>100</b>
<b>Grado de estudios</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje %</b>
1° de secundaria	26	23.42
2° de secundaria	45	40.54
3° de secundaria	40	36.04
<b>Total</b>	<b>111</b>	<b>100</b>

La tabla 2 muestra que la mayoría de los estudiantes encuestados tienen 13 años, representando el 36.9% de la población total, seguidos por los de 14 años con un 27.9% y los de 12 años con un 26.1%, mientras que los de 11 y 15 años representan los grupos más pequeños con un 5.4% y un 3.6%, respectivamente. En cuanto al sexo, la distribución es equilibrada, con un 52.25% de mujeres y un 47.75% de hombres. Respecto al grado de estudios, el mayor grupo corresponde al segundo de secundaria con un 40.54%, seguido por el tercero con un 36.04%, y finalmente el primero con un 23.42%. Estos datos evidencian una muestra representativa de adolescentes

en pleno desarrollo escolar, con una distribución equilibrada de géneros y una mayor concentración en los grados intermedios.

Tabla 3 Adolescentes encuestados del Colegio Alexander Fleming según personas con que vive, antecedentes de diagnóstico y tratamiento farmacológico psiquiátrico y si posee discapacidad.

<b>Número de personas con las que vive</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje %</b>
1 a 4	80	72.07
5 a 8	23	20.72
8 a mas	8	7.21
<b>Total</b>	<b>111</b>	<b>100</b>

<b>Antecedentes de diagnóstico psiquiátrico</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje %</b>
Si	10	9.01
No	101	90.99
<b>Total</b>	<b>111</b>	<b>100</b>

<b>Antecedente de tratamiento farmacológico psiquiátrico</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje %</b>
Si	5	4.50
No	106	95.50
<b>Total</b>	<b>111</b>	<b>100</b>

<b>Posee una discapacidad física</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje %</b>
Si	1	0.90
No	110	99.10
<b>Total</b>	<b>111</b>	<b>100</b>

La tabla 3 muestra que la mayoría de los estudiantes encuestados viven en hogares con 1 a 4 personas, representando el 72.07%, seguidos por aquellos que viven con 5 a 8 personas, que corresponden al 20.72%, mientras que solo el 7.21% reside en hogares con más de 8 personas. En relación con antecedentes de diagnóstico psiquiátrico, el 90.99% indicó no tenerlos, y solo un 9.01% afirmó lo contrario. Respecto al antecedente de tratamiento farmacológico psiquiátrico, el 95.5% no tiene historial, mientras que el 4.5% reportó haber recibido este tipo de tratamiento. Finalmente, el 99.1% de los encuestados no posee una discapacidad física, mientras que solo el 0.9% indicó lo contrario. Estos datos reflejan un entorno mayormente estable en cuanto a condiciones de convivencia y de salud física y mental dentro de la población estudiada.

Tabla 4 Niveles de autoestima en adolescentes encuestados del Colegio Alexander Fleming

Niveles de autoestima	Frecuencia	Porcentaje %
ALTA AUTOESTIMA (40 a 50 puntos)	30	27.03
AUTOESTIMA MEDIA (30 a 39 puntos)	54	48.65
BAJA AUTOESTIMA (10 a 29 puntos)	27	24.32
<b>Total</b>	<b>111</b>	<b>100</b>

En cuanto a los niveles de autoestima en los adolescentes encuestados de la tabla 4, se observa que el 48.65% presenta una autoestima media, siendo este el grupo mayoritario. Le sigue el 27.03% que reporta una alta autoestima, mientras que un 24.32% presenta una autoestima baja. Estos resultados indican que, aunque la mayoría de los adolescentes tiene una autoestima media, casi una cuarta parte de ellos se encuentra en niveles bajos, lo que podría ser un indicador relevante para futuras intervenciones psicoeducativas en esta población.

Tabla 5 Niveles de FOMO en adolescentes encuestados del Colegio Alexander Fleming

Niveles de FOMO	Frecuencia	Porcentaje %
Bajo nivel de FOMO: 10 a 19 puntos	15	13.51
Moderado nivel de FOMO: 20 a 39 puntos	91	81.98
Alto nivel de FOMO: 40 a 50 puntos	5	4.50
<b>Total</b>	<b>111</b>	<b>100</b>

En relación con los niveles de FOMO en los adolescentes encuestados según la tabla 5, se identifica que la mayoría, con un 81.98%, presenta un nivel moderado de FOMO. Un 13.51% muestra un bajo nivel de FOMO, mientras que solo el 4.5% alcanza un alto nivel de FOMO. Esto refleja que, aunque la mayoría de los adolescentes experimenta un grado moderado de este síndrome, existen casos de mayor intensidad que podrían requerir una atención particular para prevenir consecuencias emocionales o sociales más graves.

Tabla 6 Niveles de FOMO en adolescentes encuestados del Colegio Alexander Fleming por dimensiones

Dimensiones de FOMO	Niveles de FOMO	Frecuencia	Porcentaje %
Ansiedad por perderse eventos sociales	Bajo nivel	36	32.43
	Moderado nivel	63	56.76
	Alto nivel	12	10.81
<b>Total</b>		<b>111</b>	<b>100</b>
Uso compulsivo de redes sociales	Bajo nivel	43	38.77
	Moderado nivel	51	45.95
	Alto nivel	17	15.28
<b>Total</b>		<b>111</b>	<b>100</b>

Miedo a la exclusión	Bajo nivel	15	13.51
	Moderado nivel	57	51.35
	Alto nivel	39	35.14
<b>Total</b>		<b>111</b>	<b>100</b>
Necesidad de validación externa	Bajo nivel	35	31.53
	Moderado nivel	50	45.05
	Alto nivel	26	23.42
<b>Total</b>		<b>111</b>	<b>100</b>

En la tabla 6 podemos apreciar la distribución de los niveles de FOMO en cada una de sus dimensiones, esto permite identificar cómo este fenómeno afecta a los adolescentes encuestados en distintos aspectos. En la dimensión de ansiedad por perderse eventos sociales, se observa que la mayoría de los estudiantes (56.76%) presenta un nivel moderado, mientras que un 10.81% muestra un nivel alto de ansiedad por no participar en experiencias sociales. Este hallazgo indica que más de la mitad de los adolescentes experimenta cierta preocupación por perderse eventos importantes, lo que puede estar relacionado con una dependencia de la información sobre las actividades de sus amigos. En cuanto a la dimensión de uso compulsivo de redes sociales, se evidencia que el 45.95% de los encuestados tiene un nivel moderado, mientras que un 15.28% presenta un nivel alto de uso compulsivo. Este dato sugiere que un porcentaje significativo de adolescentes siente la necesidad de revisar constantemente lo que ocurre en sus redes sociales, lo que podría estar vinculado con una menor capacidad de autocontrol digital y una mayor exposición al FOMO. Por otro lado, la dimensión de miedo a la exclusión presenta los valores más preocupantes, con un 35.14% de adolescentes en un nivel alto, mientras que el 51.35% se encuentra en un nivel moderado. Esto implica que más de la mitad de los encuestados siente una preocupación constante por ser excluidos de actividades

