

<b>NOMBRE DEL TRABAJO:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES DE NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE BRYCE- HUANCAYO 2023</li> </ul>							
<b>ASESOR:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mg. Teresa Leonor Villegas Félix</li> </ul>	<b>AUTORES:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bach. Graciela Aliaga Paredes</li> <li>Bach. Claudia Sofía Porras Hidalgo</li> </ul>						
<b>RESUMEN DEL SOFTWARE DE DETECCIÓN DE SIMILITUDES</b>							
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <div style="text-align: right; font-weight: bold; font-size: small;">Reporte de similitud</div> <p style="font-size: x-small; margin-top: 10px;">NOMBRE DEL TRABAJO <b>Mg. Teresa Leonor Villegas Félix (1).doc</b> x</p> <hr/> <table style="width: 100%; font-size: x-small;"> <tr> <td style="width: 50%;"> <b>RECuento DE PALABRAS</b> 15788 Words             </td> <td style="width: 50%;"> <b>RECuento DE CARACTERES</b> 71386 Characters             </td> </tr> <tr> <td> <b>RECuento DE PÁGINAS</b> 57 Pages             </td> <td> <b>TAMAÑO DEL ARCHIVO</b> 18.4MB             </td> </tr> <tr> <td> <b>FECHA DE ENTREGA</b> Nov 2, 2023 9:59 AM GMT-5             </td> <td> <b>FECHA DEL INFORME</b> Nov 2, 2023 10:00 AM GMT-5             </td> </tr> </table> <hr/> <p style="font-size: x-small; margin-top: 10px;">● <b>14% de similitud general</b> El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 14% Base de datos de Internet</li> <li>• 1% Base de datos de publicaciones</li> </ul> <p style="font-size: x-small; margin-top: 10px;">● <b>Excluir del Reporte de Similitud</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Material bibliográfico</li> <li>• Material citado</li> <li>• Bloques de texto excluidos manualmente</li> <li>• Material citado</li> <li>• Coincidencia baja (menos de 20 palabras)</li> </ul> <div style="text-align: right; font-size: x-small; margin-top: 10px;">Resumen</div> </div>		<b>RECuento DE PALABRAS</b> 15788 Words	<b>RECuento DE CARACTERES</b> 71386 Characters	<b>RECuento DE PÁGINAS</b> 57 Pages	<b>TAMAÑO DEL ARCHIVO</b> 18.4MB	<b>FECHA DE ENTREGA</b> Nov 2, 2023 9:59 AM GMT-5	<b>FECHA DEL INFORME</b> Nov 2, 2023 10:00 AM GMT-5
<b>RECuento DE PALABRAS</b> 15788 Words	<b>RECuento DE CARACTERES</b> 71386 Characters						
<b>RECuento DE PÁGINAS</b> 57 Pages	<b>TAMAÑO DEL ARCHIVO</b> 18.4MB						
<b>FECHA DE ENTREGA</b> Nov 2, 2023 9:59 AM GMT-5	<b>FECHA DEL INFORME</b> Nov 2, 2023 10:00 AM GMT-5						



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**

**TESIS**

Adicción a redes sociales y autoestima en adolescentes de nivel secundario de la  
Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023

**PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN  
ENFERMERIA**

**AUTORAS:**

Bach. Graciela Aliaga Paredes  
Bach. Claudia Sofía Porras Hidalgo

**ASESORA:**

Mg. Teresa Leonor Villegas Félix

**LINEA DE INVESTIGACION**

Salud Pública y Epidemiología

**Huancayo – Perú**

**2023**





### Dedicatoria

A Dios por iluminar nuestros caminos para el logro de nuestras metas.

A nuestra familia por su apoyo y comprensión durante el tiempo que duro nuestra formación profesional.

Las autoras



### Agradecimiento

A la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt, por habernos formado como profesional de enfermería.

A la asesora, Mg. Teresa Leonor Villegas Félix por habernos guiado en este estudio, en base a su experiencia y conocimientos.

Así mismo agradecemos al personal de la institución educativa Bryce de Huancayo por las facilidades recibidas.



Página de Jurado

---

Mg. Anahí Indira De La Calle Castro

**PRESIDENTE**

---

Mg. Silvia Elizabeth De La Calle Robles

**SECRETARIO**

---

Mg. Teresa Leonor Villegas Félix

**VOCAL**



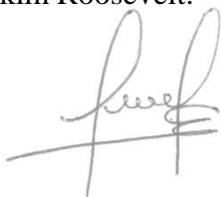
## Declaratoria de autenticidad

Bachiller Graciela Aliaga Paredes identificada con DNI N° 43976171 y Bach. Claudia Sofia Porras Hidalgo identificada con DNI N° 45893511, egresadas de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Enfermería.

Que a efectos de cumplir con las disposiciones vigentes consideradas en el registro de grados y títulos de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Enfermería. Declaramos bajo juramento que toda documentación que acompañamos es veraz y autentica.

A si mismo declaramos bajo juramento que todos los datos e información que se encuentra en el presente estudio de investigación son auténticos y veraces.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos o información aportada por la cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt.



Bach. Graciela Aliaga Paredes  
DNI:43976171



Bach. Claudia Sofia Porras Hidalgo  
DNI: 45893511



## Índice

<u>Carátula</u>	2
<u>Dedicatoria</u>	3
<u>Agradecimiento</u>	4
<u>Página de Jurado</u>	5
<u>Declaratoria de autenticidad</u>	6
<u>Índice</u>	7
<u>RESUMEN</u>	7
<u>ABSTRACT</u>	viii
<u>I.INTRODUCCIÓN</u>	10
<u>II. MÉTODO</u>	24
2.1. <u>Tipo y diseño de investigación:</u>	24
2.2. <u>Operacionalización de la variable</u>	24
2.3. <u>Población, muestra y Muestreo:</u>	25
2.4. <u>Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad</u>	25
2.5. <u>Procedimiento</u>	27
2.6. <u>Método de análisis de datos</u>	27
2.7. <u>Aspectos éticos</u>	27
<u>III. RESULTADOS</u>	29
<u>IV. DISCUSION</u>	33
<u>V. CONCLUSIONES</u>	35
<u>VI.RECOMENDACIONES</u>	36
<u>REFERENCIAS</u>	37
<u>ANEXOS</u>	42



## RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a redes sociales y autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023. Metodología: fue de tipo básico con nivel correlacional que nos permitió relacionar las dos variables de estudio, el diseño fue no experimental de corte transversal, la población estuvo conformada por 100 adolescentes, el tipo de muestreo fue no probabilístico de tipo intencional, la técnica que se utilizó fue la encuesta y el instrumento que se aplicó fue el cuestionario. Resultados: se identificó que el nivel de adicción a redes sociales fue alto con el 44%, el nivel de autoestima fue baja con el 36% así mismo se identificó que el nivel de obsesión por las redes sociales fue medio con el 41% el nivel de falta de control personal fue medio con el 52% y el nivel de uso excesivo a redes sociales fue alto con el 46%. Conclusión: se determinó que existe una relación inversa entre la adicción a redes sociales y autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023. Según Rho de Spearman se obtuvo una relación significativa negativa de  $-0,264$  entre la adicción y el nivel de autoestima en adolescentes y por otro lado se tiene un nivel de significancia de  $p=0,008$  que es menor que  $\alpha= 0,05$ .

Palabras claves: adicción a redes sociales, autoestima, adolescentes.



## ABSTRACT

This research aimed to determine the relationship between addiction to social networks and self-esteem in secondary level adolescents of the Bryce-Huancayo 2023 Educational Institution. Methodology: it was basic with a correlational level that allowed us to relate the two study variables, the design was non-experimental cross-sectional, the population was made up of 100 adolescents, the type of sampling was non-probabilistic and intentional, the technique used was the survey and the instrument applied was the questionnaire. Results: it was identified that the level of addiction to social networks was high with 44%, the level of self-esteem was low with 36%, and it was also identified that the level of obsession with social networks was medium with 41%. lack of personal control was medium at 52% and the level of excessive use of social networks was high at 46%. Conclusion: it was determined that there is an inverse relationship between addiction to social networks and self-esteem in secondary school adolescents at the Bryce-Huancayo 2023 Educational Institution. According to Rho de Spearman, a significant negative relationship of -0.264 was obtained between addiction and the level of self-esteem in adolescents and on the other hand there is a significance level of  $p=0.008$  which is less than  $\alpha=0.05$ .

Keywords: addiction to social networks, self-esteem, adolescents.



Delia A. Sandoval Castro  
ENGLISH TEACHER



## I. INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) sostiene los que más usan las redes sociales se encuentran los adolescentes, mujeres y jóvenes. Las estadísticas muestran que el uso de las redes sociales está incrementándose a nivel mundial aproximadamente a dos mil millones de usuarios. En Europa y América del Norte se hacen uso más de estas redes con tasas de prevalencia del 66% y 70% respectivamente. Los usuarios sobrepasan hasta en 58 minutos al día en las redes sociales, siendo las mujeres y los usuarios más jóvenes (16-30) los que más tiempo usan las redes sociales, por otro lado, el WhatsApp lidera el camino en términos de frecuencia de uso seguido de Spotify y YouTube así mismo Facebook e Instagram también usan la mayoría de las personas. La propia OMS empezó a considerarlo un problema de salud pública tal como lo manifestó la Dra. Marina Díazen en su condición de presidenta de la Sociedad del Colegio de Psiquiatras de Madrid y Directora del Hospital Clínico San Carlos de Madrid «los estudios científicos empiezan a arrojar datos preocupantes porque de 7 ha pasado a 11 redes sociales más populares que están asociados y con un riesgo 3 veces mayor de sufrir depresión y ansiedad, en comparación con aquellas personas que sólo usan dos o ninguna red social», asegura (1).

Así mismo, según la visión general global de abril 2023, podemos ver que el crecimiento de las redes sociales ha seguido aumentando debido a que más de la mitad del mundo utiliza las redes sociales ahora (60%). 4800 millones de personas en todo el mundo utilizan las redes sociales, 150 millones de nuevos usuarios se han conectado en los últimos 12 meses, el tiempo promedio diario dedicado al uso de las redes sociales es de 2 horas y 24 minutos. Por otro lado, se menciona con relación al uso de las redes sociales que hubo un incremento en los diferentes países del mundo un 72% en Asia Oriental, 74% en América del Norte, 72% en América del Sur, 84% en Europa del Norte y Occidental, en cambio hay una disminución en el Asia Meridional con el 41%, en África Occidental un 13% y en África Central un 7% (2).

En España sostienen que las nuevas tecnologías (NTIC) han acortado la distancia ya que todas las actividades se hacen más rápido y en tiempo real, porque anteriormente al ser manuales llevan más tiempo y eran muy. Sin embargo, el uso excesivo, sin límites, incontrolado puede producir, en personas vulnerables, un síndrome clínico con características similares a las conocidas “adicciones” que interfiere en el desarrollo de las



obligaciones de la vida diaria pudiendo complicarse con problemas: físicos, psicológicos y sociales en quienes lo padecen (3).

En el Perú se ha realizado un estudio sobre la autoestima en adolescentes de 13 a 15 en el año 2021 del cual se obtuvo que el manejo incorrecto de los episodios de autoestima baja o la depresión conllevaría a actos que ponga en riesgo la vida de los adolescentes. La baja autoestima es una enfermedad de alto riesgo, mayormente las personas que sufren de sobrepeso lo contraen en la sociedad, ya que actualmente los adolescentes tienden a ser prejuiciosos y solo fijarse en una apariencia física (4).

