

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



Factores relacionados a adicción a redes sociales en estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024

Tesis presentada por la Bachiller:

Peralta Baldarrago, Gynoma Sofia

ORCID: 0009-0009-6330-9236

para optar el Título Profesional de Médico Cirujano

Asesora:

Dra. Del Castillo Solorzano, Noemi

ORCID: 0009-0009-8201-9891

Arequipa - Perú

2026

UCSM-ERP

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

MEDICINA HUMANA

TITULACIÓN CON TESIS

DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR

Arequipa, 13 de Marzo del 2026

Dictamen: 014262-C-EPMH-2026

Visto el borrador del expediente 014262, presentado por:

2017812182 - PERALTA BALDARRAGO GYNOMA SOFIA

Titulado:

**FACTORES RELACIONADOS A ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE 14 A 17 AÑOS
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA SALESIANO DON BOSCO AREQUIPA 2024**

Nuestro dictamen es:

APROBADO

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

MEDICO CIRUJANO

**29420612 - MANRIQUE SAM MARIA CECILIA
DICTAMINADOR**



**29646562 - APAZA TOSCAHUA DE PALMA SANDRA LEONOR
DICTAMINADOR**



**70927664 - RONDON RODRIGUEZ JOEL GUSTAVO
DICTAMINADOR**



Factores relacionados a adicción a redes sociales en estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

9%

INDICE DE SIMILITUD

8%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

4%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	dspace.uvic.cat Fuente de Internet	1%
2	repositorio.uoosevelt.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	www.grafiati.com Fuente de Internet	<1%
4	repositorio.unicesar.edu.co Fuente de Internet	<1%
5	Submitted to Universidad de San Martín de Porres Trabajo del estudiante	<1%
6	repositorio.uap.edu.pe Fuente de Internet	<1%
7	Submitted to Universidad Nacional de Cajamarca Trabajo del estudiante	<1%
8	manglar.uninorte.edu.co Fuente de Internet	<1%
9	Submitted to Universidad Regional Autónoma de Los Andes Trabajo del estudiante	<1%
10	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	<1%

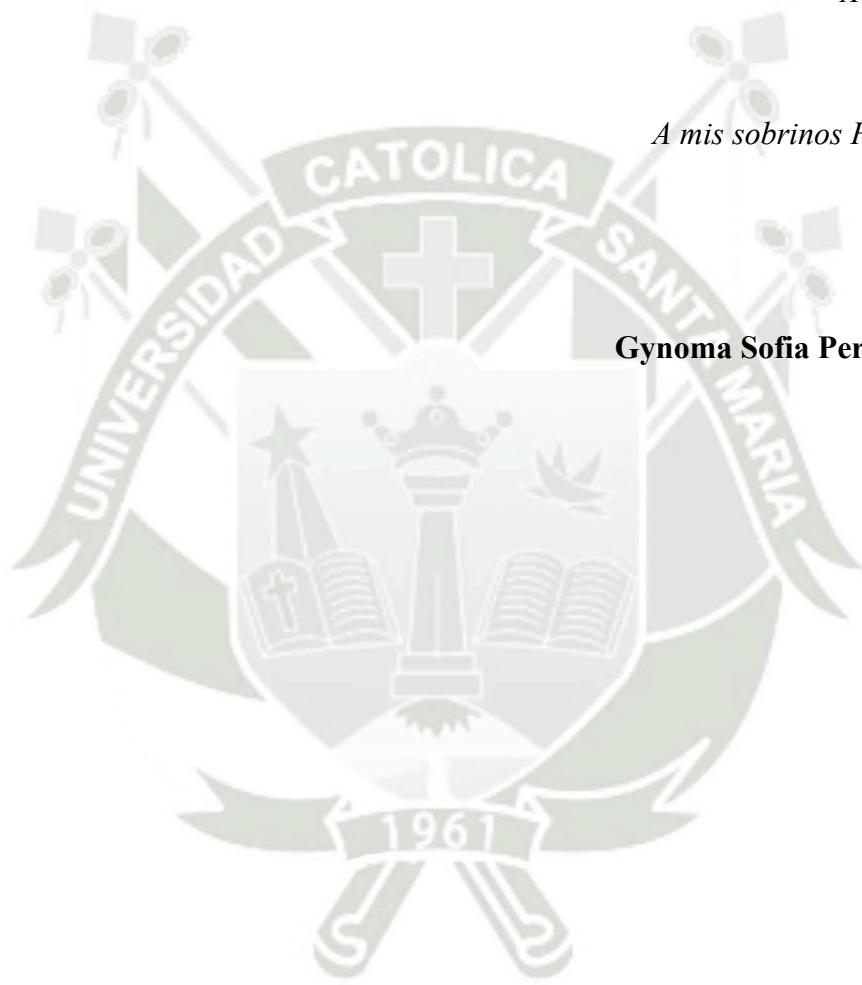
DEDICATORIA

A mis padres Ayar y Eva

A mi abuela Juana

A mis sobrinos Fabricio y Adrián

Gynoma Sofia Peralta Baldarrago



AGRADECIMIENTOS

A mis padres, mis pilares de vida ejemplo de eterno amor, entrega y fortaleza. Hoy estoy en uno de los momentos más significativos de mi vida académica gracias a su esfuerzo por brindarme una educación sólida y no hay palabras que puedo expresar el agradecimiento eterno y lo que significan ustedes para mí

Dr. Ayar Peralta, como todos lo conocen. Para mí la inmensa fortuna y orgullo de llamarlo papá. gracias por tu apoyo incondicional, por amar tanto la medicina y ser un gran ejemplo para mí. Por estar en los malos y buenos momentos brindándome sus sabios consejos y tus infinitas anécdotas que te trajó este hermoso camino de la medicina

A mi mama, Eva Baldarrago. Una mujer luchadora, que demuestra el amor que me tiene con sus acciones desde toda mi vida, la que se despertaba 5am para que yo pueda ir a la universidad con desayuno y almuerzo. Gracias por motivarme, por animarme en los momentos difíciles y por celebrar mis logros; por creer en mí incluso cuando yo dudaba

En memoria a mi querida abuelita Juana, quien siempre ocupa un lugar fundamental en mi vida y mis pensamientos. Mi ejemplo desde que tengo uso de razón, una mujer luchadora, aguerrida y que nunca se dejó vencer. Gracias a ti abuelita tengo el mejor ejemplo de resiliencia para nunca darme por vencida. Sé que donde estés estás orgullosa de mí.

A mis sobrinos, Fabricio y Adrián. Este trabajo es un reflejo de lo que quiero transmitirles: la importancia de seguir sus sueños, de que no se rindan, que sigan avanzando, superando cada obstáculo. Cuando crezcan leerán estas palabras y espero que encuentren un motivo de aliento para seguir luchando por lo que les gusta. Este trabajo también es para ustedes, los quiero mucho.

A mis tías y tíos que siempre preguntaban cómo iba en mi vida universitaria y de alguna manera siempre me apoyaban

A mi grupo de amigos que conocí cuando postulamos y hasta el día de hoy somos un grupo unido. Gracias por los resúmenes, las amanecidas, los banqueros antes de ingresar a cada examen. También por las celebraciones post semana de exámenes. No tengo dudas, que seremos grandes médicos

Con todo mi amor, mi gratitud y con el alma llena de orgullo, les dedico este logro y todo lo que vendrá.

RESUMEN

En los últimos años, el uso de redes sociales se ha incrementado notablemente entre los adolescentes, convirtiéndose en una herramienta frecuente de comunicación e interacción. No obstante, su uso excesivo puede generar conductas problemáticas como la adicción a redes sociales, la cual puede afectar el rendimiento académico, las relaciones familiares y el bienestar psicológico. El objetivo del presente estudio fue determinar la relación entre factores sociodemográficos, académicos y familiares con la adicción a redes sociales en adolescentes de 14 a 17 años de la Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco de la ciudad de Arequipa durante el año 2024.

Se realizó un estudio cuantitativo, analítico, observacional, no experimental, de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 177 estudiantes de nivel secundario, seleccionados mediante un censo. Para la recolección de datos se utilizó una ficha sociodemográfica, el test de funcionamiento familiar APGAR y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas. El análisis estadístico incluyó estadística descriptiva y la prueba exacta de Fisher, considerando significativo un valor de $p < 0,05$.

Los resultados mostraron que el 66,1% de los estudiantes presentó un nivel bajo de adicción a redes sociales, el 33,3% un nivel medio y el 0,6% un nivel alto. Se encontró asociación estadísticamente significativa entre la adicción a redes sociales y la edad ($p = 0,023$), la frecuencia de conexión a redes sociales ($p = 0,014$) y el grado de instrucción del padre ($p = 0,045$). No se evidenció relación significativa con el rendimiento académico, las horas que los estudiantes permanecen solos en casa, la convivencia familiar ni el funcionamiento familiar.

Se concluye que la adicción a redes sociales en los adolescentes evaluados se presenta principalmente en niveles bajos; sin embargo, existe un grupo importante con nivel medio que podría representar un factor de riesgo para el desarrollo de conductas adictivas. Se recomienda fortalecer estrategias de prevención y educación digital orientadas al uso responsable de redes sociales en la población adolescente.

Palabras clave: Adicción a redes sociales, adolescentes, funcionamiento familiar.

ABSTRACT

Social media use has increased considerably among adolescents in recent years, becoming part of their daily communication and interaction. However, excessive use may lead to behavioral problems such as social media addiction, which can affect academic performance, family relationships, and psychological well-being. The objective of this study was to determine the relationship between sociodemographic, academic, and family factors and social media addiction among adolescents aged 14 to 17 years from the private educational institution Salesiano Don Bosco in Arequipa, Peru, during 2024.

A quantitative, analytical, observational, non-experimental, cross-sectional study was conducted. The sample consisted of 177 secondary school students selected through a census approach. Data were collected using a sociodemographic questionnaire, the Family APGAR for family functioning, and the Social Media Addiction Questionnaire (ARS) developed by Escurra and Salas. Statistical analysis included descriptive statistics and the Fisher exact test, considering a significance level of $p < 0.05$.

The results showed that 66.1% of students presented a low level of social media addiction, 33.3% a medium level, and 0.6% a high level. A significant association was found between social media addiction and age ($p = 0.023$), frequency of connection to social networks ($p = 0.014$), and father's level of education ($p = 0.045$). However, no significant relationship was observed with academic performance, hours spent alone at home, family coexistence, or overall family functioning.

It is concluded that social media addiction among the evaluated adolescents is mostly low; however, a considerable proportion presents a medium level that could represent a risk for future problematic use. Preventive strategies focused on responsible digital use and parental guidance are recommended, particularly for adolescents with higher connection frequency and those in middle adolescence.

Keywords: Social media addiction, adolescents, family functioning.

ÍNDICE

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTOS

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN 1

CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO TEÓRICO..... 4

1. Problema de investigación 5

1.1. Enunciado del trabajo o problema 5

1.2. Descripción del problema..... 5

1.2.1. Área del conocimiento 5

1.2.2. Análisis u operación de variables e indicadores..... 5

1.2.3. Interrogantes de la investigación..... 7

1.2.4. Definiciones Operacionales..... 7

1.3. Tipo, diseño y nivel de investigación 7

1.4. Justificación del problema 8

1.4.1. Originalidad..... 8

1.4.2. Relevancia científica 8

1.4.3. Práctica social..... 9

1.4.4. Contemporánea..... 9

1.4.5. Factibilidad..... 10

1.4.6. Interés personal 11

2. Objetivos 12

2.1. Objetivo general 12

2.2. Objetivos específicos 12

3. Marco teórico y conceptual..... 13

3.1.	Internet en el mundo	14
3.2.	Adicción a internet.....	16
3.3.	Adolescencia.....	18
3.3.1.	Etapas de la adolescencia	20
3.3.2.	Cambios en el desarrollo de la adolescencia	21
3.4.	Redes sociales.....	24
3.4.1.	Problemas derivados del mal uso de redes sociales	25
3.5.	Prevalencia del uso de redes sociales	30
3.6.	Adicción.....	31
3.6.1.	Diagnóstico y síntomas de adicción a internet.....	33
3.7.	Causas de la adicción a redes	33
3.7.1.	Tratamiento	35
3.7.2.	Programas desde edades tempranas	36
4.	Revisión de Antecedentes Investigativos.....	38
4.1.	Antecedente Internacionales.....	38
4.2.	Antecedente Nacionales.....	40
4.3.	Antecedentes Locales.....	41
5.	Hipótesis	41
CAPÍTULO II PLANTEAMIENTO OPERACIONAL		42
1.	Técnicas, instrumentos y materiales de verificación	43
1.1.	Técnicas	43
1.2.	Instrumentos	43
1.2.1.	Instrumento lógico.....	43
1.3.	Materiales	43
2.	Campo de verificación	44
2.1.	Ubicación espacial.....	44

2.2.	Ubicación temporal.....	44
2.3.	Unidades de estudio.....	44
2.3.1.	Criterios de inclusión	44
2.3.2.	Criterios de exclusión.....	44
2.3.3.	Tamaño de la muestra:	44
2.3.4.	Diseño de Estudio.....	44
3.	Estrategia de recolección de datos	45
3.1.	Organización.....	45
3.1.1.	Procedimiento de obtención de datos.....	45
3.1.2.	Plan de recolección de datos	45
3.1.3.	Plan de Análisis de Datos.....	45
3.2.	Recursos.....	46
3.2.1.	Recursos humanos.....	46
3.2.2.	Recursos físicos.....	46
3.2.3.	Recursos Financieros.....	47
3.3.	Validación de los instrumentos.....	47
3.4.	Criterios para el manejo de los resultados.....	47
3.4.1.	A nivel de recolección.....	47
3.4.2.	A nivel de sistematización.....	47
3.4.3.	A nivel de estudio de datos	48
CAPÍTULO III RESULTADOS		49
DISCUSIÓN.....		61
CONCLUSIONES		64
RECOMENDACIONES		65
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....		66

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Adicción a redes sociales en estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024.....	50
Tabla 2 Dimensiones de la adicción a redes sociales en estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024.....	51
Tabla 3 Factores sociodemográficos de los estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024.....	52
Tabla 4 Factores académicos de los estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024.....	53
Tabla 5 Factores familiares de los estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024.....	55
Tabla 6 Relación entre la adicción a redes sociales y los factores sociodemográficos de los estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024.....	56
Tabla 7 Relación entre la adicción a redes sociales y los factores académicos de los estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024.....	58
Tabla 8 Relación entre la adicción a redes sociales y los factores familiares de los estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024.....	60

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 instrumentos.....	70
Anexo 2 Dictamen del Comité de Ética	73
Anexo 3 Matriz de datos	75



INTRODUCCIÓN

El concepto de adicción se refiere al uso compulsivo de determinados agentes o a la realización reiterada de ciertas conductas que generan dependencia, acompañado de una pérdida de control respecto a su consumo o ejecución. Este fenómeno implica que la persona continúa realizando la conducta o consumiendo la sustancia a pesar de ser consciente de las consecuencias negativas que pueden derivarse de ello. Tradicionalmente, este término se ha vinculado principalmente con el consumo de sustancias como el alcohol, el tabaco y otras drogas, las cuales producen efectos químicos en el organismo que generan tolerancia y dependencia. Sin embargo, con el avance de las investigaciones en el campo de la psicología y la salud mental, se ha ampliado la comprensión de este fenómeno, reconociéndose que la adicción no se limita únicamente al consumo de sustancias. En este contexto, en los últimos años se ha reconocido la existencia de las denominadas adicciones conductuales, dentro de las cuales se incluye la adicción a internet, considerada actualmente una problemática emergente vinculada con el uso excesivo de las tecnologías digitales (1).

A diferencia de las adicciones relacionadas con sustancias, la adicción a internet no implica la presencia de compuestos químicos que alteren directamente el funcionamiento del organismo. En lugar de ello, se caracteriza por patrones de comportamiento asociados con el uso excesivo, frecuente y descontrolado de la red. Este tipo de conducta puede convertirse progresivamente en un hábito difícil de regular, especialmente cuando el acceso a internet se integra de manera constante en la vida cotidiana. Por esta razón, se clasifica dentro de los trastornos adictivos no relacionados con sustancias, ya que su rasgo principal es la incapacidad para controlar o regular el comportamiento de uso, el cual persiste incluso cuando la persona reconoce que dicha conducta puede generar consecuencias negativas en distintos ámbitos de su vida. Asimismo, esta problemática puede manifestarse mediante diversos síntomas de tipo cognitivo, conductual y fisiológico. Entre los más frecuentes se encuentran la privación del sueño debido al tiempo prolongado frente a dispositivos digitales, el descuido de responsabilidades familiares, sociales, académicas o laborales, así como la disminución del interés por actividades que anteriormente resultaban significativas. También es común observar aislamiento social, dificultades para establecer relaciones interpersonales fuera del entorno virtual y una sensación intensa de bienestar, satisfacción o alivio emocional al permanecer conectado. Otro rasgo frecuente en este tipo de conductas es que las personas con dependencia a internet tienden a negar o minimizar la existencia del problema, lo que dificulta su identificación temprana y la búsqueda de ayuda profesional (2).

En la actualidad, las redes sociales se han consolidado como uno de los medios de comunicación más utilizados por la sociedad contemporánea. Estas plataformas digitales están conformadas por comunidades de usuarios que establecen vínculos con amigos, familiares, conocidos u otras personas con intereses similares, lo que facilita la interacción social en entornos virtuales. A través de estas herramientas, los individuos pueden intercambiar información, compartir experiencias y formar comunidades en línea que trascienden las limitaciones geográficas. Asimismo, permiten una comunicación rápida, constante e inmediata entre los usuarios, lo cual favorece el mantenimiento de relaciones sociales y el acceso a diferentes fuentes de información. Del mismo modo, estas plataformas facilitan el intercambio de diversos contenidos, como fotografías, videos, mensajes, documentos y otros archivos multimedia, lo que incrementa significativamente su atractivo y fomenta su uso frecuente en la vida diaria. Sin embargo, a pesar de las ventajas que ofrecen, el uso inadecuado o excesivo de estas plataformas también puede generar consecuencias negativas. Entre ellas se encuentran la aparición de conductas de obsesión por revisar constantemente las redes sociales, el incremento del tiempo dedicado a estas actividades en detrimento de otras responsabilidades, la dificultad para controlar el tiempo de conexión y el desarrollo de conductas adictivas. Estas conductas pueden afectar el desempeño eficaz en actividades previamente planificadas, así como interferir en el rendimiento académico, laboral o en la calidad de las relaciones interpersonales (3).

En relación con el acceso a internet, los datos recientes evidencian el amplio nivel de penetración que esta tecnología ha alcanzado en la población. Durante el trimestre de 2025 se registró que el 95,8% de las personas entre 19 y 24 años utilizó este servicio, lo que refleja el elevado grado de integración de internet en las actividades cotidianas de los jóvenes adultos. A este grupo le sigue el de personas entre 25 y 40 años, con un 94,2% de usuarios, lo que demuestra que el uso de internet se mantiene también en etapas posteriores de la vida adulta. Asimismo, en la población adolescente de 12 a 18 años el nivel de uso alcanzó el 92,4%, evidenciando que el acceso a internet se ha convertido en una herramienta ampliamente utilizada en el ámbito educativo, social y recreativo. En contraste, el nivel de uso fue menor entre los niños de 6 a 11 años, donde el 64,9% accedió a este servicio, lo que puede relacionarse con factores como el control parental o las condiciones de acceso a dispositivos tecnológicos. De manera similar, en las personas de 60 años a más se registró un porcentaje de uso de 51,2%, lo cual evidencia que, aunque el acceso se ha expandido a diferentes grupos etarios, aún existen diferencias significativas entre generaciones.