sociales, lo que puede generar ansiedad, estrés e inseguridad emocional. Este hallazgo es relevante, ya que el miedo a la exclusión puede contribuir al desarrollo de problemas de autoestima y dependencia de la validación externa. Finalmente, en la dimensión de necesidad de validación externa, el 45.05% de los estudiantes se encuentra en un nivel moderado, mientras que el 23.42% presenta un nivel alto. Esto indica que casi una cuarta parte de los adolescentes encuestados siente una necesidad elevada de compartir sus experiencias en redes sociales para recibir reconocimiento o aprobación de los demás. Este tipo de comportamiento puede generar dependencia de la validación social y afectar la construcción de una identidad personal basada en la autoaceptación en lugar de la aceptación externa. En general, los resultados reflejan que la mayoría de los adolescentes encuestados presenta niveles moderados en las cuatro dimensiones del FOMO, aunque la dimensión de miedo a la exclusión muestra una mayor concentración en niveles altos. Estos hallazgos resaltan la importancia de abordar estrategias de intervención dirigidas a mejorar la regulación emocional y la autoestima de los adolescentes, promoviendo un uso equilibrado de las redes sociales y disminuyendo la dependencia de la validación externa.

Tabla 7 Correlación Rho de Spearman entre las variables Autoestima y Síndrome de FOMO

<b>Correlaciones</b>				
			Síndrome de FOMO	Nivel de Autoestima
Rho de Spearman	Síndrome de FOMO	Coefficiente de correlación	1.000	-.414**
		Sig. (bilateral)	.	.000
		N	111	111
	Nivel de Autoestima	Coefficiente de correlación	-.414**	1.000
		Sig. (bilateral)	.000	.
		N	111	111

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la Tabla 7 se refleja la correlación de Spearman Rho entre la autoestima y el síndrome de FOMO en los adolescentes encuestados del Colegio Alexander Fleming, que fue de -0.414, lo que representa una correlación negativa moderada y significativa entre estas dos variables. Esto sugiere que, cuando los niveles de FOMO tienden a elevarse entre los adolescentes, su autoestima tiende a disminuir y lo inverso también es cierto. Así, los adolescentes con baja autoestima parecen tener niveles más altos de miedo a perderse algo (FOMO), y aquellos que tienen una mayor autoestima demuestran niveles más bajos de este síndrome. Desde una perspectiva clínica, estos resultados resaltan la necesidad de considerar el desarrollo de intervenciones y programas psicoeducativos destinados a aumentar la autoestima entre los adolescentes, como un medio para mitigar los efectos del síndrome FOMO. Hacerlo también puede mejorar la salud emocional de los estudiantes, para evitar posibles efectos adversos que surjan de una alta dependencia de la interacción social y tecnológica.

## DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos del presente estudio titulado "Niveles de autoestima y la asociación con el síndrome FOMO en adolescentes del colegio Alexander Fleming, Arequipa, enero de 2025", revelan que la mayoría de los adolescentes encuestados tiene un nivel moderado de FOMO (81.98%), con un 4.5% mostrando un nivel alto y un 13.51% mostrando un nivel bajo. Estos datos indican que una porción considerable de estudiantes sufre de un intenso miedo a perderse actividades sociales, probablemente vinculado a una mayor dependencia de las redes sociales y una necesidad de validación externa. Estos hallazgos corroboran aquellos de estudios previos realizados en escuelas secundarias. Por ejemplo, Gutiérrez Pérez (2021) en su estudio en una escuela de Arequipa, señaló que los adolescentes que pasan más tiempo en redes sociales tienen niveles más altos de FOMO, lo que impactó negativamente su autoestima y bienestar emocional. De la misma manera, Castro Alarcón (2020) en Tacna señaló que los adolescentes de una escuela con alta FOMO tendían a volverse más adictos a las redes sociales, lo que impactó negativamente su autoconcepto y relaciones interpersonales.

En el ámbito internacional, Fernández (2020) en Chile también identificó un vínculo entre la elevada FOMO y la ansiedad social en adolescentes, como aquellos con climas familiares y sociales con alta dependencia a redes sociales y poca satisfacción personal. En comparación con estos antecedentes, este estudio ratifica que el FOMO es un fenómeno omnipresente entre los adolescentes, y a pesar de que el porcentaje de alumnos con FOMO alto es relativamente bajo, el alto promedio del FOMO moderado hace suponer que una gran parte de los jóvenes padece de ansiedad por exclusión social. Estos datos sugieren la necesidad de atención psicológica para la gran cantidad de jóvenes que tanto baja la autoestima como un incremento en el deseo de excluir socialmente. Se relaciona los resultados de este estudio con el resto de la investigación, dentro de los contextos socioculturales, y las perspectivas prácticas y teóricas que esto plantea.

El análisis comparativo con anteriores investigaciones define, de una manera general, que la FOMO correlaciona de forma negativa con la autoestima, lo cual es coherente con los cientos de trabajos internos e internacionales que se han realizado. Como ejemplo, Gutiérrez Pérez (2021) en Arequipa, determinó que la sobreexposición a las redes sociales, en especial cuando se utilizan por más de tres horas diarias, estaba relacionada con mayor FOMO y menor autoestima. De igual manera, en México, Martínez García (2021) y en Chile, Fernández Pérez (2020) encontraron que el miedo a perderse eventos sociales y la necesidad de autoafirmarse mediante el uso de redes sociales tuvieron en gran medida una interrelación negativa sobre la autovaloración. En estos estudios, no solo el FOMO afecta la autoestima, sino que empeora la ansiedad social y el estrés en los adolescentes.

Considerando estos estudios, el actual ofrece más evidencia que apoya la correlación negativa de las dos variables dentro de un contexto particular de Arequipa, donde las dinámicas sociales y culturales pueden determinar las formas en que los adolescentes se relacionan con las redes sociales y su autoestima. Los hallazgos también coinciden con los de Castro Alarcón (2020) en Tacna, quien señaló que el síndrome FOMO agrava la adicción a las redes sociales y, a su vez, tiene un efecto perjudicial en la autoestima y las relaciones interpersonales. Sin embargo, este estudio se diferencia de otros que enfatizan el tiempo dedicado a las redes sociales como el factor clave. Este estudio se centra en las consecuencias emocionales y psicológicas relacionadas con el uso de las redes sociales.

Reflexionando sobre los niveles de autoestima, considerando ahora los niveles de autoestima que se identificaron en la muestra estudiada, se notó que el 48.65% de los adolescentes que presenta autoestima media, mientras que un 24.32% presenta baja autoestima. Este hallazgo es preocupante, ya que casi una cuarta parte de la población estudiada tiene problemas para tener una imagen favorable de ellos mismos. Aunque estos resultados no son del todo inusuales, son un tanto diferentes de estudios realizados anteriormente en esta área. Por citar, Mamani (2021)

en Moquegua, halló que la mayor parte de los adolescentes evaluados presentaban altos niveles de autoestima, lo cual atribuía a un buen desarrollo de las habilidades sociales. Este contraste puede estar influenciado por diferencias en los contextos escolares, familiares o sociales donde se encuentran los estudiantes.