Otro estudio realizado en el Perú en el año 2021 demuestra que los episodios que indican una baja autoestima hacen que usen las redes sociales de una manera adictiva como una forma de compensar los vacíos internos que presentan pudiendo ser algunos factores como el mal funcionamiento familiar o también el conflicto con los padres o la soledad que sienten o el narcisismo y también los problemas emocionales, la inteligencia emocional y la desconexión escolar (5). Añadiendo a ello que en junio del 2023 administraron una encuesta en el Perú que dio como resultado que utilizan las redes varias veces por semana y un 80% incluso diariamente lo que conlleva a una adicción de las mismas (6).

Paralelamente se da el caso en la provincia de Huancayo cuyos resultados se evidencia que, existe hasta un 44.1% de baja autoestima en los adolescentes a consecuencia de las redes sociales y respecto a la adicción por drogas está en un nivel moderado (7).

Antecedentes nacionales: Iglesias A. y Minetto G. En su trabajo de investigación titulado: Adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte 2022. Objetivo: determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes del grado de secundaria en una institución educativa privada de Lima Norte. Resultados: se encontró que el 64.8% presenta niveles normales de adicción a las redes sociales, el 18.5% reportaba uso ocasional, 11.1% presentaba uso riesgoso y solo el 5.6% uso problemático. En cuanto a la autoestima, el 52.7% presentaba niveles moderados de adicción; entre ellos el 30.6% eran de nivel bajo y el 16.7% de nivel alto. De igual manera no hubo diferencias significativas en la adicción por las redes sociales y la autoestima entre géneros. En conclusión, se encontró una relación baja, inversa y estadísticamente demostrativa entre las variables adicción a las



redes sociales y autoestima en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa privada de Lima Norte (8).

Ahuanari E. y Herrera N. En su trabajo de investigación titulado: autoestima y adicción a las redes sociales en escolares del 3er grado de secundaria de una institución educativa pública de Huancayo – 2022. Objetivo: “determinar la relación entre la autoestima y la adicción a redes sociales en escolares del 3er grado de secundaria de una institución pública de Huancayo- 2022”. Resultado: se evidencia en el análisis descriptivo en una tabla cruzada que un 44,1%, donde se muestra que el nivel de autoestima está dentro de la categoría promedio y la adicción tiene un nivel moderado. Conclusión: se ha determinado que si hay una asociación entre ambas variables es decir entre autoestima y adicción a las redes con una p de 0,000. (9)

Carranza K y Ordinola N. En su trabajo de investigación titulado: Adicción a las redes sociales e impulsividad en jóvenes de Lima metropolitana, 2022. Objetivo: determinar la relación entre adicción a las redes sociales e impulsividad en jóvenes de Lima Metropolitana. Metodología: el tipo de investigación es correlacional, de diseño no experimental y de corte transversal. La población de estudio estuvo conformada por 8 millones 513 mil habitantes, con una muestra de 384 jóvenes con edades entre 18 a 29 años (171 hombres y 209 mujeres); así mismo, los instrumentos utilizados fueron, cuestionario de adicción a redes sociales ARS para medir la adicción a redes y la escala de impulsividad. Se obtuvo como principales resultados una correlación directa, fuerte y significativa con un Rho  $r=.677$ , por otro lado, las dimensiones que más se correlacionan estadísticamente con impulsividad son obsesión por las redes sociales Rho  $r=.665$ , falta de control en el uso de las redes sociales Rho  $r=.648$  y uso excesivo de las redes sociales Rho  $r=.638$ . Finalmente se identificó la correlación según sexo entre adicción a las redes sociales e impulsividad demostrando una correlación directa fuerte y estadísticamente significativa con valores superiores al Rho  $r=.60$  demostrando que existe una mayor correlación en las mujeres (10).

Mendoza G y Paredes E. En su estudio titulado: Adicción a las redes sociales e impulsividad en adolescentes del distrito de Mollebamba - Chimbote; 2022. Objetivo: determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la impulsividad en adolescentes del distrito de Mollebamba – 2022. El estudio fue de tipo básico con un



diseño correlacional. En cuanto a los instrumentos de medición empleados para la recolección de datos fueron la escala de impulsividad de Barratt y el cuestionario de adicción a las redes sociales - ARS (2014), con una muestra de 224 adolescentes de ambos sexos del distrito de Mollebamba. Esta investigación tuvo como resultado una correlación directa y significativa ( $r = .235^{**}$ ) entre la impulsividad y la adicción a las redes sociales. Asimismo, se pone en manifiesto la correlación de la variable adicción a las redes sociales con los factores de impulsividad obteniendo mayor correlación en la dimensión motora ( $r = .225^{**}$ ), por otro lado, se evidencia la correlación de impulsividad con las dimensiones de la adicción a las redes sociales obteniendo una mayor correlación en la dimensión obsesión ( $r = .326^{**}$ ). Por otro lado, respecto a la correlación de variables y sus dimensiones considerando el sexo se identificó que existe mayor correlación en el sexo femenino a comparación del sexo masculino ya que existe mayor correlación en cuanto a dimensiones, también se determinó que los varones presentan mayor tendencia que las mujeres. Además, también se determinó un nivel promedio de adicción a las redes sociales e impulsividad de acuerdo al análisis descriptivo y a la asimetría presentada (11).

Tincahuallpa R. En su trabajo de investigación titulado: "Las redes sociales en la autoestima de los estudiantes de educación secundaria de una institución educativa, Cusco 2021". Objetivo: "determinar de qué manera influye en el uso de las redes sociales entre la autoestima en estudiantes del tercer grado de secundaria de una Institución Educativa del Cusco". Resultados: la prueba estadística aceptó la hipótesis nula del uso de las redes sociales no influyen significativamente en la autoestima de los adolescentes de educación secundaria. Conclusión: Se evidencia con los resultados un grado de influencia entre la autoestima y las redes sociales, por lo tanto, es necesario tomar acciones preventivas para impedir futuros problemas emocionales y potenciales adicciones con el uso desmedido de las redes sociales y la manera en que influencia en la autoestima de los estudiantes de educación secundaria de una institución educativa, Cusco 2021 (12).

Rufino R. En su trabajo de investigación titulado: "adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de la institución matemática San Rafael, Carabayllo Lima 2021". Objetivo: "definir la relación entre la adicción a las redes sociales y la autoestima en estudiantes del grado secundario de la institución matemática San Rafael Carabayllo-Lima 2021". Resultados: existe una asociación estadísticamente significativa, del tipo negativa, lo que indica que, se evidencia en los resultados los cuales



se interpreta que, cuanto mayor sea la adicción a las redes sociales, lamentablemente el nivel de autoestima será menor. Conclusión: como se encontró una relación estadísticamente muy significativa, del tipo negativa entre la adicción a las redes sociales y autoestima, indicando que un adecuado nivel de análisis de sí mismo, menor será la posibilidad de desarrollar una adicción a las redes (13).

Correa K. y Díaz E. En su trabajo de investigación titulado: “La adicción a las redes sociales y autoestima en escolares de nivel secundario de 2 instituciones estatales de Cajamarca 2020”. Objetivo: “determinar la adicción a las redes sociales y autoestima en escolares de 2 instituciones estatales de Cajamarca”. Metodología: tipo básica y cuantitativa, con 92 adolescentes de ambos sexos como muestra, este estudio descriptivo-correlacional, no experimental. Utilizó un diseño transversal. Resultados: los hallazgos identificados muestran que existe una asociación inversa entre la adicción a las redes sociales y la autoestima. También se muestra que la prevalencia de adicción a las redes sociales fue alta, con 65 por ciento y 91 por ciento para mujeres y hombres, respectivamente, y que la prevalencia de autoestima fue muy baja, con 94 por ciento y 67 por ciento para hombres respectivamente; Femenino y masculino. Es necesario indicar que se evidencian correlaciones inversas entre las 2 variables. Conclusión: conforme los niveles de autoestima esta fue predominante, pues se concluye que, los estudiantes presentan un bajo nivel los mismos que son vulnerables a evidenciar conductas de riesgo por la presión social, en cuanto a la relación entre las dimensiones de las dos variables, es inversa porque la baja autoestima genera adicciones, en este caso la adicción a las redes sociales, como resultado del aislamiento que experimentan y buscan consuelo los adolescentes, en las plataformas virtuales de comunicación e interacción (14).

Grimaldo M. En su trabajo de investigación titulado: “autoestima y adicción a redes sociales en estudiantes del 3er a 5to grado de secundaria de la institución educativa pública en Villa el Salvador 2019”. Siendo su objetivo: “determinar la relación entre autoestima y la adicción a redes sociales Resultados: revelan una correlación significativa entre la autoestima general y ARS ( $p < .05$ ). Asimismo, hubo correlaciones significativas entre las medidas de autoestima y los componentes ARS. La confianza en sí mismo fue baja en 45.6%; media 52.4%, más alta 2%, así mismo ARS más baja 23.2%; disminución 47%; 24.4% promedio; 5.2% alta, 0.2% muy alta. Conclusión: No se hubo mayores diferencias significativas entre ambos géneros respecto a la variable autoestima, pero si,



se evidenció diferencias en el grado de la variable adicción a las redes sociales. Conclusión: se encontró que hay relación estadísticamente significativa entre autoestima y adicción a redes sociales, señalando que, en los estudiantes del 3er a 5to grado de secundaria tienen baja autoestima poniendo en riesgo la adicción a las redes sociales, esto traerá como consecuencia que, teniendo baja estima mayor el riesgo a generar conductas negativas (15).

Antecedentes internacionales: Burgos K. En su trabajo de investigación titulado: “la adicción a las redes sociales de Instagram y Facebook y su relación con la autoestima en un grupo de adolescentes escolarizados en el municipio de Apartado, Colombia 2022”. Objetivo: “conocer la relación que tienen la adicción a las redes sociales de Instagram y Facebook con la autoestima en un grupo de adolescentes escolarizados del municipio de Apartado”. Metodología: Fue cuantitativa, no experimental de tipo correlacional. Muestra: Conformada por 92 adolescentes estudiantes de los grados octavo y décimo de ambos sexos. Resultados: demuestran una asociación inversa es decir negativa, siendo el grupo de las féminas que reflejan una asociación negativa moderada a diferencia de los varones. Conclusión: existe una correlación entre la adicción de las redes sociales, tales como Instagram y Facebook y la autoestima en un grupo de adolescentes escolarizados del Municipio de Apartado, en el cual se evidenció que a mayor uso de redes sociales menor va a ser la autoestima, y a mayor nivel de autoestima menor es el uso de redes sociales, siendo las mujeres las que más puntúan a dicha correlación (16).