Asimismo, según el grupo etario, el uso de internet con fines comunicativos fue más frecuente en personas de 25 años o más, alcanzando el 97,8%. Esto sugiere que en este grupo poblacional el internet se utiliza principalmente para mantener contacto con otras personas, realizar gestiones laborales o acceder a servicios digitales. En cambio, en el grupo de 6 a 24 años esta proporción fue de 79,6%, predominando en este caso el uso con fines recreativos o académicos, como el entretenimiento digital, el acceso a plataformas educativas, la interacción en redes sociales y la participación en comunidades virtuales.

Por otra parte, el mayor crecimiento en la proporción de usuarios de internet se registró en el área rural, donde se observó un incremento de 4,2 puntos porcentuales, pasando de 41,2% a 45,4%. Este aumento refleja una progresiva ampliación de la conectividad digital en zonas que anteriormente presentaban mayores limitaciones de acceso a servicios tecnológicos. También se evidenció un incremento en Lima Metropolitana de 2,3 puntos porcentuales, pasando de 85,2% a 87,5%, lo que confirma la alta penetración de internet en las áreas urbanas con mayor desarrollo tecnológico. De manera similar, en el resto de las zonas urbanas se registró un aumento de 1,0 punto porcentual, pasando de 76,9% a 77,9%. Estos datos permiten observar una tendencia general de crecimiento en el acceso a internet en distintos contextos geográficos, lo que contribuye a explicar el aumento del uso de plataformas digitales y, en algunos casos, la aparición de problemáticas asociadas con su uso excesivo (4).



CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO TEÓRICO

1. Problema de investigación

1.1. Enunciado del trabajo o problema

¿Qué relación existe entre los factores sociodemográficos, académicos y familiares en estudiantes entre 14 y 17 años en la Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024?

1.2. Descripción del problema

1.2.1. Área del conocimiento

- Campo: Ciencias de la Salud
- Área: Medicina Humana
- Especialidad: Psiquiatría
- Línea: Adicción a redes sociales. Adolescencia

1.2.2. Análisis u operación de variables e indicadores

Variables	Dimensiones	Indicador	Categoría	Escala
Factores sociodemográficos	Edad	Reporte de participante	13 a 14 años / 15 a 16 años / 17 a 18 años	Cuantitativa de razón
	Grado de estudios	Nivel académico declarado por el estudiante	Tercero / Cuarto / Quinto de secundaria	Cualitativa ordinal
	Horas de soledad	Reporte del tiempo que permanece solo en casa	0 a 2 horas / 3 horas a más	Cualitativa ordinal
Factores académicos	Rendimiento académico	Reporte de calificaciones obtenidas en el periodo escolar	13 o más / 13 o menos	Cuantitativa de intervalo
	Incumplimiento de tareas por uso de redes sociales	Frecuencia con que deja de cumplir tareas escolares debido al uso de redes sociales	Nunca / A veces / Siempre	Cualitativa nominal
	Frecuencia de conexión a redes sociales	Número de veces que el estudiante accede a redes sociales durante el día o la semana	Todo el tiempo conectado / 3 a 6 veces por día / 2 a 3 veces por semana	Cualitativa ordinal
	Lugar de conexión a redes sociales	Medio o dispositivo utilizado para	Computadora de casa / Cabina de	Cualitativa nominal

		conectarse a internet	internet / Celular / PC y celular	
Factores familiares	Personas conocidas en redes sociales	Porcentaje aproximado de contactos conocidos dentro de la lista de redes sociales	10% o menos / 31% a 50% / 51% a 70%	Cualitativa ordinal
	Convivencia familiar	Personas con las que vive el estudiante	Padres / Otros familiares	Cualitativa nominal
	Grado de instrucción del padre	Nivel educativo alcanzado por el padre	Primaria / Secundaria / Superior	Cualitativa ordinal
	Funcionamiento familiar	Nivel de funcionalidad familiar según escala aplicada	Funcionalidad baja (0-4) / Funcionalidad media (5-9) / Funcionalidad alta (10-14)	Cualitativa ordinal
Adicción a redes sociales	Obsesión por las redes sociales	Pensamientos recurrentes relacionados con el uso de redes sociales	Ansiedad por no usarlas / Pensar constantemente en redes / Necesidad de conexión – Nivel bajo (0-32 puntos)	Cuantitativa de intervalo
	Falta de control personal	Dificultad para regular el uso de redes sociales	Dificultad para dejar de usar redes / Descuido de actividades importantes – Nivel medio (33-64 puntos)	Cuantitativa de intervalo
	Uso excesivo	Uso compulsivo o prolongado de redes sociales	Tiempo excesivo en redes / Imposibilidad de reducir su uso – Nivel alto (65-96 puntos)	Cuantitativa de intervalo

***Elaboración propia.**

1.2.3. Interrogantes de la investigación

1.2.3.1. Interrogante general

¿Cuál es la relación entre factores Sociodemográficos, Personales, académicos y familiares con la adicción a redes sociales en estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024?

1.2.3.2. Interrogantes específicas

- ¿Existe relación entre los factores sociodemográficos que influyen en la adicción a redes sociales en estudiantes de 14 y 17 años de la Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024 ?
- ¿Existe relación entre los factores académicos que influyen en la adicción a redes sociales en estudiantes de 14 y 17 años de la Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024?
- ¿Existe relación entre los factores familiares que influyen en la adicción a redes sociales en estudiantes de 14 y 17 años de la Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024?

1.2.4. Definiciones operacionales

- **Adolescente:** Persona entre 12 y 20 años, que atraviesa rápidos cambios físicos, hormonales, cognitivos y sociales.
- **Estudiante:** Persona que se dedica al aprendizaje y adquisición de conocimientos dentro de una institución educativa.

1.3. Tipo, diseño y nivel de investigación

- **Tipo de investigación:** Estudio analítico.
- **Diseño de investigación:** Observacional, prospectivo, epidemiológico.
- **Nivel de investigación:** Correlacional.

1.4. Justificación del problema

1.4.1. Originalidad

En el Perú, se ha identificado el uso de internet de acuerdo con los diferentes grupos etarios, lo que permite comprender cómo esta tecnología se integra en la vida cotidiana de la población. Durante el tercer trimestre de 2025, el 95,8% de las personas entre 19 y 24 años utilizó este servicio, constituyendo el grupo con mayor nivel de acceso y uso. Este alto porcentaje puede relacionarse con el hecho de que las personas de este rango de edad suelen encontrarse en etapas de formación académica, inserción laboral o desarrollo social, ámbitos en los que el internet cumple un papel fundamental para la comunicación, el acceso a información, el entretenimiento y la realización de diversas actividades cotidianas. A este grupo le siguieron los individuos de entre 25 y 40 años, quienes registraron un nivel de uso del 94,2%. En este segmento de la población, el internet se emplea con frecuencia tanto para fines laborales como para la gestión de actividades personales y familiares, así como para mantenerse informados y comunicados mediante diferentes plataformas digitales. Asimismo, el grupo de 12 a 18 años presentó una proporción de uso del 92,4%, lo que evidencia la amplia presencia de las tecnologías digitales en la vida de los adolescentes. En este caso, el acceso a internet suele estar asociado con actividades académicas, la participación en redes sociales, el entretenimiento digital y la interacción con pares en entornos virtuales. Estos datos reflejan el elevado nivel de penetración de internet en distintos grupos de edad dentro del país, así como la creciente dependencia de esta herramienta en diversos aspectos de la vida diaria (4).

1.4.2. Relevancia científica

Desde el ámbito científico, estas investigaciones tienen importancia porque:

- Amplían el conocimiento sobre conductas de riesgo en entornos digitales.
- Permiten analizar factores psicológicos, sociales y tecnológicos asociados al uso problemático de internet.
- Contribuyen al desarrollo de modelos teóricos sobre adicciones conductuales y comportamiento en línea.
- Generan evidencia para diseñar intervenciones psicológicas, educativas y sanitarias

1.4.3. Práctica social

Desde el punto de vista social, estas investigaciones son importantes porque:

- Permiten identificar los riesgos y consecuencias del mal uso de las redes sociales, como problemas psicológicos, ansiedad, depresión o aislamiento social.
- Ayudan a proteger a menores de edad frente a delitos digitales, como el grooming o la difusión no consentida de imágenes íntimas.
- Contribuyen a la creación de políticas públicas y programas de prevención en escuelas y comunidades.
- Promueven la educación digital y el uso responsable de las tecnologías.

1.4.4. Contemporánea

En los últimos años se ha observado una elevada incidencia de adicción a las redes sociales en la población más joven, especialmente en el grupo etario de 12 a 18 años. Este fenómeno se relaciona con el creciente acceso a dispositivos móviles y plataformas digitales, así como con la integración de las redes sociales en múltiples aspectos de la vida cotidiana de los adolescentes. En esta etapa del desarrollo, el uso de estas plataformas suele intensificarse debido a la necesidad de interacción social, reconocimiento por parte de los pares y búsqueda de identidad personal, factores que pueden favorecer un uso cada vez más frecuente de estos medios digitales. Esta situación representa una problemática significativa, ya que sus efectos pueden repercutir de manera negativa en el desarrollo personal, social y académico de los adolescentes. El uso excesivo de redes sociales puede provocar una disminución en el tiempo dedicado a actividades académicas, recreativas o familiares, así como dificultades para mantener hábitos saludables relacionados con el descanso y la organización del tiempo. Asimismo, el uso constante de estas plataformas puede generar dependencia psicológica, caracterizada por la necesidad de revisar continuamente las redes sociales o permanecer conectado durante largos periodos. Del mismo modo, la adicción a las redes sociales puede afectar las habilidades sociales y las relaciones interpersonales fuera del entorno digital. Cuando el tiempo de interacción virtual supera al de las relaciones presenciales, algunos adolescentes pueden experimentar aislamiento social, dificultades en la comunicación directa o una menor participación en actividades colectivas. Además,

la exposición constante a contenidos en línea puede influir en la percepción de la propia imagen, la autoestima y el bienestar emocional. En conjunto, estos factores evidencian que la adicción a las redes sociales no solo constituye un hábito de uso excesivo de la tecnología, sino que puede convertirse en una problemática que impacta diversos ámbitos de la vida de los adolescentes. Por esta razón, resulta importante analizar este fenómeno desde una perspectiva integral que permita comprender sus causas, sus manifestaciones y sus posibles consecuencias a largo plazo en el desarrollo de la población juvenil.

1.4.5. Factibilidad

El presente estudio puede desarrollarse de manera adecuada, debido a que se cuenta con acceso al lugar donde se llevará a cabo la recolección de datos, correspondiente a un centro educativo particular. Este acceso resulta fundamental para la aplicación de los instrumentos de investigación y para el contacto directo con la población participante, lo cual permite obtener la información necesaria de manera organizada y dentro de un contexto educativo específico. Además, la disponibilidad de este espacio facilita la coordinación con las autoridades y docentes de la institución, lo que contribuye a que el proceso de recolección de datos se realice de forma ordenada y respetando las condiciones establecidas por el centro educativo. Asimismo, se dispone de los materiales y de los instrumentos necesarios para la ejecución del estudio, lo cual facilita su realización. Contar con estos recursos permite aplicar adecuadamente las técnicas de recolección de información, garantizando que los datos obtenidos sean pertinentes y útiles para el desarrollo de la investigación. De igual manera, la disponibilidad de estos instrumentos contribuye a optimizar el tiempo destinado al trabajo de campo, permitiendo que el proceso de aplicación se lleve a cabo de manera sistemática y eficiente. En conjunto, estas condiciones favorecen la viabilidad del estudio, ya que aseguran que el proceso de investigación pueda desarrollarse en un entorno accesible y con los recursos necesarios para cumplir con los objetivos planteados. De esta manera, se incrementan las posibilidades de obtener resultados válidos y confiables que permitan analizar de manera adecuada el fenómeno objeto de estudio.

1.4.6. Interés personal

El interés personal por desarrollar la presente investigación surge a partir de la creciente presencia de las redes sociales en la vida cotidiana de las personas, especialmente en adolescentes y jóvenes. En la actualidad, estas plataformas digitales se han convertido en herramientas ampliamente utilizadas para la comunicación, el entretenimiento y el acceso a la información, permitiendo que los usuarios interactúen de manera inmediata con otras personas y compartan diversos contenidos en entornos virtuales. Debido a su fácil acceso y a la constante disponibilidad a través de dispositivos móviles, su uso se ha integrado progresivamente en las rutinas diarias de la población juvenil. No obstante, aunque las redes sociales ofrecen múltiples beneficios en términos de conectividad y acceso a información, su uso excesivo puede generar conductas de dependencia que afectan diferentes dimensiones de la vida de los usuarios. Entre las principales consecuencias se encuentran alteraciones en el bienestar emocional, como la aparición de sentimientos de ansiedad, frustración o necesidad constante de revisar las plataformas digitales. Asimismo, el tiempo prolongado dedicado a estas actividades puede influir negativamente en el rendimiento académico, ya que reduce el tiempo disponible para el estudio, la concentración y la realización de tareas escolares. Del mismo modo, el uso desmedido de redes sociales puede afectar las relaciones interpersonales, especialmente cuando la interacción virtual comienza a reemplazar o limitar las relaciones presenciales con familiares, amigos y compañeros. Esta situación puede generar dificultades en la comunicación directa, así como una menor participación en actividades sociales fuera del entorno digital. En este contexto, surge la necesidad de analizar con mayor profundidad cómo el uso de redes sociales influye en el comportamiento y en el bienestar de los adolescentes y jóvenes. Por estas razones, el interés en desarrollar esta investigación también se orienta a comprender mejor las características y posibles implicancias del uso excesivo de redes sociales en la población estudiantil. A partir de ello, se busca aportar información que permita reflexionar sobre la importancia de promover un uso responsable y equilibrado de las plataformas digitales, considerando sus beneficios, pero también los riesgos que pueden presentarse cuando su utilización no se regula adecuadamente.

2. Objetivos

2.1. Objetivo general

Determinar la relación entre factores Sociodemográficos, Personales, académicos y familiares con la adicción a redes sociales en estudiantes en una institución educativa particular de Arequipa, 2024.

2.2. Objetivos específicos

- Determinar la relación entre factores sociodemográficos y la adicción a redes sociales en estudiantes en una Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco Arequipa, 2024.
- Determinar la relación entre factores académicos y la adicción a redes sociales en estudiantes en una Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco Arequipa, 2024.
- Determinar la relación entre factores familiares y la adicción a redes sociales en estudiantes en una Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco Arequipa, 2024.

3. Marco teórico y conceptual

En los últimos años, esta problemática se ha vuelto cada vez más preocupante, ya que los estudiantes a nivel mundial se desarrollan en un contexto caracterizado por el constante avance de la tecnología y la expansión de los entornos digitales. En este escenario, el acceso a internet y a diversas redes sociales se ha convertido en una práctica frecuente e incluso necesaria para la comunicación, la obtención de información y la participación en distintos espacios académicos y sociales. Las plataformas digitales permiten a los estudiantes interactuar con otras personas, compartir contenidos y mantenerse informados sobre diversos temas, lo que ha favorecido su integración en múltiples actividades de la vida diaria. No obstante, cuando estas plataformas no se utilizan de manera adecuada o cuando su uso se vuelve excesivo, pueden generar diversas consecuencias negativas. El tiempo prolongado dedicado a las redes sociales puede interferir con otras actividades importantes, como el estudio, el descanso o la interacción social presencial. En algunos casos, el uso constante de estas plataformas puede provocar cambios en el comportamiento, manifestándose en la necesidad de permanecer conectado durante largos periodos o revisar constantemente las redes sociales. Con el tiempo, estas conductas pueden transformarse en patrones de uso descontrolado que se asemejan a una forma de adicción, afectando el bienestar psicológico de los estudiantes y generando dificultades en la regulación del tiempo y de las actividades cotidianas. Por otra parte, el estrés académico constituye otro factor relevante dentro del contexto educativo. Este tipo de estrés puede originarse a partir de diversos estímulos relacionados con las exigencias y responsabilidades propias del ámbito académico, tales como la carga de tareas, la preparación para evaluaciones, la presión por obtener buenos resultados y la adaptación a nuevas metodologías de aprendizaje. Estas demandas pueden generar en los estudiantes sentimientos de tensión, preocupación o agotamiento cuando perciben que los recursos personales disponibles no son suficientes para afrontar las exigencias del entorno educativo. La presencia de estrés académico durante el proceso de formación universitaria puede influir significativamente en el desarrollo integral del estudiante, ya que puede afectar tanto su desempeño académico como su bienestar emocional. Cuando el estrés se mantiene de manera constante, puede dificultar la concentración, la motivación y la organización del tiempo, lo que repercute en la calidad del aprendizaje y en la satisfacción con la experiencia educativa. En este sentido, se pone de manifiesto la necesidad de implementar estrategias orientadas a reducir o controlar sus efectos, promoviendo prácticas que favorezcan el equilibrio entre las demandas académicas

y el bienestar personal de los estudiantes. Estas estrategias pueden incluir el desarrollo de habilidades de gestión del tiempo, el fortalecimiento de recursos personales para afrontar situaciones de presión académica y la promoción de hábitos saludables en el uso de la tecnología (6).