Por su parte, los niveles de autoestima en esta investigación son coherentes con los de Quispe (2020), quien también reportó una importante prevalencia de autoestima media y baja entre los adolescentes de Moquegua. No obstante, este estudio también incluye resultados relevantes relacionados al déficit psicológico de FOMO y el impacto que provoca en la autoestima, sumándose a diversas áreas como el rendimiento académico.

Teniendo en cuenta los niveles de FOMO y sus implicaciones, podemos afirmar que el análisis de los niveles de FOMO en la muestra muestra que el 81.98% de los adolescentes tiene un FOMO moderado y el 4.5% tiene un nivel alto. A pesar de que el porcentaje de adolescentes con alto FOMO es bajo, es preocupante ignorarlo porque estos adolescentes probablemente están en mayor riesgo de experimentar dificultades emocionales, incluyendo ansiedad, estrés o incluso síntomas depresivos. Además, es alarmante que la mayoría de los adolescentes se encuentren dentro del rango moderado de FOMO, lo que indica que experimentan una cantidad considerable de ansiedad relacionada con eventos sociales y dependencia de las redes sociales. Tales hallazgos se encuentran junto a otros estudios como el de Fernández Pérez (2020), quien descubrió que los adolescentes con niveles elevados de FOMO también exhiben mayores niveles de ansiedad social. Además, Martínez García (2021) señaló que el fenómeno FOMO está principalmente asociado a la necesidad perpetua de validación social a través de "me gusta" y comentarios, una práctica que puede socavar la autoimagen y aumentar los sentimientos de alienación. En este sentido, el estudio actual deja en claro que hay evidencia convincente que apoya la noción de que el FOMO no se limita al ámbito de las redes sociales, sino que también

es un indicador psicológico que tiene un efecto perjudicial en la salud emocional de los adolescentes.

Considerando la importancia de actuar en la autoestima, entendemos que la correlación entre FOMO y autoestima resalta la necesidad de poner en práctica estrategias e intervenciones que busquen fortalecer la autoestima en adolescentes con el objetivo de ayudar a minimizar el daño causado por el FOMO y otros desordenes emocionales asociados. Los adolescentes con autoestima reducida son altamente susceptibles al FOMO, ya que su búsqueda de validación externa y comparativa alimenta un ciclo de inseguridad y dependencia emocional. Trabajar en la formación de una autoestima positiva podría, no solo lograr un menor nivel de FOMO, sino también un mejor estado general de los jóvenes.

Todos los estudios previos revisados refuerzan esta afirmación en particular. Por ejemplo, Quispe (2020) recomendó implementar programas de desarrollo emocional en las escuelas para promover una autoestima positiva, mientras que Castro Alarcón (2020) propuso tratar la adicción a las redes sociales como una variable interviniente en la relación entre la autoestima y el bienestar emocional. En este sentido, esta investigación añade evidencia para apoyar la necesidad de tales intervenciones, particularmente en entornos escolares donde los adolescentes enfrentan diversas presiones sociales y académicas.

A pesar de que los hallazgos de este estudio son relevantes, permítanos destacar algunas limitaciones. En primer lugar, el tamaño de la muestra (111 adolescentes) posiblemente no sea representativo del total de la población adolescente en Arequipa, lo que limita la generalización de los resultados. Otros aspectos que también limitan la generalización son la falta de representatividad de los participantes y el diseño transversal del estudio que indudablemente impide establecer relaciones causales entre las variables. En este sentido, puede existir otros factores como el apoyo familiar o las habilidades sociales que intervienen en la relación de autoestima y FOMO. Adicionalmente, aunque la herramienta de FOMO y la autoestima posee

validez y confiabilidad, sería mejorable incorporando otras que midan la ansiedad social o la percepción de exclusión. La inclusión de estos factores en el estudio permitiría dar una mirada más completa a la relación entre la autoestima y el FOMO.

Con relación al estudio, podemos ver cómo los resultados obtenidos son de gran relevancia para la elaboración de los programas educativos y de salud mental enfocados a los adolescentes. Las instituciones de educación son probablemente las que más pueden ayudar, mediante la realización de talleres y otras actividades que fomenten el desarrollo de la autoestima y un buen manejo de las redes sociales. A esto se suman los padres, cuya colaboración sería valiosa, porque el ambiente familiar también prima en la problemática emocional de los adolescentes. Para concluir, podemos afirmar que este estudio refuerza la importancia social y emocional de la autoestima como un factor de protección en el contexto del FOMO y otros problemas emocionales relacionados con la tecnología. La moderación observada y los bajos puntajes de autoestima de esta muestra, en combinación con la correlación negativa entre la autoestima y el FOMO, destacan la urgencia de lo que actualmente es una intervención educativa y psicológica multidisciplinaria para abordar estos problemas de autoestima y FOMO, así como para mejorar el bienestar emocional y social de los adolescentes.

## CONCLUSIONES

### PRIMERA

Se identificó que los niveles de autoestima de los adolescentes del Colegio Alexander Fleming están distribuidos de la siguiente manera: un 48.65% de los estudiantes presenta una autoestima media, un 27.03% tiene una autoestima alta y un 24.32% se encuentra en niveles de autoestima baja. Esta información pone de manifiesto que cerca de un cuarto de los adolescentes tiene problemas para sostener una valoración personal positiva y esto afecta su salud emocional, social y académica. En relación con las investigaciones anteriores en contextos semejantes, los niveles de autoestima que se reportan son estables, aunque esta población muestra una mayor ubioidad de autoestima media.