Alcántara M. y Facundo J. En su trabajo de investigación titulado: “El uso de las redes sociales y su incidencia en la autoestima de los adolescentes. Argentina 2020. Objetivo: “la búsqueda de una posible incidencia de la Redes Sociales en la autoestima de los adolescentes y el posterior análisis de los hallazgos”. Metodología: diseño no experimental, transversal y descriptivo para el relevamiento de información de tipo exploratorio, no definitivo, Instrumento: Fue una encuesta de elaboración propia. Resultados: el mayor porcentaje se concentran las respuestas en un nivel intermedio de importancia (33,9%) y (31,2%), de dirige hacia el extremo de mayor importancia (8,6%); y los datos arrojaron un 20%, y un 5,9 % en el extremo de menor importancia. Conclusión: las redes sociales se establecen como uno de los contextos más importantes en la búsqueda y desarrollo de la identidad; proceso que, entendemos, no se llevará a cabo sin fluctuaciones en los niveles de autoestima, en la medida en que los adolescentes puedan



acercarse a aquello que desean ser, alejarse de lo que no desean y encontrar un punto de equilibrio entre aquello que creen ser y lo que realmente les gustaría (17).

Gutiérrez M. En su trabajo de investigación titulado: “Adicción a las redes sociales y autoestima en los estudiantes de 15 a 17 años, de una unidad educativa particular de la ciudad de La Paz, Bolivia 2020”. Objetivo: fue establecer “relación entre adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de 15 a 17 años de la U. E. P. Miguel de Cervantes Saavedra de la Ciudad de La Paz”. Resultados, se encontró un nivel alto de autoestima y un nivel moderado de adicción a Redes Sociales. Resultados: se determinó el coeficiente de correlación de Pearson (-.380), mostrando un bajo nivel de correlación negativa, gracias a estos resultados se confirmó nuestra hipótesis nula, confirmando que el número de 15 a 17 años de estudiantes de la Unidad Educativa Particular si bien es cierto presentan altos niveles de adicción a las redes sociales; sin embargo, no se encuentra dentro de los niveles de baja autoestima. Conclusión: existe una relación significativa baja entre las variables adicción a redes sociales y Autoestima, siendo esta de tipo negativa o inversa (18).

Valdez I. En su trabajo de investigación titulado: “Redes sociales y su incidencia en la autoestima en adolescentes de 16 a 17 años de la unidad educativa Roberto Pérez Patón, Bolivia 2020”. Objetivo: Fue estudiar la relación de las variables en un ambiente natural. Metodología: Fue de tipo descriptivo correlacional, diseño no experimental trasversal, instrumentos: “Uso de redes sociales” y el instrumento de la “Pirámide de autoestima”. Resultados: demuestran que hubo una asociación negativa entre la variable uso de redes sociales y autoestima a razón de -0.762. Conclusión: en base a los hallazgos se determinó que los estudiantes presentan un uso moderado a grave de las redes sociales y por otro lado presentan una autoestima entre baja y media. Lo que nos permite señalar que existe una tendencia de un riesgo a nivel psicológico en relación al desarrollo de la autoestima, personal y la formación de su personalidad e identidad (19).

La teoría de enfermería que respalda el estudio ha sido considerada de Nola Pender porque permite generar cambios en las conductas de las personas, dirigida a mejorar la calidad de vida mediante la promoción de la salud así mismo permite explicar el comportamiento saludable a partir del papel de la experiencia en el desarrollo del comportamiento como en sus dimensiones de nutrición, ejercicio, responsabilidad en



salud, manejo del estrés, relaciones interpersonales y auto actualización. Por otro lado considerada como parte de la promoción de la salud a ciertas acciones que las personas realizan para ayudarse unas a otras en situaciones difíciles, así como busca incidir sobre los determinantes favorables para la salud de los grupos poblacionales y de la sociedad en general (20).

Adicción a las Redes Sociales definida por la falta de autocontrol, depende psicológicamente, se llega al síndrome de abstinencia, que a su vez manifiesta síntomas conductuales, emocionales e ideológicos que conducen al conflicto entre el usuario y su entorno o ambiente (21).

Adicción es un estado en el que una persona experimenta una tendencia muy fuerte e incontrolable a consumir drogas, repetir actividades recreativas compulsivas y utilizar sustancias nocivas en entornos sociales que le hacen daño a sí mismo y a los demás (22).

Autoestima está considerada como el auto concepto es la imagen u opinión que la persona tiene de sí misma de allí que la autoestima es comparada a dicha representación mental de cómo nos percibimos (23).

Adolescencia es una de descubrimiento de la propia identidad es un período de cambio que se da entre la niñez y la adultez, lo que significa cambios biológicos, psicológicos y sociales entre los 10 y los 20 años. Los cambios se exteriorizan a través de cambios físicos que conducen a la vida adulta y ajustes en las estructuras psicológicas y ambientales. Como resultado de una mayor autoconciencia, adquieren una necesidad de libertad e independencia a través de nuevas experiencias que les brindan placer, llevándolos a adquirir conductas desafiantes y críticos (24).

Una de las etapas de la adolescencia es la temprana que oscila entre los 10 y 13 años. Las hormonas sexuales comienzan a estar presentes y por esto se dan cambios físicos: “pegan el estirón”, cambian la voz, aparece vello púbico y en axilas, olor corporal, aumento de sudoración y con esto surge el enemigo de los adolescentes: el acné. Comienzan a buscar cada vez más a los amigos.

La otra etapa está es la adolescencia media que oscila entre los 14 y 16 años. Comienzan a evidenciarse cambios a nivel psicológico y en la construcción de su identidad, cómo se



ven y cómo quieren que los vean. La independencia de sus padres es casi obligatoria y es la etapa en la que pueden caer fácilmente en situaciones de riesgo.

La adolescencia tardía está considerada desde los 17 y puede extenderse hasta los 21 años, en donde comienzan a sentirse más cómodos con su cuerpo, buscando la aceptación para definir así su identidad. Se preocupan cada vez más por su futuro y sus decisiones están en concordancia con ello. Los grupos ya no son lo más importante y comienzan a elegir relaciones individuales o grupos más pequeños (25).

Redes Sociales es un fenómeno que existe en la vida diaria de las personas y es de vital importancia para la mayoría de las personas. Son conocidos por albergar grupos virtuales con gustos, intereses e ideales similares, lo que permite a las personas conocer gente nueva, incluso si son desconocidos (26).

Desde la aparición de las redes sociales como Facebook y Twitter y en especial la llegada y aparición de Instagram, se han realizado varios estudios para investigar la relación entre las redes sociales y la autoestima juvenil, es decir, la relación entre las redes sociales. Redes sociales y autoestima. Estas plataformas influyen en el comportamiento y las emociones de los adolescentes. En muchos casos, su uso se asocia con consecuencias negativas, como aumento de los niveles de estrés, falta de autocontrol, aumento de la soledad y disminución del bienestar. Son herramientas de entretenimiento y comunicación, sin embargo, sí puede convertirse en un problema cuando el uso es este tipo de plataformas repercute de forma negativa en el comportamiento, el carácter y la autoestima (27).

Lejos de facilitarnos la vida, las llamadas TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación) nos complican la vida. Especialmente en los jóvenes, estas tecnologías pueden dejar de ser un medio y convertirse en un fin. También le gustaría comprar el último teléfono móvil o el último reproductor de música puede convertirse en una obsesión, del mismo modo, cuando las TIC se consideran una fuente de gratificación, estas señales pueden ocultar una necesidad muy poderosa. Asimismo, las redes sociales pueden aprisionar a algunos adolescentes porque las realidades imaginadas que les brindan los influyen para formar identidades falsas, hacerles perder el contacto con los demás o distorsionar el mundo (28)



Riesgos adictivos de redes sociales son muchos los factores que influyen en adolescentes y adultos para ser dependientes de las redes sociales (29) las cuales se detalla como la edad, entre los cuales se encuentran en su gran mayoría a los adolescentes pues estos mismos están inmersos en las tecnologías y las plataformas virtuales más recientes; contribuyendo a que sean más propensos a la adicción de las redes sociales.

Dado que algunos adolescentes luchan con el control de los impulsos, esta es la situación en la que a menudo se encuentran. Es importante tener esto en cuenta porque puede llevarlos a descuidar o renunciar a sus obligaciones con sus estudios o empleadores, o incluso, en algunos casos, llevándolos a dañarse a sí mismos y a los demás.

Falta de habilidades sociales, introversión y timidez también son términos que describen la situación en la que viven los jóvenes sin habilidades sociales porque se sienten incómodos teniendo una conversación sencilla con alguien o haciendo nuevos amigos. Las personas que están conectadas a las redes sociales se sienten más liberadas y tienen más tiempo para reflexionar sobre sus sentimientos y pensamientos porque no están obligadas a mirarse directamente. Como resultado, son más amables con aquellos con quienes interactúan.

Pensamiento catastrófico en los adolescentes que tienen una perspectiva exagerada de los problemas son fuertes candidatos a la adicción a las redes sociales porque desarrollan mecanismos de afrontamiento psicológicos escapistas para evitar enfrentar situaciones difíciles o reales como resultado de tener una visión tan pesimista de la vida.

Necesidad de aceptación y aprecio de los demás de las familias y las escuelas frecuentemente no dan a los adolescentes el reconocimiento social que desean, por lo que se crean condiciones para que se comuniquen con las redes sociales donde reciban el reconocimiento que necesitan. Es simple ya sea que publiquen algo controvertido u obtengan un me gusta por hermosas fotografías o dibujos que publican, estados en sus muros u otro tipo de contenido que publican. Finalmente, alguien siempre dejará un comentario de apoyo sobre cualquier cosa que se publique. A esto contribuye que las redes sociales sirvan como reforzadores de todo lo visto a través de los diversos comentarios, opiniones y consideraciones que ingresan a ellas y que pueden compartir.



Carencias afectivas es cuando un adolescente no experimenta la aceptación de su familia o escuela en forma de comprensión y palabras amables, la busca a través de sus contactos en las redes sociales, quienes le brindan el cariño que no recibe regularmente. Si bien es cierto que hay algunos adolescentes que se sienten inseguros sobre su apariencia y comparten sus estados depresivos en las redes sociales, este hábito también lleva a algunos de ellos a usar estas plataformas con frecuencia porque les permite escapar de sus problemas y sentirse emocionalmente libres.

Bajas tolerancias a la frustración en algunos adolescentes tienen un umbral bajo para el rechazo o para ser agraviados, y exigen las cosas de inmediato. Este problema podría explicar por qué se vuelven adictos a las redes sociales, ya que son lugares donde pueden encontrar fácilmente lo que buscan. Terminan participando en actividades que son solo una pérdida de tiempo y, como resultado, les dan poco tiempo para descansar, lo cual es perjudicial. Dado que muchos adolescentes utilizan las redes sociales como una herramienta para ayudarlos a evitar desafíos propios de su edad, como sentirse afectivamente frustrados con la familia, la escuela y los amigos, el uso excesivo de las mismas debe ser motivo de preocupación y precaución. Interactuar con otros en estos entornos virtuales puede ayudarlos a superar los problemas antes mencionados y servir como apoyo emocional para ellos.

Dimensiones de adicción en las redes sociales están consideradas tres dimensiones según Salas, por lado se tiene a la obsesión que está definida como la dependencia mental asociada a las fantasías, adueñándose del pensamiento por el uso de las redes sociales; esto a su vez, provoca ansiedad y preocupación entre los adolescentes cuando no están conectados. Así mismo el escaso control personal para el uso de las redes sociales: no hay voluntad de dominar los deseos por usar las redes; causando un desmejoramiento en los aspectos físicos, mental y social; tales como en el colegio, amigos y/o trabajo. También el uso excesivo de las redes sociales: incapacidad total y voluntad propia de no saber manejar los tiempos y horarios en el que utiliza la red social (30)

En cambio, la autoestima tiene muchas definiciones y una de ellas es lo de la Organización Mundial de la Salud (OMS), quien conceptualiza como un estado completo de bienestar y que relaciona el aspecto social como el físico o el psicológico. Sin embargo, también que el uso excesivo de las mismas no solo trae consigo dificultades o



enfermedades, sino que va más allá. Por eso creo que es muy importante diferenciarlos (31).