3.1. Internet en el mundo

Junto con el desarrollo de las nuevas tecnologías, Internet ha transformado de manera significativa numerosos aspectos de la vida cotidiana, al integrarse progresivamente en las actividades diarias de las personas. En la actualidad, el uso de Internet se ha convertido en una herramienta fundamental para la comunicación, el acceso a información, el entretenimiento y la realización de diversas tareas tanto en el ámbito personal como profesional. Gracias a su expansión y disponibilidad, cada vez más personas alrededor del mundo utilizan este recurso como parte de sus rutinas habituales, lo que evidencia su creciente importancia dentro de la sociedad contemporánea. Con el paso del tiempo, Internet se ha vuelto más accesible y ofrece una amplia variedad de servicios que facilitan múltiples actividades, desde la educación y el trabajo hasta la interacción social y el acceso a plataformas digitales. Como resultado de esta expansión, su uso continúa aumentando en prácticamente todos los grupos de edad. Actualmente, aproximadamente el 46% de la población mundial se encuentra conectada a Internet, cifra que representa un crecimiento considerable si se compara con el año 1995, cuando menos del 1% de la población tenía acceso a esta tecnología. Este incremento refleja el rápido proceso de digitalización que ha experimentado el mundo en las últimas décadas. En los países más desarrollados se observa un nivel de penetración de Internet particularmente elevado, superando en muchos casos el 90% de la población. Entre los ejemplos más representativos se encuentran Islandia, con un acceso del 100%, Noruega con 98%, Dinamarca con 96,3%, el Reino Unido con 92,6% y Japón con 91,1%. En contraste, en algunas regiones en desarrollo, especialmente en el continente africano, el acceso a Internet continúa siendo más limitado. Por ejemplo, en países como Mali el acceso alcanza aproximadamente el 18,6% y en Camerún el 16,5%. Por su parte, la tasa global de acceso en Europa se sitúa alrededor del 73,5%. En el caso de Croacia, el uso de Internet aún se considera mayoritariamente esporádico, y se han identificado diferencias significativas en los niveles de uso entre niños, adolescentes y jóvenes. Considerando que Internet se ha convertido en una parte integral de la vida social, educativa y profesional, resulta necesario comprender las principales razones que

motivan su uso. La tecnología ofrece diversos beneficios en la vida cotidiana, entre los cuales destacan la posibilidad de acceder rápidamente a grandes cantidades de información, facilitar la comunicación entre personas ubicadas en diferentes lugares y favorecer procesos de aprendizaje en distintos niveles educativos. En el ámbito académico, diversos estudios señalan que el uso adecuado de Internet puede contribuir a mejorar los resultados en evaluaciones y aumentar la motivación hacia el aprendizaje entre los jóvenes, al permitir el acceso a recursos educativos, plataformas de estudio y herramientas digitales que apoyan el proceso formativo. Asimismo, la calidad de vida percibida por las personas también puede verse influida por la disponibilidad de acceso a Internet. En muchas situaciones, la ausencia de conectividad puede generar limitaciones en el acceso a oportunidades educativas, laborales y sociales, lo que demuestra la importancia que esta tecnología ha adquirido dentro de la sociedad actual. No obstante, aunque el uso de la tecnología suele considerarse un fenómeno positivo, diversas investigaciones recientes advierten que su utilización excesiva puede generar efectos negativos. La evidencia empírica señala que la adicción a la tecnología puede desarrollarse cuando los usuarios perciben altos beneficios intrínsecos y extrínsecos asociados al uso de determinados sistemas digitales, lo que puede conducir a un uso prolongado y descontrolado de estas herramientas. Cuando este comportamiento se intensifica, el uso excesivo de Internet puede alcanzar niveles que resultan perjudiciales para la salud física y psicológica de las personas. Entre los síntomas más comunes asociados a la adicción tecnológica se encuentran la dificultad para controlar el tiempo de conexión, la necesidad constante de utilizar dispositivos digitales y la sensación de incomodidad o ansiedad cuando no se tiene acceso a Internet. Estos síntomas pueden generar efectos negativos a nivel personal, social e incluso en el ámbito laboral o académico, ya que pueden afectar la concentración, las relaciones interpersonales y el desempeño en diferentes actividades. Por esta razón, surge la necesidad de reflexionar sobre cómo el uso de la tecnología puede mantenerse dentro de límites saludables que permitan aprovechar sus beneficios sin que se convierta en una conducta perjudicial. El uso excesivo de Internet se considera actualmente una forma de adicción tecnológica que puede afectar una amplia gama de comportamientos y respuestas conductuales. Desde la perspectiva de las adicciones, este fenómeno constituye un campo de estudio relativamente reciente que continúa creciendo rápidamente dentro de la investigación científica. En este sentido, algunos especialistas consideran que el uso descontrolado de Internet puede representar una posible amenaza para la salud pública si no se identifican

y abordan oportunamente sus efectos. Por ejemplo, en países como China se ha reportado que aproximadamente 10 millones de ciudadanos han obtenido puntuaciones elevadas en evaluaciones relacionadas con el uso problemático de Internet. A pesar del crecimiento de las investigaciones sobre este tema, todavía existen desacuerdos entre los especialistas respecto a diversos aspectos, que incluyen la terminología utilizada para describir este fenómeno, los criterios diagnósticos y las estrategias de tratamiento más adecuadas para abordar la adicción a Internet. Finalmente, diversos investigadores señalan que este tipo de adicción puede estar asociado a la presencia de otros trastornos psicológicos o dificultades emocionales. Entre los factores que con mayor frecuencia se relacionan con el uso problemático de Internet se encuentran el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH), la depresión, la sensación de soledad social y los niveles elevados de ansiedad. Estas condiciones pueden influir en la forma en que las personas utilizan la tecnología, favoreciendo el desarrollo de patrones de uso excesivo que, con el tiempo, pueden convertirse en conductas adictivas (7).

3.2. Adicción a internet

En los Estados Unidos, la Dra. Kimberley Young es considerada una de las pioneras en el estudio de la adicción a Internet. En 1996 publicó uno de los primeros estudios de caso sobre este fenómeno, en el cual describía la situación de una mujer de 43 años que presentaba una fuerte dependencia al uso del correo electrónico. Este caso llamó la atención de la comunidad científica, ya que evidenciaba cómo el uso excesivo de Internet podía interferir significativamente en la vida cotidiana de las personas. Posteriormente, Young amplió sus investigaciones y en 1998 publicó un estudio más amplio sobre la adicción a Internet, en el cual recopiló aproximadamente 600 casos de individuos que experimentaban dificultades en su vida diaria fuera del entorno digital debido a su incapacidad para controlar el uso de Internet. A partir de estos estudios iniciales, el fenómeno comenzó a recibir mayor atención dentro del ámbito académico. Sin embargo, el uso del término “adicción” para referirse al uso excesivo de Internet ha sido objeto de debate entre los científicos. Algunos investigadores han cuestionado su uso, argumentando que no todos los comportamientos relacionados con el uso intensivo de Internet cumplen necesariamente con los criterios tradicionales de una adicción. Como consecuencia de estas discusiones, han surgido diferentes terminologías que buscan describir el mismo fenómeno sin recurrir necesariamente al concepto de adicción. Entre los términos más utilizados se encuentran la dependencia de Internet, el

uso patológico de Internet, el uso problemático de Internet y el uso compulsivo de la computadora. Actualmente, no existe consenso para una nomenclatura coherente, siendo algunos de los diferentes términos propuestos:

- Dependencia de Internet
- Uso patológico de Internet
- Uso problemático de Internet
- Uso compulsivo de la computadora

Por otro lado, la referencia a la Internet como medio adictivo no es adecuado teniendo en cuenta que muchos de los usuarios excesivos de Internet no lo son.

Como término general para una amplia variedad de comportamientos y problemas de control de impulsos que se pueden dividir en cinco subtipos:

- Adicción ciber sexual: uso compulsivo de un adulto
- Adicción a las relaciones cibernéticas: participación excesiva en relaciones en línea;
- Compulsiones netas: apuestas, compras o transacciones diarias obsesivas en línea
- Sobrecarga de información: navegación web compulsiva o búsquedas en bases de datos.
- Adicción a la computadora: juego en computadora en forma obsesiva (2).

Davis, R propone una teoría Modelo cognitivo y conductual de Internet patológico: A través de dos categorizaciones siguientes:

- Uso problemático generalizado de Internet: Uso excesivo multidimensional de Internet en sí no relacionado con cualquier actividad en línea específica.
- Uso problemático específico de Internet: indulgencia patológica hacia un comportamiento en línea a través de una aplicación específica (8).

La tendencia ha cambiado el Internet ahora se trata cada vez más a menudo como un medio para numerosas actividades que existen de forma independiente. Las investigaciones muestran que las actividades educativas como tareas escolares, búsqueda de información útil o la búsqueda de información médica no está relacionada con Adicción a Internet. Actividades funcionales como, interacción social, los juegos de rol, los juegos de azar o la pornografía han reemplazado las primeras manifestaciones

de actividades potencialmente adictivas, como el correo electrónico, el chat y el entretenimiento. En el Manual de Trastornos Mentales DSM-5, el Trastorno del juego, ha sido reconocida como una condición que requiere Atención específica por parte de profesionales ya que se considera adicto a alguien que utiliza Internet como medio para poder participar en juegos de forma adictiva. La adicción sexual como un espectro de adicciones conductuales, adicción a la pornografía, comparte mecanismos básicos similares con la adicción a sustancias. Él estimula el sistema de recompensa del cerebro y la persona buscando emoción adicional en línea. Mayor entusiasmo al aumentar la frecuencia de las visitas en línea actividades sexuales (7).

3.3. Adolescencia

La adolescencia constituye una etapa particular del desarrollo humano que, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, abarca el periodo comprendido entre los 10 y los 19 años de edad. Dentro de esta fase se distinguen dos subetapas claramente diferenciadas: la denominada adolescencia temprana, que se extiende aproximadamente desde los 10 hasta los 15 años, y la adolescencia tardía, que comprende el intervalo entre los 15 y los 19 años. Durante este proceso se producen importantes transformaciones que abarcan distintos ámbitos del desarrollo, incluyendo cambios físicos asociados con la pubertad, modificaciones en los procesos cognitivos y transformaciones en las relaciones sociales. En el plano físico, los adolescentes experimentan un crecimiento acelerado y el desarrollo de características sexuales secundarias, lo que marca la transición progresiva de la niñez hacia la vida adulta. Paralelamente, en el ámbito cognitivo se desarrollan habilidades más complejas relacionadas con el razonamiento abstracto, la capacidad de reflexión y la toma de decisiones. En el aspecto social, los adolescentes comienzan a redefinir su identidad personal, fortalecen las relaciones con sus pares y buscan una mayor autonomía respecto a la familia. No obstante, es importante considerar que cada adolescente presenta características propias y atraviesa este proceso de desarrollo de manera particular. El crecimiento y la maduración no se producen de forma idéntica en todos los individuos, ya que están influenciados por diversos factores. Entre estos factores se encuentran el contexto histórico en el que vive la persona, el entorno sociocultural, la pertenencia étnica, la condición socioeconómica, el género y las experiencias personales. Todos estos elementos influyen en la forma en que los adolescentes interpretan su entorno, construyen su identidad y se relacionan con los demás (9).

En este contexto, el uso de Internet ha adquirido una gran relevancia dentro de la vida de los adolescentes, ya que constituye un espacio frecuente de interacción social, entretenimiento y acceso a información. Sin embargo, cuando el uso de Internet se vuelve excesivo o compulsivo, puede generar determinados efectos psicológicos. En algunos casos, el uso prolongado de Internet funciona como un mecanismo de escape que permite a los individuos evitar problemas reales o situaciones que perciben como difíciles de enfrentar en su vida cotidiana. Diversos estudios señalan que las personas con tendencias adictivas suelen experimentar con mayor frecuencia pensamientos negativos, los cuales pueden estar asociados con una baja autoestima, sentimientos de inseguridad o actitudes pesimistas frente a diferentes situaciones. En este sentido, la interacción anónima que ofrece Internet puede convertirse en un espacio en el que estas personas encuentran una forma de aliviar temporalmente dichas dificultades emocionales. La posibilidad de comunicarse de manera virtual, sin las mismas limitaciones que existen en la interacción presencial, puede generar una sensación de mayor seguridad o aceptación. Este fenómeno se observa especialmente en los jóvenes, quienes anteriormente solían recurrir a diferentes actividades como la poesía, la música o el deporte para expresar sus emociones, inquietudes y necesidades personales. En la actualidad, muchos adolescentes utilizan las plataformas digitales y diversas actividades en línea como un medio para canalizar estas experiencias. De esta manera, Internet puede convertirse en un espacio donde los jóvenes intentan compensar aspectos de su identidad o satisfacer necesidades emocionales que no logran expresar fácilmente en su entorno cotidiano. Sin embargo, cuando este comportamiento se intensifica, puede surgir una forma de escapismo que lleva al individuo a distanciarse progresivamente de la realidad. En estos casos, la persona puede comenzar a construir una identidad virtual idealizada, en la cual se percibe libre de las tensiones, responsabilidades o limitaciones presentes en su vida real. Este “yo ideal” virtual puede ofrecer una sensación temporal de bienestar o control, pero también puede contribuir a que el individuo se aleje de las experiencias y relaciones que forman parte de su vida cotidiana, lo que puede afectar su adaptación social y emocional a largo plazo (7).

3.3.1. Etapas de la adolescencia

La Organización Mundial de la Salud (OMS) establece que la adolescencia comprende el periodo entre los 10 y los 19 años de edad, etapa que representa una transición fundamental entre la infancia y la adultez. Durante este periodo se producen importantes cambios físicos, psicológicos y sociales que influyen en la formación de la identidad y en el desarrollo integral de la persona. Sin embargo, en la actualidad diversos enfoques teóricos y estudios recientes sugieren que este proceso de desarrollo puede extenderse más allá de los 19 años, considerando que la maduración emocional, social y cognitiva continúa evolucionando durante los primeros años de la adultez. Por esta razón, algunos especialistas proponen ampliar el rango de edad de la adolescencia hasta los 24 años. Desde esta perspectiva ampliada, se reconocen tres etapas principales dentro del proceso de desarrollo adolescente, cada una de las cuales presenta características particulares relacionadas con los cambios propios de cada momento evolutivo. La primera corresponde a la adolescencia temprana, que abarca aproximadamente de los 10 a los 14 años. Esta etapa se relaciona principalmente con los cambios biológicos asociados a la pubertad, como el crecimiento acelerado, el desarrollo de características sexuales secundarias y las primeras transformaciones corporales que marcan el inicio de la transición hacia la vida adulta. En este periodo también comienzan a manifestarse cambios emocionales y una mayor conciencia del propio cuerpo y de la identidad personal. La segunda etapa es la adolescencia media, comprendida entre los 14 y los 18 años. Durante esta fase se consolidan muchas de las transformaciones físicas iniciadas en la etapa anterior y se desarrollan con mayor intensidad cambios psicológicos y sociales. Los adolescentes comienzan a fortalecer su identidad, buscan mayor independencia respecto a la familia y otorgan una mayor importancia a las relaciones con sus pares. Asimismo, en esta etapa se intensifica el desarrollo del pensamiento abstracto y de la capacidad para reflexionar sobre valores, metas personales y proyectos de vida. Finalmente, se encuentra la adolescencia tardía, que se extiende aproximadamente desde los 19 hasta los 24 años. Este periodo se caracteriza por una mayor maduración personal, emocional y social. Los jóvenes comienzan a asumir responsabilidades propias de la vida adulta, como la formación profesional, la inserción en el ámbito laboral o la toma de decisiones relacionadas con su futuro. Asimismo, se observa una mayor estabilidad en la construcción de la identidad, en las relaciones interpersonales y en la definición de metas personales y profesionales (10).

3.3.2. Cambios en el desarrollo de la adolescencia

3.3.2.1. Desarrollo físico

En muchos casos, los cambios físicos que ocurren durante la adolescencia pueden presentarse de manera temprana o tardía, debido a que el proceso de desarrollo no se manifiesta de forma uniforme en todos los individuos. Cada adolescente experimenta su crecimiento y maduración a un ritmo particular, influido por factores biológicos, genéticos y ambientales. Estas diferencias en el momento en que se presentan los cambios propios de la pubertad pueden generar distintas reacciones en el plano emocional y social, ya que la percepción que el adolescente tiene de su propio cuerpo y de su desarrollo puede influir en la forma en que se relaciona con su entorno. Por ejemplo, los adolescentes que experimentan una maduración física precoz suelen presentar ciertas ventajas en su interacción social. En muchos casos muestran mayor seguridad en sí mismos, una mayor sensación de independencia y relaciones interpersonales más favorables, ya que su desarrollo físico puede ser percibido como más cercano al de los adultos. Esta situación puede facilitar su integración en determinados grupos sociales y contribuir al fortalecimiento de su autoestima, especialmente cuando los cambios físicos son interpretados de manera positiva dentro de su entorno social. En contraste, aquellos adolescentes cuyo desarrollo físico se produce de manera más tardía pueden enfrentar algunas dificultades relacionadas con la percepción de sí mismos y con su integración social. En ciertos casos pueden manifestar un autoconcepto menos positivo, sentimientos de inseguridad o una mayor dependencia de su entorno familiar. Asimismo, algunos adolescentes pueden experimentar actitudes de rebeldía, frustración o sentimientos de rechazo cuando perciben que su desarrollo es diferente al de sus compañeros. Estas experiencias pueden influir en la manera en que se construye su identidad personal y en la forma en que enfrentan las situaciones propias de esta etapa de la vida. En este contexto, cobra especial importancia el proceso de aceptación de los cambios físicos, emocionales y sociales que caracterizan a la adolescencia. La comprensión y aceptación de estas transformaciones contribuyen a que los adolescentes puedan adaptarse de manera más adecuada a las nuevas condiciones de su desarrollo. De esta manera, el acompañamiento familiar, el apoyo social y la orientación educativa desempeñan un papel fundamental para favorecer un adecuado ajuste emocional y psicológico,

permitiendo que los jóvenes afronten esta etapa con mayor seguridad y bienestar (11).

3.3.2.2. Desarrollo cognoscitivo

Según Papalia et al., la mayoría de los jóvenes atraviesan la adolescencia como una etapa caracterizada por importantes avances en el conocimiento, la construcción de un estilo de vida más definido y un notable entusiasmo por la vida. A pesar de los distintos riesgos y desafíos que pueden presentarse durante este periodo de transición, muchos adolescentes logran adaptarse progresivamente a los cambios propios de su desarrollo. Esta etapa se caracteriza por un proceso de exploración personal en el que los jóvenes comienzan a definir sus intereses, valores y metas futuras, lo que contribuye a la formación de su identidad y a la preparación para la vida adulta. Asimismo, desde la perspectiva de la teoría del desarrollo cognitivo propuesta por Jean Piaget, los adolescentes se sitúan en el nivel más avanzado del desarrollo cognoscitivo, conocido como la etapa de las operaciones formales. En esta fase del desarrollo, los individuos adquieren la capacidad de pensar de manera más abstracta, reflexiva y lógica, lo que les permite analizar situaciones complejas y formular hipótesis sobre diferentes problemas. Este avance cognitivo representa un cambio significativo en comparación con las etapas anteriores del desarrollo, ya que amplía la forma en que los adolescentes comprenden el mundo y toman decisiones. Entre las principales características cognitivas que se desarrollan durante esta etapa se encuentra la capacidad para resolver problemas abstractos mediante razonamientos lógicos. Los adolescentes comienzan a pensar más allá de lo concreto, lo que les permite analizar situaciones hipotéticas y considerar múltiples posibilidades antes de llegar a una conclusión. Del mismo modo, se observa el desarrollo de un pensamiento más científico, caracterizado por la capacidad de formular hipótesis, analizar evidencias y evaluar diferentes alternativas para resolver un problema. Otra característica importante es la mayor habilidad para la resolución de problemas mediante el razonamiento hipotético-deductivo. Este tipo de razonamiento permite a los adolescentes plantear posibles explicaciones frente a una situación determinada y posteriormente comprobarlas de manera lógica. Asimismo, durante esta etapa se incrementa el interés por los problemas sociales, políticos y morales, lo que

refleja una mayor conciencia sobre el entorno y sobre las situaciones que afectan a la sociedad. Además, se evidencia el desarrollo de operaciones mentales basadas en representaciones, lo que significa que los adolescentes pueden manipular ideas, conceptos y símbolos de manera mental sin necesidad de recurrir exclusivamente a experiencias concretas. Esta capacidad favorece el pensamiento reflexivo y la planificación a largo plazo. No obstante, a pesar de estos avances cognitivos, también se evidencian ciertos rasgos de inmadurez en el pensamiento adolescente. El psicólogo David Elkind señala que durante esta etapa pueden aparecer algunas características particulares que reflejan las dificultades propias del proceso de desarrollo. Entre estas características se encuentra el idealismo y el pensamiento crítico, que se manifiestan cuando los adolescentes comparan la realidad con sus propias ideas sobre cómo deberían ser las cosas, lo que en ocasiones puede generar insatisfacción o cuestionamiento hacia las normas establecidas. Asimismo, es frecuente observar una tendencia a discutir, ya que los adolescentes comienzan a defender con mayor firmeza sus opiniones y puntos de vista. También puede presentarse indecisión frente a determinadas situaciones, debido a la exploración constante de diferentes posibilidades y alternativas. Otro rasgo descrito por Elkind es la denominada hipocresía aparente, que ocurre cuando los adolescentes reconocen ciertos valores o principios, pero aún no logran aplicarlos de manera consistente en su comportamiento. Además, durante esta etapa se desarrolla una mayor autoconciencia, lo que lleva a los jóvenes a preocuparse intensamente por la forma en que son percibidos por los demás. Finalmente, Elkind señala la presencia de dos creencias características del pensamiento adolescente: la sensación de ser especial y único, así como la percepción de invulnerabilidad, que se refleja en la idea de que las consecuencias negativas que afectan a otras personas difícilmente les ocurrirán a ellos (11).