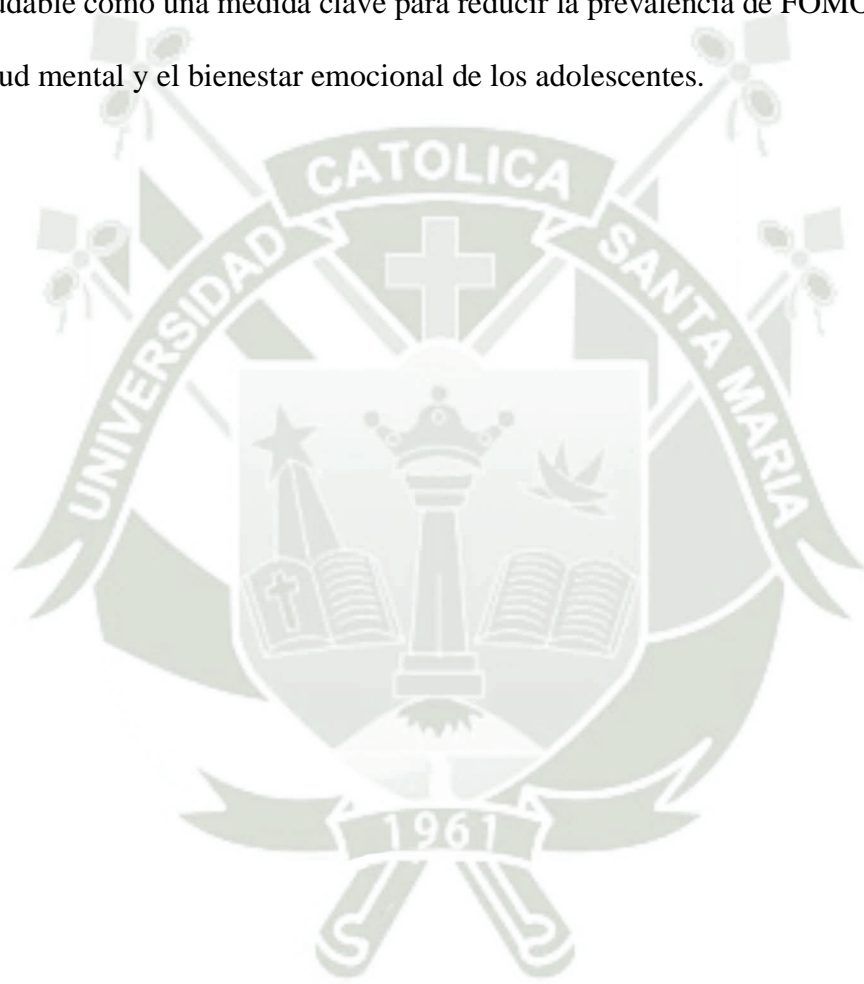
### SEGUNDA

La mayoría de los adolescentes encuestados (81.98%) presenta un nivel moderado de FOMO, lo que indica que experimentan una preocupación constante por no perderse eventos sociales y buscan mantenerse informados sobre las actividades de su entorno. Un 4.5% de los estudiantes muestra un nivel alto de FOMO, lo que sugiere una mayor ansiedad y dependencia de la conectividad digital, mientras que solo un 13.51% presenta un nivel bajo, reflejando una menor preocupación por perderse experiencias sociales. Estos hallazgos sugieren que, aunque la mayoría de los adolescentes no requiere una intervención urgente, sí existe una dependencia considerable de las redes sociales, lo que puede influir en su bienestar emocional y social a largo plazo.

### TERCERA

El presente estudio confirma que existe una correlación negativa significativa entre la autoestima y el síndrome de FOMO en los adolescentes encuestados del Colegio Alexander Fleming, evidenciada por un coeficiente de Spearman de -0.414. Esto indica que a medida que los niveles de autoestima disminuyen, la tendencia a experimentar FOMO aumenta,

generando una mayor necesidad de validación externa y comparación social en redes digitales. Este patrón afecta negativamente el desarrollo personal, social y académico de los adolescentes, atrapándolos en un ciclo emocional de inseguridad y dependencia de la aprobación externa. Los hallazgos resaltan la importancia de implementar estrategias que fortalezcan la autoestima en los entornos escolares, promoviendo un autoconcepto positivo y saludable como una medida clave para reducir la prevalencia de FOMO y sus efectos en la salud mental y el bienestar emocional de los adolescentes.



## RECOMENDACIONES

- 1) Se recomienda que los educadores y directivos del Colegio Alexander Fleming y otras instituciones educativas de características similares, diseñen e implementen programas de autoconocimiento y fortalecimiento de la autoestima como estrategia de prevención ante el síndrome de FOMO y otros desafíos emocionales en adolescentes. Estos programas pueden desarrollarse a través de talleres prácticos que fomenten la identificación de fortalezas personales, el desarrollo de habilidades sociales y emocionales, y la construcción de una autoimagen saludable.
- 2) Se recomienda que los padres de familia de adolescentes que presentan niveles de FOMO, reciban capacitación en habilidades de apoyo emocional para ayudar a sus hijos a fortalecer su autoestima y así enfrentar los efectos de este síndrome. Es fundamental que los padres aprendan a identificar signos de baja autoestima y ansiedad social, así como a establecer una comunicación abierta y asertiva con sus hijos. Para ello, se sugiere la realización de talleres y charlas dirigidas a familias, donde se enseñen estrategias de escucha activa, construcción de resiliencia emocional y fortalecimiento de vínculos afectivos.
- 3) Se recomienda que los profesionales de la salud mental y médicos en el ámbito escolar y comunitario implementen estrategias de detección temprana y prevención del FOMO y sus efectos en la autoestima de los adolescentes. Es fundamental que el personal de salud, especialmente psicólogos, psiquiatras y médicos generales, realicen evaluaciones periódicas sobre el bienestar emocional de los estudiantes, identificando signos de ansiedad social, dependencia de redes sociales y baja autoestima. Asimismo, se sugiere la promoción de intervenciones psicoeducativas, incluyendo charlas, asesorías individuales y grupales, que brinden herramientas para el manejo de la ansiedad y la construcción de una identidad sólida y saludable.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Delgado López LM, Rivas Hernández J. Autoestima y su impacto en la salud emocional de los adolescentes. 2ª ed. Madrid: Editorial Salud Mental; 2020. p. 45-67.
2. Martínez Chávez C, Pérez González A. Factores psicosociales asociados a la baja autoestima en adolescentes. En: Psicología y Salud. Ciudad de México: Editorial Psique; 2021. p. 123-145.
3. Rodríguez Gutiérrez FJ, Hernández López R. Ansiedad y validación social en adolescentes: Impacto de las redes sociales. Buenos Aires: Editorial Psicológica; 2020. p. 89-110.
4. Gómez Pacheco R, Vargas Echeverría L. Relación entre redes sociales y síndrome de FOMO en estudiantes secundarios. Bogotá: Revista Latinoamericana de Psicología; 2022. p. 201-220.
5. Cruz Hidalgo M, Torres Fernández T. Impacto del síndrome de FOMO en adolescentes: Perspectiva desde la psicología educativa. Lima: Psicología Educativa; 2021. p. 77-95.
6. Alonso Jiménez F, Ramírez Sánchez L. Estrategias de intervención en adolescentes con síndrome de FOMO. Barcelona: Psicología Clínica Contemporánea; 2021. p. 150-170.
7. Hernández Díaz S, López Méndez M. Intervenciones psicoeducativas en adolescentes con problemas emocionales relacionados con el uso de redes sociales. Sevilla: Revista Iberoamericana de Psicología; 2020. p. 33-50.
8. García Morales P, Santos Ruiz D. La influencia del uso de redes sociales en el bienestar emocional de los adolescentes. Santiago de Chile: Revista de Psicología Social; 2022. p. 101-120.