Si nos fijamos en cuestionarios como el de Rossenberg podremos ver que algunos de los aspectos más importantes para poder determinar que una persona tiene bajo auto concepto porque siente que no se es una persona merecedora de afecto, pensar que no se tienen buenas cualidades, sentir que no somos tan capaces como el resto de las personas, tener una actitud negativa hacia uno mismo con, por ejemplo, un auto diálogo negativo con descalificativos o insultos, no estar satisfecho con las cosas que se hacen o pensar que se es un fracaso, no tener respeto por uno mismo, pensar que no se es una buena persona, en cuanto a cómo podemos saber si una persona tiene o no una mala autoimagen tendremos que fijarnos en si pensamos o no que somos más feos o menos atractivos o bellos que el resto de las personas, sí al mirarnos en un espejo nos percibimos de manera negativa, podríamos tener un problema de autoimagen (32).

La baja autoestima conlleva un aislamiento social, o tendencia a aislarse tanto así que tienen un reducido número de amigos, el otro problema es la dificultad para dormir es decir el insomnio así mismo pueden presentar trastornos de la conducta alimentaria, lo que le ver que tiene una baja autoimagen por otro se tiene las autolesiones que se produce por una baja autoestima y con ello lo que trata es de disminuir el sufrimiento emocional. El tener una baja autoestima también puede producir ansiedad (33).

La autoestima consta de tres factores que están íntimamente relacionados y se influyen entre sí de tal forma que cambiando uno de ellos cambia el otro. Tenemos al componente cognitivo que incluye todo lo que una persona sabe sobre sí misma; es decir, es una imagen que cada persona ha creado de sí misma. Esto varía según las capacidades cognitivas de la persona y el nivel de madurez psicológica. Ante los diferentes valores percibidos por las personas, el elemento cognitivo es una respuesta a nuestros sentimientos y emociones; En otras palabras, esta es la base de la autoestima, la forma en que valoramos, sentimos, admiramos, despreciamos, experimentamos emociones, alegrías y dolores. Por otro lado, el componente afectivo está considerada como algo que incluye el sentido de valor que las personas se atribuyen a sí mismas y el nivel de auto aceptación del individuo. Tienen una connotación positiva o negativa dependiendo de la autoestima.; por ejemplo: “Hay muchas cosas de mí que me gustan”, “No hago nada



bien”, o “Soy un inútil”. Así mismo el componente conductual es una persona que busca formas apropiadas de adaptarse e interactuar con su entorno, dando como resultado que el individuo acepte las consecuencias de sus acciones, una persona auto dirigida, alguien que busca la autonomía y se comporta de manera consistente.

En base a todo lo anterior, surgen las siguientes preguntas general: ¿Cuál es la relación de adicción a redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023?

Se justifica el estudio teniendo en cuenta lo siguientes criterios: conveniencia, el estudio nos permite conocer la relación que existe entre las redes sociales y la autoestima en adolescentes de una Institución Educativa en Huancayo, teniendo en cuenta que hubo un incremento del uso de estas y que muchas veces conlleva a una adicción. Relevancia social, con los resultados del estudio se beneficiarán los adolescentes de la institución Educativa Bryce de la provincia de Huancayo, ya que les permitirá conocer su situación actual con relación al uso de las redes sociales. Implicancias prácticas, al término de la investigación se conocerá el nivel de relación que existe entre las redes sociales y la autoestima en adolescentes. El valor teórico de la investigación que se obtenga en el estudio nos servirá para futuras investigaciones y será parte del repositorio de la Entidad como antecedente. Utilidad metodológica, los resultados servirá para un adecuado uso de los instrumentos en la investigación.

El objetivo general de la investigación fue determinar la relación entre la adicción a redes sociales y autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.

Entre los objetivos específicos están en el de identificar el nivel de adicción a redes sociales en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.

Identificar el nivel de autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.

Hipótesis de investigación:

Hi: existe relación entre adicción a redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.



Ho: no existe relación entre adicción a redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.



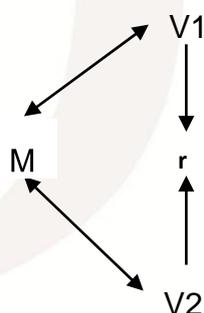
## II. MÉTODO

### 2.1. Tipo y diseño de investigación:

El tipo de investigación que se utilizó fue básico, que consistió en descubrir nuevos conocimientos mediante la exploración, descripción y explicación del fenómeno de estudio, es decir mediante la recopilación de información para enriquecer el conocimiento teórico científico, mediante el aporte con nuevas teorías o modificar las existentes (34).

En el presente estudio de investigación tuvo el diseño no experimental, tipo correlacional y de corte transversal. Qué consistió en realizar el estudio de las variables de investigación sin la necesidad de manipular o condicionar para ver el efecto en la otra variable, es decir se observó y la variable tal como se presentó en la realidad, sin la necesidad de una provocación o condicionamiento (35). Fue correlacional; ya que permitió definir la relación que existe entre ambas variables.

El esquema fue la siguiente:



Donde:

M = adolescentes

V1 = adicción a redes sociales

V2 = autoestima

r= relación

### 2.2. Operacionalización de la variable

Ver anexo 2

RESOLUCIÓN N° 078-2019-SUNEDU/CD

### 2.3. Población y Muestreo:

La población estuvo constituida por 100 estudiantes de la institución educativa Bryce de Huancayo, que se encuentran cursando estudios de 1<sup>a</sup> a 5<sup>a</sup> año estratificados en grados:

Grados	Cantidad de alumnos
1er grado	12
2do grado	25
3er grado	20
4to grado	20
5to grado	23
Total	100

Fuente: Nomina de la Institución Educativa BRYCE -Huancayo

La muestra fue no probabilística por conveniencia

Criterios de inclusión

Adolescentes que se encuentra matriculados en el 2023 en la Institución educativa Bryce de Huancayo.

Padres de familia que dieron su consentimiento informado.

Criterios de Exclusión

Los alumnos que no pertenecen a la institución educativa.

### 2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

Para la primera variable de Adicción a las redes sociales, la técnica que se utilizó fue la encuesta, y el instrumento fue tomados de la tesis elaborada por Stephanie Giselle Vargas Valdez cuyo título fue habilidades sociales y adicción al internet de un colegio parroquial Lima- Perú 2020 (36). El test fue un cuestionario creado por la doctora Kimberly Young en el 2022 en Estados Unidos y adaptado al español por los investigadores Castro, Celis y Medina, quienes realizaron una investigación en el Perú, realizaron el proceso de validez y confiabilidad del instrumento mediante el juicio de expertos; con una validez de  $\alpha=0.91$  según correlación de Pearson con un valor menor a 0.54 indicando que los criterios para ser validados era mostrar valores mayores o iguales a 0.80 en el test (37).



El cuestionario consta de 24 preguntas que evaluaron 3 factores para identificar qué nivel de uso que muestran los adolescentes con respecto al uso de redes sociales.

Las preguntas se puntúan por medio de una escala de 0 a 5, el tiempo promedio para el desarrollo de la encuesta es entre 10 a 15 minutos.

El baremo para la medición de la variable adicción a las redes sociales es:

Niveles	Obsesión por las Redes Sociales	Falta de control personal en el uso de las Redes Sociales	Uso excesivo de las Redes Sociales	Total
Bajo	0 a 12	0 a 7	0 a 10	0 a 28
Medio	13 a 21	8 a 13	11 a 18	29 a 51
Alto	22 a 30	14 a 19	19 a 26	52 a 74
Muy alto	31 a 40	20 a 24	27 a 32	75 a 96

Fuente: Estrada y et al.

Para la segunda variable de la Autoestima, se utilizó la escala de Rosenberg, esta escala de Autoestima de Rosenberg (RSE) es un instrumento ampliamente utilizado que fue diseñado para medir la autoestima en una sola dimensión, Rosenberg (1965) definió a la autoestima como una actitud positiva o negativa hacia un objeto en particular, la escala ha sido traducida y validada en castellano en Perú 2005 (38). La coherencia interna de las escalas se encuentra entre 0,76 y 0,87. La fiabilidad es de 0,80. La escala consta de 10 ítems, Las cinco de los cuales son constructivamente positivas y cinco negativas para controlar el efecto de la aquiescencia, será auto administrada (39). Interpretación: de los ítems 1 a 5 las respuestas A-D reciben la puntuación de 4 a 1. Los ítems del 6 al 10, las respuestas A- D reciben la puntuación de 1 a 4.

Baremo de medición de la variable autoestima fue:

Puntuación	Valoración cualitativa	Se considerará como:
De 30 a 40 puntos	Autoestima elevada	Autoestima normal
De 26 a 29 puntos	Autoestima media	No presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarla
Menos de 25 puntos	Autoestima baja	Existen problemas significativa de autoestima

Fuente: escala de Rosenberg.

## 2.5. Procedimiento

El día 7 de setiembre del 2023 nos acercamos a la Institución Educativa Bryce de la ciudad de Huancayo llevando la carta de presentación que nos emitió la universidad para solicitar la autorización; el día 8 de setiembre del 2023 con comunicaron las fechas en que realizaríamos las encuestas las cuales fueron el lunes 11 y 12 de setiembre del 2023, luego se coordinó con los tutores de las aulas para la recolección de los datos. Se realizó la enumeración del cuestionario y se utilizó la estadística descriptiva. Los resultados se realizaron en tablas, luego se hizo la discusión de los resultados con el método de la triangulación por cada objetivo, finalmente se elaboraron las conclusiones por cada objetivo planteado en el presente estudio y las recomendaciones en base de las conclusiones.

## 2.6. Método de análisis de datos

El método descriptivo que se utilizó para el análisis de los datos, así como su interpretación haciendo uso de la estadística descriptiva con apoyo del SPSS v27 y el Excel. Para la prueba de hipótesis también se empleó la Rho de Spearman.

## 2.7. Aspectos éticos

En el estudio se consideró los principios de la bioética como Justicia que está considerada como el rechazo a la discriminación por cualquier motivo, también un principio de carácter público y legislado (40). Teniendo en cuenta ellos se administraron los cuestionarios a todos los adolescentes sin distinción, según la nómina proporcionada por la Institución Educativa.

No maleficencia está considerada como el no producir daño y prevenirlo. Incluye no matar, no provocar dolor ni sufrimiento, no producir incapacidades. No hacer daño. Es un principio de ámbito público y su incumplimiento está penado por la ley (41). En el estudio no se ha realizado ningún tipo de daño. Beneficencia se considera el “hacer el bien”, así como la obligación moral de actuar en beneficio de los demás. Curar el daño y promover el bien o el bienestar. Es un principio de ámbito privado y su no-cumplimiento no está penado legalmente (42) En cumplimiento a ello los datos fueron manejados en forma discreta y sin divulgación de las mismas. Autonomía está definida como la capacidad de las personas de deliberar sobre sus finalidades personales y de actuar bajo la dirección de las decisiones que pueda tomar. Todos los individuos deben ser tratados



como seres autónomos y las personas que tienen la autonomía mermada tienen derecho a la protección (43) De allí que los padres de los estudiantes dieron el consentimiento informado, permitiendo que el adolescente participe.