3.4. Redes sociales

Diversos autores han desarrollado investigaciones en torno a este tema, aportando distintos enfoques para el análisis de las redes sociales. Molina, por ejemplo, realizó un estudio titulado “Visión general de la investigación en redes sociales”, centrado principalmente en el análisis de las redes personales. En dicho trabajo se plantea que las redes sociales ofrecen un nuevo enfoque para comprender la relación entre los niveles micro y macro de la realidad social. Esto significa que permiten analizar tanto las interacciones individuales entre las personas como los procesos sociales más amplios que se desarrollan dentro de la sociedad. Asimismo, el autor señala que el estudio de las redes sociales facilita la integración de métodos cualitativos y cuantitativos en la investigación social, lo que contribuye a obtener una visión más completa del fenómeno. Entre sus conclusiones destaca que el internet y las redes sociales han generado cambios favorables para los usuarios, al ampliar las posibilidades de comunicación, interacción y acceso a información. Por otro lado, Sabater y López llevaron a cabo una investigación orientada al estudio de los factores de riesgo asociados al ciberacoso, así como a la frecuencia y exposición de datos personales en internet. En su análisis se examinó la relación existente entre el rol de víctima y el de perpetrador de ciberbullying con diferentes variables, entre ellas el perfil demográfico de los participantes, la frecuencia de uso de los medios tecnológicos, la intensidad con la que se utilizan y el tipo de actividades que los jóvenes realizan en internet y en las redes sociales. Este estudio permitió identificar cómo determinados patrones de uso de la tecnología pueden influir en la aparición de situaciones de ciberacoso, lo que pone de manifiesto la importancia de promover un uso responsable de los entornos digitales entre la población juvenil (12). Asimismo, Dorantes investigó el fenómeno del ciberbullying entre estudiantes universitarios mediante el análisis de las redes sociales utilizadas dentro de la Universidad Veracruzana. El objetivo principal de su estudio fue evidenciar cómo el uso inadecuado de estas plataformas puede propiciar la aparición de conductas violentas en el entorno digital. Entre las manifestaciones identificadas se encuentran comportamientos como la ofensa, la intimidación, la burla y la exposición pública de información personal, acciones que pueden afectar significativamente el bienestar emocional y la convivencia entre los estudiantes dentro del ámbito universitario (13).

De igual manera, Torres y colaboradores analizaron el riesgo digital y su impacto en el aprendizaje de niños y adolescentes del distrito de Ate Vitarte durante el año 2020

mediante la aplicación de un estudio de caso. Los resultados de esta investigación indicaron que el uso de medios digitales está influyendo de manera significativa en distintos aspectos de la vida cotidiana de esta población. En particular, se observó que las tecnologías digitales inciden en las relaciones sociales, en las formas de comunicación y en los procesos de aprendizaje, evidenciando que el entorno digital se ha convertido en un elemento central en el desarrollo de niños y adolescentes. Finalmente, Castillo Alcántara investigó la relación entre la adicción a las redes sociales y la presencia de sintomatología depresiva en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Ofelia Velásquez. Los resultados obtenidos mostraron que la adicción a las redes sociales presentó una prevalencia media del 84,1 % dentro de la población estudiada. En relación con los niveles de sintomatología depresiva, se identificó que el 62,1 % de los estudiantes no presentó síntomas, mientras que el 37 % evidenció un nivel leve de sintomatología depresiva. Por otro lado, únicamente el 0,9 % de los estudiantes manifestó un nivel severo de síntomas depresivos. Estos resultados evidencian la importancia de continuar investigando la relación entre el uso de redes sociales y el bienestar emocional de los estudiantes, con el fin de comprender mejor los posibles efectos que estas plataformas pueden tener en la salud mental de los jóvenes (14).

3.4.1. Problemas derivados del mal uso de redes sociales

Se evidencia la necesidad de profundizar en el análisis de los problemas transversales que pueden derivarse del uso de las redes sociales, independientemente del medio tecnológico a través del cual se acceda. Entre estos problemas se pueden identificar diversas situaciones que afectan el bienestar y el desarrollo de los usuarios (14).

3.4.1.1. Acoso cibernético

El ciberacoso se define como el uso de tecnologías digitales con el propósito de amenazar, humillar, intimidar o desacreditar a otra persona. Este tipo de conducta puede manifestarse a través de diferentes medios digitales, como mensajes ofensivos enviados por internet, amenazas en línea, comentarios despectivos en plataformas sociales o la difusión de contenido destinado a perjudicar la imagen o reputación de alguien. En muchos casos, estas acciones se realizan mediante publicaciones en redes sociales, correos electrónicos, mensajes de texto o comentarios en espacios virtuales abiertos al público. Entre

las formas más comunes de ciberacoso se encuentran los mensajes insultantes o intimidatorios enviados de manera reiterada, la publicación de comentarios ofensivos en plataformas digitales, así como la difusión de información falsa o rumores con el objetivo de dañar la reputación de una persona. También puede incluir la publicación o circulación de imágenes, mensajes o páginas web que buscan ridiculizar, avergonzar o perjudicar emocionalmente a la víctima. Un aspecto especialmente problemático de este fenómeno es que los contenidos difundidos en internet pueden permanecer disponibles durante largos periodos de tiempo, e incluso en algunos casos no pueden eliminarse completamente aun cuando se solicite su retiro. En términos generales, el ciberacoso comprende cualquier contenido difundido en internet que tenga la intención de causar daño emocional, psicológico o social a otra persona. Este tipo de conductas puede generar consecuencias significativas en el bienestar de las víctimas, afectando su autoestima, su estabilidad emocional y su relación con el entorno social. Debido a la amplia difusión que pueden alcanzar las publicaciones en internet, el impacto del ciberacoso puede extenderse más allá de un grupo reducido de personas, incrementando el nivel de exposición de la víctima. De manera más específica, el ciberacoso hace referencia al hostigamiento psicológico que se produce entre menores de edad dentro de uno de sus espacios de socialización más relevantes en la actualidad: el ciberespacio. Las redes sociales, las plataformas de mensajería instantánea y otros entornos digitales se han convertido en espacios donde los adolescentes interactúan con frecuencia, lo que también puede favorecer la aparición de conflictos o situaciones de acoso entre pares. Este fenómeno puede adoptar múltiples formas, favorecidas tanto por las continuas innovaciones tecnológicas como por la creatividad de quienes lo ejercen. A diferencia del acoso tradicional, el ciberacoso presenta características particulares que lo diferencian de las formas de hostigamiento presenciales. En primer lugar, no requiere la presencia física del agresor y la víctima en el mismo lugar, lo que permite que el acoso se realice desde cualquier ubicación y en cualquier momento. Además, tampoco es necesaria una superioridad física por parte del agresor, ya que las herramientas digitales permiten ejercer el hostigamiento a través de medios virtuales. Otra característica importante es que, en algunos casos, el agresor y la víctima pueden no conocerse personalmente, lo que amplía las posibilidades de que este tipo de conductas se desarrollen dentro

de los entornos digitales. Asimismo, la falta de contacto directo con el sufrimiento de la víctima puede reducir la percepción de las consecuencias de las propias acciones, lo que puede intensificar este tipo de comportamientos. Esta distancia emocional, generada por la interacción virtual, puede contribuir a que el agresor continúe con las conductas de hostigamiento sin percibir de manera inmediata el impacto que estas generan en la persona afectada (15).

3.4.1.2. Grooming

El grooming hace referencia a una estrategia utilizada por depredadores sexuales en entornos digitales, la cual se basa en la empatía aparente, la manipulación y la seducción con el objetivo de ganarse progresivamente la confianza de un menor de edad. Este proceso suele desarrollarse a través de plataformas digitales como redes sociales, aplicaciones de mensajería instantánea, videojuegos en línea u otros espacios virtuales donde los adolescentes interactúan con frecuencia. En estos entornos, el agresor inicia el contacto presentándose de manera amigable o cercana, con la intención de generar una relación de confianza con la víctima. A través de este proceso, el agresor busca establecer una relación aparentemente cercana con el menor, mostrándose comprensivo, atento o interesado en los aspectos personales de su vida. En muchos casos, el adulto puede adoptar una identidad falsa o presentarse como alguien de edad similar al menor para facilitar la interacción. De esta manera, se construye progresivamente un vínculo que permite al agresor acceder a información personal o emocional de la víctima, lo que posteriormente puede ser utilizado como parte del proceso de manipulación. Una vez establecida la confianza, el agresor intenta obtener gratificaciones de carácter sexual mediante distintos mecanismos de presión o manipulación psicológica. Entre las estrategias más comunes se encuentran el chantaje emocional, la insistencia persistente o la generación de sentimientos de culpa en la víctima. Estas acciones pueden incluir desde la solicitud de imágenes o videos de contenido íntimo hasta la propuesta de encuentros presenciales. En algunos casos, cuando el menor ha compartido material privado, el agresor puede recurrir a amenazas para obligarlo a continuar enviando contenido o mantener la comunicación. La situación resulta particularmente desigual, ya que generalmente se trata de un adulto que actúa con experiencia y utiliza estrategias deliberadas para captar la atención de

menores de edad. Por el contrario, la víctima suele ser un niño, niña o adolescente que puede verse involucrado en una situación que no comprende plenamente y que, en muchos casos, no sabe cómo manejar ni a quién comunicarla. Esta falta de comprensión sobre el riesgo, sumada a la manipulación ejercida por el agresor, puede generar sentimientos de confusión, miedo o vergüenza en el menor, lo que dificulta que busque ayuda o comparta la situación con personas de confianza. En este sentido, el grooming representa una problemática relevante dentro de los riesgos asociados al uso de internet y las redes sociales, especialmente en la población infantil y adolescente. Por esta razón, resulta fundamental promover la educación digital, la supervisión adecuada del uso de plataformas en línea y la sensibilización sobre los riesgos presentes en el entorno virtual, con el fin de prevenir este tipo de situaciones y proteger el bienestar de los menores (16).

3.4.1.3. Sexting

El sexting se refiere al envío o intercambio de imágenes, mensajes o videos de contenido erótico o sexual a través de dispositivos móviles o plataformas digitales. El término proviene de la combinación de las palabras sex y texting, y se utiliza para describir la práctica de compartir contenido íntimo mediante herramientas tecnológicas como teléfonos inteligentes, aplicaciones de mensajería instantánea o redes sociales. Esta conducta se ha incrementado en los últimos años debido a la expansión del uso de dispositivos móviles y al acceso cada vez más frecuente a internet entre adolescentes y jóvenes. Cuando esta práctica involucra a menores de edad, puede relacionarse con problemáticas vinculadas a la pornografía infantil, ya que la producción, posesión o distribución de imágenes íntimas de menores puede constituir una situación de riesgo desde el punto de vista legal y social. En este sentido, el sexting no solo implica un intercambio privado entre dos personas, sino que puede generar consecuencias más amplias cuando el contenido compartido sale del ámbito personal en el que originalmente fue enviado. El principal riesgo de esta práctica se presenta cuando el material compartido trasciende el espacio privado y se difunde públicamente sin el consentimiento de la persona involucrada. Cuando esto ocurre, la difusión del contenido puede vulnerar la privacidad, la reputación y el honor de quien aparece en las imágenes o videos. Una vez que este tipo de

material se publica o se comparte en internet, resulta difícil controlar su circulación o eliminarlo completamente de la red, lo que puede prolongar las consecuencias negativas para la persona afectada. En muchos casos, la difusión no autorizada de este tipo de contenido puede desencadenar situaciones de ciberacoso, burlas o humillación pública dentro del entorno digital. Estas situaciones pueden afectar significativamente el bienestar emocional de la persona involucrada, generando sentimientos de vergüenza, ansiedad o aislamiento social. Asimismo, el impacto puede extenderse al ámbito escolar o social, donde la persona puede enfrentar estigmatización o conflictos en sus relaciones interpersonales. Diversos estudios señalan que los adolescentes suelen percibir el sexting como una forma de coqueteo, entretenimiento o experimentación propia de su etapa de desarrollo. En muchos casos, esta práctica se relaciona con la exploración de la identidad, la curiosidad o la búsqueda de aceptación dentro de las relaciones afectivas. Sin embargo, esta percepción puede dificultar la prevención y el control de esta conducta, ya que los jóvenes no siempre son plenamente conscientes de los riesgos asociados a la difusión de contenido íntimo en entornos digitales. Por esta razón, resulta fundamental promover la educación digital y la orientación sobre el uso responsable de las tecnologías, con el fin de prevenir situaciones que puedan afectar la seguridad y el bienestar de los adolescentes (17).

3.4.1.4. Vamping

El vamping es una tendencia relativamente reciente que se caracteriza por el hábito de los jóvenes de permanecer durante gran parte de la noche frente a pantallas digitales, utilizando dispositivos como tabletas, computadoras o teléfonos móviles. A través de estos medios pueden acceder a internet, interactuar en redes sociales, participar en videojuegos en línea o comunicarse con sus amigos mediante aplicaciones de mensajería instantánea. Esta práctica se ha vuelto cada vez más frecuente en la población adolescente debido a la amplia disponibilidad de dispositivos tecnológicos y al acceso constante a plataformas digitales. En términos generales, el vamping se define como la práctica de mantenerse conectado y absorto en el uso de dispositivos electrónicos hasta altas horas de la madrugada. El término hace referencia a la idea de permanecer despierto durante la noche, de manera similar a los hábitos

atribuidos a los vampiros, lo que explica el origen de su denominación. Esta conducta suele implicar una prolongación del tiempo de conexión más allá del horario habitual de descanso, lo que puede alterar los patrones normales de sueño de los jóvenes. El uso prolongado de dispositivos durante la noche puede generar diversas consecuencias en la vida cotidiana de los adolescentes. Entre los efectos más comunes se encuentra la reducción de las horas de sueño, lo que puede provocar cansancio, dificultades de concentración y menor rendimiento en las actividades escolares. Asimismo, la exposición constante a la luz de las pantallas durante la noche puede interferir con los ritmos naturales del sueño, dificultando el descanso adecuado. Además, el vamping puede influir en la organización del tiempo y en los hábitos diarios de los jóvenes, ya que permanecer conectados durante la madrugada puede afectar la realización de otras actividades importantes, como el estudio, la participación en actividades recreativas o la interacción con la familia. Por esta razón, esta práctica ha comenzado a ser analizada en diversos estudios relacionados con el uso de tecnologías digitales y su impacto en la salud y el bienestar de los adolescentes. En este contexto, el vamping representa uno de los comportamientos asociados al uso intensivo de dispositivos electrónicos y redes sociales, especialmente entre adolescentes que encuentran en el entorno digital un espacio constante de comunicación y entretenimiento. Debido a ello, resulta importante promover hábitos saludables en el uso de la tecnología, fomentando un equilibrio entre el tiempo de conexión y las actividades necesarias para un adecuado descanso y desarrollo personal (14).

3.5. Prevalencia del uso de redes sociales

En el año 2025, el análisis del uso de internet según el grupo etario permitió identificar diferencias significativas en la forma en que las personas utilizan este recurso digital. De acuerdo con los datos disponibles, el uso de internet con fines comunicativos fue más frecuente en las personas de 25 años a más, alcanzando un 97,8%. Este elevado porcentaje refleja que, en este grupo de edad, internet se utiliza principalmente como una herramienta para mantener contacto con otras personas, realizar gestiones laborales, intercambiar información y participar en diferentes actividades relacionadas con la comunicación digital. El acceso a plataformas de mensajería instantánea, el uso del correo electrónico y la participación en redes sociales constituyen algunos de los medios

más utilizados por los adultos para comunicarse en el entorno digital. Asimismo, internet facilita la coordinación de actividades profesionales, el intercambio de documentos y la interacción en entornos laborales o académicos, lo que explica el predominio de este tipo de uso en la población adulta. En contraste, en el grupo comprendido entre los 6 y 24 años esta proporción fue de 79,6%, lo que evidencia que, aunque la comunicación también representa un uso importante de internet en esta población, existen otros fines que adquieren mayor relevancia. En este grupo etario predomina el uso de internet con fines recreativos o académicos, como el acceso a plataformas de entretenimiento, videojuegos en línea, redes sociales, contenido multimedia o recursos educativos. En el caso de los niños, adolescentes y jóvenes, internet suele emplearse con mayor frecuencia para actividades relacionadas con el entretenimiento digital, la interacción con pares y el acceso a información para el desarrollo de tareas escolares o universitarias. Estos patrones de uso reflejan las características propias de cada etapa de la vida, así como las distintas necesidades y objetivos que motivan la utilización de las tecnologías digitales en cada grupo de edad (4).

3.6. Adicción

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la adicción como el consumo repetido de una o más sustancias psicoactivas hasta el punto en que el individuo experimenta episodios de intoxicación periódica o continua. En este contexto, la persona —denominada adicta— desarrolla una fuerte dependencia hacia la sustancia consumida, lo que genera un deseo compulsivo por utilizarla de manera constante. Asimismo, presenta grandes dificultades para interrumpir o modificar voluntariamente dicho consumo, incluso cuando reconoce que este puede generar efectos negativos en su salud o en su vida cotidiana. De igual manera, el individuo manifiesta una fuerte determinación por obtener la sustancia por cualquier medio, priorizando su consumo sobre otras actividades o responsabilidades (18). Tradicionalmente, el concepto de adicción ha estado vinculado principalmente al consumo de sustancias psicoactivas como el alcohol, el tabaco o diferentes tipos de drogas. Sin embargo, en las últimas décadas la investigación científica ha ampliado esta perspectiva, reconociendo que ciertos comportamientos también pueden generar patrones de dependencia similares a los observados en las adicciones a sustancias. En este sentido, se ha comenzado a hablar de adicciones conductuales, las cuales se caracterizan por la repetición persistente de determinadas conductas que generan placer o alivio emocional, pero que con el tiempo

pueden producir consecuencias negativas en la vida de la persona. Dentro de estas formas de adicción conductual se encuentra el uso inadecuado o excesivo de diversas plataformas virtuales, especialmente las redes sociales. En la actualidad, el uso intensivo de estas plataformas puede generar cambios significativos en el comportamiento de los usuarios, particularmente cuando el tiempo dedicado a ellas interfiere con otras actividades importantes de la vida diaria. Este tipo de problemática puede evidenciarse a través de conductas como la privación del sueño debido al uso prolongado de redes sociales, la necesidad constante de revisar notificaciones o el descuido intencional de actividades cotidianas, como el estudio, el trabajo o la interacción con familiares y amigos. En este contexto, la adicción a las redes sociales se considera un trastorno no relacionado con el consumo de sustancias, pero que comparte algunas características con otras formas de dependencia. Entre estas características se encuentra la pérdida de control sobre el comportamiento, ya que la persona experimenta dificultades para regular el tiempo que dedica al uso de estas plataformas. Además, el comportamiento persiste incluso cuando el individuo es consciente de las posibles consecuencias negativas que puede ocasionar en su bienestar personal, en su rendimiento académico o en sus relaciones interpersonales (6).

3.6.1. Diagnóstico y síntomas de adicción a internet

Las adicciones pueden analizarse tanto desde una perspectiva psicológica como a partir de sus manifestaciones físicas. En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce ciertos trastornos adictivos vinculados a comportamientos, entre ellos el trastorno por videojuegos (Gaming Disorder), el cual se encuentra incluido en la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11). No obstante, la adicción a las redes sociales aún no es reconocida oficialmente como un trastorno específico. Aun así, la OMS advierte que el uso excesivo de internet o de plataformas digitales puede generar patrones de comportamiento similares a los observados en otras adicciones, caracterizados por la pérdida de control, la priorización del uso sobre otras actividades y la aparición de consecuencias negativas en la vida personal, social o académica (19).