9. Navarro Ortega J, Flores Escobar A. Educación emocional en adolescentes: Una estrategia para combatir los efectos negativos del FOMO. Quito: Psicología Escolar; 2021. p. 65-85.
10. Pérez Salinas R, Varela Cortés C. Desarrollo psicosocial en la adolescencia: Rol de la autoestima y las redes sociales. Medellín: Psicología y Desarrollo Humano; 2022. p. 45-70.
11. Cornelis MM, Hein H, Schaalma N. Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. Oxford: Oxford University Press; 2018. p. 210-230.
12. Orth U, Robins R. El desarrollo de la autoestima en adolescentes. Berna: Springer; 2019. p. 95-115.
13. Martínez López P, Fernández Castro J. Autoestima y desarrollo personal: nuevas perspectivas. Madrid: Editorial Universitaria; 2020. p. 50-75.
14. García Ruiz A, López Sánchez M. La autoestima en la era digital. Barcelona: Editorial Digital; 2021. p. 120-140.
15. Rodríguez Fernández A, González Torres MC. Autoestima y bienestar psicológico en adolescentes españoles. Bilbao: Editorial Vasca; 2019. p. 80-100.
16. Pérez Santos E, Muñoz García A. Componentes de la autoestima: un análisis actual. Sevilla: Editorial Psique; 2020. Cap. 3, p. 112-130.
17. Torres Velásquez LE, Rodríguez Soriano NY. Rendimiento académico y autoestima en estudiantes universitarios. Ciudad de México: Ediciones Académicas; 2019. Cap. 2, p. 95-115.
18. Ruiz González P, Medina Mesa Y. La autoestima específica en contextos educativos. Bogotá: Editorial Académica; 2021. Cap. 1, p. 70-90.
19. Martínez Loredo V, Fernández Hermida JR. Desarrollo evolutivo de la autoestima: una revisión sistemática. Oviedo: Ediciones del Norte; 2020. Cap. 5, p. 50-70.

20. González Pienda JA, Núñez JC. La autoestima en el ciclo vital: nuevas perspectivas. Oviedo: Ediciones del Norte; 2019. Cap. 6, p. 60-80.
21. Sánchez García F, López Martínez A. Autoestima y bienestar psicológico en la era digital. Madrid: Editorial TecnoPsique; 2021. Cap. 3, p. 85-105.
22. Pérez Álvarez M, García Montes JM. Influencia familiar en el desarrollo de la autoestima adolescente. Madrid: Editorial Crecimiento Personal; 2020. Cap. 4, p. 140-160.
23. Rodríguez Naranjo C, Caño A. Desarrollo de la autoestima en el contexto familiar contemporáneo. Sevilla: Editorial Actualidad; 2019. Cap. 2, p. 75-95.
24. Torres García L, Ruiz Martínez AO. La influencia de los pares en la autoestima adolescente. Ciudad de México: Ediciones Sociales; 2020. Cap. 3, p. 110-130.
25. Vázquez Morejón AJ, Jiménez García Bóveda R. Exclusión social y autoestima en adolescentes: un estudio longitudinal. Sevilla: Editorial Actualidad; 2021. Cap. 5, p. 100-120.
26. Moreno Murcia JA, Cervelló E. Imagen corporal y autoestima en la adolescencia actual. Elche: Ediciones Levante; 2020. Cap. 4, p. 55-75.
27. Fernández Bustos JG, González Martí I. Insatisfacción corporal y autoestima: metaanálisis actualizado. Valencia: Editorial Mediterráneo; 2019. Cap. 6, p. 90-110.
28. Navarro Pardo E, Meléndez JC. Rendimiento académico y su relación con la autoestima: estudios actuales. Valencia: Editorial Mediterráneo; 2020. Cap. 3, p. 45-65.
29. Caso Niebla J, Hernández Guzmán L. Autoestima y rendimiento académico: estado actual de la investigación. Ciudad de México: Ediciones Educativas; 2020. Cap. 2, p. 89-112.

30. Díaz Aguado MJ, Martínez R. Variables psicoeducativas y autoestima en el contexto escolar. Madrid: Editorial PsicoEducativa; 2019. Cap. 3, p. 123-137.
31. Valle A, Regueiro B. Autoeficacia y autoestima en el contexto educativo actual. Santiago de Compostela: Editorial Educación y Psicología; 2020. Cap. 2, p. 45-65.
32. Méndez F, Espada JP. Consecuencias de la baja autoestima en la salud mental adolescente. Alicante: Editorial Psique; 2021. Cap. 3, p. 78-100.
33. Garaigordobil M, Durá A. Relaciones interpersonales y autoestima: un análisis actual. Bilbao: Editorial Vasca; 2020. Cap. 4, p. 120-140.
34. Echeburúa E, Salaberría K. Autoestima y trastornos emocionales: una revisión actualizada. San Sebastián: Ediciones Psicosociales; 2021. Cap. 5, p. 90-115.
35. Crocker J, Wolfe C. Estabilidad de la autoestima: implicaciones para la salud mental. Columbus: Editorial Universitaria de Ohio; 2020. Cap. 2, p. 50-75.
36. Przybylski A, Murayama K, DeHaan C, Gladwell V. Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. Oxford: Oxford University Press; 2018. p. 210-230.
37. Gil F, Del Valle G, Oberst U, Chamarro A. Nuevas tecnologías y fear of missing out en adolescentes. Barcelona: Editorial Digital; 2020. Cap. 3, p. 98-120.
38. Ryan R, Deci E. Self-determination theory and the role of basic psychological needs in personality and the organization of behavior. Nueva York: Editorial Psychology Today; 2019. Cap. 1, p. 15-45.
39. Wegmann E, Oberst U, Stodt B, Brand M. Online-specific fear of missing out and Internet-use expectancies contribute to symptoms of Internet-communication disorder. Duisburgo: Ediciones Comportamentales; 2019. Cap. 2, p. 60-85.
40. Festinger L, Pepitone A. Teoría de la comparación social en la era digital. Nueva York: Ediciones Sociales; 2020. Cap. 4, p. 112-135.

41. Baker Z, Krieger H, LeRoy A. Fear of missing out: Relationships with depression, mindfulness, and physical symptoms. Misuri: Editorial Psicología Conductual; 2019. Cap. 2, p. 70-95.
42. Przybylski A, Weinstein N. Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality. Oxford: Oxford University Press; 2018. Cap. 5, p. 140-160.
43. Beyens I, Frison E, Eggermont S. "I don't want to miss a thing": Adolescents' fear of missing out and its relationship to adolescents' social needs, Facebook use, and Facebook related stress. Lovaina: Ediciones Educativas; 2018. Cap. 3, p. 75-95.
44. Scott H, Woods H. Fear of missing out and sleep: Cognitive behavioural factors in adolescents' nighttime social media use. Londres: Ediciones Psicológicas; 2018. Cap. 2, p. 89-110.
45. Elhai J, Levine J, Dvorak R, Hall B. Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. Columbus: Editorial Universitaria de Ohio; 2018. Cap. 4, p. 55-85.
46. Rennoldson M, Griffiths M. School-based Prevention for Adolescent Internet Addiction: Prevention is the Key. A Systematic Literature Review. Nottingham: Ediciones Neuropsicológicas; 2019. Cap. 3, p. 98-120.
47. Moreno D, Musitu G. Digital disconnection as a preventive strategy for adolescent mental health: Current perspectives. Valencia: Editorial Mediterráneo; 2021. Cap. 2, p. 70-90.
48. Martínez Chávez C, Pérez González A. Factores psicosociales asociados a la baja autoestima en adolescentes. Ciudad de México: Editorial Psique; 2021. Cap. 4, p. 120-140.