### III. RESULTADOS

Tabla 1

Nivel adicción a redes sociales y autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.

Variable 1	Nivel	V2. Autoestima			Total
		Autoestima baja	Autoestima media	Autoestima elevada	
Nivel de Adicción a las redes sociales	Bajo	2	2	2	6
		2%	2%	2%	6%
	Medio	10	12	18	40
		10%	12%	18%	40%
	Alto	19	17	8	44
		19%	17%	8%	44%
	Muy alto	5	4	1	10
		5%	4%	1%	10%
	Total	36	35	29	100
		36%	35%	29%	100%

Fuente: cuestionario de recolección de datos.

#### Interpretación:

En la tabla 1 del 100% de adolescentes encuestados de la Institución Educativa Bryce de Huancayo; se observa que el nivel de adicción a redes sociales, el nivel es alto 44% de los cuales 19% tienen una autoestima baja, seguido del 17% presenten autoestima media y 8% tiene una autoestima elevada. También se observa que el nivel de adicción a redes sociales 40% tienen una autoestima media de los cuales 18% presentan una autoestima elevada, seguido por el 12% presentan una autoestima media, finalmente un 10% presentan una autoestima baja. Así mismo se observa que el 10% presentan una autoestima muy alto de los cuales 5% presentan una autoestima baja seguida del 4% con autoestima media y el 1% con autoestima elevada. Finalmente, el 6% presentan un nivel bajo de adicción redes sociales, de los cuales 2% presentan un nivel de autoestima baja, media y elevada.

Tabla 2

Nivel de adicción a redes sociales en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.

Nivel	Frecuencia	%
Bajo	6	6,0
Medio	40	40,0
Alto	44	44,0
Muy alto	10	10,0
Total	100	100,0

Fuente: cuestionario de recolección de datos de adicción

**Interpretación:**

En la tabla 2 se observa de 100% adolescentes encuestados de la Institución Educativa del nivel secundaria Bryce de Huancayo que el mayor porcentaje del 44% presentan un nivel de adicción alto a las redes sociales, seguida del 40% presentan un nivel de adicción media, 10% un nivel de adicción muy alta finalmente el 6% presentan un nivel bajo de adicción a las redes sociales con el 6%. Por lo tanto, el mayor porcentaje de adicción a las redes se encuentra entre alto y muy alto.



Tabla 3

Nivel de autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023

Nivel	Frecuencia	%
Autoestima baja	36	36,0
Autoestima media	35	35,0
Autoestima elevada	29	29,0
Total	100	100,0

Fuente: cuestionario de autoestima

Interpretación:

En la tabla 3 se observa de 100% adolescentes encuestados de la Institución Educativa del nivel secundaria Bryce de Huancayo que el mayor porcentaje del 36% presentan una autoestima baja, seguida del 35% con autoestima media finalmente el 29% presentan un nivel de autoestima elevada. Por lo tanto, el mayor porcentaje se encuentra entre autoestima baja a media, lo que conlleva a una adicción alto en adolescentes.

Prueba de hipótesis:

Hi: si existe relación entre adicción a redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.

Ho: no existe relación entre adicción a redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.

Tabla 4

Relación entre adicción a redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.

			Adicción	Autoestima
Rho de Spearman	Adicción	Coefficiente de correlación	1,000	<b>-,264**</b>
		Sig. (bilateral)	.	<b>,008</b>
		N	100	100
	Autoestima	Coefficiente de correlación	<b>-,264**</b>	1,000
		Sig. (bilateral)	<b>,008</b>	.
		N	100	100

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

Fuente: cuestionario de recolección de datos de adicción y autoestima.

Interpretación:

En la tabla 4 se observa una relación significativa negativa de -0,264 entre la adicción y el nivel de autoestima en adolescentes y por otro lado se tiene un nivel de significancia de  $p=0,008$  que es menor que  $\alpha=0,05$  lo que nos indica un rechazo de la hipótesis nula y aceptación de la hipótesis de investigación, es decir, si existe relación entre adicción a redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023. Por ser negativo es a la inversa.

## II. DISCUSION

Se determinó que existe una relación inversa entre la adicción a redes sociales y autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce-Huancayo 2023. Según Rho de Spearman se obtuvo una relación significativa negativa de -0,264 entre la adicción y el nivel de autoestima en adolescentes y por otro lado se tiene un nivel de significancia de  $p=0,008$  que es menor que  $\alpha=0,05$  lo que nos indica un rechazo de la hipótesis nula y aceptación de la hipótesis de investigación, es decir, si existe relación entre adicción a redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023. Por ser negativo es a la inversa. Antecedentes similares se tiene al estudio por Ahuanari E. y Herrera N. quienes han determinado que si hay una asociación entre ambas variables es decir entre autoestima y adicción a las redes con una  $p$  de 0,000. (7) También es similar al resultado de Rufino R. quien demuestra que según el coeficiente de correlación es  $Rho= -0,322$  existe una relación estadísticamente muy significativa de tipo negativa (13)Estos resultados difieren al estudio realizado por Iglesias A. y Minetto G. quienes encontraron una relación baja, inversa y estadísticamente demostrativa entre las variables adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes (8) Así mismo es diferente al estudio realizado por Tincahuallpa R. quien concluye que la prueba estadística aceptó la hipótesis nula es decir no existe relación entre ambas variables (12) Con la aparición de las redes sociales como el Facebook y Twitter, en especial con la llegada del Instagram, como que el comportamiento y las emociones de los adolescentes, se asociaron a consecuencias negativas, así como el aumento de los niveles de estrés, falta de autocontrol, aumento de la soledad y disminución del bienestar (21)La autoestima tiene muchas definiciones y una de ellas es la de la Organización Mundial de la Salud (OMS), quien conceptualiza como el estado completo de bienestar y que relaciona el aspecto social como el físico o el psicológico. Sin embargo, también el uso excesivo de las redes sociales no solo trae consigo dificultades o enfermedades (31).

Se identificó que el nivel de adicción a redes sociales fue alto en adolescentes de la Institución Educativa del nivel secundario Bryce de Huancayo. Los antecedentes similares se tienen del estudio de Correa K. y Díaz E. quienes evidenciaron que la adicción a las redes sociales fue alta, con 65%. También es similar al estudio realizado



por Valdez I. quien sostiene que los estudiantes presentan un uso moderado a grave de las redes sociales.

Antecedentes diferentes fue la realizada por Iglesias A. y Minetto G. quienes concluyen que el 64.8% presenta niveles normales de adicción a las redes sociales

la adicción está considerada como la falta de autocontrol, depende psicológicamente, se llega al síndrome de abstinencia, que a su vez manifiesta síntomas conductuales, emocionales e ideológicos que conducen al conflicto entre el usuario y su entorno o ambiente (6) Por lo tanto, la persona experimenta una tendencia muy fuerte e incontrolable a consumir drogas, repetir actividades recreativas compulsivas y utilizar sustancias nocivas en entornos sociales que le hacen daño a sí mismo y a los demás (22) Se identificó que el nivel de autoestima fue baja en los adolescentes encuestados de la Institución Educativa del nivel secundaria Bryce de Huancayo, se tiene como antecedentes similares como de Iglesias A. y Minetto G. quienes concluyen que el 30.6% eran de nivel bajo (8) También el estudio de Tincahuallpa quien evidenció que el 90,2% presentaron una autoestima baja (12) Por otro lado, fue diferente al estudio realizado por Ahuanari E. y Herrera N. quienes concluyen que un 44,1%, se muestra que el nivel de autoestima está dentro de la categoría promedio y la adicción tiene un nivel ha moderado (7) Por otro es similar al estudio realizado por Valdez I. quien concluye que presentan una autoestima entre baja y media (19). la autoestima está considerada como el auto concepto es la imagen u opinión que la persona tiene de sí misma. Por lo tanto, la autoestima es comparada a dicha representación mental de cómo nos percibimos (23)



### III. CONCLUSIONES

1. Se determinó que existe una relación inversa entre la adicción a redes sociales y autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023. Según Rho de Spearman con  $-0,264$  y un nivel de significancia de  $p= 0,008$  que es menor que  $\alpha= 0,05$ .
2. Se identificó que el nivel de adicción a redes sociales fue alto con el 44% en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.
3. Se identificó que el nivel de autoestima fue baja con el 36% en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.



## VI. RECOMENDACIONES

1. Al director de la Institución Educativa Bryce de Huancayo, realice reuniones con los padres de familia de los adolescentes con la finalidad de que se pueda establecer un control más adecuado del uso a las redes sociales.
2. Al director de la Institución Educativa Bryce de Huancayo, fortalezca actividades físicas en coordinación con el servicio de psicología u otras actividades que disminuyan gradualmente el uso de las redes sociales.
3. Al director de la Institución Educativa Bryce de Huancayo, coordinara con la IPRESS Libertad, realice sesiones de apoyo a los adolescentes con la participación de psicólogos y mejorar la autoestima en los estudiantes.



## REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. El impacto de internet en la salud mental de los jóvenes ya es cuantificable. [Online].; 2019 [cited 2023 mayo 30. Available from: [https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-impacto-internet-salud-mental-jovenes-cuantificable-201903070215\\_noticia.html](https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-impacto-internet-salud-mental-jovenes-cuantificable-201903070215_noticia.html).
2. Mañe S. Estadísticas del uso de redes sociales. [Online].; 2023 [cited 2023 noviembre 25. Available from: <https://www.iebschool.com/blog/datos-de-redes-sociales/#:~:text=M%C3%A1s%20de%20la%20mitad%20del,mundo%20utilizan%20las%20redes%20sociales.>
3. Teran A. Ciberadicciones a las nuevas tecnologías. [Online].; 2019 [cited 2023 mayo 30. Available from: [https://www.aepap.org/sites/default/files/pags.131-142\\_ciberadicciones.pdf](https://www.aepap.org/sites/default/files/pags.131-142_ciberadicciones.pdf).
4. Zúñiga J. Deterioro de la Autoestima en adolescentes. [Online].; 2021 [cited 2022 noviembre 26. Available from: <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/2d3bebce-dd44-4bc0-965f-53f97fc20d1d/content>.
5. J R. Adicción a las redes Sociales y Autoestima en adolescentes. [Online].; 2021 [cited 2022 noviembre 26. Available from: [https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/13803/Bedoya\\_Adicci%C3%B3n.pdf?sequence=6&isAllowed=y](https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/13803/Bedoya_Adicci%C3%B3n.pdf?sequence=6&isAllowed=y).
6. Statista. Frecuencia de uso de redes sociales en el Perú 2023. [Online].; 2023 [cited 2023 noviembre 25. Available from: <https://es.statista.com/estadisticas/1412986/uso-de-redes-sociales-por-frecuencia-en-peru/#:~:text=Seg%C3%BAn%20una%20encuesta%20realizada%20entre,y%20un%2080%25%20incluso%20diariamente.>
7. Ahuanari E HN. Autoestima y adicción a redes sociales en estudiantes de tercer grado de secundaria en Huancayo. [Online].; 2022 [cited 2022 Noviembre 26. Available from: <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/4410>.
8. Iglesias A. y Minetto G. Adicción a redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lima Norte. [Online].; 2022 [cited 2022 Noviembre 19. Available from: <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/30119/Iglesias%20Garcia%2c%20Alisson%20Melisa%20-%20Minetto%20Alcadio%2c%20Gabriela%20Andrea.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
9. Ahuanari E. y Herrera N. Autoestima y adicción a redes sociales en estudiantes de tercer grado de secundaria de una institución pública de Huancayo 2022. [Online].; 2022 [cited 2022 noviembre 19. Available from:



<https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/4410/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

- 10 Carranza y Ordinola. Adicción a las redes sociales e impulsividad en jóvenes de Lima . Metropolitana. [Online].; 2022 [cited 2023 octubre 10. Available from: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/98734/Carranza\\_ZKC-Ordinola\\_SNK%20-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/98734/Carranza_ZKC-Ordinola_SNK%20-%20SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- 11 Mendoza y Paredes. Adicción a las redes sociales e impulsividad en adolescentes del distrito . de Mollebamba. [Online].; 2022 [cited 2023 octubre 10. Available from: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/102260/Mendoza\\_MLR-Paredes\\_SXM-SD.pdf?Sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/102260/Mendoza_MLR-Paredes_SXM-SD.pdf?Sequence=4&isAllowed=y).
- 12 Tincahuallpa R. Las redes sociales en la autoestima de los estudiantes de educación . secundaria de una institución educativa, Cusco 2021. [Online].; 2021 [cited 2022 Noviembre 19. Available from: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70378/Tincahuallpa\\_PR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70378/Tincahuallpa_PR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- 13 Rufino R. Adicción a las redes sociales y autoestima en estudiantes de secundaria de la . institución matemática San Rafael. Carabayllo - Lima 2021. [Online].; 2021 [cited 2022 Noviembre 19. Available from: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/73305/Rufino\\_VRN-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/73305/Rufino_VRN-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- 14 Correa K. y Días E. Adicción a las redes sociales y autoestima en adolescentes de nivel . secundario de dos instituciones estatales de Cajamarca. [Online].; 2020 [cited 2022 Noviembre 19. Available from: [http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1212/CORREA\\_K.Y\\_D%c3%8dAZ\\_E.2020.-INFORME\\_DE\\_TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1212/CORREA_K.Y_D%c3%8dAZ_E.2020.-INFORME_DE_TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- 15 Grimaldo M. Autoestima y adicción a redes sociales en estudiantes de 3" y 5" de . secundaria de una institución educativa pública de Villa El Salvador. [Online].; 2019 [cited 2022 Noviembre 19. Available from: <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/905/Grimaldo%20Garcia%2c%20Margarita%20Isabel.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- 16 Burgos K. La adicción a las redes sociales de Instagram y Facebook y su relación con la . autoestima en un grupo de adolescentes escolarizados en el municipio de Apartadó. [Online].; 2022 [cited 2022 Noviembre 19. Available from: [https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/31959/3/BurgosKaren\\_2022\\_Adiccio%cc%81nRedesSocialesAutoestima.pdf](https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/31959/3/BurgosKaren_2022_Adiccio%cc%81nRedesSocialesAutoestima.pdf).
- 17 Alcántara M y Facundo J. El uso de las redes sociales y su incidencia en la autoestima de los . adolescentes. [Online].; 2020 [cited 2022 Noviembre 19. Available from: <https://rdu.unc.edu.ar/bitstream/handle/11086/18169/El%20uso%20de%20las%20redes%20sociales.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.



- 18 Gutiérrez M. Adicción de redes sociales y autoestima en estudiantes de 15 a 17 años de una unidad educativa particular de la ciudad de La Paz. [Online].; 2020 [cited 2022 Noviembre 19]. Available from: <https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/24953/T-1276.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- 19 Valdez I. Redes sociales y su incidencia en la autoestima en adolescentes de 16 a 17 años en la unidad educativa Poberto Pérez Patón. [Online].; 2020 [cited 2022 Noviembre 19]. Available from: <https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/24226/T-1254.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- 20 Aristizábal P, Blanco D, Sánchez A y Ostiguin R. Modelo de promoción de la salud de Nola Pender. [Online].; 2011 [cited 2023] octubre 24. Available from: [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003#:text=El%20Modelo%20de%20Promoci%C3%B3n%20de%20la%20Salud%20propuesto%20por%20Nola,la%20generaci%C3%B3n%20de%20conductas%20saludables](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003#:text=El%20Modelo%20de%20Promoci%C3%B3n%20de%20la%20Salud%20propuesto%20por%20Nola,la%20generaci%C3%B3n%20de%20conductas%20saludables).
- 21 Vilca, L. y Gonzales, A. Adicción las redes sociales. [Online].; 2019 [cited 2023 Junio 22]. Available from: <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/615>.
- 22 Martínez, B. y Moreno, D. International Journal of Developmental and Educational Psychology, 2(1), 105 - 114. doi:10.17060/ijodaep.2017.n1.v2.923. [Online].; 2018 [cited 2023 Junio 25]. Available from: <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/923>.
- 23 Fernández N. Autoestima. [Online].; 2019 [cited 2023 junio 25]. Available from: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-33252013000600010](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000600010).
- 24 Silva I. Adolescencia. [Online].; 2020 [cited 2023 mayo 24]. Available from: [http://www.injuve.es/sites/default/files/LA%20ADOLESCENCIA%20y%20%20entorno\\_completo.pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/LA%20ADOLESCENCIA%20y%20%20entorno_completo.pdf).
- 25 Ramos U. UNICEF. [Online].; 2019 [cited 2023 Octubre 10/10/2023]. Available from: <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia>.
- 26 González, V., Merino, L. y Cano, M. redes sociales. [Online].; 2021 [cited 2023 mayo 26]. Available from: <https://zagan.unizar.es/record/47760/files/TAZ-TFG-2015-1244.pdf>.
- 27 Soler E. Redes sociales y autoestima en adolescentes. [Online].; 2021 [cited 2022 noviembre 26]. Available from: <https://elisoler.com/redes-sociales-y-autoestima-en-adolescentes/>.
- 28 Becoña A. tecnologías de la informacion. [Online].; 2019 [cited 2023 mayo 25]. Available from: [https://www.todostuslibros.com/libros/adiccion-a-nuevas-tecnologias\\_978-84-](https://www.todostuslibros.com/libros/adiccion-a-nuevas-tecnologias_978-84-).



- 29 Gonzales, v., Merino, L. y Cano, M. FACTORES DE RIESGO DE ADICCIONES REDES SOCIALES. [Online].; 2015 [cited 2023 mayo 26. Available from: <https://zagan.unizar.es/record/47760/files/TAZ-TFG-2015-1244.pdf>.
- 30 Ecurra M. y Salas E. Dimensiones de las adicciones a las redes sociales. [Online].; 2023 [cited 2023 mayo 26. Available from: [http://revistaliberabit.com/es/revistas/RLE\\_20\\_1\\_construccion-y-validacion-delcuestionario-de-adiccion-a-redes-sociales-ars.pdf](http://revistaliberabit.com/es/revistas/RLE_20_1_construccion-y-validacion-delcuestionario-de-adiccion-a-redes-sociales-ars.pdf).
- 31 Rodriguez R. Autoestima. [Online].; 2021 [cited 2022 noviembre 26. Available from: <https://www.psiquion.com/blog/autoestima>.
- 32 Rodriguez R. Indicadores de una baja autoestima. [Online].; 2021 [cited 2022 noviembre 26. Available from: <https://www.psiquion.com/blog/autoestima>.
- 33 Rodriguez R. Consecuencias de una baja autoestima. [Online].; 2021 [cited 2022 noviembre 26. Available from: <https://www.psiquion.com/blog/autoestima>.
- 34 Carrasco S. Metodología de la investigación científica. [Online].; 2013 [cited 2022 noviembre 25. Available from: [https://www.academia.edu/26909781/Metodologia\\_de\\_La\\_Investigacion\\_Cientifica\\_Carrasco\\_Diaz\\_1](https://www.academia.edu/26909781/Metodologia_de_La_Investigacion_Cientifica_Carrasco_Diaz_1).
- 35 Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la investigación. [Online].; 2014 [cited 2022 noviembre 26. Available from: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>.
- 36 Castro M., Celis A., Medina M. cuestionario rs. [Online].; 2022 [cited 2023 mayo 26. Available from: [https://medicina.usmp.edu.pe/medicina/horizonte/2012\\_3/Art4\\_Vol12\\_N3%20.pdf](https://medicina.usmp.edu.pe/medicina/horizonte/2012_3/Art4_Vol12_N3%20.pdf).
- 37 Estrada E, Zuloaga M, Gallegos N, Mamani H. Adicción a internet y habilidades. [Online].; 2021 [cited 2023 mayo 30. Available from: [https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft\\_1\\_2021/14\\_adiccion\\_internet\\_habilidades.pdf](https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_1_2021/14_adiccion_internet_habilidades.pdf).
- 38 Rosenberg S. autoestima. [Online].; 2005 [cited 2023 junio 20. Available from: <https://www.studocu.com/co/document/universidad-nacional-mayor-de-san-marcos/procesos-de-manufactura/rosemborg/14142809>.
- 39 Rosenberg S. Escala de autoestima. [Online].; 2019 [cited 2023 mayo 30. Available from: <https://www.cop.es/colegiados/pv00520/escala%20rosenberg.pdf>.
- 40 Almiñana y et al. Principios de la bioética. [Online].; 2020 [cited 2023 noviembre 25. Available from: [Chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkai/http://gestorweb.camfic.cat/uploads/ITEM\\_540\\_EBLOG\\_1848.pdf](http://gestorweb.camfic.cat/uploads/ITEM_540_EBLOG_1848.pdf).



- 41 Cuaical Y, Yar A. Influencia del uso de las redes sociales en la autoestima de los . adolescentes de B.G.U. de la unidad educativa municipal Julio Enrique Moreno, de la ciudad de Quito durante el periodo lectivo 2018-2019. [Online].; 2019 [cited 2022 Noviembre 19. Available from:  
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/18101/1/T-UCE-0010-FIL-314.pdf>.
- 42 Ahuanari E, Herrera N. Autoestima y adicción a redes sociales en estudiantes de tercer . grado de secundaria en Huancayo. [Online].; 2022 [cited 2023 Junio 25. Available from:  
<https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/4410>.
- 43 Vidal D., Foreman S. y Molina B. Redes sociales virtuales, autoestima, rendimiento . académico y hábitos de estudio ene estudiantes de enseñanza media de dos comunas de laprovincia de Concepción, Chile. Revista Perspectivas DIALNET. 2022 Marzo; 39(0719).