Por su parte, el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5), elaborado por la American Psychiatric Association, tampoco incluye de manera específica la adicción a las redes sociales como un diagnóstico clínico. Sin embargo, menciona el trastorno por juego en internet (Internet Gaming Disorder) como una condición que requiere mayor investigación. Este trastorno comparte características con otras formas de adicción, tales como la preocupación constante por la actividad, la dificultad para reducir o controlar su uso, el desarrollo de tolerancia, la presencia de síntomas de abstinencia y la afectación significativa en la vida cotidiana (20).

3.7. Causas de la adicción a redes

La motivación que lleva a las personas a conectarse a internet y permanecer durante largos periodos de tiempo en línea ha sido objeto de estudio en diversas investigaciones, especialmente en relación con actividades y contenidos específicos disponibles en el entorno digital. En este contexto, algunos estudios señalan que el uso excesivo de internet puede estar vinculado a determinadas necesidades personales o emocionales que los individuos buscan satisfacer mediante la interacción en línea. Entre estas motivaciones se encuentra el escapismo, entendido como la tendencia a utilizar los entornos digitales como una forma de evadir o distraerse de problemas personales, tensiones emocionales o situaciones difíciles de la vida cotidiana. El escapismo resulta particularmente evidente en el caso de los juegos en línea, donde los investigadores han

analizado cómo la interacción entre los problemas psicosociales y las motivaciones de uso puede influir en el tiempo que los usuarios dedican a estas actividades. En muchos casos, las personas utilizan los videojuegos en línea como un medio para reducir el estrés, distraerse de preocupaciones personales o experimentar una sensación temporal de bienestar. Se ha demostrado que la relación entre el estrés y el uso de juegos en línea puede estar mediada por la motivación del individuo, ya que las personas recurren a estas actividades como una forma de aliviar emociones negativas o escapar momentáneamente de situaciones problemáticas. Asimismo, el anonimato que caracteriza a muchos entornos digitales puede favorecer la participación de personas que experimentan altos niveles de ansiedad o dificultades en la interacción social. La posibilidad de comunicarse sin revelar completamente la identidad personal permite que algunos individuos se sientan más cómodos expresándose en línea que en contextos presenciales. En este sentido, algunas personas que experimentan sentimientos de soledad pueden involucrarse en actividades de socialización virtual, como los juegos en línea o la participación en comunidades digitales, con el objetivo de establecer vínculos con otras personas. Desde la perspectiva de las redes sociales, el uso de estas plataformas también puede estar motivado por el deseo de ampliar las redes de contacto y fortalecer las relaciones interpersonales. Para algunos usuarios, interactuar en redes sociales puede representar una oportunidad para mejorar la confianza en sí mismos, desarrollar habilidades sociales y recibir apoyo emocional por parte de otros usuarios. Estas plataformas permiten mantener contacto con amigos, establecer nuevas relaciones y participar en comunidades virtuales que comparten intereses similares, lo que puede generar una sensación de pertenencia y conexión social (21).

Por otro lado, las personas que presentan niveles elevados de ansiedad social pueden percibir la comunicación en línea como una forma más cómoda o aceptable de interacción. Esto se debe, en parte, a que los entornos digitales ofrecen un mayor control sobre la propia imagen y reducen el riesgo de recibir evaluaciones negativas inmediatas por parte de los demás. Sin embargo, esta preferencia por la interacción virtual puede conducir, en algunos casos, a un uso excesivo de las plataformas digitales, lo que incrementa el riesgo de desarrollar conductas adictivas relacionadas con el uso de internet. Además, el entorno en línea puede resultar especialmente atractivo para personas que enfrentan dificultades relacionadas con la construcción de su identidad personal. Las redes sociales ofrecen la posibilidad de presentarse de diferentes maneras,

lo que permite a algunos individuos modificar o reforzar aspectos de su identidad. De esta manera, los usuarios pueden buscar en los entornos digitales un sentido de significado psicológico, así como la posibilidad de establecer relaciones que les permitan sentirse emocionalmente cercanos a otras personas. En muchos casos, el espacio virtual se convierte en un lugar donde pueden expresarse con mayor libertad y encontrar aceptación social que quizá perciben como limitada en su vida cotidiana (22).

Finalmente, otra posible vía hacia el desarrollo de conductas adictivas en internet puede estar relacionada con problemas de imagen corporal o con la evitación de interacciones presenciales debido a sentimientos de vergüenza o inseguridad respecto a la propia apariencia física. En estos casos, el entorno digital puede funcionar como un espacio alternativo donde la persona intenta evitar situaciones sociales que le resultan incómodas en la vida real, lo que puede favorecer una mayor dependencia hacia las interacciones en línea (7).

3.7.1. Tratamiento

Se ha evidenciado que la adicción puede generar diversos efectos adversos tanto en la salud como en el funcionamiento general de la persona. Estos efectos pueden manifestarse en distintos ámbitos de la vida, incluyendo el bienestar psicológico, las relaciones interpersonales, el desempeño académico o laboral y la calidad de vida en general. Cuando el comportamiento adictivo se mantiene en el tiempo, puede interferir con las actividades cotidianas y provocar dificultades para mantener hábitos saludables, regular el tiempo o cumplir con responsabilidades personales y sociales. Ante esta situación, se han desarrollado diferentes enfoques terapéuticos orientados a abordar este tipo de problemáticas. Las intervenciones clínicas suelen basarse en tratamientos psicológicos y estrategias farmacológicas que han demostrado ser eficaces en otros trastornos previamente estudiados. Entre estos se encuentran el trastorno obsesivo compulsivo (TOC), los trastornos relacionados con el control de impulsos y los trastornos por uso de sustancias, los cuales comparten ciertas características con las adicciones conductuales, como la pérdida de control sobre la conducta y la repetición persistente de determinadas acciones a pesar de sus consecuencias negativas. El tratamiento de estas problemáticas generalmente incluye diferentes componentes que buscan atender tanto el comportamiento adictivo como los factores emocionales y psicológicos asociados. Uno de los enfoques más utilizados es la psicoterapia, especialmente las

terapias de orientación cognitivo-conductual, las cuales se centran en identificar los pensamientos y patrones de conducta que favorecen el uso excesivo de determinadas actividades o plataformas. A través de este tipo de intervención, se busca fortalecer habilidades de autocontrol, desarrollar estrategias para la regulación del tiempo y promover hábitos más saludables en el uso de la tecnología. En algunos casos, el tratamiento también puede incluir intervenciones farmacológicas, particularmente cuando la adicción se encuentra asociada a otros trastornos psicológicos. El uso de medicamentos puede ser considerado como un complemento del tratamiento psicológico, especialmente cuando la persona presenta síntomas significativos que afectan su funcionamiento diario. Asimismo, una parte importante del proceso terapéutico consiste en abordar los síntomas asociados, como la depresión, la ansiedad o el estrés, que con frecuencia se relacionan con el desarrollo o mantenimiento de conductas adictivas. El tratamiento integral busca no solo reducir el comportamiento problemático, sino también mejorar el bienestar emocional y fortalecer los recursos personales que permitan a la persona afrontar de manera más saludable las situaciones de la vida cotidiana (23).

3.7.2. Programas desde edades tempranas

Los programas de prevención selectiva están orientados a grupos específicos de la población que presentan un mayor nivel de riesgo en comparación con la población general. Estos programas buscan intervenir de manera anticipada en aquellos individuos que, debido a determinadas características personales, sociales o ambientales, pueden ser más propensos a desarrollar conductas problemáticas relacionadas con el uso de internet, las redes sociales u otras formas de adicción conductual. De esta manera, la prevención selectiva permite focalizar los esfuerzos en poblaciones que requieren mayor atención, como adolescentes o jóvenes que presentan factores de vulnerabilidad asociados a su entorno o a sus hábitos de uso de la tecnología. El objetivo principal de este tipo de programas es reducir la probabilidad de que dichas conductas se consoliden o se intensifiquen con el tiempo. Para ello, suelen incluir estrategias educativas, orientación psicológica y actividades que promuevan el desarrollo de habilidades personales, como la regulación emocional, la toma de decisiones responsables y el uso equilibrado de las tecnologías digitales. Asimismo, estos programas pueden incorporar la

participación de instituciones educativas, familias y profesionales de la salud, con el fin de generar entornos de apoyo que favorezcan el bienestar de los jóvenes. Por otra parte, los programas de tratamiento también desempeñan un papel fundamental en el abordaje de las adicciones conductuales. Estos programas están dirigidos a personas que ya presentan conductas problemáticas y requieren intervención especializada para reducir o controlar dichas conductas. A través de diferentes enfoques terapéuticos, se busca ayudar a los individuos a reconocer los factores que influyen en su comportamiento, desarrollar estrategias de afrontamiento y fortalecer sus recursos personales para manejar adecuadamente el uso de la tecnología. Además, los programas de tratamiento resultan relevantes desde el punto de vista de la investigación, ya que permiten obtener información valiosa sobre la eficacia de las distintas intervenciones aplicadas. El análisis de los resultados obtenidos en estos programas contribuye a mejorar las estrategias de prevención y tratamiento, así como a diseñar nuevas propuestas de intervención más efectivas para abordar los problemas asociados al uso excesivo de internet y de las redes sociales (7).

4. Revisión de antecedentes investigativos

4.1. Antecedentes internacionales

Título: Statistical analysis of social networks as a means of communication for children in educational institutions in Riohacha, La Guajira, Colombia.

Autores: Figueroa *et al.*

Lugar: Colombia.

Resumen: Los avances tecnológicos han generado transformaciones importantes en los ámbitos social, cultural y educativo, influyendo de manera directa en las formas de comunicación e interacción entre las personas. En este contexto, el uso de redes sociales se ha vinculado con diversas problemáticas que afectan principalmente a niños y adolescentes, entre las cuales destacan el ciberbullying, el sexting, el grooming y el vamping. Estas situaciones han despertado un creciente interés en el ámbito académico, debido a sus posibles implicancias en el bienestar y en el desarrollo de los estudiantes. Asimismo, diferentes estudios han analizado indicadores relacionados con la incidencia del uso de redes sociales en la población escolar. En particular, los resultados obtenidos evidencian que el uso frecuente de estas plataformas puede influir de manera negativa en el rendimiento académico de los estudiantes de la ciudad de Riohacha. Entre las principales consecuencias identificadas se encuentran el aislamiento social, la presencia de sentimientos de miedo y la aparición de cansancio tanto visual como mental, derivados del tiempo prolongado frente a dispositivos digitales. Además, se observó que la mayoría de los niños de esta localidad dedica entre tres y cuatro horas diarias al uso de redes sociales, lo que evidencia la fuerte presencia de estas plataformas en su vida cotidiana. No obstante, los resultados también muestran que, en términos generales, los estudiantes no suelen utilizar las redes sociales para realizar conductas inapropiadas. En la mayoría de los casos tampoco se identificó el intercambio de mensajes o videos que resulten inadecuados para su edad; cuando estas situaciones llegan a presentarse, los usuarios involucrados suelen ser eliminados de las listas de contacto como una forma de evitar la interacción con ellos. Palabras clave: redes sociales, estadísticas, indicadores, sociedad, educación, interacción (14).

Título: Sinergia comunicacional en las redes sociales como aspecto interactivo para el desarrollo de la educación infantil en instituciones educativas de Riohacha, La Guajira

Autor: Jiménez *et al.*

Lugar: Guajira Colombia

Resumen: La presente investigación analiza la sinergia comunicativa que se genera en las redes sociales como un elemento interactivo dentro del proceso educativo infantil. El estudio parte de la idea de que estas plataformas digitales no solo funcionan como medios de entretenimiento, sino también como espacios de interacción que influyen en la forma en que los niños se comunican, intercambian información y establecen relaciones dentro y fuera del ámbito escolar. En este sentido, se busca comprender cómo las dinámicas comunicativas que se desarrollan en las redes sociales pueden integrarse al proceso educativo y qué implicancias pueden tener en el desarrollo social de los menores. El propósito principal de la investigación consiste en examinar la relación comunicativa que se establece en estas plataformas y su posible vinculación con problemáticas asociadas al uso de internet, tales como el ciberbullying, el sexting, el grooming y el vamping, entre otras. Estas situaciones han adquirido relevancia en los últimos años debido al creciente acceso de los niños a dispositivos digitales y redes sociales, lo que ha generado nuevos escenarios de interacción que requieren ser analizados desde una perspectiva educativa y social. Asimismo, el estudio busca identificar las condiciones bajo las cuales los niños en edad escolar utilizan las redes sociales, considerando aspectos como la frecuencia de uso, los espacios en los que acceden a estas plataformas y las formas de interacción que mantienen con otros usuarios. En este contexto, también se analizan las ventajas que estas herramientas pueden ofrecer, especialmente en lo relacionado con la comunicación y el intercambio de mensajes con personas cercanas, como amigos, compañeros de estudio, familiares y otros adultos de su entorno inmediato. De igual manera, la investigación pretende reconocer las posibles desventajas asociadas al uso de estas plataformas digitales. Entre los principales riesgos identificados se encuentran las interacciones con personas desconocidas y el intercambio de mensajes relacionados con temas sensibles, como el sexo o las relaciones afectivas. Este tipo de situaciones puede generar efectos negativos en el bienestar emocional y físico de los menores, además de favorecer procesos de aislamiento social cuando las relaciones virtuales reemplazan o limitan la interacción presencial. En este contexto, el análisis de estas dinámicas comunicativas resulta

relevante para comprender cómo el uso de las redes sociales influye en el desarrollo de los niños y en su proceso educativo. Asimismo, permite identificar la necesidad de promover estrategias de orientación y acompañamiento por parte de las familias y de las instituciones educativas, con el fin de fomentar un uso responsable y seguro de las tecnologías digitales. Palabras clave: redes sociales, internet, riesgos, familia, educación, estudiantes (24).

4.2. Antecedentes nacionales

Título: Scale of Addiction to the internet of Lima

Autores: Ávila *et al.*

Lugar: Lima Perú

Resumen: El presente estudio tuvo como objetivo analizar las propiedades psicométricas de la Escala de Adicción al Internet de Lima (EAIL), con el propósito de evaluar su utilidad como instrumento para medir el nivel de adicción al internet en estudiantes de educación secundaria. Para ello, la escala fue aplicada a una muestra conformada por 110 estudiantes pertenecientes a una institución educativa pública de la ciudad de Bogotá, quienes cursaban entre sexto y undécimo grado de educación secundaria. La investigación buscó determinar si este instrumento presentaba adecuados niveles de confiabilidad y validez al ser aplicado en una población escolar distinta a aquella para la cual fue inicialmente diseñado. Con el fin de evaluar las propiedades psicométricas del instrumento, se emplearon tres procedimientos metodológicos principales. En primer lugar, se calculó el coeficiente alfa de Cronbach, el cual permitió determinar el nivel de confiabilidad interna de la escala, es decir, el grado de consistencia entre los ítems que la componen. Este análisis es fundamental en estudios psicométricos, ya que permite establecer si los elementos del instrumento miden de manera coherente el mismo constructo. En segundo lugar, se realizó un análisis factorial exploratorio, con el objetivo de examinar la estructura interna de la escala y verificar si los ítems se organizaban en dimensiones coherentes con el concepto de adicción a internet. Este procedimiento permitió identificar los factores subyacentes que explican las relaciones entre los diferentes ítems del instrumento y evaluar la validez interna de la escala. Finalmente, se llevó a cabo un análisis de comunalidades, el cual permitió establecer el grado de correlación existente entre cada uno de los ítems y la puntuación total de la prueba. Este tipo de análisis contribuye a determinar qué tan representativos

son los ítems respecto al constructo general que se pretende medir. Los resultados obtenidos evidenciaron un índice de confiabilidad de 0.798, lo que indica un nivel adecuado de consistencia interna del instrumento para su aplicación en la población estudiada. Asimismo, el análisis factorial permitió identificar dos dimensiones principales que explican el 47,7 % de la varianza total de la escala, lo que sugiere que el instrumento presenta una estructura factorial relativamente consistente. No obstante, el análisis también permitió detectar algunas inconsistencias en la carga factorial de los ítems 2 y 11, lo que indica que estos elementos podrían no ajustarse completamente a las dimensiones identificadas o podrían requerir una revisión en su formulación o interpretación. A partir de estos hallazgos, los autores concluyen que la Escala de Adicción al Internet de Lima (EAIL) puede considerarse un instrumento adecuado para su aplicación en estudiantes de la ciudad de Bogotá. Sin embargo, también se recomienda la realización de estudios posteriores que permitan analizar con mayor profundidad la estructura del instrumento y corregir las diferencias encontradas en el análisis factorial, con el fin de mejorar su precisión y su aplicabilidad en diferentes contextos educativos (1).

4.3 Antecedentes Locales

No existen antecedentes locales.

5. Hipótesis

Dado que la frecuencia de adicción a redes sociales en adolescentes se ha incrementado es probable que existan factores sociodemográficos, académicos y familiares que se relacionen con adicción a redes sociales en adolescentes de una Institución Educativa Particular en Arequipa.



CAPÍTULO II

PLANTEAMIENTO OPERACIONAL

1. Técnicas, instrumentos y materiales de verificación

1.1. Técnicas

Se utilizó la técnica de encuesta a los estudiantes que concurren a la institución educativa con previa autorización de las autoridades y consentimiento escrito de los padres de familia y asentimiento de los participantes.

1.2. Instrumentos

1.2.1. Instrumento lógico

Se utilizó cuestionario de datos generales y test de funcionamiento familiar, adicción a redes sociales, nivel socioeconómico (ver anexo).

Se aplicó instrumento cuyo autor es Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas realizado en 2014. Este cuenta con 24 ítem – Escala de tipo Likert. Dicho cuestionario fue validado en el estudio mencionado obteniéndose alfa de Cronbach elevados 0.88.

Los ítems se puntúan de la siguiente manera: Siempre 4 puntos, Casi siempre 3 puntos, Algunas Veces 2 puntos, Rara vez 1 punto, Nunca 0 puntos. El ítem 13 se puntúa de manera inversa. Para medir el nivel de adicción a las redes sociales puede ser puntuada como alto (65 – 96 puntos), medio (33 – 64 puntos) y bajo (0 – 32 puntos) (25).

1.3. Materiales

- Fichas de recolección de datos
- Computadora Toshiba Satellite.
- Impresora.
- Sistema operativo Windows 10™ Home y procesador de Texto Microsoft Word 2013.
- Soporte estadístico SPSS 20.0 for Windows.
- Útiles de escritorio

2. Campo de verificación

2.1. Ubicación espacial

El estudio se llevó a cabo en la institución educativa particular ubicada en el distrito de Cercado de la ciudad de Arequipa, donde se realizó la recolección de datos.

2.2. Ubicación temporal

Adolescentes que cursan el 4to, 5to año de secundaria, que acudan a clases en forma continua, en el año, 2024

2.3. Unidades de estudio

La unidad de estudio estuvo constituida por los estudiantes de 3er, 4to y 5to año de secundaria de la Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco en el año 2024.

2.3.1. Criterios de inclusión

- Estudiantes cuyas edades se encuentren entre 14 y 17 años.
- Estudiantes matriculados en el nivel secundario de la institución educativa durante el año 2024.
- Estudiantes que brinden su asentimiento voluntariamente en la investigación y cuenten con el consentimiento informado firmado por sus padres.

2.3.2. Criterios de exclusión

- Encuestas con un incorrecto llenando o múltiples respuestas
- Estudiantes ausentes durante la aplicación de los cuestionarios.
- Adolescentes en tratamiento de alguna enfermedad crónica física o mental.