49. Gómez Pacheco R, Vargas Echeverría L. Relación entre redes sociales y síndrome de FOMO en estudiantes secundarios. Bogotá: Editorial Latinoamericana; 2022. Cap. 5, p. 100-125.
50. Hernández Díaz S, López Méndez M. Intervenciones psicoeducativas en adolescentes con problemas emocionales relacionados con el uso de redes sociales. Sevilla: Editorial PsicoEducativa; 2020. Cap. 3, p. 45-60.
51. Rodríguez Gutiérrez FJ, Hernández López R. Ansiedad y validación social en adolescentes: Impacto de las redes sociales. Buenos Aires: Ediciones Sociales; 2020. Cap. 2, p. 75-95.
52. Mamani L. La relación entre autoestima y habilidades sociales en adolescentes de secundaria de la I.E. Santa Fortunata. Moquegua: Universidad Nacional de Moquegua; 2021. Cap. 1, p. 10-25.
53. Quispe P. Autoestima y rendimiento académico en adolescentes de 4° y 5° de secundaria en la I.E. Mariscal Nieto. Moquegua: Universidad Nacional de Moquegua; 2020. Cap. 2, p. 30-50.
54. Gutiérrez Pérez DC. Relación entre el uso de redes sociales y el desarrollo de la autoestima en adolescentes de nivel secundario. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa; 2021. Cap. 3, p. 20-40.
55. Castro Alarcón JE. Autoestima y adicción a redes sociales en adolescentes de secundaria en la ciudad de Tacna. Tacna: Universidad Privada de Tacna; 2020. Cap. 4, p. 50-70.
56. Martínez García L. Relación entre el uso de redes sociales, el FOMO y la autoestima en adolescentes. Ciudad de México: Universidad Nacional Autónoma de México; 2021. Cap. 5, p. 70-90.

57. Fernández Pérez C. Autoestima y miedo a perderse eventos (FOMO) en adolescentes chilenos: un estudio correlacional. Santiago de Chile: Pontificia Universidad Católica de Chile; 2020. Cap. 2, p. 40-60.



## ANEXOS

# Anexo 1

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

(PARA PADRES O TUTORES)

**Título del estudio:**

*La autoestima y el Síndrome de FOMO (Fear of Missing Out) en adolescentes*

**Investigadora:**

Medalit Dayanna Palomino de la Torre  
WhatsApp: 913220348

**Institución Educativa donde se aplica el estudio:**

---

### 1. Propósito del Estudio:

El propósito de este estudio es analizar la relación entre la autoestima y el Síndrome de FOMO (miedo a perderse algo importante) en adolescentes de 12 a 13 años. Para ello, utilizaremos dos instrumentos reconocidos: el *Cuestionario de Autoestima de Rosenberg* y la *Escala de FOMO*. Los resultados de esta investigación ayudarán a comprender mejor cómo estos factores pueden afectar el bienestar de los adolescentes.

### 2. Participación en el Estudio:

Su hijo/a será invitado/a a participar en este estudio, en el cual se le pedirá que complete dos cuestionarios. La participación es completamente voluntaria, y su hijo/a podrá retirarse en cualquier momento sin repercusiones de ningún tipo.

### 4. Procedimientos a Realizarse:

Se le pedirá a su hijo/a que complete los siguientes cuestionarios:

- *Cuestionario de Autoestima de Rosenberg*: diseñado para medir el nivel de autoestima.
- *Escala de FOMO*: que evalúa la intensidad del miedo a perderse experiencias sociales o importantes.

La aplicación de los cuestionarios se realizará en el aula de clases de su Institución Educativa y tomará aproximadamente 30 minutos para completarse. Las respuestas de su hijo/a serán registradas de manera anónima.

### 5. Riesgos y Beneficios:

- **Riesgos:** La participación en este estudio implica un riesgo mínimo. Es posible que su hijo/a sienta algo de incomodidad al responder preguntas sobre su autoestima o

emociones. Si surge alguna inquietud, se brindará apoyo adecuado y la posibilidad de hablar con un profesional en caso de ser necesario.

- **Beneficios:** Este estudio no proporcionará beneficios directos a su hijo/a. Sin embargo, la información obtenida contribuirá a una mejor comprensión de los factores que afectan la autoestima y el bienestar emocional de los adolescentes.

#### 4. Compromiso de Confidencialidad de la Información:

La información proporcionada será tratada de forma confidencial. Los datos obtenidos serán utilizados únicamente para fines de esta investigación y serán resguardados de acuerdo con las normativas de confidencialidad vigentes. Los resultados serán presentados de manera general y anónima, por lo que la identidad de su hijo/a no será revelada en ninguna publicación o informe.

#### 5. Derecho a Retirarse:

La participación en este estudio es completamente voluntaria. Usted y su hijo/a tienen el derecho de retirarse en cualquier momento sin necesidad de dar explicaciones y sin que esto implique ninguna consecuencia.

---

### Declaración de Consentimiento

Yo, \_\_\_\_\_ (nombre del padre, madre o tutor), he leído la información anterior o se me ha explicado su contenido, y comprendo los detalles del estudio.

Autorizo que mi hijo/a \_\_\_\_\_ (nombre del participante) participe en este estudio y en la aplicación de los cuestionarios.

**Firma del Padre/Madre o Tutor:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

**Firma de la Investigadora:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

## Anexo 2

### Ficha de Recolección de Datos

#### Título del Proyecto de Investigación:

*Niveles de autoestima y su asociación con el síndrome de FOMO en adolescentes de un colegio de Arequipa, enero 2025.*

#### Instrucciones:

Por favor, complete la siguiente información de manera clara y veraz. Los datos proporcionados serán utilizados únicamente con fines académicos y serán tratados con estricta confidencialidad.

#### Sección 1: Datos Generales

1. Código del participante (Asignado por el investigador): \_\_\_\_\_
2. Fecha de recolección de datos: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

#### Sección 2: Información Sociodemográfica

1. Edad:
  - \_\_\_\_ años.
2. Género:
  - a) Masculino
  - b) Femenino
3. Grado de estudios:
  - 1° de secundaria
  - 2° de secundaria
  - 3° de secundaria
  - 4° de secundaria
  - 5° de secundaria
4. Número de personas con las que vive actualmente:
  - a) \_\_\_\_\_ Personas
5. Posee antecedente de diagnóstico psiquiátrico  
SI/NO
6. Posee antecedente de tratamiento farmacológico psiquiátrico  
SI/NO
7. Posee alguna discapacidad física  
SI/NO

## Anexo 3

### TEST DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG

#### INSTRUCCIONES

Estimado estudiante, a continuación, le presentamos una serie de interrogantes, exprese su opinión, considerando que no existen respuestas correctas ni incorrectas, marcando con un aspa (X) en la columna de respuesta que mejor exprese su punto de vista.