# UR

**ANEXOS**



Anexo 1

Matriz de consistencia

Título: Uso de redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023

Problema	Objetivos	Hipótesis	VARIABLES	Metodología
<p>Problema General:</p> <p>¿Cuál es la relación de adicción de redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce-Huancayo 2023?</p>	<p>Objetivo General:</p> <p>Determinar la relación de adicción a redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.</p>	<p>Hipótesis General:</p> <p>Hi: existe relación entre adicción a redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce-Huancayo 2023.</p>	<p>Variable 1</p> <p>Adicción a redes sociales</p> <p>Variable 2</p> <p>autoestima</p>	<p>Método:</p> <p>Científico y descriptivo.</p> <p>Tipo de investigación: Básico</p> <p>Nivel de investigación: Correlacional.</p> <p>Diseño: No experimental descriptivo, correlacional, de corte transversal.</p> <p>Población de estudio: 100</p> <p>Muestra: 100 adolescentes</p>

<p>Problemas Específicos:</p> <p>¿Cómo el nivel de la adicción a redes sociales en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023?</p> <p>¿Cuál es el nivel de autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023?</p>	<p>Objetivos Específicos:</p> <p>Identificar el nivel de la adicción a redes sociales en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.</p> <p>Identificar el nivel de autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.</p>	<p>Ho: no existe relación entre adicción a redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.</p>	<p>Técnicas de recolección de datos: Encuesta.</p> <p>Instrumento: Cuestionario.</p>
--	---	--	--

Anexo 2

Operacionalización de variables

Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Valor final	Escala de medición
Variable 1  Adicción a redes sociales	Adicción a redes sociales	Obsesión por las redes sociales	Necesidad de permanecer conectado. Más tiempo para atender asuntos relacionado a las redes sociales. Necesita más tiempo, apenas despierto ya estoy conectado. No sabe qué hacer cuando esta desconectado. Entrar a las redes sociales le produce alivio. Relaja, pierde el sentido del tiempo, permanece más tiempo.	Bajo Medio Alto Muy alto	Ordinal politómica
		Falta de control personal en el uso de redes sociales	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales. Debe controlar su actividad en conectarse a las redes sociales. Puede desconectare de las redes por varios días. Me propongo con éxito controlar mis hábitos. No dejo de pensar de los que sucede en las redes sociales. Invierte mucho tiempo al día conectándose.		Ordinal politómica
		Uso excesivo de las redes sociales	Permanece mucho tiempo conectado. Alerta de los mensajes que recibe. Descuida a familiares por estar conectado.		Ordinal politómica

			<p>Descuida las tareas y los estudios por estar conectado.                  Cuando está en clases se conecta disimuladamente.                  Me han llamado la atención.                  Cuando no se conecta se siente aburrida.                  Cree que es un problema</p>		
Variable 2  Autoestima	Autoestima	Autovaloración	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.</li> <li>2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas</li> <li>3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente</li> <li>4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a</li> <li>5. En general estoy satisfecha de mí mismo/a</li> <li>6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a</li> <li>7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a</li> <li>8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo</li> <li>9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil</li> <li>10. A veces creo que no soy buena persona</li> </ol>	<p>Autoestima elevada                  Autoestima media                  Autoestima baja</p>	Ordinal politémica

Anexo 3

Cuestionario para medir la adicción a las redes sociales

Estimado adolescente, se le agradece anticipadamente su colaboración en la ejecución de la presente investigación. Por favor, responda las siguientes preguntas marca con una **X** una sola respuesta.

Lea cuidadosamente las preguntas y responda adecuadamente.

1. ¿Utiliza redes sociales? \_\_\_\_\_, si respondió **SI**,  
Indique cual o cuales  
\_\_\_\_\_.
  
2. ¿Dónde se conecta a las redes sociales? (puede marcar más de una respuesta)
  - En mi casa ..... ( )
  - En las cabinas de internet... ..... ( )
  - A través del celular... ..... ( )
  
3. ¿Con que frecuencia se conecta a las redes sociales?
  - Todo el tiempo me encuentro conectado... ..... ( )
  - Una o dos veces por día ..... ( )
  - Entre siete a 12 veces al día ..... ( )
  - Dos o tres veces por semana ..... ( )
  - Entre tres a seis veces por día... ..... ( )
  - Una vez por semana ..... ( )

Nunca 1 (N)	Rara vez 2 (RV)	Algunas veces 3 (AV)	Casi siempre 4 (CS)	Siempre 5(S)
----------------	--------------------	-------------------------	------------------------	-----------------

4. A continuación, se presentan 24 ítems referentes al uso de las redes Sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponde a lo que UD. Siente, piensa o hace:

Descripción	N	RV	AV	CS	S
<b>Obsesión por las redes sociales</b>					
1. Siento gran necesidad de permanecer conectado a las redes					
2. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionado con las redes sociales.					
3. El tiempo que antes destinaba para estar conectado a las redes sociales ya no me satisface, necesito mas					
4. Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales					
5. No sé qué hacer cuando estoy quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6. Me pongo de mal humor 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					
<b>Falta de control personal en el uso de las redes sociales</b>					
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 es conectándome de las					

RESOLUCIÓN N° 078-2019-SUNEDU/CD

redes sociales					
Uso excesivo 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 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. Mis 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					

Fuente: Estrada y et al.



Anexo 4

Escala de autoestima de Rossenberg

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

N°	Ítems	A	B	C	D
1	Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2	Estoy convencido de que tengo cualidades buenas				
3	Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente				
4	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a				
5	En general estoy satisfecha de mí mismo/a				
6	Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a				
7	En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a				
8	Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo				
9	Hay veces que realmente pienso que soy un inútil				
10	A veces creo que no soy buena persona				

Fuente: escala de Rosenberg

Gracias por su colaboración



## Consentimiento informado

He leído el documento, entiendo las declaraciones contenidas en él y la necesidad de hacer constar mi consentimiento, para lo cual lo firmo libre y voluntariamente, recibiendo en el acto copia de este documento ya firmado.

Yo, (nombres y apellidos o seudónimo) ..... con DNI N° ....., de nacionalidad....., mayor de edad o autorizado por mi representante legal, con domicilio en ..... , consiento en participar en la investigación denominada:

Adicción a redes sociales y la autoestima en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023

He sido informado de los objetivos de la investigación.

Para lo cual firmo al pie en señal de conformidad.

.....  
Apellidos y Nombres/Firma

DNI:



Huella digital

## Anexo 6

 Frecuencia de uso de redes por los adolescentes de nivel secundario de la  
 Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023

Uso de redes	Frecuencia	%
Si	89	89,0
No	11	11,0
Total	100	100,0

Fuente: cuestionario de recolección de datos

 Frecuencia de tipo de redes que usan los adolescentes de nivel secundario de la  
 Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023

Uso de redes	Frecuencia	%
WhatsApp	70	70,0
Facebook	20	20,0
Instagram	10	10,0
Total	100	100,0

Fuente: cuestionario de recolección de datos

 Lugar de conexión a las redes por los adolescentes de nivel secundario de la  
 Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023

Donde se conecta a redes	Frecuencia	%
En mi casa	10	10,0
En las caninas de internet	10	10,0
A través del celular	80	80,0
Total	100	100,0

Fuente: cuestionario de recolección de datos

 Frecuencia de uso a las redes por los adolescentes de nivel secundario de la  
 Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023

Frecuencia de uso de redes	Frecuencia	%
Todo el tiempo me encuentro conectado	67	67,0
Uno o dos veces por día	3	3,0
Entre siete a 12 veces al día	15	15,0
Entre dos o tres veces por semana	5	5,0
Entre tres a seis veces al día	7	7,0
Una vez por semana	3	3,00

Fuente: cuestionario de recolección de datos

Anexo 7

Nivel obsesión por las redes sociales en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.

Niveles	Frecuencia	%
Bajo	9	9,0
Medio	41	41,0
Alto	35	35,0
Muy alto	15	15,0
Total	100	100,0

Fuente: cuestionario de recolección de datos

Nivel de falta de control personal en el uso a las redes sociales en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.

Niveles	Frecuencia	%
Bajo	3	3,0
Medio	52	52,0
Alto	41	41,0
Muy alto	4	4,0
Total	100	100,0

Fuente: cuestionario de recolección de datos

Nivel de uso excesivo a redes sociales en los adolescentes de nivel secundario de la Institución Educativa de Bryce- Huancayo 2023.

Niveles	Frecuencia	%
Bajo	9	9,0
Medio	35	35,0
Alto	46	46,0
Muy alto	10	10,0
Total	100	100,0

Fuente: cuestionario de recolección de datos

## Anexo 8

## Autorización para recolección de datos

  
LICENCIADA POR SUNEDU  
RESOLUCIÓN N° 078-2019-SUNEDU/CD

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO  
FRANKLIN ROOSEVELT  
CARTA DE PRESENTACIÓN  
"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

Huancayo, 01 de setiembre del 2023

**CARTA N°341-2023-DEPE-UPH-FR**

DIRECTORA MG. ENMA VICENTATORRES

INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE BRYCE

**Presente:**

**De mi mayor consideración:**

Tengo el honor de dirigirme a Usted, para hacerle presente los saludos cordiales de la Rectora de la Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt, y el mío propio, al mismo tiempo en esta oportunidad molesto su atención para presentarle a los SRTAS **CLAUDIA SOFIA PORRAS HIDALGO Y GRACIELA ALIAGA PAREDES**, estudiantes de la Escuela Profesional de Enfermería en esta casa Superior de Estudios, para ello solicitamos autorización para ejecución de un Proyecto de investigación, quienes iniciarán la ejecución del proyecto titulado: **"ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y AUTOESTIMA EN ADOLESCENTES DE NIVEL SECUNDARIO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE BRYCE-HUANCAYO 2023"**, del presente año en la institución que usted exitosamente dirige; para quien conocedor de su espíritu de plena identificación con la juventud estudiosa de esta parte del país, le solicito tenga a bien de disponer a quien corresponda, se le brinde todas las facilidades a los estudiantes antes mencionado, considerando que esta práctica les permitirá lograr los objetivos educacionales planificados.

En espera que la presente merezca su atención, es propicia la ocasión, para renovarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,

  
  
Mg. José Efrén, VERA CUADROS  
DECANO (e)  
DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD PRIVADA DE HUANCAYO  
FRANKLIN ROOSEVELT

RECIBIDO  
01/09/2023  


 Calidad Educativa y Acreditación

urosevelt.edu.pe

Av. Giráldez N° 542 - Huancayo  
Teléf. 064 219604 / Celular: 949696998

Anexo 9

Galería de fotografías

Aplicación de encuestas de la tesis “Adicción a redes sociales y autoestima en los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Bryce – Huancayo 2023



Fuente: Creación Propia

Aplicación de encuestas de la tesis “Adicción a redes sociales y autoestima en los adolescentes del nivel secundario de la Institución Educativa Bryce – Huancayo 2023