2.3.3. Tamaño de la muestra

El tamaño de la muestra estuvo conformado por 177 estudiantes, ya que se trabajó con el total de adolescentes que cumplieron los criterios de inclusión, lo que permitió abordar de manera integral las variables estudiadas dentro del contexto educativo.

2.3.4. Diseño de estudio

Análítico, observacional, prospectivo, transversal.

3. Estrategia de recolección de datos

3.1. Organización

3.1.1. Procedimiento de obtención de datos

Se procedió a tomar información directamente de los estudiantes que acuden a clases en forma cotidiana, se pidió el asentimiento y consentimiento informado a los padres, además de la autorización de las autoridades del centro educativo, previamente se presentó una charla sobre el tema para motivar a los escolares, a fin tratar de inspirar confianza y puedan responder con la verdad.

3.1.2. Plan de recolección de datos

Solicitud formal a la Facultad de Medicina Humana de la UCSM, contando con el proyecto de tesis para su aprobación.

- Se entregó un cuestionario de manera física a cada estudiante en su salón respectivo
- Luego se procedió a explicar el objetivo de estudio y el correcto llenado del cuestionario
- Se realizó la encuesta de manera simultánea en los respectivos salones de clase

3.1.3. Plan de análisis de datos

Los datos recolectados fueron procesados y analizados mediante el programa estadístico IBM SPSS Statistics versión 20, utilizando estadística descriptiva e inferencial para la interpretación de los resultados.

El análisis de datos se realizó de la siguiente manera:

- Ingresar los datos de los cuestionarios o encuestas.
- Procesar la información estadísticamente.
- Generar tablas y resultados para el capítulo de resultados.

3.1.3.1. Estadística descriptiva

Se presentan tablas de distribución de frecuencias y porcentajes para las variables cualitativas y tablas de resumen para variables cuantitativas.

3.1.3.2. Estadística analítica

Para relacionar las variables se utilizó la prueba estadística Fisher–Freeman–Halton, con un nivel de significancia del 5% ($p < 0.05$).

3.1.3.3. Aspectos éticos

La presente investigación cuenta con la autorización de las autoridades correspondientes en especial del “Comité Institucional de Ética en la Investigación de la Universidad Católica de Santa María”, además del asentimiento del estudiante y el consentimiento informado por parte de los padres en donde se explicó el objeto de estudio asegurando la confidencialidad y el anonimato de los participantes.

3.2. Recursos

3.2.1. Recursos humanos

- El Autor: Gynoma Sofía Peralta Baldarrago
- El Asesor: Dra. Noemi Del Castillo Solórzano

3.2.2. Recursos físicos

- Local del colegio
- Fichas de recolección de datos
- Base de datos.
- Materiales de escritorio
- Computadora
- Microsoft Excel 365 versión licenciada
- Paquete Estadístico SPSS versión 20

3.2.3. Recursos financieros

Rubro	Recurso/Ítem	Cantidad	Costo unitario (S/.)	Costo total (S/.)	Fuente de financiamiento
Financieros	Autofinanciamiento del investigador	1	-	-	Investigador
Materiales	Lapiceros	10.00	1.50	15.00	Investigador
	Papel Bond (resma A4)	2.00	22.00	44.00	Investigador
	Impresiones/fotocopias	200.00	0.20	40.00	Investigador
	Impresora	1.00	250.00	250.00	Investigador
	Laptop	1.00	1400.00	1400.00	Investigador
	Licencia Microsoft Office 365, 1 mes	1.00	35.00	35.00	UCSM
	IMB SPSS Statistics version 25	1.00	130.00	130.00	Investigador
Total				1914.00	

3.3. Validación de los instrumentos

La validación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) fue realizada por Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas, investigadores de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos y la Universidad de San Martín de Porres. Primero, los autores elaboraron los ítems tomando como base los criterios del DSM-IV para la adicción a sustancias, adaptándolos al contexto de redes sociales. Luego, el instrumento fue revisado por tres jueces expertos en psicología clínica, educativa y psicometría, quienes evaluaron la claridad, coherencia y pertinencia de cada ítem. Posteriormente se aplicó una prueba piloto a 48 estudiantes universitarios para verificar la comprensión de las preguntas y realizar ajustes en la redacción. Finalmente, el cuestionario fue aplicado a 380 estudiantes universitarios de Lima, lo que permitió realizar los análisis estadísticos necesarios para comprobar su validez y confiabilidad (13).

3.4. Criterios para el manejo de los resultados

3.4.1. A nivel de recolección

Se realizó una visita a la institución educativa particular con el propósito de recolectar la información correspondiente a las variables necesarias para el cumplimiento de los objetivos del presente estudio. Los datos recopilados fueron utilizados para el procesamiento estadístico y la elaboración de los resultados de la investigación.

3.4.2. A nivel de sistematización

Para el procesamiento de los datos, estos fueron previamente digitalizados y organizados en una matriz de datos estadísticos en el programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) para Windows. Posteriormente, se aplicó un análisis de estadística descriptiva basado en frecuencias y porcentajes, lo que permitió obtener las distribuciones correspondientes y establecer las relaciones entre las variables de estudio, de acuerdo con los objetivos planteados en la investigación.

3.4.3. A nivel de estudio de datos

- **Estadística descriptiva:**

Con el propósito de garantizar que las características básicas de la muestra fueran homogéneas y que, en consecuencia, las diferencias observadas respondieran a las variables analizadas, la primera etapa del estudio se orientó a un análisis de carácter descriptivo.

Se construyeron gráficos o tablas, según fue el caso.

- **Estadística inferencial:**

Para relacionar las variables se utilizó la prueba estadística Fisher–Freeman–Halton, con un nivel de significancia del 5% ($p 0.05$).

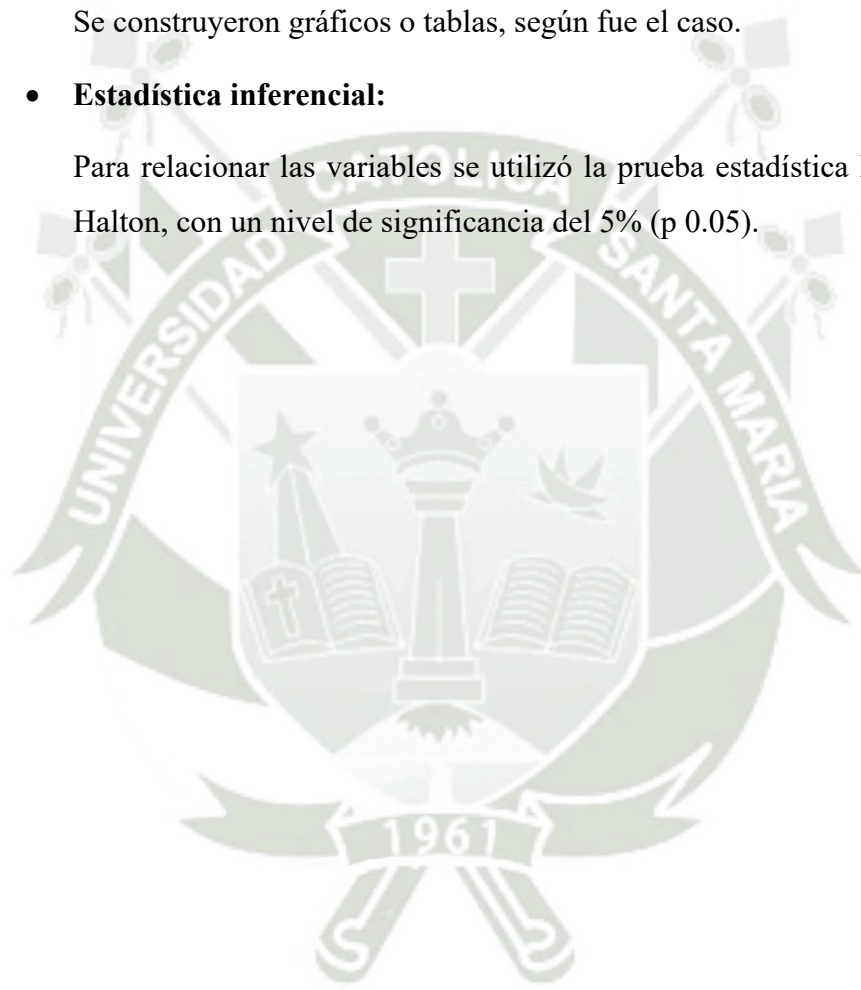




Tabla 1**Adicción a redes sociales en estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa
privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024**

Adicción redes sociales	Nº.	%
Baja	117	66,1
Media	59	33,3
Alta	1	0,6
TOTAL	177	100

***Elaboración propia.**

En la tabla, se exponen los niveles obtenidos para la adicción a las redes sociales en los estudiantes de nivel secundario, donde se aprecia que el 66,1 % de la muestra presenta un nivel bajo de adicción, indicando que los estudiantes ubicados en este nivel mantienen un uso moderado de las redes sociales, conservando el control del tiempo de conexión, mientras que el 33,3 % se ubica en un nivel medio, lo que representa posibles conductas de riesgo, caracterizadas por un uso frecuente de las redes sociales que podría empezar a interferir con sus responsabilidades académicas y solo un 0,6 % presenta un nivel alto, denotando dificultades para regular el uso de las redes sociales.

Tabla 2

**Dimensiones de la adicción a redes sociales en estudiantes de 14 a 17 años de la
Institución Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024**

A. Redes sociales		Nº.	%
Obsesión por las redes	Baja	130	73,4
	Media	46	26
	Alta	1	0,6
Falta de control personal	Baja	108	61
	Media	68	38,4
	Alta	1	0,6
Uso excesivo	Baja	156	88,1
	Media	20	11,3
	Alta	1	0,6
TOTAL		177	100

***Elaboración propia.**

La tabla expone la distribución de la muestra en función a las dimensiones de la adicción a redes sociales en los estudiantes, se observa que, en la dimensión obsesión por las redes, el 73,4% de los estudiantes presenta un nivel bajo, mientras que el 26,0% se ubica en un nivel medio y solo un 0,6% en un nivel alto. En relación con la falta de control personal, se evidencia que el 61% presenta un nivel bajo y el 38,4% un nivel medio, siendo mínimo el porcentaje correspondiente al 0,6% en un nivel alto. Asimismo, en la dimensión uso excesivo, predomina el nivel bajo con un 88,1%, seguido del nivel medio con un 11,3%, registrándose igualmente un 0,6% en el nivel alto. Demostrando que, si bien los estudiantes mantienen cierto control, un grupo significativo manifiesta conductas de atención recurrente hacia las redes sociales en sus dimensiones, aún existen episodios de uso prolongado que pueden resultar en factores de riesgo.

Tabla 3

**Factores sociodemográficos de los estudiantes de 14 a 17 años de la Institución
Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024**

Factores sociodemográficos		Nº.	%
Edad	13 a 14	18	10,2
	15 a 16	130	73,4
	17 a 18	29	16,4
Grado	Tercero	38	21,5
	Cuarto	66	37,3
	Quinto	73	41,2
Horas de soledad	0 a 2 hrs	97	54,8
	3 a más hrs	80	45,2
TOTAL		177	100

***Elaboración propia.**

En la tabla, se presenta la distribución de los factores sociodemográficos de los estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco, Arequipa – 2024, donde se observa que el 73,4% de los estudiantes tiene entre 15 y 16 años, seguido por el grupo de 17 a 18 años concentrado en un 16,4%, y un porcentaje correspondiente al 10,2%. En cuanto al grado de estudios, el 41,2% cursa quinto de secundaria, el 37,3% cuarto y el 21,5% tercero. Respecto al tiempo diario que pasan solos, el 54,8% permanece sin compañía entre 0 y 2 horas, y el 45,2% pasa 3 horas o más.

Tabla 4

Factores académicos de los estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024

Factores académicos		Nº.	%
R. académico	13 o más	146	82,5
	13 o menos	31	17,5
Incumplimiento de tareas	Nunca	6	3,4
	A veces	169	95,5
	Siempre	2	1,1
Frecuencia de conexión	Todo el tiempo conectado	42	23,7
	3 a 6 veces por día	110	62,2
	2 a 3 veces por semana	25	14,1
Lugar de conexión	Computadora de casa	27	15,3
	En cabina de internet	1	0,6
	A través del celular	62	35,0
	PC y celular	87	49,1
Personas conocidas en redes	10% o menos	20	11,3
	31 a 50%	33	18,6
	51 a 70%	124	70,1
TOTAL		177	100

***Elaboración propia.**

La tabla muestra los resultados para los factores académicos de los estudiantes donde se aprecia un 82,5% presenta un rendimiento académico favorable teniendo notas de 13 a más, mientras que un 17,5% obtiene calificaciones de 13 o menos. Asimismo, el incumplimiento de tareas se manifiesta principalmente de forma ocasional, representado por el 95,5% de los estudiantes, quienes afirmaron que a veces dejan de cumplir sus responsabilidades escolares, aunque solo un 1,1% lo hace de forma constante, evidenciando una presencia de dificultades académicas. Por otro lado, esa deficiencia académica, puede deberse a la frecuencia de conexión ya que un porcentaje significativo de 62,2% suele estar conectado a las redes sociales entre 3 a 6 veces por día, seguido de un 23,7% quienes señala estar conectados todo el tiempo. Además, el acceso a internet se realiza principalmente de dispositivos personales como la PC y celular o únicamente por el Celular, presente en un 49,1% y 35% respectivamente, demostrando una exposición a las redes sociales durante el día convirtiéndose en su rutina diaria. Finalmente, en

cuanto al conocimiento de contactos en redes, el 70,1% afirma conocer entre el 51% y 70% de las personas agregadas, lo que indica que la mayoría mantiene interacciones con contactos relativamente identificados, aunque un grupo menor gestiona redes con mayor proporción de desconocidos.



Tabla 5
Factores familiares de los estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa
privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024

Factores Familiares		Nº.	%
Vive con	Padres	155	87,6
	Otros familiares	22	12,4
Grado de instrucción del padre	Primaria	3	1,7
	Secundaria	49	27,7
	Superior	125	70,6
Funcionamiento familiar	F. baja	17	9,6
	F. media	56	31,6
	F. alta	104	58,8
TOTAL		177	100

***Elaboración propia.**

La tabla expone la distribución de la muestra en función a los factores familiares de los estudiantes, donde se aprecia que el 87,6% de la muestra vive con sus padres, mientras que un porcentaje menor vive con otros familiares. En cuanto al grado de instrucción de los padres se puede observar que el 70,6% tiene un grado de estudios superiores, seguido por el 27,7% con un nivel secundario y en un grado menor el nivel primario en un 1,7% de los padres de familia. Estos resultados reflejan que el contexto familiar de los estudiantes predomina una convivencia con ambos padres y un nivel educativo relativamente alto. Asimismo, el 58,8% tiene una familia funcional. Sin embargo, pese a las condiciones favorables, se exhibe que un 31,6% tiene una familia funcional en un nivel medio y 9,6%, una funcionalidad baja, demostrando que la convivencia familiar no siempre se debe a condiciones como el grado de instrucción o la convivencia nuclear.

Tabla 6

Relación entre la adicción a redes sociales y los factores sociodemográficos de los estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024

Factores sociodemográficos	Adicción a las redes sociales						Total		p de Fisher exacto	
	Baja		Media		Alta		N	%		
	N	%	N	%	N	%				
Edad	13 a 14 años	17	9,6	1	0,6	0	0	18	10,2	0,0230
	15 a 16 años	79	44,6	50	28,2	1	0,6	130	73,4	
	17 a 18 años	21	11,9	8	4,5	0	0	29	16,4	
Grado	Tercero	31	17,5	7	4	0	0	38	21,5	0,0872
	Cuarto	41	23,2	24	13,5	1	0,6	66	37,3	
	Quinto	45	25,4	28	15,8	0	0	73	41,2	
Horas de soledad	0 a 2 hrs	64	36,2	33	18,6	0	0	97	54,8	0,7388
	3 a más hrs	53	29,9	26	14,7	1	0,6	80	45,2	
Total		117	66,1	59	33,3	1	0,6	177	100	

***Elaboración propia.**

La tabla muestra que, en general, predominó la adicción baja a las redes sociales con 117 estudiantes (66,1%), seguida de la adicción media con 59 (33,3%) y solo un caso de adicción alta (0,6%). Al aplicar la prueba exacta de Fisher, se encontró que la edad sí se relaciona de manera significativa con el nivel de adicción a las redes sociales ($p = 0,0230 < 0,05$). Esto indica que la distribución de la adicción no es igual en todos los grupos etarios. En términos descriptivos, el grupo de 13 a 14 años presentó mayor concentración de adicción baja, mientras que en el grupo de 15 a 16 años se observó una mayor presencia de adicción media y el único caso de adicción alta, lo que sugiere una mayor vulnerabilidad relativa en ese rango de edad.

Por otro lado, el grado de estudios no mostró una relación estadísticamente significativa con la adicción a redes sociales ($p = 0,0872 > 0,05$). Aunque en cuarto y quinto grado se aprecia una mayor frecuencia de adicción media en comparación con tercero, esas diferencias no fueron suficientes para confirmar una asociación significativa. De la misma manera, las horas de soledad tampoco se asociaron significativamente con la adicción a redes sociales ($p = 0,7388 > 0,05$), ya que la distribución entre adicción baja, media y alta fue bastante similar en ambos grupos.



Tabla 7

Relación entre la adicción a redes sociales y los factores académicos de los estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024

Factores académicos		Adicción a las redes sociales						Total		p de Fisher exacto
		Baja		Media		Alta		N	%	
		N	%	N	%	N	%			
Rendimiento académico	13 o más	96	54,2	49	27,7	1	0,6	146	82,5	1,0000
	13 o menos	21	11,9	10	5,6	0	0	31	17,5	
Incumplimiento de tareas	A veces	110	62,1	58	32,8	1	0,6	169	95,5	0,3049
	Siempre	1	0,6	1	0,5	0	0	2	1,1	
	Nunca	6	3,4	0	0	0	0	6	3,4	
Frecuencia de conexión	Todo el tiempo conectado	21	11,8	20	11,3	1	0,6	42	23,7	0,0142
	3 a 6 veces por día	75	42,4	35	19,8	0	0	110	62,2	
	2 a 3 veces por semana	21	11,9	4	2,1	0	0	25	14,1	
Lugar de conexión	Computadora de casa	19	10,7	8	4,6	0	0	27	15,3	0,6467
	Cabina de internet	0	0	1	0,6	0	0	1	0,6	
	A través del celular	43	24,3	19	10,7	0	0	62	35	
	PC y celular	55	31,1	31	17,4	1	0,6	87	49,1	
Personas conocidas en redes	10% o menos	14	7,9	6	3,4	0	0	20	11,3	0,6521
	31 a 50%	19	10,7	14	7,9	0	0	33	18,6	
	51 a 70%	84	47,5	39	22	1	0,6	124	70,1	
Total		117	66,1	59	33,3	1	0,6	177	100	

***Elaboración propia.**

La tabla evidencia que la adicción baja a las redes sociales fue la categoría predominante en los estudiantes, con 117 casos (66,1%), seguida de la adicción media con 59 casos (33,3%) y únicamente un caso de adicción alta (0,6%). Al aplicar la prueba exacta de Fisher, se observó que, de todos los factores académicos evaluados, solo la frecuencia de conexión presentó una relación estadísticamente significativa con la adicción a redes sociales ($p = 0,0142 < 0,05$). Esto indica que el nivel de adicción varía según la frecuencia con la que los estudiantes se conectan a las redes sociales. En términos descriptivos, quienes permanecían todo el tiempo conectados concentraron una mayor proporción de adicción media y el único caso de adicción alta, lo que sugiere una mayor tendencia a niveles más elevados de adicción en este grupo.