ESCALA	PUNTAJE
1 = Totalmente en desacuerdo	1
2 = En desacuerdo	2
3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3
4 = De acuerdo	4
5 = Totalmente de acuerdo	5

PREGUNTAS		VALORACION				
Nº	ITEM	1	2	3	4	5
1	Me siento una persona tan valiosa como las otras					
2	Casi siempre pienso que soy un fracaso					
3	Creo que tengo algunas cualidades buenas					
4	Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás					
5	Pienso que no tengo mucho de lo que estar orgulloso					
6	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo					
7	Casi siempre me siento bien conmigo mismo					
8	Me gustaría tener más respeto por mí mismo					
9	Realmente me siento inútil en algunas ocasiones					
10	A veces pienso que no sirvo para nada					
<b>SUB TOTAL</b>						
<b>TOTAL</b>						

Gracias por su tiempo

## Anexo 4

Ficha Técnica: Test de Autoestima de Rosenberg con Items y Escala Likert del 1 al 5

Nombre del Test:

Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES - Rosenberg Self-Esteem Scale)

### I. Formato de Respuesta:

Escala Likert de 5 puntos:

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

### II. Ítems:

- 1) Me siento una persona tan valiosa como las otras. (positivo)
- 2) Casi siempre pienso que soy un fracaso. (negativo)
- 3) Creo que tengo algunas cualidades buenas. (positivo)
- 4) Soy capaz de hacer las cosas tan bien como los demás. (positivo)
- 5) Pienso que no tengo mucho de lo que estar orgulloso. (negativo)
- 6) Tengo una actitud positiva hacia mí mismo. (positivo)
- 7) Casi siempre me siento bien conmigo mismo. (positivo)
- 8) Me gustaría tener más respeto por mí mismo. (negativo)
- 9) Realmente me siento inútil en algunas ocasiones. (negativo)
- 10) A veces pienso que no sirvo para nada. (negativo)

### III. Inversión de Ítems Negativos:

Para los ítems negativos (2, 5, 8, 9, 10), las puntuaciones se invierten:

- Respuesta 1 = 5 puntos.
- Respuesta 2 = 4 puntos.
- Respuesta 3 = 3 puntos.
- Respuesta 4 = 2 puntos.
- Respuesta 5 = 1 punto.

### IV. Puntuación Total:

Rango de puntuación: 10 a 50 puntos.

Cálculo: Se suman los puntajes de los ítems positivos y los ítems negativos (después de invertir).

### V. Interpretación de la Puntuación:

- Alta autoestima: 40 a 50 puntos.
- Autoestima media: 30 a 39 puntos.

- Baja autoestima: 10 a 29 puntos.

**VI. Dimensiones Evaluadas:**

Auto aceptación: Ítems: 1, 3, 6.

Autoconfianza y competencia personal: Ítems: 4, 7.

Regulación emocional y resiliencia: Ítems: 2, 5, 8, 9, 10.

**VII. Tiempo de Aplicación:** 5 a 10 minutos.

**VIII. Confiabilidad y Validez:**

Confiabilidad: Coeficiente alfa de Cronbach  $> 0.80$  en diversas poblaciones.

Validez: Alta, con amplia aceptación en estudios psicológicos y educativos.

**IX. Ventajas:**

Aplicación rápida y sencilla.

Mide autoestima global de manera confiable.

**X. Limitaciones:**

No evalúa su dimensión específica (social, académica, etc.).



## Anexo 5

**TEST FOMOS**  
**INSTRUCCIONES**  
**TEST FOMOS**  
**INSTRUCCIONES**

Estimado estudiante, a continuación, le presentamos una serie de interrogantes, exprese su opinión, considerando que no existen respuestas correctas ni incorrectas, marcando con un aspa (X) en la columna de respuesta que mejor exprese su punto de vista.

ESCALA	PUNTAJE
1 = Totalmente en desacuerdo	1
2 = En desacuerdo	2
3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3
4 = De acuerdo	4
5 = Totalmente de acuerdo	5

PREGUNTAS		VALORACIÓN				
Nº	ITEM	1	2	3	4	5
1	Temo que otros tengan experiencias más gratificantes que yo					
2	Me temo que mis amigos tienen experiencias más gratificantes que yo					
3	Me preocupo cuando descubro que mis amigos se divierten sin mí					
4	Me pongo ansioso cuando no sé qué hacen mis amigos					
5	Es importante que entienda a mis amigos "en bromas"					
6	A veces, me pregunto si paso demasiado tiempo manteniéndome al día con lo que está sucediendo					
7	Me molesta cuando pierdo la oportunidad de reunirme con mis amigos					
8	Cuando me lo paso bien, es importante para mí compartir los detalles en línea (por ejemplo, actualizar estado)					
9	Cuando me pierdo una reunión planificada, me molesta					
10	Cuando me voy de vacaciones, sigo atento a lo que hacen mis amigos					
<b>SUB TOTAL</b>						
<b>TOTAL</b>						

Gracias por su tiempo

## Anexo 6

### Ficha Técnica: Test FOMO (Fear of Missing Out Scale)

- I. **Nombre del Test:**  
Escala de Miedo a Perderse Algo (FOMO - Fear of Missing Out Scale)
- II. **Autor(es):**  
Andrew K. Przybylski, Kou Murayama, Coda R. DeHaan, Valerie Gladwell
- III. **Año de Creación:**  
2013
- IV. **Propósito del Test:**  
Evaluar la presencia y nivel de FOMO, entendido como la ansiedad y preocupación constante de no estar al tanto de experiencias sociales gratificantes que otros están viviendo.
- V. **Población Objetivo:**  
Adolescentes, jóvenes y adultos.
- VI. **Edad mínima sugerida:** 11 años.
- VII. **Número de Ítems:**  
10 ítems.
- VIII. **Formato de Respuesta:**  
Escala Likert de 5 puntos:  
1 = Nunca\*  
2 = Raramente  
3 = A veces  
4 = Frecuentemente  
5 = Siempre
- IX. **Ítems:**
  - 1) Temo que otros tengan experiencias más gratificantes que yo.
  - 2) Me temo que mis amigos tienen experiencias más gratificantes que yo.
  - 3) Me preocupo cuando descubro que mis amigos se divierten sin mí.
  - 4) Me pongo ansioso cuando no sé qué hacen mis amigos.
  - 5) Es importante que entienda a mis amigos "en bromas".
  - 6) A veces, me pregunto si paso demasiado tiempo manteniéndome al día con lo que está sucediendo.
  - 7) Me molesta cuando pierdo la oportunidad de reunirme con mis amigos.
  - 8) Cuando me lo paso bien, es importante para mí compartir los detalles en línea (por ejemplo, actualizar estado).
  - 9) Cuando me pierdo una reunión planificada, me molesta.
  - 10) Cuando me voy de vacaciones, sigo atento a lo que hacen mis amigos.
- X. **Puntuación Total:**
  - Rango de puntuación: 10 a 50 puntos.