Fuente: Creación Propia

Anexo 10

Base de datos

Nivel de adicción a redes sociales																								Autoestima										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
4	2	3	3	5	3	5	1	4	3	2	4	5	4	2	3	3	1	2	4	3	1	3	3	3	3	3	2	4	3	1	3	2	1	1
3	3	3	2	1	3	1	2	3	2	1	5	5	1	1	3	4	3	2	3	1	3	1	5	2	3	4	3	3	4	4	1	4	3	
1	1	2	1	5	1	1	5	5	5	1	5	1	5	4	1	1	1	3	1	2	5	4	4	4	3	4	4	3	3	1	3	3		
2	2	3	3	1	1	1	2	4	4	3	2	2	5	3	1	1	3	5	1	1	3	1	2	4	4	3	4	2	2	4	2	2		
3	3	3	1	2	1	1	3	3	3	5	4	5	3	3	2	3	4	1	3	3	3	1	5	3	4	3	3	2	3	2	3	2		
5	3	1	1	3	4	4	1	3	1	4	5	1	1	1	1	1	4	1	1	1	2	1	1	2	4	1	4	2	3	2	4	1	1	
1	1	1	1	5	1	1	4	5	1	1	1	5	5	1	1	1	5	1	1	1	5	1	5	2	4	3	4	3	2	1	1	4	4	
2	3	1	1	2	1	3	3	2	1	5	5	5	4	1	3	1	2	1	1	1	4	1	3	3	4	3	2	2	2	1	1	1	1	
3	2	2	1	2	1	1	3	3	2	1	3	3	3	2	2	3	3	2	3	1	2	1	3	3	2	2	2	2	1	2	3	2	1	
3	2	2	1	2	1	1	3	3	2	1	3	3	3	2	2	3	3	2	3	1	2	1	3	1	3	4	1	4	3	4	2	4	1	
3	2	2	1	2	1	1	3	3	2	1	3	3	3	2	2	3	3	2	3	1	2	1	3	3	4	4	3	4	4	3	1	2	4	
3	2	2	1	3	3	1	1	4	2	2	2	3	5	1	2	2	1	1	1	1	1	1	3	3	4	3	4	3	2	2	3	3	4	
4	4	3	2	3	2	2	3	2	3	2	4	3	3	3	3	4	4	2	1	2	1	2	1	2	3	4	3	4	3	2	3	2	3	
2	2	1	4	4	3	2	5	5	4	2	3	4	2	3	3	4	1	1	2	5	3	2	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	
3	3	5	2	5	1	1	2	3	1	2	4	3	1	1	1	1	2	1	1	2	3	1	1	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	
1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	2	2	4	2	1	2	3	4	1	1	3	1	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	
4	2	2	3	4	3	4	3	4	3	2	2	1	3	1	4	3	3	1	1	2	4	3	2	3	4	2	3	4	3	3	2	4	4	
2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	5	1	1	3	3	2	1	1	1	3	2	1	2	3	2	3	2	3	3	1	1	1	
1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	3	3	2	3	2	2	2	1	2	3	1	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	
3	2	1	1	2	1	1	3	2	2	3	3	4	2	1	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	
3	2	2	4	3	2	3	2	4	2	1	3	2	2	1	2	3	2	3	1	1	4	2	3	3	3	3	2	3	3	2	1	2	1	
3	2	2	1	2	3	5	5	2	1	4	4	2	2	3	4	2	3	4	1	5	4	2	2	2	4	1	3	2	1	1	1	1	2	
4	3	3	3	5	4	3	4	3	3	5	2	1	3	4	4	3	3	2	1	3	2	1	3	3	3	4	3	3	1	2	3	1	2	
2	3	1	3	3	1	1	3	3	4	2	3	3	3	1	1	4	2	4	1	1	1	2	1	2	4	3	4	4	2	4	2	4	3	
3	3	3	5	4	4	5	5	5	5	5	5	1	5	3	5	5	5	3	2	1	3	2	3	4	4	3	4	4	1	3	1	1	2	
5	5	1	5	4	1	1	5	1	3	5	1	1	5	5	5	5	5	1	3	1	1	5	5	4	4	1	2	4	4	4	1	4	1	
3	4	1	1	1	1	1	1	5	5	1	5	1	3	3	1	4	1	1	1	1	1	3	1	3	4	4	4	4	3	4	1	1	4	
2	2	1	2	1	1	2	1	3	3	1	4	5	3	1	4	4	2	1	3	1	2	1	3	3	2	4	4	3	1	3	1	1	2	
5	3	1	1	1	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	2	2	4	2	4	1	1	1	1	1	
3	2	4	1	5	1	3	1	1	1	3	1	3	1	2	1	1	2	5	2	5	1	1	1	4	4	2	1	4	4	1	1	1	4	
2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	4	2	2	1	2	1	2	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	
1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	2	1	2	3	4	4	
1	2	1	5	1	1	2	3	2	2	5	2	5	5	2	5	1	4	1	2	2	1	3	1	4	3	2	1	2	2	3	2	3	4	
3	2	2	2	5	3	2	2	4	2	4	2	5	3	2	2	3	4	3	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	
1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	3	4	2	2	2	2	1	5	1	1	3	1	3	3	4	3	2	4	4	1	2	1	3	1	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	4	4	4	4	1	4	1	4	
1	1	1	5	5	1	1	1	5	5	1	5	1	5	1	5	5	3	1	1	5	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
3	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	1	2	1	4	2	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	2	4	2	2	
3	1	1	3	3	3	3	3	5	3	3	5	3	3	1	3	3	5	1	3	1	5	1	2	4	4	3	4	4	4	2	4	1	1	
2	2	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	2	2	3	4	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	
4	3	3	3	4	2	3	3	2	4	2	2	4	2	2	2	3	3	2	3	4	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	1	2	
2	1	1	2	3	1	2	2	3	2	1	2	4	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	4	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	
2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	3	3	3	4	4	2	2	4	4	
3	2	2	1	1	2	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	2	1	3	1	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	
4	4	5	5	4	2	2	4	4	4	3	4	3	2	3	3	5	5	2	3	4	3	2	3	2	3	3	1	2	3	2	1	2	1	
1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	5	3	2	1	1	3	2	1	1	1	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	
2	1	1	4	1	1	1	3	4	4	1	5	4	1	1	4	4	1	1	2	1	2	3	4	4	3	2	3	3	2	3	2	4	3	
1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	4	5	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	3	3	3	4	4	2	3	3	3	4	
4	2	1	3	3	1	2	4	2	2	1	4	4	2	1	2	4	3	1	1	1	1	2	1	2	4	4	4	3	4	4	3	3	3	
2	1	1	2	2	1	2	3	2	2	3	4	4	2	1	2	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	1	1	
4	2	1	5	2	4	5	1	1	4	4	3	5	4	1	2	4	4	1	2	4	4	1	2	3	3	3	1	2	3	2	1	2	3	
2	2	1	3	1	4	5	2	5	1	4	1	5	5	3	1	2	3	5	5	1	5	1	3	4	4	3	3	2	1	1	1	1	1	
2	2	1	3	1	2	1	3	2	1	3	5	4	4	1	2	2	3	1	1	2	3	1	4	4	4	4	3	3	2	3	1	2	1	
3	3	2	4	3	2	3	4	2	5	3	3	4	3	2	4	4	2	1	2	2	2	2	3	3	2	2	4	2	2	2	2	2	2	

RESOLUCIÓN N° 078-2019-SUNEDU/CD

2	2	1	2	1	1	2	2	5	2	2	1	1	1	1	1	2	5	4	1	1	2	2	5	4	4	4	3	3	1	3	1	3	2	
3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	
2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	3	5	4	1	1	3	2	2	2	1	3	2	3	4	4	3	3	3	2	4	2	4	2	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	3	4	3	4	2	4	4	4	
3	2	1	2	1	1	2	3	3	1	2	5	4	1	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	4	2	3	3	4	4	3	4	
2	2	1	1	2	2	3	3	2	3	4	3	3	3	2	2	3	3	4	1	3	1	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2		
2	3	1	1	2	1	3	4	4	1	5	1	3	5	2	5	5	1	1	1	1	1	2	1	3	4	3	4	4	3	4	2	1	1	
3	2	1	2	2	1	1	3	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	4	3	3	2	4	4	
2	2	1	3	1	2	2	2	3	3	1	2	4	1	1	2	1	3	1	1	1	2	1	3	3	3	3	4	2	2	2	1	1	2	
3	2	2	2	2	2	1	2	4	2	2	3	4	2	1	2	1	1	1	1	2	2	3	3	4	3	3	4	1	3	1	2	2		
3	3	4	4	4	2	2	3	5	5	2	5	2	3	2	4	5	2	3	5	1	4	1	5	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	
2	3	2	3	2	1	2	3	2	3	4	3	3	1	1	1	2	3	2	1	2	2	1	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	
1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	5	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	
3	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	3	2	3	4	2	3	2	3	
2	2	1	2	2	2	2	3	2	3	3	5	3	2	2	3	4	1	1	1	1	2	1	1	4	4	3	4	4	2	3	2	4	3	
3	2	2	3	2	2	1	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	2	1	4	1	2	2	4	3	3	2	2	2	2	1	2	2	
2	2	1	5	1	1	2	1	1	1	2	5	2	3	1	2	4	2	1	1	3	2	1	2	4	3	4	4	4	3	3	2	1	1	
2	1	2	3	2	1	1	2	3	3	1	2	4	3	2	2	1	2	1	3	1	2	1	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	
3	5	3	4	5	2	3	2	2	4	5	2	5	3	4	2	5	5	4	2	3	2	3	1	3	3	2	2	4	1	2	2	4	4	
1	1	1	3	1	1	2	3	1	1	2	1	4	1	1	1	1	2	1	1	3	1	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	5	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	
3	2	2	4	2	3	2	4	5	5	5	5	3	4	4	4	4	5	4	1	1	1	1	2	4	4	4	4	3	1	3	2	3	4	
2	3	2	1	1	1	1	2	3	1	4	4	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	
3	4	2	4	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	4	4	4	1	2	2	3	2
3	3	2	2	3	1	1	2	2	4	2	2	3	1	1	2	4	3	2	2	1	1	1	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	
2	1	1	1	2	3	1	2	2	3	3	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	3	1	3	3	3	2	2	2	2	3	3	
3	3	3	1	1	1	1	2	3	2	2	4	3	3	1	2	2	3	1	3	1	3	1	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	
4	4	1	5	3	1	1	1	3	1	1	5	3	3	1	2	3	4	1	4	1	3	1	4	3	3	3	2	2	2	4	2	4	1	
2	2	1	2	2	1	1	3	2	1	3	2	2	1	1	2	2	3	1	1	1	1	1	2	2	3	2	3	2	1	2	2	2	2	
3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	4	2	1	3	2	4	4	2	2	2	1	1	3	4	2	1	1	
3	2	3	2	2	1	1	2	4	3	2	3	4	3	1	2	3	2	3	4	1	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	4	
3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	5	2	2	2	3	2	1	2	1	4	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	2	2	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	2	4	1	3	2	1	1	
2	1	1	1	2	1	1	3	3	2	1	4	3	2	1	3	2	1	1	1	1	3	1	2	4	4	3	3	4	3	4	2	2	2	
2	1	2	1	4	1	1	2	1	3	1	3	1	1	1	2	5	2	1	1	2	1	1	1	3	3	3	2	2	2	3	2	1	1	
3	3	3	4	3	2	2	3	2	4	2	4	2	3	2	3	4	3	2	2	1	3	1	3	1	3	4	3	3	2	4	2	2	1	1
1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	5	1	1	4	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	3	4	3	2	2	3	1	2	3
2	2	2	2	2	1	1	3	3	2	2	4	3	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1
2	1	1	4	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	1	3	4	1	5	1	4	2	2	3	2	4	1	3	1	1	1	
4	3	1	3	4	5	5	5	3	4	4	3	1	3	4	3	5	4	3	1	1	3	1	4	2	2	3	3	1	2	1	2	1	1	
1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	3	4	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	3	3	2	4	3	2	4	2	1	2	
3	2	3	2	3	2	1	5	5	5	4	3	2	4	5	3	4	5	4	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	1	1	
	3	2	4	2	3	3	3	4	3	3	5	4	3	2	2	2	4	2	2	1	3	1	2	3	2	2	2	2	2	3	4	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	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	3	3	3	3	1	3	1	2	2
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	3	3	3	3	1	3	1	2	2