En cambio, el rendimiento académico no mostró relación significativa con la adicción a redes sociales ($p = 1,0000 > 0,05$), por lo que no se evidencian diferencias importantes en los niveles de adicción según el promedio académico. De igual forma, el incumplimiento de tareas ($p = 0,3049$), el lugar de conexión ($p = 0,6467$) y el porcentaje de personas conocidas en redes ($p = 0,6521$) tampoco se asociaron significativamente con la adicción a las redes sociales, ya que las diferencias observadas entre categorías no fueron estadísticamente relevantes.

Tabla 8

Relación entre la adicción a redes sociales y los factores familiares de los estudiantes de 14 a 17 años de la Institución Educativa privada Salesiano Don Bosco Arequipa 2024

Factores familiares	Adicción a las redes sociales						Total		p de Fisher exacto	
	Baja		Media		Alta		N	%		
	N	%	N	%	N	%				
Vive con	Padres	104	58,8	50	28,2	1	0,6	155	87,6	0,5384
	Otros familiares	13	7,3	9	5,1	0	0	22	12,4	
Grado instrucción padre	Primaria	2	1,1	1	0,6	0	0	3	1,7	0,0451
	Secundaria	25	14,2	24	13,5	0	0	49	27,7	
	Superior	90	50,8	34	19,2	1	0,6	125	70,6	
Funcionamiento familiar	F. baja	10	5,6	7	4	0	0	17	9,6	0,2571
	F. media	33	18,6	22	12,4	1	0,6	56	31,6	
	F. alta	74	41,9	30	16,9	0	0	104	58,8	
Total		117	66,1	59	33,3	1	0,6	177	100	

***Elaboración propia.**

La tabla muestra que la adicción baja a las redes sociales fue la categoría predominante en los estudiantes, con 117 casos (66,1%), seguida de la adicción media con 59 casos (33,3%) y solo un caso de adicción alta (0,6%). Al aplicar la prueba exacta de Fisher, se encontró que, entre los factores familiares evaluados, solo el grado de instrucción del padre presentó una relación estadísticamente significativa con la adicción a las redes sociales ($p = 0,0451 < 0,05$). Esto indica que el nivel de adicción varía según el nivel educativo del padre. De manera descriptiva, se observa que en el grupo con padres de educación secundaria se concentra una proporción relativamente mayor de adicción media en comparación con los otros niveles, mientras que en el grupo con instrucción superior predomina la adicción baja.

Por otro lado, la variable vive con no mostró una relación significativa con la adicción a las redes sociales ($p = 0,5384 > 0,05$). Esto sugiere que vivir con los padres o con otros familiares no produjo diferencias estadísticamente relevantes en los niveles de adicción. De igual manera, el funcionamiento familiar tampoco evidenció asociación significativa ($p = 0,2571 > 0,05$), por lo que no se puede afirmar que los niveles de funcionalidad familiar se relacionen de manera significativa con la adicción a redes sociales en los estudiantes evaluados.

DISCUSIÓN

Los resultados del presente estudio evidencian que la adicción a las redes sociales en los estudiantes de la Institución Educativa Privada Salesiano Don Bosco se presentó predominantemente en un nivel bajo (66,1%), seguida de un nivel medio (33,3%) y con una frecuencia mínima en el nivel alto (0,6%). Este hallazgo permite inferir que, en la población evaluada, el uso de redes sociales no alcanza en la mayoría de los casos características severas de dependencia; sin embargo, existe un grupo importante con manifestaciones intermedias que podría evolucionar hacia conductas de mayor riesgo si no se interviene oportunamente. En ese sentido, el problema no se expresa como una adicción consolidada en términos generales, pero sí como una práctica frecuente que merece vigilancia desde el ámbito educativo y familiar.

Este resultado presenta coincidencias con lo reportado por Figueroa et al, quienes encontraron que la mayoría de los escolares utilizaba redes sociales durante varias horas al día, aunque sin que ello implicara necesariamente conductas inadecuadas de manera generalizada (14). De forma semejante, en el presente estudio predominó el nivel bajo de adicción; no obstante, la presencia de un 33,3% en nivel medio revela que una proporción no menor de estudiantes podría encontrarse en una etapa de riesgo. Por ello, ambos estudios coinciden en que las redes sociales constituyen una parte importante de la vida cotidiana de los escolares, aunque el impacto negativo no siempre se manifiesta de manera severa o inmediata.

En cuanto a las dimensiones de la adicción, se observó predominio del nivel bajo en obsesión por las redes (73,4%), falta de control personal (61,0%) y uso excesivo (88,1%). Sin embargo, la dimensión falta de control personal destacó por presentar el mayor porcentaje en nivel medio (38,4%), seguida de la obsesión por las redes (26,0%). Este resultado sugiere que, si bien la mayoría de los estudiantes aún conserva cierto control sobre su comportamiento digital, existe una proporción importante que empieza a mostrar dificultades para autorregular el tiempo y la frecuencia de uso. Este patrón puede explicarse por las características propias de la adolescencia, etapa en la que se intensifica la necesidad de interacción social, pertenencia grupal e inmediatez comunicativa.

Respecto a los factores sociodemográficos, la única variable que mostró asociación estadísticamente significativa fue la edad ($p = 0,0230$). De manera descriptiva, el grupo de 15 a 16 años concentró la mayor proporción de adicción media y el único caso de adicción alta. Esto sugiere que la adolescencia media constituye una etapa particularmente sensible frente al uso problemático de redes sociales, probablemente por la mayor búsqueda de identidad, validación social y autonomía en el uso de dispositivos digitales. En contraste, ni el grado de estudios ni las horas de soledad mostraron asociación significativa, lo que indicaría que la

vulnerabilidad frente a la adicción depende más del momento evolutivo del adolescente que del año escolar o del tiempo que pasa sin compañía.

En relación con los factores académicos, la única variable que mostró asociación significativa fue la frecuencia de conexión ($p = 0,0142$). Este hallazgo resulta consistente con lo señalado por Figueroa et al, quienes sostienen que un mayor tiempo de uso de redes sociales puede repercutir negativamente en la vida escolar y social del estudiante (14). En el presente estudio, quienes refirieron estar todo el tiempo conectado concentraron una mayor proporción de adicción media y el único caso de adicción alta, lo cual refuerza la idea de que la intensidad y recurrencia del uso representan un elemento clave en el desarrollo de conductas adictivas. Así, no solo importa el acceso a las redes, sino el grado en que estas ocupan la rutina diaria del adolescente.

Sin embargo, a diferencia de lo señalado por Figueroa et al, en este estudio el rendimiento académico no presentó asociación significativa con la adicción a redes sociales ($p = 1,0000$). Esta diferencia podría deberse a varias razones (14). En primer lugar, la mayoría de los estudiantes evaluados mostró un rendimiento favorable, lo que reduce la variabilidad de la muestra y dificulta encontrar diferencias estadísticas. En segundo lugar, el predominio de adicción baja podría indicar que, aunque existe uso frecuente de redes sociales, este aún no alcanza una intensidad suficiente como para afectar de manera clara el desempeño académico. También es posible que factores como la supervisión escolar, la exigencia institucional o el acompañamiento familiar estén actuando como elementos protectores.

De igual manera, el incumplimiento de tareas, el lugar de conexión y el porcentaje de personas conocidas en redes no mostraron relación significativa con la adicción. Esto permite inferir que el problema no depende tanto del dispositivo empleado, del espacio físico de conexión o del tipo de contactos agregados, sino más bien del patrón conductual de uso. En otras palabras, la frecuencia con la que el estudiante se conecta parece tener mayor peso que el contexto inmediato en el que utiliza las redes. Este planteamiento puede vincularse con lo descrito por Jiménez et al, quienes destacan que las redes sociales poseen un carácter interactivo que puede resultar beneficioso o perjudicial según la forma en que son utilizadas (24). En esa línea, los hallazgos del presente estudio sugieren que no todas las características del entorno digital tienen el mismo efecto sobre la conducta adictiva.

En cuanto a los factores familiares, solo el grado de instrucción del padre mostró asociación significativa con la adicción a redes sociales ($p = 0,0451$). De manera descriptiva, los estudiantes cuyos padres tenían instrucción secundaria presentaron una proporción

relativamente mayor de adicción media, mientras que en aquellos con padres de instrucción superior predominó la adicción baja. Este resultado podría indicar que el nivel educativo paterno influye indirectamente en los estilos de crianza, la supervisión del uso de internet, la instauración de normas en casa y la orientación sobre hábitos digitales saludables. No obstante, este hallazgo debe interpretarse con cautela, pues se trata de una asociación significativa cercana al valor crítico y con categorías de baja frecuencia.

Por otro lado, las variables viven con y funcionamiento familiar no mostraron asociación significativa con la adicción a redes sociales. Esto sugiere que la sola convivencia con los padres o la percepción general de funcionalidad familiar no bastan, por sí mismas, para explicar el nivel de uso problemático de redes sociales. Es posible que otros elementos más específicos, como la calidad de la supervisión, la comunicación sobre riesgos digitales o los límites establecidos en casa, tengan un peso mayor que la estructura familiar en sí misma. En este sentido, aunque la familia constituye un entorno protector relevante, su influencia podría no expresarse de manera directa si no existen prácticas concretas de acompañamiento en el uso de la tecnología.

Respecto a los antecedentes nacionales, el estudio de Ávila *et al* aporta principalmente respaldo metodológico, ya que analiza las propiedades psicométricas de la Escala de Adicción al Internet de Lima (1). Aunque no aborda directamente la relación entre adicción y factores sociodemográficos, académicos o familiares, su aporte resulta relevante porque respalda la evaluación de dimensiones como el control del uso y la conducta adictiva frente al entorno digital. En ese sentido, dicho antecedente contribuye a sostener la utilidad del enfoque dimensional empleado en investigaciones sobre adicción al internet y redes sociales en población adolescente.

Finalmente, la ausencia de antecedentes locales específicos evidencia un vacío de conocimiento en el contexto arequipeño, lo que incrementa la importancia del presente estudio. En conjunto, los hallazgos permiten sostener que la adicción a redes sociales en esta muestra se presenta mayoritariamente en niveles bajos, aunque con un porcentaje considerable en nivel medio que no debe ser subestimado. Asimismo, las asociaciones significativas con la edad, la frecuencia de conexión y el grado de instrucción del padre muestran que este fenómeno responde a una interacción de factores personales, hábitos de uso y características del entorno familiar. Por ello, resulta necesario fortalecer estrategias preventivas orientadas al uso responsable de redes sociales, especialmente en adolescentes de 15 a 16 años y en aquellos con mayor frecuencia de conexión.

CONCLUSIONES

PRIMERA: Respecto a los factores sociodemográficos, se concluye que la edad fue el único factor que se relacionó significativamente con la adicción a redes sociales, observándose mayor presencia de adicción media en los estudiantes de 15 a 16 años; en cambio, el grado de estudios y las horas de soledad no mostraron relación estadísticamente significativa.

SEGUNDA: En cuanto a los factores académicos, se concluye que la frecuencia de conexión a redes sociales fue el único factor que se relacionó significativamente con la adicción, evidenciando que los estudiantes que permanecían conectados con mayor frecuencia presentaron mayores niveles de adicción; por otro lado, el rendimiento académico, el incumplimiento de tareas, el lugar de conexión y el porcentaje de personas conocidas en redes sociales no mostraron relación significativa.

TERCERA: Respecto a los factores familiares, se concluye que el grado de instrucción del padre fue el único factor que se relacionó significativamente con la adicción a redes sociales; mientras que la variable vive con y el funcionamiento familiar no evidenciaron asociación estadísticamente significativa en la población estudiada.

RECOMENDACIONES

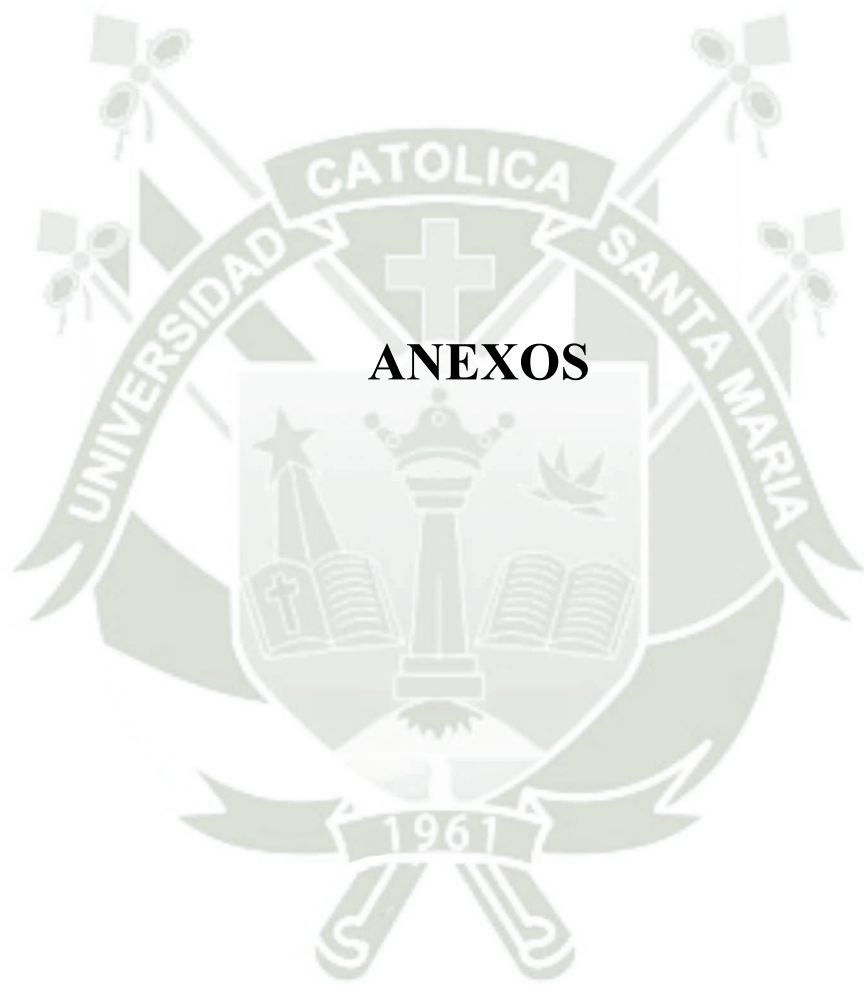
- PRIMERA:** Se recomienda a la institución educativa implementar actividades de orientación y prevención sobre el uso responsable de redes sociales, dirigidas especialmente a los estudiantes de 15 a 16 años, debido a que este grupo mostró mayor vulnerabilidad frente a niveles más altos de adicción.
- SEGUNDA:** Se recomienda desarrollar estrategias de control y educación digital orientadas a disminuir la frecuencia de conexión a redes sociales, promoviendo en los estudiantes una adecuada organización del tiempo, hábitos saludables y un equilibrio entre actividades académicas, familiares y recreativas.
- TERCERA:** Se recomienda fortalecer la participación de los padres de familia mediante escuelas para padres, charlas o talleres informativos sobre supervisión y acompañamiento del uso de redes sociales en los adolescentes, considerando que el grado de instrucción del padre mostró relación significativa con la adicción a redes sociales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ávila et al. Escala de Adicción al Internet de Lima (EAIL): Análisis psicométrico. Revista Iberoamericana de Psicología. [Internet]. 2018; 11(3): 101-107 Disponible en: <https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/rip.11309>.
2. Young K. Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. Cyberpsychol Behav. [Internet]. 1998; 1(3): 237-44.
3. Arones D, Barzola L. Adicción a redes sociales y rendimiento académico en estudiantes de Psicología de la Universidad Alas Peruanas. Ayacucho, 2018.: [Tesis para optar el Grado Académico de Maestra en Psicología Educativa][Internet]. 2018. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/26989/Arones_ad-SD.pdf?sequence=6&isAllowed=y.
4. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Las tecnologías de información y comunicación en los hogares: III trimestre 2025. [Online].; 2025. Disponible en: https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/tic-iii-trimestre_2025_1.pdf.
5. Hernández et al. Metodología de la Investigación[Internet]. 2014.
6. Miñan et al. Estrés académico y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios peruanos. Salud Cienc Tecnol. [Internet]. 2023;(3): 519 Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9129599>.
7. Mihajlov M, Vejmelka L. Internet addiction: A review of the first twenty years. Psychiatria Danubina. [Internet]. 2017; 29(3): 260-272 Disponible en: <https://hrcak.srce.hr/file/276157>.
8. Davis R. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. Computers in Human Behavior. [Internet]. 2001; 17.
9. Román V, Abud C. Comunicación, infancia y adolescencia: guías para periodistas[Internet]. 2017.
10. World Health Organization. Adolescent health. [Online].; 2024.
11. Papalia et al. Psicología del desarrollo: de la infancia a la adolescencia: McGraw-Hill[Internet]. 2019.

12. Sabater C, López L. Factores de Riesgo en el Ciberbullying. Frecuencia y Exposición de los Datos Personales en Internet. *International Journal of Sociology of Education*. [Internet]. 2015; 4(1): 1-25.
13. Dorantes J. Redes sociales y el ciberbullying en la Universidad Veracruzana. *Revista Ensayos Pedagógicos*. [Internet]. 2016;: 169-188.
14. Figueroa et al. Statistical analysis of social networks as a means of communication for children in educational institutions in Riohacha, La Guajira, Colombia. *Metaverse Basic Appl Res*. [Internet]. 2023; 2(54).
15. Amalina et al. Cyberbullying: a systematic literature review on the definitional criteria. *Int J Acad Res Bus Soc Sci*. [Internet]. 2022; 12(3): 265-80.
16. Arias et al. Grooming, ciberbullying y sexting en estudiantes en Chile según sexo y tipo de administración escolar. *Rev Chil Pediatr*. [Internet]. 2018; 89(3): 352-60.
17. Van et al. Brief report: the association between adolescents' characteristics and engagement in sexting. *J Adolesc*. [Internet]. 2014; 37(8): 1387-91.
18. Organización Mundial de la Salud. Glosario de términos de alcohol y drogas. [Online].; 2008. Disponible en: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/a6afb0df-d690-413e-8abb-7ac0680243e6/content>.
19. Organización Mundial de la Salud. Gaming disorder. [Online].; 2020. Disponible en: https://www.who.int/standards/classifications/frequently-asked-questions/gaming-disorder?utm_source=chatgpt.com.
20. American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*[Internet]. 2013.
21. Andreassen C, Pallesen S. Social network site addiction: an overview. *Curr Pharm Des*. [Internet]. 2014; 20(25): 4053-61.
22. Naveda et al. Factores que influyen en la adicción a las redes sociales en adolescentes. *Rev Compsidea*. [Internet]. 2025; 2(2): 4-25 Disponible en: <https://revista.uny.edu.ve/ojs/index.php/compsidea/article/view/698>.
23. Kuss D, Griffiths M. Social networking sites and addiction: ten lessons learned. *Int J Environ Res Public Health*. [Internet]. 2017; 14(3): 311.