- Cálculo: Se suman las respuestas de los 10 ítems.

**XI. Interpretación de la Puntuación:**

- Bajo nivel de FOMO: 10 a 19 puntos.
- Moderado nivel de FOMO: 20 a 39 puntos.
- Alto nivel de FOMO: 40 a 50 puntos.

**XII. Dimensiones Evaluadas:**

- Ansiedad por perderse eventos sociales: Ítems 1, 2, 3, 4.
- Uso compulsivo de redes sociales: Ítems 6, 10.
- Miedo a la exclusión: Ítems 5, 7, 9.
- Necesidad de validación externa: Ítems 8.

**XIII. Tiempo de Aplicación:**

5 a 10 minutos.

**XIV. Confiabilidad y Validez:**

- Confiabilidad: Coeficiente alfa de Cronbach  $> 0.85$ .
- Validez: Alta, con resultados consistentes en distintas culturas y poblaciones.

**XV. Ventajas:**

- Aplicación breve y sencilla.
- Instrumento validado en múltiples idiomas y adaptaciones culturales.
- Evalúa una problemática actual en relación con el uso de redes sociales y la ansiedad social.

**XVI. Limitaciones:**

- Evalúa FOMO como un constructo general; no explora subdimensiones específicas relacionadas con contextos particulares (educativo, laboral, etc.).



## ANEXO 7

### CARTA DE PRESENTACIÓN PARA AUTORIZACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN



Universidad Católica  
de Santa María

"IN SCIENTIA ET FIDE EST FORTITUDO NOSTRA"  
(En la Ciencia y en la Fe está nuestra Fortaleza)

Arequipa, 06 de enero del 2025

**Oficio N° 007-FMH-2025**

Señora Lic.  
**MILAGROS GOMEZ VALDIVIA**  
**DIRECTORA DEL COLEGIO ALEXANDER FLEMING**  
Ciudad

**Asunto:** Autorización Trabajo de Investigación  
**Ref.:** Expediente E-2024-022644

De mi consideración

Es grato dirigirme a usted, solicitando su autorización a efecto de que el/la/los estudiante(s) **MEDALIT DAYANNA PALOMINO DE LA TORRE**, identificada con DNI 73859947 y código universitario 2017810112, pueda(n) llevar a cabo su Trabajo de Investigación titulado **"NIVELES DE AUTOESTIMA Y SU ASOCIACIÓN CON EL SÍNDROME DE FOMO EN ADOLESCENTES ENTRE 12 A 16 AÑOS DEL COLEGIO ALEXANDER FLEMING ENERO A MARZO 2025"**, consistente en la realización de encuestas y, en el horario que designe su representada. Se adjunta la solicitud de requerimiento del (a)(los) interesado(a)(os).

Dicho trabajo ha sido aprobado por el Jurado Dictaminador respectivo, para lo cual, se adjunta el dictamen aprobatorio.

Finalmente, mucho le agradeceré, concederle las facilidades del caso, a nuestro(a)(os) estudiante(s), únicamente con fines académicos.

Agradeciendo anticipadamente por la atención dispensada al presente, quedo de usted.

Atentamente,



  
Dr. ALEJANDRO MIRANDA PINTO  
Decano de la Facultad de Medicina Humana  
Universidad Católica de Santa María

ANP/Decano  
SM

## ANEXO 8

### AUTORIZACIÓN DE APLICACIÓN DE ENCUESTAS EN EL COLEGIO ALEXANDER FLEMING



 **Colegio  
ALEXANDER FLEMING**  
R.D 0029-BO6- DREA  
INICIAL- PRIMARIA- SECUNDARIA

*"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"*

### AUTORIZACIÓN

El que suscribe Colegio "Alexander Fleming"

**AUTORIZA:**

A la egresada Medalit Dayanna Palomino de la Torre de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Católica de Santa María a realizar la aplicación de su proyecto de Tesis **TITULADO "NIVELES DE AUTOESTIMA Y SU ASOCIACION CON EL SINDROME DE FOMO EN ADOLESCENTES DEL COLEGIO ALEXANDER FLEMING"** en el mes de enero – 2025. Deseándole éxitos.

Se le expide la presente AUTORIZACIÓN para tal fin.

Arequipa, 10 enero del 2025

   
Mercedes Gomez Valdavia  
DIRECTORA

Urb. Las Orquídeas B-7, ASVEA, Teléfono: (054) 202602- 967290669  
colegio@alexanderfleming.edu.pe  
www.alexanderfleming.edu.pe Alexander Fleming

## ANEXO 9

### DICTAMEN DE COMITÉ DE ÉTICA DE INVESTIGACIÓN



#### DICTAMEN COMITÉ DE ETICA DE INVESTIGACION UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTA MARIA

Arequipa, 2 de enero de 2025

Investigadora Palomino de la Torre, Medalit Dayanna

Presente. –

De mi especial consideración.

Me dirijo a usted para hacerle llegar el resultado de la evaluación de su proyecto de investigación y dictamen del Comité Institucional de Ética de Investigación.

**TÍTULO:** "Niveles de autoestima y su asociación con el síndrome de FOMO en adolescentes del Colegio Alexander Fleming, Arequipa, Enero a Marzo 2025".

Investigadora: Palomino de la Torre, Medalit Dayanna.

**TIPO Y DISEÑO:** Observacional, de campo, transversal, de asociación simple.

**OBJETIVO:** La investigación tiene como objetivo: Determinar la asociación entre los niveles de autoestima y el síndrome de FOMO en adolescentes del colegio Alexander Fleming, – Arequipa – Enero a Marzo 2025.



**PROCEDIMIENTOS:** Cuestionarios.

## COMITÉ DE ÉTICA INSTITUCIONAL DE INVESTIGACIÓN UCSM



### **DICTAMEN COMITÉ DE ETICA DE INVESTIGACION UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTA MARIA**

#### **SUJETOS DE ESTUDIO:**

Adolescentes de nivel secundario de la institución educativa Alexander Fleming de Arequipa.

#### **RIESGO DEL ESTUDIO:**

Mínimo.

#### **OBSERVACIONES, SUGERENCIAS:**

Debe proteger confidencialidad de la data sensible.

#### **DICTAMEN:**

***DICTAMEN FAVORABLE***  
***001 - 2025***



Agueda Muñoz Del Carpio Toia  
Comité Institucional de Ética de la Investigación UCSM

Cualquier duda comunicarse a: [comiteeticainvestigacionucsm@gmail.com](mailto:comiteeticainvestigacionucsm@gmail.com)