24. Jiménez et al. Communication synergy in social networks as an interactive aspect for the development of early childhood education in educational institutions in Riohacha, La Guajira. *Metaverse Basic Appl Res.* [Internet]. 2023; 2: 17.
25. Ecurra M, Salas E. Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit.* [Internet]. 2014; 20(1): 73-91 Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>.
26. Ecurra Y. Imagen corporal y adicción a redes sociales en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Pedro Gálvez Egúsqiza, Lima-2022: [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología][Internet]. 2022. Disponible en: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/server/api/core/bitstreams/b21fd872-e3b8-4fae-94cc-ca442afa83bb/content>.
27. Rengifo et al. Funcionamiento familiar y adicción a internet en estudiantes de una institución educativa pública de Lima Norte. *Rev Colomb Cienc Soc.* [Internet]. 2023; 8(2): 467.
28. Organización Mundial de la Salud. La Comisión Europea y la OMS lanzan una iniciativa pionera de salud digital para reforzar la seguridad sanitaria mundial. [Online].; 2023. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/05-06-2023-the-european-commission-and-who-launch-landmark-digital-health-initiative-to-strengthen-global-health-security>.



Anexo 1

instrumentos

Ficha de recolección de datos

Nombre del instrumento: Ficha sociodemográfica, académica y familiar

Objetivo: Recoger información relevante sobre variables sociodemográficas, académicas y familiares del participante.

Instrucciones: Marque con una “X” la opción que corresponda o complete el dato solicitado.

I. Datos sociodemográficos

1. **Edad:** _____ años
2. **Sexo:**
 - Masculino
 - Femenino
3. **Grado de estudios:**
 - 3ro
 - 4to
 - 5to
4. **Horas de soledad (promedio diario sin compañía):**
 - 0 a 2 horas
 - 3 o más horas

II. Datos académicos

5. **Rendimiento académico (último ciclo):**
Número de notas con calificación:
 - “AD”: _____
 - “A”: _____
6. **¿Con qué frecuencia incumple tareas debido al uso de redes sociales?**
 - A veces
 - Siempre
7. **Frecuencia de conexión a redes sociales:**
 - Todo el tiempo
 - 3–6 veces por día
 - 2–3 veces por semana
8. **Lugar habitual de conexión a redes sociales:**
 - Casa
 - Cabinas de internet
 - Celular

9. **Porcentaje aproximado de personas conocidas en sus redes sociales:**

- Menos del 10%
- Entre 31% y 50%
- Entre 51% y 70%

III. Datos familiares

10. **¿Con quién vive actualmente?**

- Padres
- Otros familiares

11. **Funcionamiento de su familia**

Funcionamiento de su familia	Nunca 0	A veces 1	Siempre 2
Me gusta la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema o necesidad			
Me gusta la participación que mi familia brinda y permite			
Me gusta cómo mi familia acepta y apoya mis deseos de emprender nuevas actividades			
Me gusta cómo mi familia expresa afectos y responde a mis emociones como rabia, tristeza y amor			
Me gusta cómo compartimos en familia:			
a) El tiempo para estar juntos			
b) Los espacios en la casa			
c) Compartir con la familia			

***Escorra, (26).**

ARS

A continuación se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas.

Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

Siempre	S	Rara vez	RV
Casi siempre	CS	Nunca	N
Algunas veces	AV		

N° ITE M	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22.	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23.	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24.	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

***Escurrea; Salas, (25).**

Anexo 2

Dictamen del Comité de Ética

COMITÉ DE ÉTICA INSTITUCIONAL DE INVESTIGACIÓN UCSM



DICTAMEN COMITÉ DE ETICA DE INVESTIGACION UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTA MARIA

Arequipa, 6 de mayo de 2025

Investigadora PERALTA BALDARRAGO, GYNOMA SOFIA

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: “FACTORES RELACIONADOS A ADICCION A REDES SOCIALES EN ADOLESCENTES EN ESTUDIANTES DE 14 A 17 AÑOS DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRIVADA SALESIANO DON BOSCO AREQUIPA 2024”.

Investigadora: PERALTA BALDARRAGO, GYNOMA SOFIA.

TIPO Y DISEÑO: Analítico, no experimental, prospectivo, epidemiológico.

OBJETIVO: La investigación tiene como objetivo: Determinar la relación entre factores Sociodemográficos, Personales, académicos y familiares con la adicción a redes sociales en adolescentes en una institución educativa particular de Arequipa, 2024.

PROCEDIMIENTOS: Cuestionario. Test de funcionamiento familiar, adicción a redes sociales, nivel socioeconómico.



COMITÉ DE ÉTICA INSTITUCIONAL DE INVESTIGACIÓN UCSM



DICTAMEN COMITÉ DE ETICA DE INVESTIGACION UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTA MARIA

SUJETOS DE ESTUDIO:

Adolescentes que acudan a la institución educativa particular Salesiano Don Bosco, Arequipa.

RIESGO DEL ESTUDIO:

Mínimo.

OBSERVACIONES, SUGERENCIAS:

Debe proteger confidencialidad de la data sensible.

DICTAMEN:

DICTAMEN FAVORABLE
146 - 2025



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

Cualquier duda comunicarse a: comiteeticainvestigacionucsm@gmail.com

Anexo 3

Matriz de datos

ID	Edad	Grado	Peso	Talla	Horas en casa	Rac académico	Viv con	G.I. padre	Donde conectas redes	Frecuencia de conexión	Acuatas per sonas de red esconoces	Nocumpleat reasporingr esar redes	A S R 1	A S R 2	A S R 3	A S R 4	A S R 5	A S R 6	A S R 7	A S R 8	A S R 9	A S R 10	A S R 11	A S R 12	A S R 13	A S R 14	A S R 15	A S R 16	A S R 17	A S R 18	A S R 19	A S R 20	A S R 21	A S R 22	A S R 23	A R S	Obsesi ón por las redes	Faltade controlp ersonal	Uso exce sivo	F F 1	F F 2	F F 3	F F 4	F F 5	F.f am iliar		
1	17	5	69	1.80	2	1	1	3	3	2	3	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	
2	17	5	75	1.78	2	2	1	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	3	3	2	2	1	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	3	2	2	2	2	
3	16	5	41	1.56	1	1	1	3	1	2	2	1	3	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	1	2	1	2	2	3	2	1	2	1	3	3	2	3	3	3			
4	17	5	67	1.79	2	1	2	3	1	1	3	1	2	1	3	1	2	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	2	3	1	2	1	2	1	3	1	2	1	2	1	2	1	2	1			
5	17	5	36	1.75	1	1	1	3	1	2	2	1	2	1	1	1	4	2	3	2	1	2	2	1	2	3	1	1	2	1	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2				
6	16	5	67	1.79	1	1	1	3	1	3	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3		
7	16	5	75	1.74	1	2	3	3	2	3	1	2	2	2	1	2	3	2	3	1	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1			
8	16	5	67	1.60	1	1	1	3	3	2	3	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	3	3	3	2	2	3			
9	17	5	55	1.60	1	1	2	2	3	2	3	1	2	2	3	2	1	1	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	1	1	2	2	1	4	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2		
10	17	5	53	1.78	1	1	1	2	3	2	3	1	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3		
11	16	5	55	1.76	2	1	1	3	3	2	3	1	2	2	1	1	1	1	2	2	3	2	3	3	1	1	2	2	1	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	
12	16	5	65	1.70	2	1	1	3	3	3	3	1	2	1	2	1	2	2	3	3	2	1	3	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	2	2	3	3	3	3
13	18	5	70	1.80	2	1	1	2	3	3	3	1	1	2	2	1	1	2	3	2	2	4	3	3	3	1	1	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	3	3	3		
14	17	5	77	1.76	2	1	1	2	3	2	3	1	3	1	2	2	2	2	3	1	1	1	4	2	1	1	3	3	3	2	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	3	2	3	2	2		
15	17	5	62	1.70	1	1	2	3	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	3	2	3	3	3	3		
16	16	5	78	1.75	1	1	1	3	1	1	1	1	3	1	3	2	2	2	3	3	4	2	4	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	1	3	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3		
17	17	5	58	1.65	2	1	1	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	2	1	1	1	3	1	2	2	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2			

39	16	5	59	1.61	1	1	1	3	4	1	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	1	3	2	4	2	2	1	2	1	3	2	2	1	1	2	3	2	3	3	3							
40	16	5	54	1.72	1	1	1	3	3	2	2	1	4	3	4	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	2	1	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1						
41	16	5	61	1.80	1	2	1	3	4	3	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	3	2	2	3	2							
42	16	5	60	1.70	2	1	1	2	3	2	2	1	3	3	3	2	2	2	4	2	2	1	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	1	3	3	2	2	1	1	3	2	3	3	2	3							
43	17	5	48	1.77	2	1	1	3	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	3	3	1	1	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	3	3	3				
44	17	5	68	1.75	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	4	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	3	3	3	3	3	3	
45	16	5	60	1.60	2	1	1	3	4	2	3	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3		
46	16	5	77	1.65	2	1	1	3	4	3	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	4	4	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	
47	16	5	63	1.65	1	1	1	3	3	1	2	1	3	1	2	2	1	1	2	3	1	1	3	2	1	2	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3
48	16	5	56	1.70	1	1	1	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	2	3	3	3	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	3	3	3
49	16	5	75	1.70	2	1	1	3	3	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	2	3	
50	17	5	60	1.68	2	1	1	3	3	2	3	1	2	2	3	2	1	2	2	1	3	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	3	3	3	3	3	3	
51	17	5	60	1.70	2	1	2	3	3	2	2	1	2	1	3	2	2	1	2	2	2	1	1	3	1	2	2	2	3	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2		
52	16	5	90	1.89	2	1	2	3	3	2	3	1	3	2	2	1	2	2	3	4	2	3	2	3	4	3	2	3	1	1	1	1	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
53	17	5	60	1.69	1	1	1	3	4	3	3	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	3	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2	3	3	3	3	3	3	
54	17	5	63	1.71	1	1	1	3	4	1	2	1	2	1	3	1	2	2	2	2	3	1	3	1	3	2	3	3	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2		
55	16	5	58	1.66	1	1	1	2	4	1	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3
56	16	5	63	1.78	2	1	2	3	3	2	3	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	3	3	2	3	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	
57	17	5	60	1.70	2	1	1	3	4	2	3	1	2	1	2	1	1	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	3	2	3	3	3
58	16	5	60	1.76	2	2	2	3	3	1	3	1	4	1	3	2	1	2	4	4	1	1	4	4	4	1	4	4	3	1	2	4	1	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1		
59	17	5	60	1.78	2	2	1	3	1	2	1	1	2	1	1	4	2	2	2	3	3	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	2	2	2		

60	16	5	68	170	2	1	1	3	1	2	3	1	2	2	1	2	1	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	1	2	3	2	3	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2							
61	16	5	67	170	1	2	1	3	3	2	3	1	2	1	3	2	1	1	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	3	1	2	2	2	1	2	2	2	3	3	3	2	3										
62	16	5	58	171	2	1	1	3	3	2	3	1	2	2	1	2	2	2	4	4	4	2	2	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	3	3									
63	16	5	63	180	1	1	1	3	4	2	3	1	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	4	4	2	2	2	2	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	2	2									
64	17	5	50	165	1	1	1	3	1	2	1	1	2	2	3	2	2	3	2	1	2	1	2	2	2	1	3	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	3	3	2	3					
65	17	5	60	165	2	1	1	3	3	2	3	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	3	2					
66	16	5	65	161	2	1	1	3	4	1	3	1	2	1	3	1	1	1	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	2	3	2					
67	17	5	62	175	2	1	1	2	4	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	4	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	2	3	3			
68	16	5	66	165	1	1	1	3	4	1	3	1	4	1	3	1	1	1	4	2	4	1	2	4	2	1	4	4	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	3	3	2	2	3	3						
69	14	5	51	158	1	2	1	3	1	3	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	4	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3					
70	14	3	68	170	1	2	1	3	1	2	3	1	2	1	2	1	1	1	3	3	2	2	2	2	4	3	1	2	2	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	3	3	2	3	3				
71	14	3	60	170	2	1	1	3	3	3	3	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	2	3		
72	15	3	63	167	1	1	1	3	4	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	3	3	2	3	1	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1					
73	14	3	60	165	2	2	2	2	4	3	1	1	2	1	1	2	2	4	1	1	1	4	2	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	3	3	3	3			
74	13	3	45	145	2	1	2	3	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	3	3	3	3	
75	15	3	52	162	2	1	2	3	4	2	3	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	3	3	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	2	3	2	
76	15	3	62	169	2	1	1	2	3	1	3	1	3	1	2	3	2	1	4	2	2	3	4	2	3	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2				
77	14	3	64	171	2	1	1	3	3	2	3	1	2	1	1	2	1	1	3	2	1	4	3	4	2	1	2	3	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	3	3	2	2	3	3					
78	15	3	68	170	2	1	1	3	4	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3
79	14	3	50	165	1	1	1	2	3	2	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3
80	14	3	63	163	2	1	1	3	4	2	3	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	3	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	3	3	3	

102	15	3	57	1.75	1	1	1	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	3	2	3	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	3	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2				
103	15	3	54	1.80	1	1	1	3	4	1	3	1	3	2	1	1	1	1	2	2	2	1	4	2	2	1	3	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
104	14	3	74	1.80	1	1	1	3	4	2	3	1	3	3	1	1	1	1	2	3	2	1	4	3	1	1	2	3	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
105	14	3	60	1.70	1	1	1	3	4	2	1	4	2	1	3	1	2	1	4	3	2	1	3	4	1	1	2	3	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
106	15	3	50	1.67	1	1	1	3	4	2	3	1	2	1	2	2	1	2	3	2	3	1	3	2	3	1	2	3	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
107	14	3	60	1.70	1	1	1	1	3	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
108	16	4	78	1.78	1	2	1	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	4	4	4	3	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
109	15	4	60	1.70	1	1	1	3	4	2	1	1	2	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
110	16	4	72	1.76	1	2	1	3	4	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
111	16	4	41	1.64	1	1	1	3	4	2	3	1	3	2	1	2	2	1	2	1	2	2	4	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
112	16	4	70	1.73	2	1	1	3	4	1	3	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	3	3	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
113	16	4	60	1.72	2	1	1	2	3	1	3	1	3	2	2	1	1	2	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	1	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	
114	16	5	60	1.75	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
115	15	4	54	1.68	1	1	2	3	4	2	3	1	3	2	1	1	1	2	4	2	2	1	4	3	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	
116	16	4	53	1.70	2	1	2	3	4	3	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	2	3	3	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
117	16	4	72	1.80	1	1	1	3	3	1	3	1	3	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	3	3	3	1	2	3	1	2	3	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
118	16	4	46	1.70	1	1	1	3	4	2	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	3	3	3	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
119	16	4	65	1.72	1	1	1	3	3	2	3	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
120	16	4	60	1.64	1	1	1	2	4	2	3	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	4	3	1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
121	15	4	55	1.66	1	1	1	3	3	2	3	1	2	1	2	1	2	2	3	2	2	1	4	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	
122	15	4	50	1.60	1	1	1	2	4	2	2	1	2	2	1	1	1	2	3	2	4	1	4	4	3	1	2	2	4	1	2	1	1	2	4	2	1	2	2	2	2	3	3	1	3	2	2	2		

1 2 3	1 6	4	6 0	1. 6 3	2	1	1	3	4	2	3	1	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	4	3	2	1	2	2	2	1	1	2	2	1	3	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3		
1 2 4	1 5	4	6 0	1. 8 0	2	2	1	2	4	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
1 2 5	1 5	4	6 0	1. 7 0	1	1	1	3	4	2	3	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	1	3	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	3	2	2	2	2	2		
1 2 6	1 5	4	4 1	1. 5 0	1	1	2	3	4	2	3	1	3	2	3	1	1	4	2	2	3	3	4	4	1	2	3	3	4	2	2	4	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2			
1 2 7	1 5	4	5 6	1. 7 2	1	2	1	3	4	2	3	1	3	2	1	1	2	1	4	4	4	4	4	4	1	1	2	1	3	1	2	1	3	1	1	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3		
1 2 8	1 6	4	6 0	1. 7 5	2	1	1	3	4	2	1	3	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	3	2	2	3	2	
1 2 9	1 6	4	7 3	1. 7 5	1	1	1	3	3	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	2	3
1 3 0	1 5	4	6 7	1. 7 6	2	1	1	3	3	3	3	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	3	4	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	2	2	2	
1 3 1	1 5	4	6 1	1. 7 3	1	1	1	2	4	2	3	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	3	3	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	
1 3 2	1 5	4	6 8	1. 6 9	1	1	1	3	4	2	3	1	2	1	2	1	1	2	3	1	2	2	3	2	2	1	2	2	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	3	3	3	2	3	3	
1 3 3	1 6	4	5 9	1. 6 5	1	1	1	3	4	2	3	1	2	2	3	1	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	3	3	3	3	3	3	
1 3 4	1 5	4	8 2	1. 7 3	2	2	2	3	4	1	2	1	4	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	4	4	4	2	3	3	3	4	4	4	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2		
1 3 5	1 6	4	6 7	1. 7 0	2	1	1	3	4	2	2	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	3	3	3	3	3
1 3 6	1 5	4	6 0	1. 8 0	1	2	2	3	4	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	3	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1
1 3 7	1 5	7 8	7 8	1. 7 5	1	1	1	2	1	3	3	1	2	2	2	2	1	2	3	2	2	1	2	2	3	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	3	3	2	3	3
1 3 8	1 6	4	5 9	1. 7 5	2	2	1	2	4	2	3	1	3	2	2	2	2	3	3	3	1	2	1	1	1	3	3	3	2	2	3	3	3	4	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2			
1 3 9	1 5	4	7 5	1. 7 6	1	1	1	3	4	1	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	3	2	3	2	3	3	
1 4 0	1 6	4	7 0	1. 7 0	1	1	1	3	4	1	3	1	2	1	2	1	1	1	3	1	2	1	1	4	1	2	3	3	3	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	3	2
1 4 1	1 6	4	4 4	1. 6 0	1	1	1	3	4	1	3	1	2	1	2	1	2	2	3	2	2	1	3	2	2	2	3	2	4	2	2	1	2	1	3	2	2	1	1	3	2	3	2	3	3		
1 4 2	1 6	4	6 0	1. 5 3	1	1	1	3	4	2	1	1	3	1	3	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	4	3	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	3	2	3	3	3	3		
1 4 3	1 5	4	6 0	1. 7 0	1	1	1	3	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	4	4	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3		

165	16	4	52	160	1	1	1	3	4	1	3	1	3	1	2	1	2	1	4	4	4	3	4	4	1	3	4	4	4	2	2	3	1	1	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3						
166	16	4	79	170	2	1	1	3	3	1	3	1	2	1	2	2	1	1	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1						
167	16	4	60	170	1	1	1	3	1	2	2	1	1	1	2	1	1	3	2	2	1	2	4	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	3	2	2	3	2					
168	16	4	62	168	2	1	1	3	4	1	3	1	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3					
169	16	4	82	176	1	1	1	3	4	2	3	1	2	1	2	2	1	1	2	3	1	2	2	3	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	2	2			
170	16	4	68	174	2	1	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	2	3	3				
171	16	4	60	170	2	1	1	3	4	2	3	1	2	1	2	1	1	3	4	2	2	1	3	2	2	2	3	3	3	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	3	3	2	1	3	2					
172	15	4	70	170	1	1	2	2	4	2	3	1	2	1	1	2	2	2	2	3	2	2	4	4	2	3	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	2				
173	16	4	66	170	1	1	1	3	4	2	2	1	3	1	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	2	2				
174	16	4	60	162	2	1	2	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	3	3	1	3	1	2	2	2	3	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	3	3	3			
175	16	4	60	170	1	1	1	3	4	2	3	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	3	3	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	2	3	3				
176	15	5	60	178	1	1	1	3	4	2	3	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	4	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3			
177	16	4	96	189	1	2	1	2	4	3	3	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	3	3	3	3